



Türkiye’de 6 Şubat 2023 Depremi Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Dini Başa Çıkma Tarzlarına Göre Travma Sonrası Büyüme Düzeyleri

Yeliz Akkaya Türkol

0000-0003-1055-1562 | yelizakkayaturkol@hitit.edu.tr

Hitit Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Çocuk Koruma ve Bakım Hizmetleri Programı, Çorum, Türkiye
ROR ID: [01x8m3269](https://orcid.org/01x8m3269)

Öz

Fiziksel baskı kadar etkili olan psikolojik baskıyı anlatan stresten uzaklaşmak için yapılan tüm mücadeleler “başa çıkma” olarak isimlendirilmektedir. Stresin anlamlandırılmasından başa çıkma sürecine ve sonuçlarının kabullenilmesine değin etkili olan bireysel özelliklerden biri de kişinin başa çıkma sürecinde din ve maneviyatına karşı takındığı tutumdur. Bu tutum kimi zaman olumlu kimi zaman ise olumsuz olmakta ve “dini başa çıkma (DBÇ)” olarak adlandırılmaktadır. Stres kişiyi örseleyici olduğu durumda travma ismini alır. Travma sonrası stres ise kimi zaman birebir yaşanan kimi zaman tanık olunan veya öğrenilen, hoş olmayan detayların zihinde tekrarlanması ile zamansız yoğun stres döngülerin yaşanması olarak karakterizedir. Yapılan araştırmalara göre travmatik bir durumdan her birey farklı şekilde etkilenmektedir. Kimine yalnızca stresli bir durum olan diğerine ömür boyu unutamayacağı travmatik bir yaşantı olabilir. Ayrıca her iki kişi için de travma olsa bile kimi insanlar yoğun Travma Sonrası Stres Bozukluğu semptomları gösterirken kimi insanlar yaşadıkları bu travmadan ders çıkarma girişiminde bulunabilirler. İnsanların travmadan sonra geçmiş yaşantılarını yorumlamaları, gelecek hayatlarını şekillendirmeleri ve şu anki yaşantılarını daha pozitif yönde gerçekleştirmeleri “Travma Sonrası Büyüme (TSB)” olarak isimlendirilmiştir. Bu çalışmada Türkiye’de 6 Şubat 2023 tarihindeki depremi yaşayan üniversite öğrencilerinin dini başa çıkma tarzlarına göre travma sonrası büyüme düzeyleri incelenmiştir. Çalışmada nicel araştırma yapılmış olup 318 katılımcıya anket uygulaması yapılmıştır. Kağan ve arkadaşlarının (2012) Türkçeye uyarladıkları Travma Sonrası Büyüme Envanteri ile Ekşi ve Sayın (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan “Dini Başa Çıkma Ölçeği” kullanılmıştır. Hitit Üniversitesi öğrencisi olup 6 Şubat 2023 tarihinde afet bölgesi ilan edilen illerin herhangi birinde depremi yaşamış olan kişiler katılımcı olarak belirlenmiştir. Neticede ise depremin hissedilme merkezlerine göre iller arasında yorumlama yapılmıştır. Cinsiyet, yaş değişkenlerinin yanı sıra deprem nedeni ile fiziksel olarak katılımcıların en sık başvurdukları dini başa çıkma tarzlarına göre travma sonrası büyüme düzeyleri arasındaki farka bakılmıştır. Neticede; 18-25 yaş aralığında olan katılımcıların olumlu dini başa çıkma düzeyi 26-30 yaş ve 30 üzeri yaşta bulunan katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksektir. Deprem sebebi ile fiziksel sağlık sorunu yaşamış olan katılımcıların olumlu dini başa çıkma oranı deprem nedeni ile fiziksel herhangi bir tanı almamış olanlara nazaran fazla bulunmuştur. Kadın katılımcıların genel olarak travma sonrası büyüme düzeyi erkek katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ek olarak kadın katılımcıların travma sonrası büyüme çeşitlerinden bireysel algıda değişim düzeyi erkek katılımcılardan anlamlı düzeyde fazladır. Literatürde yer alan birçok çalışma neticesinin aksine 26-30 yaş ve 30 yaş üzeri katılımcıların yaşam felsefesinde değişim oranları 18-25 yaş diliminde olan katılımcılara nazaran yüksek bulunmuştur. Olumlu dini başa çıkmayı kullanan katılımcıların travma sonrası büyüme düzeyi olumsuz dini başa çıkmayı kullananlara kıyasla yüksektir. Ayrıca olumlu dini başa çıkma stratejilerine sıklıkla başvuran bireylerin travma sonrası büyümenin alt faktörlerinden olan bireysel algıda değişim düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler

Din Psikolojisi, Travma Sonrası Büyüme, Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma, Deprem

Atıf Bilgisi

Akkaya Türkol, Yeliz. "Türkiye'de 6 Şubat 2023 Depremini Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Dini Başa Çıkma Tarzlarına Göre Travma Sonrası Büyüme Düzeyleri". *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 12/1 (Mart 2025), 43-71. <https://doi.org/10.51702/esoguifd.1576512>

Geliş Tarihi	30.10.2024
Kabul Tarihi	05.01.2025
Yayın Tarihi	15.03.2025
Değerlendirme	İki Dış Hakem / Çift Taraflı Körleme
Etik Beyan	Bu çalışmada kullanılan veriler, Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurulu tarafından 07.10.2024 tarih ve 2024/266 sayılı kararı ile onaylanmış etik kurul izni kapsamında toplanmıştır. Çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur.
Benzerlik Taraması	Yapıldı – Turnitin
Etik Bildirim	ethicilahiyat@ogu.edu.tr
Çıkar Çatışması	Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.
Finansman	Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır.
Telif Hakkı & Lisans	Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.



Post-Traumatic Growth Levels of University Students Who Experienced the February 6, 2023 Earthquake in Türkiye Based on Their Religious Coping Styles

Yeliz Akkaya Türkol

0000-0003-1055-1562 | yelizakkayaturkol@hitit.edu.tr

Hitit University, Vocational School of Health Services, Child Protection and Care Services Program, Çorum, Türkiye

ROR ID: [01x8m3269](https://orcid.org/01x8m3269)

Abstract

Psychological pressure, as impactful as physical pressure, encompasses all efforts made to alleviate stress, referred to as “coping”. One of the individual characteristics influencing the process from interpreting stress to coping with it and accepting its outcomes is a person’s attitude toward religion and spirituality during the coping process. This attitude can be either positive or negative and is termed “religious coping (RC)”. Stress, when it becomes overwhelming, transitions into trauma. Post-traumatic stress is characterized by intrusive and recurring cycles of intense stress triggered by unpleasant memories, whether directly experienced, witnessed or learned secondhand. Research indicates that individuals respond differently to traumatic events. What might be a mere stressful situation for one individual could be a lifelong traumatic experience for another. Furthermore, even among those who experience trauma, some may exhibit severe symptoms of Post-Traumatic Stress Disorder, while others may engage in reflective efforts to derive lessons from their experiences. This process of reevaluating past experiences, shaping their future life paths, and adopting a more positive perspective on the present is referred to as “Post-Traumatic Growth (PTG)”. This study examines the post-traumatic growth levels of university students in Türkiye who experienced the February 6, 2023, earthquake, based on their religious coping styles. Utilizing quantitative research design, surveys were administered to 318 participants. Data collection instruments included the Turkish adaptation of the Post-Traumatic Growth Inventory (Kağan et al., 2012) and the Religious Coping Scale (Ekşi & Sayın, 2016). Participants were selected from among Hitit University students who experienced the earthquake in one of the provinces designated as disaster areas on February 6, 2023. Comparisons were made between provinces based on their proximity to the earthquake epicenter. Variables such as gender, age, and the presence of physical or psychological health issues due to the earthquake were analyzed. The study examined statistical differences in post-traumatic growth levels among participants based on their most frequently used religious coping styles. Key findings include: Participants aged 18-25 demonstrated significantly higher levels of positive religious coping compared to those aged 26-30 and over 30. Participants with physical health issues due to the earthquake exhibited higher levels of positive religious coping compared to those without such health issues. Female participants reported significantly higher levels of post-traumatic growth compared to male participants. Additionally, females showed significantly greater changes in personal perception, a subdimension of post-traumatic growth, than males. Contrary to many findings in the literature, participants aged 26-30 and over 30 demonstrated higher levels of change in life philosophy compared to those aged 18-25. Participants who employed positive religious coping exhibited higher levels of post-traumatic growth compared to those using negative religious coping. Moreover, individuals frequently employing positive religious coping strategies reported significantly greater changes in personal perception, a subdimension of post-traumatic growth.

Keywords

Psychology of Religion, Post-Traumatic Growth, Coping, Religious Coping, Earthquake

Citation:

Akkaya Türkol, Yeliz. “Post-Traumatic Growth Levels of University Students Who Experienced the February 6, 2023 Earthquake in Türkiye Based on Their Religious Coping Styles”. *Journal of Eskişehir Osmangazi University Faculty of Theology* 12/1 (March 2025), 43-71. <https://doi.org/10.51702/esoguifd.1576512>

Date of Submission	10.30.2024
Date of Acceptance	01.05.2025
Date of Publication	03.15.2025
Peer-Review	Double anonymized / Two External
Ethical Statement	The data used in this study were collected under ethics committee approval granted by Hitit University Non-Interventional Ethics Committee, dated 07.10.2024, with decision number 2024/266. 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.
Plagiarism Checks	Yes – Turnitin
Complaints	ethicilahiyat@ogu.edu.tr
Conflicts of Interest	The author has no conflict of interest to declare.
Grant Support	The author acknowledges that she received no external funding in support of this research.
Copyright & License	Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0 .

Giriş

Stres, insanın hayatta kalmasını sağlayan ve neslin devamına imkân veren en önemli ruhsal, fiziksel ve sosyal reaksiyondur.¹ Stres kimi zaman kişiyi motive ederek yüksek performans göstermesini sağlasa da sonuçta bireyi zorlayan bir olgudur.² Elemden kaçıp hazza yönelen insan için stres bir an önce kurtulmak istenilen durumdur. İnsanın stres anında verdiği mücadele “Başa Çıkma” olarak tanımlanmıştır.³

İnsanların stres ile başa çıkma davranışlarını inceleyen Carver, Scheier ve Weintraub temelde 14 başa çıkma stratejisi kullanıldığını belirtmişlerdir. Onlara göre insanlar kendini sınırlandırma, madde kullanma, yadsıma, zihinsel olarak ilgiliyi kesme, davranışsal olarak ilgiyi kesme gibi problemlerden uzaklaşarak başa çıkma stratejileri uygulayabilmektedir. Ya da aktif başa çıkma, kabullenme, planlama, duygusal sosyal destek kullanma, araçsal sosyal destek kullanma, duyguları dışa vurma gibi problemin çözümüne yönelik başa çıkma stratejisi uygulanabilmektedir. Bunlardan farklı olarak ise insanlar mizahi yaklaşım, olumlu yönden yeniden yorumlama gibi farklı bakış açıları geliştirerek stres ile başa çıkabilmektedir. Bir diğer başa çıkma stratejisi ise dine yönelmedir. Dine yönelmede kişi; Allah’tan yardım isteme, dini inancından güç alma ve dini ritüelleri çoğaltma gibi teknikler kullanarak stres ile başa çıkmaktadır.⁴ Birey kendisi dini sistem içerisinde ne kadar yer alıyorsa dini başa çıkmadan o denli faydalanmaktadır. Buradaki önemli bir fark içsel veya dışsal dindarlık yaşayanlardır. İçsel yönelime sahip bireylerin stres anında Allah’a yönelerek arayış içerisine girdiklerini, dışsal dini yönelime sahip bireylerin ise daha çok sorumluluğu üzerlerine almadan işlevsel kullanarak olayın kendi lehine çözümlenmesi için Allaha yöneldikleri görülmüştür.⁵

Baş a Çıkma, kişiyi tehdit eden stres kaynağının çözümü üzerine çabayı anlatan “Problem Odaklı Baş a Çıkma” ve kişinin stres unsuruna yönelik kendi duygu, düşünce ve davranışlarını değiştirme çabasını anlatan “Duygu Odaklı Baş a Çıkma” olarak temelde ikiye ayrılmaktadır. İnsanlar stres karşısında her iki stratejiyi birlikte uygularlar.⁶ Abanoz’a göre din; hayatı değerli görmeyi aşılıyıp, kişiyi cesaretlendirerek problem odaklı baş a çıkmaya, stres kaynağını anlamlandırma, sürece katlanma ve sabırlı olmaya yardım ettiğinden duygu odaklı baş a çıkmaya yönlendirmektedir.⁷

İnsanoğlunun metafiziksel yapısı baş a çıkma esnasında bireyin maneviyatının da işin içine girmesini sağlar. Kimi bireyler stresten kurtulmak için Allah’a yakarırken, kimi bireyler ise bu

¹ Acar Baltaş - Zuhul Baltaş, Stres ve Baş a Çıkma Yolları (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2002), 13-19.

² Charles G. Morris, Psikolojiyi Anlamak, çev. Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl (Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2002), 492-493.

³ Richard S. Lazarus, “From Psychological Stress To The Emotion”, Annual Review Psychology 44 (1993), 8-10.

⁴ Charles S. Carver vd., “Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach”, Journal of Personality and Social Psychology 56/2 (1989), 267-283 Akt. Mine Sayın, Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış, Kendini Affetme ve Baş a Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkiler Örüntüsü: Bir Yol Analizi Çalışması (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017), 14-16.

⁵ Ali Ayten, Tanrı’ya Sığınmak, Dini Baş a Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma (İstanbul: İz Yayıncılık, 2012), 41.

⁶ Richard Lazarus- Susan Folkman, Stress, Appraisal, and Coping (New York: Springer, 1984), 121-128.

⁷ Süleyman Abanoz, “Türkiye’de Yapılan ‘Dini Baş a Çıkma’ Konulu Araştırmalar Hakkında Bir Değerlendirme”, Eskiye ni 40 (2020), 407-409.

musibeti kendisine verdiği için dolayı Allah’a karşı kızgınlık hissetmektedir. Örneklerden de anlaşılacağı gibi kişinin stres altında Allah’a ve dine karşı tutumu ikiye ayrılmaktadır. Bu ayrım olumlu dini başa çıkma (DBÇ) ve olumsuz dini başa çıkma (DBÇ) olarak isimlendirilmektedir.⁸ Bu çalışmada da olumlu dini başa çıkma tarzını kullanan bireyler ile olumsuz dini başa çıkma tarzını kullanan bireylerin Travma Sonrası Büyüme (TSB) oranları arasındaki fark incelenerek yorumlanacaktır.

Stres yoğunluğu her zaman aynı düzeyde hissedilmemektedir. Kimi zaman aynı stres faktörüne tekrar maruz kalmak, kimi zaman alınan sosyal destek, kimi zaman o anki bireyin ruh hâli hissedilen stres düzeyini değiştirmektedir. Kişinin stres etkenini ekarte edebileceğine dair inancı, stres faktörünü kontrol edebilme olanağı ya da önceden stresin tahmin edilebilirliği hissedilen stres yoğunluğuna etki eden faktörlerdendir. Tüm bunların yanı sıra kişinin maneviyatından güç alabilmesinin de stres yoğunluğuna etki ettiği bilinmektedir.⁹

Stres konusunda çalışmaları ile öncü olan Lazarus’a göre stres ile başa çıkmanın başarılı olması için önemli üç etken bulunmaktadır. İlki; kişinin stres sürecinin sonucuna dair beklentisi, ikincisi kişinin kendi kapasitesine dair inancı ve son olarak kişinin suçlayıcı tutumudur.¹⁰ Olumsuz DBÇ’de birey karşılaştığı stres faktörünü Allah’ın kendisine verdiği bir ceza olarak düşünerek Allah’a karşı öfke, kızgınlık, uğursuz dünya algısı, şerre yorma, kişiler arası ilişkilerden hoşnutsuzluk duygularına kapılabilmektedir. Olumlu dini başa çıkmada Allah’ı suçlamak yerine stres faktörünü Allah’ın sınaması olarak nitelendirip stres ile başa çıkarken Allah’a dua etme, yakarma, dine yönelme, dönüşüm, hayra yorma ve istikamet arayışı mevcuttur.¹¹ Bu sebeple stres ile başa çıkma ile dini başa çıkma birebir ilintilidir.

Kurumsal dinler öğretileri, ibadetleri, emir ve yasakları ile insanların yoğun stres altına girmelerini engeller.¹² Bu yönleri ile tedaviden çok kurumsal dinlerin ruh sağlığını koruyucu özellikleri öne çıkmaktadır. Psikoterapi, farmakoterapi, sosyal etkinlikler, fiziksel etkinliklerin yanı sıra dini etkinlikler stres karşısında inanan insana ek bir başa çıkma stratejisi sunmaktadır.¹³ Ancak yapılan çalışmalara göre olumlu DBÇ stratejileri stres ile başa çıkmaya olumlu etkiye bulunmaktadır. Olumsuz DBÇ teknikleri ise stresle başa çıkma sürecine “Allah ve din ile savaşmayı” eklediğinden dolayı stres ile başa çıkmayı zorlaştırmaktadır.¹⁴ Olumlu DBÇ’nin

⁸ Kenneth I. Pargament vd., “God Help Me (I): Religious Coping Efforts as Predictors of the Outcomes to Significant Negative Life Events”, *American Journal of Community Psychology* 18/6 (1990), 814-820.

⁹ Mehmet Palancı, *Algılanan Kontrol Düzeyine Bağlı Olarak Farklılaşan Stresle Başa Çıkma Davranışları*, (Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2000), 48-49.

¹⁰ Richard S. Lazarus, “Cognition and Motivation in Emotion”, *American Psychologist* 46 (1991), 352-367.

¹¹ Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping* (New York: Guilford Press, 1997), 226-228; Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri Üzerine Bir Değerlendirme”, Çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5/1 (2005), 279-313.

¹² Pargament, “God Help Me (I): Religious Coping Efforts as Predictors of the Outcomes to Significant Negative Life Events”, 814-820.

¹³ Kenneth I. Pargament, “Tanrım Bana Yardım Et-Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, Çev. A. Albayrak, *Tabula Rasa* 9 (2003), 225-226.

¹⁴ Kenneth I. Pargament, “Religious Coping Methods as Predictors of Psychological, Physical and Spiritual Out Comes Among Medically Ill Elderly Patients: A Two-Year Long Itudinal Study”, *Journal of Health Psychology* 9/6 (2004), 728.

psikolojik sağlamlığı artırdığı, kişide bulunan stres düzeyi ile kişinin hissettiği stres düzeyini azalttığı araştırmalardan elde edilen bilgilerdir.¹⁵

DBÇ'nin tanımını yapan Kenneth Pargament stres sürecine DBÇ'nin üç aşamada dâhil olduğunu açıklamıştır. Pargament, insanların yaşadıkları stresin kaynağını açıklamaya çalışırken, stres ile mücadele ederken ve stres bittikten sonra sonuçları değerlendirirken din ve maneviyatlarına göre çıkarımlar yaptıklarını belirtmiştir.¹⁶ Pargament'e göre birey stres ile başa çıkarken dini beş aşamada kullanmaktadır. İlki birey stresi anlamlandırırken, ikincisi Allah'tan yardım isteyerek stresi kontrol etmeye çabalarken, üçüncüsü Allah'a güven duyarak, dördüncüsü dindeki sosyalleşme ve dayanışmayı kullanarak dini başa çıkmayı stresle başa çıkmaya entegre etmektedir. Dinin stres sürecinde beşinci kullanıldığı yer olarak Pargament stres süreci bittikten sonra kişilerin hayatlarını sorgulayıp tekrar önem sıralaması yaparken din ve maneviyatını işlevsel bir şekilde kullandığını belirtmiştir.¹⁷ Bu açıklama DBÇ ile TSB arasındaki ilişki ve etkileşimin özünü oluşturmaktadır.

Stres kimi zaman geç saatte gelen bir telefon olarak insanın karşısına çıkarken kimi zaman ölümcül bir hastalık ya da büyük bir afet olarak büyüklüğü değişmektedir. Ancak stresli bir yaşantıya travma denilebilmesi için belli kriterler mevcuttur. Psikoloji temel tanı kitabı DSM-5-TR'de yoğun stresi anlatan "Travma"; kişinin örseleyici bir olay yaşaması, başkalarının yaşadıkları travmatik olaylara şahit olması veya bunları öğrenmesi, travmatik olaylar sonucu yakınlarını kaybetmesi ve travmatik olayların hoş olmayan detaylarına tekrarlayan ya da aşırı biçimde maruz kalması olarak tanımlanmıştır.¹⁸

Yaşanan stres kimi zaman insan psikolojisinde atlatılamayan döngü olarak bulunmakta ve ruh sağlığında "Travma Sonrası Stres Bozukluğu" ismini almaktadır.¹⁹ Travma Sonrası Stres Bozukluğu herhangi bir tehdit bulunmadığı durumda dahi bireyin önceden yaşamış olduğu stresi yoğun bir şekilde hissetmesi ve semptomlarını göstermesi olarak özetlenebilir. Ancak yapılan araştırmalara göre travmatik durumdan herkes aynı şekilde etkilenmemektedir. Kimi insanlar yoğun Travma Sonrası Stres Bozukluğu semptomları gösterirken kimi insanlar yaşadıkları bu travmadan ders çıkarma girişiminde bulunmakta ve yeni bir hayata tutunmaya çalışmaktadır.

¹⁵ Fayeze Azez Mahamid - Dana Bdier, "The Association Between Positive Religious Coping Perceived Stress and Depressive Symptoms Durig the Spread of Coronavirus (Covid-19) Among a Sample of Adults in Palestine: Across Sectional Study", *Journal of Religion and Health* 60/1 (2021), 47-49; Younkyung Lee, "The Relationship of Spiritual Well- Being and Involvement With Depression and Perceived Stress in Korean Nursing Students", *Global Journal Of Health Science* 6/4 (2014), 174-176; Anthony Fabricatore vd., "Stress, Religion and Mental Health: Religious Coping In Mediating and Moderating Roles", *The International Journal for the Psychology of Religion* 14 /2 (2004), 100-108; Erkan Kavas, "Dini Tutum - Stresle Başa Çıkma İlişkisi", *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 37 (2013), 165; Muharrem Bilal Çolak, *İşsizlik, Stres ve Dini Başa Çıkma* (Çorum: Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 193-198.

¹⁶ Pargament, "Tanrım Bana Yardım Et-Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru", 207-215.

¹⁷ Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 226-258.

¹⁸ Amerikan Psikiyatri Birliği. *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı* (5. baskı)-Diagnostic and Sstatistical Manual of Mental Disorders V, Çev. Ed. Ertuğrul Köroğlu (İstanbul: Hekimler Yayın Birliği, 2013), 472.

¹⁹ Gerald S. Davidson - Jhon M. Neale, *Abnormal Psychology*, çev. İhsan Dağ (Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları 2004), 152-155.

Oldukça zorlayıcı bir yaşam koşuluyla mücadelenin sonucu olarak yaşanan olumlu psikolojik değişim birçok travma yaşamış insanın hayatında gözlenmiştir. Hayatı anlamlandırmadan, kişinin kendisini değerlendirmesine, geçmiş yaşantısını yorumlamaktan gelecek planlarının şekillenmesine değin yaşanan olumlu değişim “Travma Sonrası Büyüme” olarak tanımlanmıştır.²⁰ Travma sonrasında var olan yaşantıya olumlu yönde yön vermeye etki eden faktörler ise henüz tam olarak belirlenmiş değildir. Bu çalışmada da olumlu ve olumsuz dini başa çıkma tarzlarını kullanan bireylerin travma sonrası büyüme düzeyleri arasındaki fark incelenerek cevap aranmaktadır.

DBÇ konusunun öncüsü Pargament, yaşanan stresli durumdan sonra kişilerin öncelik sıralarının değiştiğini belirtmiştir.²¹ Pargament’in kıstaslarına göre; insanların kontrol edemedikleri, zamanını tahmin edemedikleri ve soyut, yıkıcı ve hayati riskli yoğun stres oluşturan depremler travmatik bir afet mahiyetindedir.²² Türkiye’de 6 Şubat 2023 tarihinde 7.7 ve 7.6 büyüklüklerindeki depremlerde resmi rakamlara göre 53.537 kişi hayatını kaybetmiştir.²³ Bu çalışma hem dünya hem ülke literatüründe yakın tarihte yaşanan ve asrın felaketi olarak nitelendirilen depremin afetzedeleri ile ilgili orijinal bilgi vermeye hedeflemektedir. Çalışmada Türkiye’de 6 Şubat 2023 tarihinde afet bölgesi ilan edilen 11 ilde depremleri yaşayan üniversite öğrencilerinin olumlu ya da olumsuz DBÇ çeşitlerine göre TSB düzeyleri demografik bilgiler ile incelenecektir. Çalışmanın hipotezleri ise aşağıda belirtilmiştir.

1. Kadınların travma sonrası büyüme oranları erkeklere kıyasla yüksektir.
2. Yaşı 26-30 ve 30 üzeri olanların travma sonrası büyüme oranları yaşı 18-25 olanlara kıyasla yüksektir.
3. Eğitim düzeyi lisans ve lisansüstü olanların travma sonrası büyüme düzeyleri eğitim düzeyi ön lisans olanlara kıyasla yüksektir.
4. Yaşanan depremde fiziksel sağlık sorunu yaşayan bireylerin travma sonrası büyüme oranları yaşanan depremde fiziksel sağlık sorunu yaşamayan bireylere kıyasla yüksektir.
5. Yaşanan deprem sonrası psikolojik sağlık sorunu yaşayan bireylerin travma sonrası büyüme oranları deprem sonrası herhangi bir psikolojik sağlık sorunu yaşamayanlara nazaran yüksektir.
6. Depremi “Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya” illerinde yaşayan bireylerin travma sonrası büyüme düzeyleri “Gaziantep, Osmaniye, Kilis, Diyarbakır, Şanlıurfa, Adana, Elazığ” illerinde depremi yaşayanlardan yüksektir.
7. Olumlu DBÇ’yi daha fazla kullanan bireylerin TSB düzeyleri olumsuz DBÇ’yi daha fazla kullanan bireylerin TSB düzeylerinden yüksektir.

Çalışmanın temel problemi ise olumlu DBÇ stratejilerine olumsuz DBÇ stratejilerinden daha fazla başvuran bireylerin TSB düzeylerinin, olumsuz DBÇ stratejilerini olumlu DBÇ stratejilerine kıyasla sıklıkla kullanan bireylerin TSB düzeylerinden fazla olup olmadığını test etmektir. Bu

²⁰ Richard G. Tedeschi - Lawrence G. Calhoun, “The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma”, *Journal of Traumatic Stress* 9/3 (1996), 521.

²¹ Pargament, *The Psychology of Religion and Coping*, 226-258.

²² Palancı, *Algılanan Kontrol Düzeyine Bağlı Olarak Farklılaşan Stresle Başa Çıkma Davranışları*, 48-49.

²³ Afet ve Acil Durum Yönetim Başkanlığı (AFAD), “Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı” (Erişim 24 Eylül 2024).

hipotez ise aşağıda tanımlanmıştır. Çalışmanın nasıl ve kimler ile yapıldığı bilgisi yöntem kısmında verilmiş bulgular kısmında ise cinsiyet, yaş, eğitim, fiziksel sağlık, psikolojik sağlık ve depremin hissedildiği illere göre DBÇ tarzları ve TSB düzeyleri incelenmiştir.

1. Yöntem

1.1. Araştırma Modeli

Araştırmamızda betimsel araştırma yöntemi kullanılarak, olgular arasındaki ilişkiyi gözler önüne sermek hedeflenmektedir. Bu amaçla ortaya konan hipotezler test edilecektir. Bunun için geçerlik ve güvenirlik düzeyleri yüksek ve kabul görmüş olan anketler kullanılacaktır. Katılımcıların evreni temsil etmesi için evrenden random ve orantısız seçimler yapılarak örneklem grubu oluşturulmuştur. Örneklem grubuna anket soruları yöneltilerek bağımlı ve bağımsız değişkenlerimiz arasında fark olup olmadığı incelenecektir.

1.2. Evren ve Örneklem

Araştırmada Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD) tarafından depremi yaşayan iller olarak belirlenen 11 ilde 6 Şubat 2023 tarihinde bulunarak bizzat depremi yaşamış Hitit Üniversitesi öğrencileri katılımcı olarak belirlenmiştir. Araştırmaya bu 11 il dışında depremi yaşayan öğrenciler yani 6 Şubat 2023 tarihinde bu illerde bulunmayanlar ile 6 Şubat 2023 tarihinde Hitit Üniversitesi öğrencisi olmayanlar ve gönüllü katılım sağlamayanların verileri dâhil edilmemiştir.

Hitit Üniversitesi Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı ile yapılan yazışmalar sonucunda edinilen bilgiye göre; Hitit Üniversitesinin 6 Şubat depremini yaşayan 1850 öğrencisi bulunmaktadır. Evrenin %95 güven aralığına göre minimum 318 kişilik örnekleme anket uygulanması gerekmektedir. Araştırmaya katılan 335 öğrencinin 225 'i kadın (%67,2), 110'u (%32,8) erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

1.3. Veri Toplama Teknikleri

Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurul'unun 07/10/2024 tarihindeki 2024/266 Sayılı Onayından sonra 2024 güz döneminde Ekim ayında Elektronik Form (e-Form) anket uygulaması yapılmıştır. Bir anket yaklaşık 15-20 dakika sürmektedir. Anketin ilk sorusunda araştırmaya "devam etmek istiyorum" ve "devam etmek istemiyorum" şıkları sunularak gönüllü katılım sağlanmıştır.

1.4. Ölçme Araçları

1.4.1. Kişisel Veriler Formu

Stres ile başa çıkmaya fiziksel ve ruhsal sağlık, yaş, cinsiyet, eğitim, kişinin sosyal çevresi, ekonomik durumu gibi demografik özellikler ile manevi durum birebir etki etmektedir.²⁴ Bu çalışmada da cinsiyet, yaş, depremde fiziksel sağlık sorunu yaşama durumu, psikolojik sağlık

²⁴ Şükran Çevik Demir, Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma (Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2013), 205-212; İlhan Topuz, Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma (Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2003), 156-158.

sorunu yaşama durumu ve depremin yaşanıldığı il yoklanacaktır. Ölçeklerden önce Kişisel Veriler Formunda yer alan sorular ve seçenekler şu şekildedir; “Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyor musunuz?” (Evet, Hayır), “Hitit Üniversitesi öğrencilik durumunuz nedir?” (6 Şubat tarihinde Hitit Üniversitesi öğrencisi değil, Ön lisans öğrencisi, Lisans öğrencisi, Lisansüstü öğrencisi), “Depremi yaşadığınız il aşağıdakilerden hangisidir?” (Kahramanmaraş, Adıyaman Hatay, Malatya, Gaziantep, Adana, Kilis, Osmaniye, Diyarbakır, Şanlıurfa, Elazığ, Diğir), “Cinsiyetiniz nedir?” (Erkek, Kadın), “Yaşınız nedir?” (18-25,26-30, 30 üzeri) “Depremde ciddi fiziksel sağlık sorunu yaşayarak tanı ve tedavi aldınız mı?” (Evet- Hayır), “Depremden sonra psikolojik sağlık sorunu yaşayarak tanı ve tedavi aldınız mı?” (Hayır, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Depresyon, Yaygın Anksiyete Bozukluğu, OKB, Panik Bozukluk, Sosyal Kaygı Bozukluğu, Fobiler, Seçici Konuşmazlık, Ayrılık Anksiyetesi, Diğir).

1.4.2. Travma Sonrası Büyüme Envanteri

Travma Sonrası Büyüme Envanteri (TSBE) Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilmiştir.²⁵ Kağan ve arkadaşlarının (2012) çalışması, ölçeğin yapısal eşitlik modelini test ederek ölçeğin üç faktörlü hâlinin Türkçe versiyonu için geçerli olduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırmada izinleri alınarak TSBE’nin üç faktörlü versiyonu kullanılacaktır. Envanter 21 sorudan oluşan 6’lı Likert olup 0-105 arasında puan alınabilmektedir. Yüksek puan TSB derecesinin arttığını göstermektedir. Kağan ve arkadaşlarının yapısal eşitlik modeliyle inceledikleri envanter üç alt faktör etrafında toplanmakta olup iç tutarlılık sayıları şu şekildedir; "Benlik algısındaki değişim" .78, "yaşam felsefesinde değişim" .77 ve "ilişkilerde değişim" .92.²⁶

Bu çalışmada ise ölçeğin tümü için hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı .90’dır. Bu araştırmada TSBE’nin üç faktörlü versiyonu kullanılmıştır. Benlik Algısındaki Değişim, Yaşam Felsefesinde Değişim ve Başkalarıyla İlişkilerde Değişim alt boyutları için ise iç tutarlılık katsayısı sırasıyla .85, .75 ve .77’dir.

1.4.3. Dini Başa Çıkma Ölçeği

Pargament ve arkadaşlarının geliştirmiş oldukları “Dini Başa Çıkma Ölçeği” (Religious Coping Scale-RCOPE) DBÇ etkinliklerine insanların ne sıklıkla başvurduğunu ölçmeyi amaçlamaktadır. Pargament ve arkadaşlarının 1998 yılında yapmış oldukları bu çalışmanın kısa formunun Türk kültürüne uyarlanması 2016 yılında Ekşi ve Sayın tarafından gerçekleştirilmiş ve AGP Beşeri ve Sosyal Bilimler Konferansı’nda bildiri olarak sunulmasıyla literatüre girmiştir. Dini yönelimin yönüne göre “Olumlu DBÇ” ve “Olumsuz DBÇ” alt boyutları bulunan 10 maddelik ölçekte; 7 olumlu (1,2,3,4,5,6,7) ve 3 olumsuz (8,9,10) ifade bulunmaktadır. Dörtlü Likert tipi ölçeğin ters puanlanan maddesi bulunmamaktadır. Bu ölçek neticesinde her bireyin hem olumlu hem olumsuz DBÇ düzeyi belirlenerek tek bir DBÇ skoru elde edilmemektedir. Alt boyuttan alınan düşük puan bu DBÇ etkinliğine az başvuru yaptığını, yüksekliği ise sıklıkla kişinin başvurduğunu ifade etmektedir. DBÇ Ölçeği’nin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. DFA sonucunda, 10 madde ve 2 faktörlü model için hesaplanan uyum indeksi değerlerinin ($\chi^2/sd = 2,58$; RMSEA= .049; SRMR= .20; GFI= .94; CFI = .95; NFI = .98; NNFI = .93) kabul

²⁵ Tedeschi - Calhoun, “The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma”, 455-471.

²⁶ Mücahit Kağan vd., “Travma Sonrası Büyüme Envanterinin Türkçe Versiyonun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı”, *TAF Preventive Medicine Bulletin* 11/5 (2012) ,617-624.

edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. Olumlu DBÇ alt ölçeği için güvenilirlik katsayı değeri $\alpha = .91$, olumsuz DBÇ alt ölçeği için güvenilirlik katsayı değeri $\alpha = .86$ olarak hesaplanmıştır.²⁷ Bu çalışmada ise DBÇ Ölçeği'nin güvenilirlik katsayı değeri $\alpha = .76$ olumlu DBÇ güvenilirlik katsayısı $\alpha = .77$ ve olumsuz DBÇ güvenilirlik katsayısı $\alpha = .81$ bulunmuştur.

1.5. Uygulanan Analizler

Araştırmada olumlu ve olumsuz DBÇ tarzını benimseyen katılımcıların TSB düzeyleri arasındaki farka bakılmıştır. Demografik veriler ile bağımlı değişkenler aralarında fark analizleri yapılmış ve yorumlanmıştır. Bağımsız değişken kategorilerinde birey sayısının 30 ve yukarı olması durumunda ve değişkenlerin normal dağılıma ölçütlerine göre bağımsız t testi uygulaması yapılmıştır. Kategorilere düşen birey sayısının 30 kişiden az olma ve değişkenlerin parametrik olamaması durumunda ise Mann Whithney U testleri uygulanmıştır.

2. Bulgular ve Tartışma

Hitit Üniversitesinde eğitim gören 1580 öğrencinin afet bölgesinden olduğu tespit edilmiş buna göre de çalışmaya en az 318 öğrencinin katılması gerektiği anlaşılmıştır. Yaptığımız çalışmaya 347 kişi katılmış olup ilk soru olan “Araştırmaya katılmayı kabul ediyor musunuz?” sorusuna 4 kişi hayır cevabı vererek anket sonlandırılmıştır. Ayrıca “6 Şubat Depreminde hangi ilde yaşadınız?” sorusuna afet bölgesi olan 11 ilin yanı sıra “Diğer” seçenek olarak sunulmuş ve “Diğer” seçeneğini işaretleyen 5 katılımcının verileri analize dâhil edilmemiştir. İstatistik analizleri esnasında normal dağılımı etkileyen tüm sorulara aynı cevabı veren 3 kişinin verileri de analizden çıkarılmıştır. Neticede çalışmada 335 kişinin verileri kullanılmıştır. Böylelikle araştırmaya rızası olan ve araştırmamızın katılım şartlarını taşıyan gönüllü bireylerin katılımı sağlanmıştır.

Demografik verilerin dağılımlarına bakıldığında 110 erkek (%32,8), 225 kadın (%67,2) katılımcı mevcuttur. Kadın örneklem erkek örnekleminde sayıca fazladır. Ön lisans 111 (%33,1), lisans 222 (%66,3) ve lisansüstü eğitimi gören 2 (%0,6) katılımcı olup lisansüstü ile lisans mezunlarının verileri (%66,9) birleştirilmiştir. Yaş demografik özelliğine bakıldığında 18-25 yaş aralığında 281(%83,9), 26-30 yaş aralığında 33 (%9,9) ve 30 üzeri 21 (%6,3) katılımcıdan veri elde edilmiştir. Verilerin daha net sonuçlar vermesi ve yorumlanabilmesi için 26-30 yaş ile 30 üzeri yaş kategorileri (%16,1) birleştirilmiştir. Ayrıca “Depremi hangi şehirde yaşadınız?” sorusuna; seçeneklerden Kahramanmaraş 100 (%29,9), Adıyaman 32(%9,6), Hatay 28(%8,4) ve Malatya 10 (%3,0) katılımcı tarafından işaretlenmiştir. Gaziantep 26(%7,8), Osmaniye 8 (%2,4), Kilis 2 (%0,6) Adana 44 (%13,1), Diyarbakır 17 (%5,1), Şanlıurfa 56 (%16,7) Elazığ 12(%3,6) kişi tarafından işaretlenmiştir. Deprem en yıkıcı olduğu Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya illerinin verileri birleştirilmiş ve yarı yarıya (%50,9) veri elde edilmiştir. Gaziantep, Osmaniye, Kilis, Adana, Diyarbakır, Şanlıurfa, Elazığ illerini işaretleyen katılımcıların verileri de ayrıca birleştirilerek (%49,1) analiz edilmiştir. Depremden sonra psikolojik tanı ve tedavinin yoklandığı maddeye 230 kişi (%68,7) “Hayır” cevabını vermiştir. Travma Sonrası Stres Bozukluğunu 26 kişi

²⁷ Halil Ekşi - Mine Sayın, “The Adaptation of Religious Coping Scale into Turkish Language: A study of Bilingual Equivalence, Validity and Reliability”, Paper Presented at the AGP Humanities and Social Sciences Conference, (Germany: BAU International Berlin University, 19-22 May 2016).

(%7,8), Depresyonu 20 kişi (%6,0), Panik Bozukluğunu 24 kişi (%7,2), Sosyal Kaygı Bozukluğunu 4 kişi (%1,2), Fobiye 12 kişi (%3,6) Ayrılık Anksiyetesini 6 kişi (%1,8) ve diğer seçeneğini 9 kişi (2,7) işaretlemiştir. Bu değişkende ise herhangi psikolojik tanı ve tedavi almayanlar (%68,7) ile tanı ve tedavi alanların verileri birleştirilerek (%31,3) analize tabi tutulmuştur. Deprem sebebi ile fiziksel sağlık sorunu yaşayan 17 kişiye (%5,1) ve fiziksel sağlık sorunu yaşamayan 318 kişi (%94,9) kişiye ulaşılmıştır. Önemli bir veri olduğu için bu değişken analizlerinde non-parametrik testler kullanılmıştır. Tablo 1'de demografik veriler özetlenmiştir.

Tablo 1

Demografik Verilere Göre Katılımcı Özellikleri

Değişken	Düzy	n	%
Cinsiyet	Kadın	225	67,2
	Erkek	110	32,8
Yaş	18-25 yaş	281	83,9
	26-30 yaş ve 30 üzeri yaş	54	16,1
Eğitim	Ön Lisans	111	33,1
	Lisans ve Lisansüstü	224	66,9
Deprem Yaşandığı İl	Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay, Malatya	170	50,9
	Gaziantep, Osmaniye, Kilis, Adana, Diyarbakır, Şanlıurfa, Elazığ	165	49,1
Psikolojik Sağlık	Psikolojik Tanı Almayan	220	68,7
	Psikolojik Tanı Alan	115	31,3
Fiziksel Sağlık	Fiziksel Tanı Alan	17	5,1
	Fiziksel Tanı Almayan	318	94,9

Bağımsız değişken verilerinin normal dağılıp dağılmadığına bakılmıştır. Tablo 2'de çarpıklık ve basıklık değerleri verilmiştir.

Tablo 2

Bağımsız Değişkenlerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	Çarpıklık	Basıklık
Olumlu DBÇ	-0,60	0,04
Olumsuz DBÇ	-0,14	-0,90
TSB	-0,27	-0,02
Benlik Algısında Değişim	-0,50	0,06
Yaşam Felsefesinde Değişim	-0,29	-0,20
İlişkilerde Değişim	-0,15	-0,37

Tüm değişken verilerinin (-1,5 ile +1,5) arasında değer aldığı ve normal dağıldığı neticesine ulaşılmıştır.²⁸ Bağımsız değişken verilerinin normal dağılım ölçütlerine bakıldıktan sonra katılımcı kitlenin nasıl bir profile sahip olduğunu görebilmek için bağımsız değişken ortalamalarına bakılmıştır.

Tablo 3'te görüleceği üzere olumlu DBÇ'nin aritmetik ortalaması (\bar{x} = 3,48) en yüksek olup katılımcıların daha çok olumlu DBÇ'ye başvurdukları görülmüştür. Ayrıca katılımcılar olumsuz DBÇ (\bar{x} = 2,67) ortalamasına sahiptir. Katılımcıların genel olarak TSB ortalamaları ise (\bar{x} = 3,01) oldukça yüksektir. Bu değerler araştırmanın katılımcılarının olumlu DBÇ stratejilerini sıklıkla kullanan ve TSB düzeyi yüksek olan kişilerden oluştuğunu göstermektedir. Travma sonrası büyüme ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde ise benlik algısında değişim ortalamasının (\bar{x} = 3,41) yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu sonuçlar travma sonrası büyümenin katılımcı kitilde daha çok benlik algısında değişim alt faktöründe olduğunu göstermektedir. Katılımcılarda yaşam felsefesinde değişim (\bar{x} = 2,95), ilişkilerde değişim (\bar{x} = 2,27) ortalamalarının da ortaya yakın olduğu görülmektedir.

Tablo 3

Bağımsız Değişken Ortalamaları

Faktörler	\bar{x}	sd	Değer
Olumlu DBÇ	3,48	0.37	Yüksek
Olumsuz DBÇ	2,67	0.85	Orta
Benlik Algısında Değişim TSB	3.41	0.89	Yüksek
Yaşam Felsefesinde Değişim TSB	2,95	0,98	Orta
İlişkilerde Değişim TSB	2,27	1,11	Düşük
TSB	3,01	0.83	Yüksek

2.1. Demografik Verilere Dair Bulgular

2.1.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Bulgular

Cinsiyet bağımsız değişken ile olumlu DBÇ'ye dair verilere baktığımızda; kadın öğrencilerin olumlu DBÇ ortalamalarının (\bar{x} = 3,48); erkek öğrencilerin ortalamalarına (\bar{x} = 3,47) yakın olduğu görülmüştür. Yapılan t testi neticesinde ise cinsiyetler arasında olumlu DBÇ'nin anlamlı farklılaşmadığı (t = 0,41; p > 0,05) tespit edilmiştir. Cinsiyet bağımsız değişken ile olumsuz DBÇ'ye dair verilere baktığımızda; kadın öğrencilerin olumsuz DBÇ ortalamalarının (\bar{x} = 2,65); erkek öğrencilerin ortalamaları ile (\bar{x} = 2,71) yakın olduğu bilgisi elde edilmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise cinsiyetler arasında olumsuz DBÇ'nin anlamlı farklılaşmadığı (t = -0,65; p > 0,05) bilgisine ulaşılmıştır. Cinsiyet bağımsız değişken ile TSB bağımlı değişkenine dair verilere baktığımızda; kadın öğrencilerin TSB ortalamalarının (\bar{x} = 3,08); erkek öğrencilerinin ortalamalarından (\bar{x} = 2,86) büyük olduğu neticesine ulaşılmıştır. Yapılan t testi neticesinde ise cinsiyet durumları arasında TSB düzeyinin anlamlı farklılaştığı (t = 2,22; p < 0,05) tespit edilmiştir.

²⁸ Fidell Tabachnick, vd., *Using Multivariate Statistics (Six Ed.)* (Boston, MA: Pearson, 2013), 497-516.

Yapılan incelemeler neticesinde cinsiyetler arasında olumlu ve olumsuz DBÇ oranlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ancak TSB düzeyinin kadınların lehine farklılaştığı görülmüştür. Araştırmanın “Kadınların TSB oranları erkeklere kıyasla yüksektir” şeklindeki 1. hipotezi kabul edilmiştir. Bilgiler Tablo 4’te özetlenmiştir.

Tablo 4

Cinsiyete Göre DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Kadın	3,48	0,41	0,21	2,65	-0,65	0,37	3,08	2,22	0,02*
Erkek	3,47			2,71			2,86		

*p<0,05; **p<0,001

TSB Envanteri’nin alt ölçekleri ile cinsiyetler arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise cinsiyetler arasında travma sonrası bireysel algıda değişim düzeyinin anlamlı farklılaştığı (t=2,32; p<0,05) neticesi elde edilmiştir. Buradan yola çıkarak kadınların yaşadıkları deprem travmasından sonra erkeklere nazaran bireysel algılarında daha fazla değişim yaşadıkları görülmektedir. Bilgiler Tablo 5’te özetlenmiştir.

Tablo 5

Cinsiyete Göre TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Değişken	Kategoriler	Bireysel Algıda Değişim			Yaşam Felsefesinde Değişim			İlişkilerde Değişim		
		\bar{x}	t-U	P	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Cinsiyet	Kadın	3,49	2,32	0,01*	3,02	1,92	0,45	2,32	1,16	0,40
	Erkek	3,25			2,80			2,16		

*p<0,05; **p<0,001

Bu çalışmanın sonucu ile benzer olarak TSB ile cinsiyetler arasında fark olduğundan genellikle kadınların TSB oranları erkeklerden fazla bulunmuştur.²⁹ Van depremini yaşayanlar ile yapılan çalışma neticesinde de düşük düzey umutsuzluk ile orta düzey travma yaşayan kadınların TSB oranı erkeklere nazaran daha fazladır.³⁰ Benzer olarak Marmara depreminden kızların erkeklere nazaran daha fazla etkilendikleri bulunmuştur.³¹

TSB’nin kadın ve kızlarda fazla olmasının sebebinin de duygusal olarak daha fazla etkilennemelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatüre bakıldığında cinsiyetler arasında

²⁹ Catarina Ramos - Isabel Leal, “Posttraumatic growth in the aftermath of trauma: a literature review about related factors and application contexts”, *Psychology, Community & Health* 2/1 (2013), 43–54.

³⁰ Fuat Tanhan - Ferhat Kardeş, “Van Depremini Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Stres, Travma Sonrası Büyüme ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi”, *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 15/1 (2018), 29-34.

³¹ Mustafa Baloğlu vd., “The Psychological Effects of an Earthquake on Turkish College Students”, *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi* 2 (2005), 125-136.

TSB düzeyinde anlamlı farklılaşma bulunmayan araştırmalar da mevcuttur. Şimşir'in tez çalışmasında ise savaş travması ile değerler ve sosyal destek ilişkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda cinsiyetler arasında anlamlı farklılaşma gözlenmezken sosyal desteğin TSB'ye etki eden faktör olduğu neticesine ulaşılmıştır.³²

2.1.2. Yaş Değişkenine Dair Bulgular

Yaş bağımsız değişkeni ile olumlu DBÇ bağımlı değişkenine dair verilere baktığımızda; 18-25 yaş aralığında olan katılımcıların olumlu DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=3,47$); 26-30 ve 30 üzeri yaşta olan katılımcıların ortalamaları ile ($\bar{x}=3,52$) aralarında fark bulunduğu görülmüştür. Yapılan t testi neticesinde ise yaş kategorileri arasında olumlu DBÇ'nin anlamlı düzeyde farklılaştığı ($t= -0,83$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Yaş bağımsız değişken ile olumsuz DBÇ'ye dair verilere baktığımızda; 18-25 yaş öğrencilerin olumsuz DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=2,68$); 26-30 yaş ve 30 üzeri yaş aralığındaki öğrencilerin ortalamaları ile ($\bar{x}=2,60$) yakın olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Yapılan t testi neticesinde ise yaş kategorileri arasında olumsuz DBÇ'nin anlamlı farklılaşmadığı ($t=0,65$; $p>0,05$) bilgisine ulaşılmıştır. Yaş bağımsız değişken ile TSB bağımlı değişkenine dair verilere baktığımızda; 18-25 yaş öğrencilerin TSB ortalamalarının ($\bar{x}=2,98$); 26-30 yaş aralığındaki öğrencilerin ortalamalarına ($\bar{x}=3,17$) yakın olduğu sonucu elde edilmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise yaş kategorileri arasında TSB düzeyinin anlamlı farklılaşmadığı ($t= -1,57$; $p>0,05$) neticesine ulaşılmıştır. Yapılan incelemeler neticesinde yaş bağımsız değişkenine göre olumsuz DBÇ oranlarının ve TSB düzeyinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ancak yaş büyüdükçe olumlu DBÇ'ye başvurmanın arttığı söylenebilir. Araştırmanın "Yaşı 26-30 ve 30 üzeri yaş aralığında olanların TSB oranları yaşı 18-25 olanlara kıyasla yüksektir." şeklindeki 2. hipotezi desteklenmemiştir. Bilgiler Tablo 6'da özetlenmiştir.

Tablo 6

Yaşa Göre DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	P	\bar{x}	t-U	p
18-25 yaş	3,47	-0,83	0,03*	2,68	0,65	0,06	2,98	-1,57	0,70
26-30 yaş ve 30 üzeri yaş	3,52			2,60			3,17		

* $p<0,05$; ** $p<0,001$

TSBE'nin alt ölçekleri ile yaş kategorileri arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise travma sonrası yaşam felsefesinde değişim alt faktörünün yaş kategorileri arasında anlamlı oranda farklılaştığı ($t=-1,25$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Buradan yola çıkarak yaşı 26-30 ve 30 üzeri olan katılımcıların 18-25 yaşındaki katılımcılara nazaran deprem travmasından sonra daha çok yaşam felsefesinde değişim yaşadıkları öğrenilmiştir. Yaş ilerledikçe travmalardan yaşam felsefesine yönelik farklılaşmaların arttığı söylenebilir. Bilgiler Tablo 7'de özetlenmiştir.

³² Zeynep Şimşir, *Savaş Travma Sonrası Büyüme, Değerler ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki Yordayıcı İlişkiler* (Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017), 89-91.

Tablo 7

Yaşa Göre TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Değişken	Kategoriler	Bireysel Algıda Değişim			Yaşam Felsefesinde Değişim			İlişkilerde Değişim		
		\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	P	\bar{x}	t-U	p
Yaş	18-25 yaş	3,39	-0,77	0,53	2,93	-1,25	0,01*	2,20	-2,61	0,89
	26-30 Yaş ve 30 Üzeri Yaş	3,50			3,08			2,62		

*p<0,05; **p<0,001

Literatüre bakıldığında bu çalışma neticesinden farklı sonuçlar elde eden araştırmalar da mevcuttur.³³ TSBE’yi geliştiren Tedeschi ve Calhoun gençlerin değişime açık olmaları nedeni ile TSB düzeylerinin yaşı ileri olanlara nazaran fazla olacağını belirtmişlerdir.³⁴ Gencer ve Cengil’in çalışmalarında da 15-20 yaşındaki bireylerin ve 21-39 yaşındaki bireylerin TSB oranı 40-64 yaş aralığındaki bireylere nazaran yüksektir.³⁵ Ancak bu çalışma ile benzer sonuçlar elde eden Doğan’ın Acıdan Erdeme Yolculuk isimli eserinde TSB ve din konusu incelendiğinde de orta yaşta TSB artmıştır. Koç tarafından değerlendirilen eserde şehit yakınları ve gazi örneklemleri üzerinde çalışıldığı en çok orta yaş grubunda manevi alanda gelişimin yaşandığı öğrenilmiştir. Kendilik algısının manevi gelişimden sonra geldiği, sırasıyla yeni seçenekleri fark etme, yaşamın anlamı ve son olarak kişiler arası ilişkilerde değişim yaşandığı görülmüştür.³⁶

2.1.3. Eğitim Değişkenine Dair Bulgular

Eğitim bağımsız değişken ile olumlu DBÇ’ye dair verilere baktığımızda; ön lisans öğrencilerin olumlu DBÇ ortalamalarının (\bar{x} =3,49); lisans ve lisansüstü öğrencilerinin ortalamalarına (\bar{x} =3,47) yakın olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Yapılan t testi neticesinde ise eğitim durumları arasında olumlu DBÇ’nin anlamlı farklılaşmadığı (t =0,32; p >0,05) tespit edilmiştir. Eğitim bağımsız değişken ile olumsuz DBÇ’ye dair verilere baktığımızda; ön lisans öğrencilerin olumsuz DBÇ ortalamalarının (\bar{x} =2,70); lisans ve lisansüstü öğrencilerinin ortalamaları ile (\bar{x} =2,65) yakın olduğu neticesinde elde edilmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise eğitim durumları arasında olumsuz DBÇ’nin anlamlı farklılaşmadığı (t =0,51; p >0,05) bilgisine ulaşılmıştır. Eğitim bağımsız değişkeni ile TSB bağımlı değişkenine dair verilere baktığımızda; ön lisans öğrencilerin TSB ortalamalarının (\bar{x} =3,02); lisans ve lisansüstü öğrencilerinin ortalamalarına (\bar{x} =3,00) yakın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan t testi neticesinde ise eğitim durumları arasında TSB düzeylerinin anlamlı farklılaşmadığı (t =0,16; p >0,05) tespit edilmiştir. Sonuç olarak eğitim düzeyinin olumlu ve olumsuz DBÇ ile TSB düzeyini farklılaştırmadığı görülmüştür. Araştırmanın

³³ Ramos -Leal, “Posttraumatic growth in the aftermath of trauma: a literature review about related factors and application contexts”, 43–54.

³⁴ Richard G. Tedeschi - Lawrence G. Calhoun, “Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence”, *Psychological Inquiry* 15 (2004), 1-18.

³⁵ Nevzat Gencer- Muammer Cengil, “Travma Sonrası Büyüme ve Din”, *Dindarlık Kişilik ve Ruh Sağlığı*, Edt. Nevzat Gencer ve Muammer Cengil, 323-358 (İstanbul: Çamlica Yayınları, 2020), 340-345.

³⁶ Deniz Koç, “Acıdan Erdeme Yolculuk: Travma Sonrası Gelişim Psikolojisi ve Din”, *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 4 (2021), 225-229.

“Eğitim düzeyi lisans ve lisansüstü olanların TSB düzeyleri ön lisans eğitim düzeyi olanlara kıyasla yüksektir.” şeklindeki 3. hipotezi desteklenmemiştir. Bilgiler Tablo 8’de özetlenmiştir.

Tablo 8

Eğitim Düzeyine Göre DBÇ Tartzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Ön Lisans	3,49	0,32	0,88	2,70	0,51	0,90	3,02	0,16	0,86
Lisans ve Lisansüstü	3,47			2,65			3,00		

*p<0,05; **p<0,001

TSBE'nin alt ölçekleri ile öğrencilerin eğitim düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Ancak ön lisans öğrenciler ile lisans ve lisansüstü öğrencilerin travmadan sonra büyüme düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Bilgiler Tablo 9’da özetlenmiştir.

Tablo 9

Eğitim Düzeyine Göre TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Değişken	Kategoriler	Bireysel Algıda Değişim			Yaşam Felsefesinde Değişim			İlişkilerde Değişim		
		\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Eğitim	Ön Lisans	3,42	0,07	0,75	2,92	-0,44	0,62	2,34	0,84	0,37
	Lisans ve Lisansüstü	3,41			2,97			2,23		

*p<0,05; **p<0,001

Literatüre bakıldığında eğitim seviyesi yükseldikçe TSB oranının yükseldiği görülmüştür.³⁷ Yılmaz’ın tezinde arama kurtarma çalışmalarına katılan bireylerin travma sonrası stres ve TSB düzeyleri ele alınmıştır. Çalışma neticesinde de bu çalışmadan farklı olarak eğitim düzeyi yükseldikçe TSB yükselmektedir.³⁸ Asoğlu ve Özdemir ise bu çalışma ile benzer olarak 6 Şubat 2023 depremini yaşayan bireyler ile travma sonrası stres belirtileri ile dini eğitimi ve DBÇ konularını ele almışlardır. Neticede ise en çok bireylerin aileden din eğitimi aldıkları, en sık dua etme DBÇ aktivitesini kullandıkları ve etkili bir din eğitimi almalarının içsel huzura ve psikolojik sağlamlığa pozitif etki ettiği belirtilmiştir.³⁹ Bu bilgiler ışığında çalışmada katılımcı kitlenin

³⁷ Ramos -Leal, “Posttraumatic Growth in the Aftermath of Trauma: a Literature Review About Related Factors and Application Contexts”,43-54; Alex Linley, P. - Stephan Joseph, “Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review”, *Journal of Traumatic Stress* 17 (2004),11-21.

³⁸ Banu Yılmaz, Arama- Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme ile İlişkili Değişkenler (Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2006),128.

³⁹ Emel Asoğlu-Ömer Özdemir, “Deprem Kaynaklı Travma Sonrası Stres Belirtileri ile Başa Çıkma Din Eğitiminin Rolü”, *Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi* 17(2024), 321-348.

olumlu DBÇ’yi sıklıkla kullanmaları ve TSB oranlarında farklılık oluşturmamasının sebebinin benzer din eğitimlerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

2.1.4. Fiziksel Sağlık Değişkenine Dair Bulgular

Fiziksel sağlık bağımsız değişkeni kategorilerine bakıldığında on yedi kişinin depresyon nedeniyle fiziksel sağlık sorunu yaşadığı üç yüz on sekiz kişinin ise fiziksel sağlık sorunu yaşamadığı öğrenilmiştir. Kategorilerden birinin 30’dan küçük olması sebebi ile bağımlı değişkenler arasında Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Fiziksel sağlık ile olumlu DBÇ’ye dair verilere baktığımızda; fizyolojik tanı almayanların olumlu DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=3,47$); fizyolojik tanı alan öğrencilerinin ortalamalarıyla ($\bar{x}=3,69$) aralarında fark bulunduğu görülmüştür. Yapılan Mann Whitney U testi neticesinde ise fiziksel sağlık durumuna göre olumlu DBÇ’nin anlamlı farklılaştığı ($U=1531,00$; $p<0,05$) tespit edilmiştir.

Fizyolojik sağlık bağımsız değişkeni ile olumsuz DBÇ’ye dair verilere baktığımızda; fizyolojik tanı almayan öğrencilerin olumsuz DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=2,66$); fizyolojik tanı alan öğrencilerin ortalamaları ile ($\bar{x}=2,86$) yakın olduğu neticesinde elde edilmiştir. Yapılan Mann Whitney U testi neticesinde ise fizyolojik sağlık durumu ile olumsuz DBÇ’nin anlamlı farklılaşmadığı ($U= 2182,50$; $p>0,05$) bilgisine ulaşılmıştır. Fiziksel sağlık bağımsız değişkeni ile TSB bağımlı değişkenine dair verilere baktığımızda; fizyolojik tanı almayan öğrencilerin TSB ortalamalarının ($\bar{x}=3,00$); fizyolojik tanı alan öğrencilerin ortalamalarıyla ($\bar{x}=3,12$) yakın olduğu görülmüştür. Yapılan Mann Whitney U testi neticesinde ise fiziksel sağlık kategorileri arasında TSB düzeyinin anlamlı farklılaşmadığı ($U=2524,50$; $p>0,05$) sonucuna varılmıştır.

Tablo 10

Fiziksel Sağlığa Göre DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Fiziksel Tanı Almış	3,47	1531,00	0,00**	2,86	2182,50	0,17	3,12	2524,50	0,64
Fiziksel Tanı Almamış	3,69			2,66			3,00		

* $p<0,05$; ** $p<0,001$

Tablo 10’da gösterildiği üzere, yapılan incelemeler neticesinde fiziksel sağlık değişkenine göre tanı alan bireylerin olumlu DBÇ oranı herhangi fiziksel tanı almayanlara göre yüksektir. Fiziksel sağlık durumuna göre olumsuz DBÇ oranlarının ve TSB düzeyinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Araştırmamızın “Yaşanan depremde fiziksel sağlık sorunu yaşayan bireylerin TSB oranları yaşanan depremde fiziksel sağlık sorunu yaşamayan bireylere kıyasla yüksektir” şeklindeki 4. hipotezi desteklenmemiştir.

TSBE’nin alt ölçekleri ile fiziksel sağlık arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Ancak yaşanan depremden sonra fiziksel tanı alan öğrenciler ile herhangi bir fiziksel tanı almayan öğrencilerin TSB düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Bilgiler Tablo 11’de özetlenmiştir.

Tablo 11

Fiziksel Sağlığa Göre TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Değişken	Kategoriler	Bireysel Algıda Değişim			Yaşam Felsefesinde Değişim			İlişkilerde Değişim		
		\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Fiziksel Sağlık	Tanı Almış	3,58	2463,00	0,53	2,92	2692,00	0,97	2,44	2443,50	0,50
	Tanı Almamış	3,40			2,95			2,26		

*p<0,05; **p<0,001

Bir diğer akla gelen travmatik deneyim ağır ve kronik hastalıklardır. Bu çalışmadan farklı sonuçlar elde eden Sabancı ise kanser hastalarının dini tutumları ile TSB düzeylerini ele almıştır. Sabancı araştırması neticesinde; dini tutumla TSB düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.⁴⁰ Omurilik felci geçiren bireylerin din ve maneviyatları ile travma sonrası gelişimlerinin incelendiği çalışmada; 15 yetişkin ile görüşmeler yapılmış neticede ise kabullenmenin öncelik olduğu görülmüştür. Din ve maneviyatlarından destek alan bu bireylerin felç geçirdikten sonra din ve maneviyat yaşantılarında pozitif gelişmeler olduğu belirtilmiştir. Bu sonuçlar travma ile din ve maneviyat arasındaki sıkı bağı bir kez daha göstermiştir.⁴¹ Benzer olarak Cesur tez çalışmasında, Hemodiyaliz hastalarının ve din ve maneviyatları ile TSB düzeylerinden manevi gelişim boyutu yarı yapılandırılmış mülakat yöntemi ile incelenmiştir. Neticede ise dini inanç, dini duygu ve dini yaşayış ile insan ilişkileri boyutlarında manevi gelişim gözlemlendiği bu duruma ise daha çok ölüm karşısında çaresizlik, Allah tasavvurundaki pozitif bakış açısı ile dünya yaşamı ve ahiret yaşamı arasındaki köprü olan hikmet olgularının tesir ettiği neticesine ulaşılmıştır.⁴² Ayten ve ekibinin hasta, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerine yaptıkları çalışmada ise hayat memnuniyeti ile şükürün olumlu dini başa çıkmaya sevk ettiği, hastaların hasta yakınları ve hastane çalışanlarından daha fazla etkilendiği görülmektedir.⁴³ Tüm bu sonuçlar incelendiğinde fiziksel sorun yaşayan depresyöneler ile herhangi bir fiziksel sorun yaşamayan depresyönelerin TSB düzeyleri arasında fark bulunmamasının sebebi katılımcıların çoğunluğunun olumlu DBÇ aktivitelerinden faydalanmaları, din ve maneviyatlarından güç almaları olduğu söylenebilir.

2.1.5. Psikolojik Sağlık Değişkenine Dair Bulgular

Psikolojik sağlık bağımsız değişkeni ile olumlu DBÇ'ye dair verilere baktığımızda; psikolojik tanı almayanların olumlu DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=3,44$); psikolojik tanı alan öğrencilerinin ortalamalarıyla ($\bar{x}=3,57$) arada fark bulunmadığı görülmüştür. Yapılan t testi neticesinde ise

⁴⁰ Tuğçe Sabancı, Kanser Deneyimleyen Bireylerde Görülen Dini Tutumların Travma Sonrası Büyüme Üzerine Etkisi, *Ege Bilimsel Araştırmalar Dergisi* 3/1 (2020), 24-26.

⁴¹ Zeynep Şimşir vd., "Omurilik Felci Geçiren Bireylerin Yaşamında Din ve Maneviyat: Travma ile Başa Çıkmadan Travma Sonrası Manevi Gelişime Yolculuk", *Spiritual Psychology and Counseling* 2 /1 (2017), 201.

⁴² Nur Cesur, Hemodiyaliz Hastalarında Travma Sonrası Büyüme, Din ve Maneviyat: karşılıklı ilişki Üzerine Nitel Bir Araştırma (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021), 130-133.

⁴³ Ali Ayten vd., "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 12/2 (2012), 47.

psikolojik sağlık durumuna göre olumlu DBÇ’nin anlamlı farklılaşmadığı ($t = -3,09$; $p > 0,05$) tespit edilmiştir. Psikolojik sağlık bağımsız değişkeni ile olumsuz DBÇ’ye dair verilere baktığımızda; psikolojik tanı almayan öğrencilerin olumsuz DBÇ ortalamalarının ($\bar{x} = 2,65$); psikolojik tanı alan öğrencilerin ortalamaları ile ($\bar{x} = 2,72$) yakın olduğu bilgisi elde edilmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise psikolojik sağlık durumu ile olumsuz DBÇ’nin anlamlı farklılaşmadığı ($t = -0,66$; $p > 0,05$) tespit edilmiştir. Psikolojik sağlık bağımsız değişken ile TSB bağımlı değişkenine dair verilere baktığımızda; psikolojik tanı almayan öğrencilerin TSB ortalamalarının ($\bar{x} = 2,95$); psikolojik tanı alan öğrencilerinin ortalamalarıyla ($\bar{x} = 3,14$) yakın olduğu görülmüştür. Yapılan t testi neticesinde ise psikolojik sağlık kategorileri arasında TSB’nin anlamlı farklılaşmadığı ($t = -2,01$; $p > 0,05$) bilgisine ulaşılmıştır. Yapılan incelemeler neticesinde psikolojik sağlık değişkenine göre olumlu, olumsuz DBÇ oranlarının ve TSB düzeyinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığı söylenebilir. Araştırmanın “Yaşanan deprem sonrası psikolojik sağlık sorunu yaşayan bireylerin TSB oranları deprem sonrası herhangi bir psikolojik sağlık sorunu yaşamayanlara nazaran yüksektir.” şeklindeki 5. hipotezi desteklenmemiştir. Bilgiler Tablo 12’de özetlenmiştir.

Tablo 12

Psikolojik Sağlığa Göre DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	P	\bar{x}	t-U	p
Psikolojik Tanı Almış	3,44	-3,09	0,37	2,72	-0,66	0,85	3,14	-2,01	0,92
Psikolojik Tanı Almamış	3,57			2,65			2,95		

* $p < 0,05$; ** $p < 0,001$

TSB Envanteri’nin alt ölçekleri ile psikolojik sağlık arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Ancak yaşanan depremden sonra psikolojik tanı alan öğrenciler ile herhangi bir psikolojik tanı almayan öğrencilerin travmadan sonra büyüme düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Bilgiler Tablo 13’te özetlenmiştir.

Tablo 13

Psikolojik Sağlığa Göre TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategoriler	Bireysel Algıda Değişim			Yaşam Felsefesinde Değişim			İlişkilerde Değişim		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Psikolojik Tanı Almış	3,51	-1,31	0,87	3,21	-3,22	0,12	2,34	-0,78	0,49
Psikolojik Tanı Almamış	3,37			2,84			2,23		

* $p < 0,05$; ** $p < 0,001$

Travma denildiğinde ilk akla gelen psikolojik sorun travma sonrası stres bozukluğudur. Özcan ve Arslan terör olayları neticesinde yaşanan travma ve stres olguları ile sosyal destek ve maneviyatın aracı rolünü incelemiştir. Neticede travmatik stres düzeyi ile TSB arasındaki ilişkinin sosyal destek ve maneviyat ile değişebileceği görülmüştür.⁴⁴ Şehit aileleri üzerine TSB çalışan Kalkan, TSB ile içsel dini yönelim ve katı kuralcı dini yönelimin pozitif sorgulayıcı dini yönelimle negatif ilişkisi olduğunu bulgulanmıştır. Algılanan sosyal destek ile psikolojik iyi oluşun TSB'yi yordadığı tespit edilmiştir.⁴⁵ Ayten ve Sağır'ın mülteci katılımcılar ile yaptıkları çalışma neticesinde depresif eğilimin dini başa çıkmayla ilişkili olduğu neticesine ulaşılmıştır.⁴⁶ Akkaya Türkol'un tez çalışmasında ise sorumluluk ve gelişime açıklık kişilik özelliğine sahip bireylerin olumlu dini başa çıkmayı stratejik olarak kullandıkları tespit edilmiştir.⁴⁷ Akkaya Türkol ve Cengil'in ele aldığı bir diğer çalışmada ise psikolojik özelliklerden olan özgüvenin olumlu dini başa çıkmaya etki eden faktörlerden olduğu bulgulanmıştır.⁴⁸ Bu çalışma neticesinde psikolojik sağlık sorunu yaşayan ve yaşamayan gruplar arasında travma sonrası büyüme düzeyleri arasında anlamlı farkın olmamasının nedeni travma sonrası büyüme ile dini başa çıkma tarzına etki eden bireysel faktörlerden kaynaklandığı söylenebilir.

2.1.6. Depremin Hissedildiği İl Değişkenine Dair Bulgular

Depremin hissedildiği il bağımsız değişken ile olumlu DBÇ'ye dair verilere baktığımızda; Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya'da depremi hisseden öğrencilerin olumlu DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=3,51$); Gaziantep, Kilis, Osmaniye, Adana, Diyarbakır, Şanlıurfa, Elazığ'da hisseden öğrencilerin ortalamalarına ($\bar{x}=3,45$) yakın olduğu tespit edilmiştir. Yapılan t testi neticesinde ise hiss edilen şehirler kıyaslandığında olumlu DBÇ'nin anlamlı farklılaşmadığı ($t=1,47$; $p>0,05$) sonucu elde edilmiştir. Depremin hissedildiği şehir bağımsız değişken ile olumsuz DBÇ'ye dair verilere baktığımızda; Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya'da hisseden öğrencilerin olumsuz DBÇ ortalamalarının ($\bar{x}=2,73$); diğer öğrencilerinin ortalamaları ile ($\bar{x}=2,61$) yakın olduğu görülmüştür. Yapılan t testi neticesinde ise hiss edilen şehirler kıyaslandığında olumsuz DBÇ'nin anlamlı farklılaşmadığı ($t= 1,27$; $p>0,05$) tespit edilmiştir. Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya'da hisseden öğrencilerin TSB ortalamalarının ($\bar{x}=2,97$); Gaziantep, Kilis, Osmaniye, Adana, Diyarbakır, Şanlıurfa, Elazığ'da depremi yaşayan öğrencilerin ortalamaları aralarında anlamlı ($\bar{x}=3,04$) fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan t testi neticesinde ise hiss edilen şehirler arasında TSB düzeyinin anlamlı farklılaşmadığı ($t= -0,80$; $p>0,05$) neticesine varılmıştır. Yapılan incelemeler neticesinde depremin merkez üstü olan illerde ve diğer hiss edilen illerde bulunan katılımcıların olumlu ve olumsuz DBÇ oranlarının ve TSB oranının anlamlı oranda farklılaşmadığı bilgisi edinilmiştir. Araştırmanın "Depremi

⁴⁴ Neslihan Arıcı Özcan - Reyhan Arslan, "Travma Sonrası Stres ile Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkide Sosyal Desteğin ve Maneviyatın Aracı Rolü", *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 19/73 (2020), 299-314.

⁴⁵ İlayda Rahime Kalkan, Şehit Ailelerinde Dini Yönelimin ve Algılanan Sosyal Desteğin Psikolojik İyi Oluş ve Travma Sonrası Büyüme ile İlişkisi (İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 68-72.

⁴⁶ Ali Ayten- Zeynep Sağır, "Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma", *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47 (2014), 7.

⁴⁷ Yeliz Akkaya Türkol, *Kişilik ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi-Çorum Örneği* (Çorum: Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans tezi, 2020), 63-68.

⁴⁸ Yeliz Akkaya Türkol- Muammer Cengil, "Özgüven ve Tanrı Algısının Dini Başa Çıkma Tarzına Etkisi (Yapısal Eşitlik Modellemesi)". *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 7/2 (2024), 480-482.

‘Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya’ illerinde yaşayan bireylerin TSB düzeyleri ‘Gaziantep, Osmaniye, Kilis, Diyarbakır, Şanlıurfa, Adana, Elazığ’ illerinde depremi yaşayanlardan yüksektir” şeklindeki 6. hipotezi desteklenmemiştir. Bilgiler Tablo 14’te özetlenmiştir.

Tablo 14

İllere Göre DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay, Malatya	3,51	1,47	0,45	2,73	1,27	0,77	2,97	-0,80	0,37
Diğer 7 il	3,45			2,61			3,04		

*p<0,05; **p<0,001

TSB Envanteri’nin alt ölçekleri ile iller arasında anlamlı fark olup olmadığı incelenmiştir. Ancak depremi Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya’da hisseden öğrenciler ile diğer 7 ilde hisseden öğrencilerin travmadan sonra büyüme düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamaktadır. Bilgiler Tablo 15’te özetlenmiştir.

Tablo 15

İllere Göre DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

Kategori	Olumlu DBÇ			Olumsuz DBÇ			TSB		
	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p	\bar{x}	t-U	p
Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay, Malatya	3,51	1,47	0,45	2,73	1,27	0,77	2,97	-0,80	0,37
Diğer 7 il	3,45			2,61			3,04		

*p<0,05; **p<0,001

Bu çalışmanın benzer örneklemini inceleyen Asoğlu ve Özdemir ise 6 Şubat depremini Kahramanmaraş, Adıyaman, Malatya, Hatay, Gaziantep illerinde depremi yaşayan 20 kişi ile nitel araştırma gerçekleştirmişlerdir. Neticede ise “dua etme”, “tevekkül etme”, “af dileme”, “ibadetlere yönelme”, “sadaka verme” “Kur’an okuma”, “şükretme”, “sabretme” ve “camiye gitme” DBÇ aktivitelerinden faydalandıkları ifade edilmiştir. Din eğitimi almanın DBÇ stratejilerine etki ettiği görülmüştür.⁴⁹ Bu çalışma neticesinde afet bölgesi ilan edilen 11 il depremedeleri arasında da TSB düzeylerinde farklılık olmaması katılımcıların çoğunun olumlu DBÇ etkinliklerine başvurmaları ile açıklanabilir.

⁴⁹ Asoğlu – Özdemir, “Deprem Kaynaklı Travma Sonrası Stres Belirtileri ile Başa Çıkma Din Eğitiminin Rolü”, 321-348.

2.2. DBÇ ve TSB ile İlgili Bulgular

Araştırmanın temel problemi olan DBÇ tarzlarına göre TSB düzeyleri arasındaki fark incelenmiştir. Neticede ise olumlu DBÇ'yi daha fazla kullanan bireylerin TSB ortalamaları $\bar{x}=3,03$, olumsuz DBÇ'yi daha fazla kullanan bireylerin TSB ortalamaları $\bar{x}=2,92$ bulunmuştur. Yapılan t testi analizi sonucuna göre ortalamalar arasında anlamlı fark ($t=0,97$; $p<0,05$) bulunmaktadır. Olumlu DBÇ'yi daha sık kullanan bireylerin TSB oranları, olumsuz DBÇ'yi kullanan bireylerle kıyasla yüksek bulunmuştur. Araştırmanın "Olumlu DBÇ'yi daha fazla kullanan bireylerin TSB düzeyleri olumsuz DBÇ'yi daha fazla kullanan bireylerden yüksektir." şeklindeki 7. hipotezi kabul edilmiştir. Bilgiler Tablo 16'da özetlenmiştir.

TSB Envanteri'nin alt ölçekleri ile DBÇ çeşitleri arasındaki fark incelenmiştir. Travma sonrası benlik algısında değişim ile olumlu DBÇ'yi daha fazla kullanan bireylerin TSB ortalamaları $\bar{x}=3,48$, olumsuz DBÇ'yi daha fazla kullanan bireylerin travma sonrası benlik algısında değişim büyüme ortalamaları $\bar{x}=3,14$ bulunmuştur. Yapılan t testi analizi sonucuna göre ortalamalar arasında anlamlı fark ($t=2,75$; $p<0,05$) bulunmaktadır. Bilgiler Tablo 16'da özetlenmiştir.

Tablo 16

DBÇ Tarzları ile TSB Çeşitleri Arasındaki Farklar

		Olumlu DBÇ	Olumsuz DBÇ
TSB	\bar{x}	3,03	2,92
	T	0,97	
	P	0,02*	
Bireysel Algıda Değişim	\bar{x}	3,48	3,14
	T	2,75	
	P	0,02*	
Yaşam Felsefesinde Değişim	\bar{x}	2,95	2,94
	T	0,07	
	P	0,10	
İlişkilerde Değişim	\bar{x}	2,22	2,44
	T	-1,40	
	P	0,81	

* $p<0,05$; ** $p<0,001$

Gerber ve arkadaşlarının yurt dışında yaptıkları çalışmada olumlu ve olumsuz DBÇ çeşitlerine göre TSB arasındaki ilişki incelenmiş olup hem olumlu hem de olumsuz DBÇ'nin TSB ile yüksek korelasyon gösterdiği bulunmuştur. Ancak örneklem spesifik bir travmaya maruz kalan bireylerden oluşmamaktadır.⁵⁰ Türkiye de yapılan çalışmalara baktığımızda karşılaştığımız ilk çalışma 2002 yılında Kula ve ekibinin Gölçük depremi sonrası yaptığı dini başa çıkma çalışmalarıdır. Araştırma neticesinde Kelimeyi Şehadet getirmek, salavat getirmek, tekbir

⁵⁰ Monica M. Gerber, vd., "The Unique Contributions of Positive and Negative Religious Coping to Posttraumatic Growth and PTSD", *Psychology of Religion and Spirituality* 3/4 (2011), 298-307.

getirmek, dua etmek, namaz kılmak, Kur’an okumak gibi bireylerin olumlu dini başa çıkmaya daha fazla yöneldikleri ve bu kişilerin olumsuz dini başa çıkmaya yönelen bireylere nazaran süreci daha rahat yaşadıkları bulunmuştur.⁵¹ Doğan 2018’de yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinin TSB düzeyleri ile DBÇ konusunu ele almıştır. Ayrıca içsel dini motivasyon ile sabır ve şükür konularını değerlendirmiştir. Neticede ise olumlu DBÇ’ye başvuran bireylerin daha fazla TSB düzeylerinin olduğu görülmüştür.⁵² Doğan’ın 2023 yılında ele aldığı çalışmada; DBÇ’nin psikolojik sağlamlık ve TSB arasındaki aracılık rolü incelenmiştir. Sonuçta ise olumlu DBÇ’nin hem TSB hem de psikolojik sağlamlığı pozitif yönde yordadığı ve psikolojik sağlamlığın olumlu dini başa çıkma aracılığı ile TSB’ye etki ettiği bulgulanmıştır. Olumsuz DBÇ’nin ise hem TSB hem de psikolojik sağlamlığı negatif yönde yordadığı ancak olumsuz DBÇ’nin psikolojik sağlamlık ile TSB arasında aracılık rolünün bulunmadığı neticesinde varılmıştır.⁵³ Aile desteği kabul, kaçınma, ayrışma ve yeniden yapılanmanın yanı sıra bir diğer stil din ve maneviyat olan kolektivist başa çıkma stilleri stres ile başa çıkmada önemlidir. Kolektivist başa çıkma stillerini inceleyen Özcan’ın tez çalışması neticesinde travma ile negatif ilişkili olan din ve maneviyat TSB ile pozitif ilişki içerisinde bulunmuştur.⁵⁴

Din ve maneviyat travmaya direkt etki etmeden dolaylı olarak etkilediği unsurlar da vardır. Dünya literatüründe yer alan fenomenolojik yöntemin kullanıldığı din ve zorlu yaşam koşullarının incelendiği çalışma neticesinde acı hayat koşullarında din yeni varsayımlar sunarak kişinin düşüncelerini çeşitlendirdiği bilgisi elde edilmiştir. Bu durum psikolojik iyilik hâline etki etmektedir.⁵⁵ Uğurluoğlu ve Erdem yaptıkları çalışmada spiritüel iyi oluşun TSB düzeyine etkisini incelemiştir. Travma sonrası en çok inanç sisteminde değişim ve gelişim gözlenmiştir. Doğaya saygı duyma, uyumlu yaşama ve aşkın bir güce inanma gibi spiritüel iyilik hâlinin TSB’yi artıran bir faktör olduğu sonucuna varılmıştır. Sağlık sorunu yaşayan bireylerin travmatik olaylara maruz kalan bireylere nazaran, duygularını ifade etme, olumlu ilişkiler ve yaşamın değerini anlama noktalarında daha çok güçlendiği tespit edilmiştir.⁵⁶ Gencer ve Cengil çalışmalarını Covid 19 sürecinde tamamlamışlardır. Dışarı çıkmanın yasaklandığı süreçte yapılan çalışmada DBÇ ve TSB oranları incelenmiştir. Neticede ise olumlu DBÇ ile TSB arasındaki korelasyon değeri olumsuz DBÇ ile TSB arasındaki korelasyon değerinden yüksek bulunmuştur. Benlik algısında değişim ve yaşam felsefesinde değişim alt faktörleri ile olumlu DBÇ’nin korelasyonu olumsuz DBÇ’ye nazaran daha yüksektir. Ancak ilişkilerde değişim alt faktörünün

⁵¹ Naci Kula, “Deprem ve Dini Başa Çıkma”, *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/1 (2002), 234-235.

⁵² Mebrure Doğan, “Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Gelişimlerinde İçsel Dini Motivasyon, DBÇ, Sabır ve Şükürün Rolü”, *Electronic Turkish Studies* 13/25(2018), 226-227.

⁵³ Mebrure Doğan, “Psikolojik Sağlamlık ile Travma Sonrası Gelişim Arasındaki İlişkide Dini Başa Çıkmanın Aracı Rolü”, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 65/65(2023), 127-162.

⁵⁴ Cemre Özcan, *Çocukluk Çağı Travma Öyküsüne Sahip Yetişkin Bireylerde Kolektivist Başa Çıkma Stilllerinin Travma Sonrası Büyümeyle Olan İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022), 49-52.

⁵⁵ Muharrem Aka, “Zorlu Yaşam Olaylarını Anlamlandırmada Dünyaya İlişkin Varsayımlar ve Din”, *Yakın Doğu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 10/1 (2024), 181-207.

⁵⁶ Dilruba Uğurluoğlu ve Ramazan Erdem, “Travma Geçiren Bireylerin Spiritüel İyi Oluşlarının Travma Sonrası Büyüme Üzerine Etkisi”, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 21/3 (2019), 833-858.

olumsuz DBÇ ile aralarındaki korelasyon olumlu DBÇ ile aralarındaki korelasyondan yüksek bulunmuştur.⁵⁷

Günerigök tarafından 6 Şubat depreminde yakınlarını kaybeden 10 kişi ile DBÇ hakkında nitel çalışma yapılmıştır. Allah'a dua etme, Kelime-i Şehadet getirme, ölümü ve ahireti düşünme gibi DBÇ tekniklerini uyguladığı öğrenilen katılımcıların depremi Allah'ın sınavı olarak nitelendirdikleri ayrıca depremi ceza olarak görenlerin de olduğu öğrenilmiştir. Ayrıca çalışmada kendilik algısında değişim, yaşamın değerini anlama, inanç sisteminde değişim alanlarında TSB gelişim gözlenmiştir.⁵⁸

Sonuç

6 Şubat depremini afet bölgesi ilan edilen 11 ilde hisseden üniversite öğrencileri örneklemini ile yapılan çalışmada DBÇ çeşitlerine göre TSB düzeyleri arasındaki fark incelenmiştir. Araştırmada cinsiyet, eğitim düzeyi, yaş, deprem nedeni ile fiziksel sağlık sorunu yaşama, depremden sonra psikolojik sağlık tanısı ve tedavisi alma durumları ile depremi Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya illeri ile Gaziantep, Kilis, Osmaniye, Diyarbakır, Şanlıurfa, Adana ve Elazığ illerinde depremi yaşayanlar arasında fark olup olmadığına bakılmıştır. Araştırma hipotezlerimiz yapılan inceleme neticesinde aşağıda özetlenmiştir.

1. “Kadınların TSB oranları erkeklere kıyasla yüksektir.” hipotezi kabul edilmiştir. Ayrıca TSB alt faktörlerine bakıldığında kadınların bireysel algıda değişim seviyeleri erkeklerden anlamlı düzeyde yüksektir. Cinsiyete göre dini başa çıkma çeşitlerinin düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
2. “Yaşı 26-30 ve 30 üzeri olanların TSB oranları yaşı 18-25 olanlara kıyasla yüksektir.” hipotezi desteklenmemiştir. Ancak 26-30 yaş ve 30 üzeri yaş grubundaki katılımcıların TSB'nin alt faktörlerinden olan yaşam felsefesinde değişim seviyesi 18-25 yaş aralığındaki katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksektir. Ek olarak 18-25 yaş aralığındaki katılımcıların 26-30 yaş ve 30 üzeri yaş grubundaki katılımcılara nazaran olumlu DBÇ düzeyi anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.
3. “Eğitim düzeyi lisans ve lisansüstü olanların TSB düzeyleri ön lisans eğitim düzeyi olanlara kıyasla yüksektir.” hipotezi desteklenmemiştir. Ayrıca eğitim düzeyi ile DBÇ ve TSB'nin alt faktörleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
4. “Yaşanan depremde fiziksel sağlık sorunu yaşayan bireylerin TSB oranları yaşanan depremde fiziksel sağlık sorunu yaşamayan bireylerle kıyasla yüksektir.” hipotezi desteklenmemiştir. Ancak deprem nedeni ile fiziksel sağlık sorunu yaşayan katılımcıların olumlu DBÇ düzeyi depremde fiziksel sağlık sorunu yaşamayan katılımcılara kıyasla yüksek bulunmuştur.
5. “Yaşanan deprem sonrası psikolojik sağlık sorunu yaşayan bireylerin TSB oranları deprem sonrası herhangi bir psikolojik sağlık sorunu yaşamayanlara nazaran

⁵⁷ Gencer-Cengil, “Travma Sonrası Büyüme ve Din”, 340-345.

⁵⁸ Tuğba Günerigök, *Deprem sonrası DBÇ-2023 Kahramanmaraş Depremi Adana İli Örneği* (Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2024), 106-110.

yüksektir” hipotezi desteklenmemiştir. Ayrıca psikolojik tanı alıp almama ile DBÇ ve TSB’nin alt faktörleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

6. “Depremi “Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay ve Malatya” illerinde yaşayan bireylerin TSB düzeyleri “Gaziantep, Osmaniye, Kilis, Diyarbakır, Şanlıurfa, Adana, Elazığ” illerinde depremi yaşayanlardan yüksektir.” hipotezi desteklenmemiştir. Ayrıca depremin hissedilen il kategorileri ile DBÇ ve TSB’nin alt faktörleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Araştırmanın temel problemi 6 Şubat depremini yaşayan üniversite öğrencilerinin dini başa çıkma tarzlarının travma sonrası büyüme düzeyleri arasında fark oluşturma durumunun incelenmesidir. Bu sebeple kurulan 7. Hipotez araştırmanın temel hipotezi olarak yer almaktadır.

7. “Olumlu DBÇ’yi daha fazla kullanan bireylerin TSB düzeyleri olumsuz DBÇ’yi daha fazla kullanan bireylerden yüksektir.” çalışmanın hipotezi desteklenmiştir. Ayrıca olumlu DBÇ stratejilerine daha sık başvuran katılımcıların TSB’nin alt faktörlerinden olan bireysel algıda değişim seviyesinin olumsuz DBÇ’ye başvuranlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Travma esnasında insanların din ve maneviyatlarına olumlu yönelimlerinin TSB büyüme oranlarını artırdığı tespit edilmiştir. Olumlu DBÇ stratejileri kullanan bireylerin hayat felsefesini daha çok sorgulayarak yeni bir hayata başlama ve önceki yaşam hatalarından ders çıkarma oranlarını artırdığı görülmektedir. Olumsuz DBÇ olarak anılan travma sebebi ile Yaraticının suçlandığı, Yaraticı’ya kızgınlık ve öfke beslendiği, dini kişi ve olgulardan uzaklaşıldığı durumlarda yaşanan travmatik deneyimden sonra yeni bir hayat felsefesi edinilmesi, hatalı yaşam deneyimlerinden vazgeçilmesi ihtimalinin düşük olduğu görülmektedir. Bu sebeple travmatik olgular ile çalışan uzmanların danışanların din ve maneviyatlarından güç alma durumunu incelemelerinin travma sonrası büyüme durumuna etki eden önemli bir faktör olduğu söylenebilir. 6 Şubat depremlerini nicel veriler ile inceleyen bu özgün çalışma literatüre katkı olarak sunulmuştur.

Kaynakça | References

- AFAD, Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı. "Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı" (Erişim 24 Eylül 2024). <https://www.icisleri.gov.tr/>
- Abanoz, Süleyman. "Türkiye'de Yapılan 'Dini Başa Çıkma' Konulu Araştırmalar Hakkında Bir Değerlendirme". *Eskiye* 40 (2020), 407-409.
- Aka, Muharrem. "Zorlu Yaşam Olaylarını Anlamlandırmada Dünyaya İlişkin Varsayımlar ve Din". *Yakın Doğu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 10/1 (2024), 181-207. <https://doi.org/10.32955/neu.ilaf.2024.10.1.07>
- Akkaya Türkol, Yeliz. *Kişilik ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi-Çorum Örneği*. Çorum: Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans tezi, 2020.
- Akkaya Türkol, Yeliz- Cengil, Muammer. "Özgüven ve Tanrı Algısının Dini Başa Çıkma Tartzına Etkisi (Yapısal Eşitlik Modellemesi)". *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 7/2 (2024), 465-485.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı* (5. baskı)-Diagnostic and Sstatistical Manual of Mental Disorders V, çev. ed. Ertuğrul Köroğlu. İstanbul: Hekimler Yayın Birliği, 2013.
- Arıcı Özcan, Neslihan – Arslan, Reyhan. "Travma Sonrası Stres ile TSB Arasındaki İlişkide Sosyal Desteğin ve Maneviyatın Aracı Rolü". *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 19/73 (2020), 299-314. <https://doi.org/10.17755/esosder.548142>
- Asoğlu, Emel – Özdemir, Ömer. "Deprem Kaynaklı Travma Sonrası Stres Belirtileri ile Başa Çıkma Din Eğitiminin Rolü". *Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi* 17 (2024), 321-348. <https://doi.org/10.53112/tudear.1458935>
- Ayten, A. Tanrı'ya Sığınmak, *Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
- Ayten, Ali vd. "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 12/2 (2012), 45-79.
- Ayten, Ali- Sağır, Zeynep. "Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriye'li Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma". *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47 (2014), 5-18.
- Baloğlu, Mustafa vd. "The Psychological Effects of an Earthquake on Turkish College Students". *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi* 2 (2005), 125-136.
- Baltaş, Acar - Zuhul Baltaş. *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 2002.
- Carver, S. Charles vd. "Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach". *Journal of Personality and Social Psychology* 56/2 (1989), 267-283.
- Cesur, Nur. *Hemodiyaliz Hastalarında TSB, Din ve Maneviyat: karşılıklı ilişki Üzerine Nitel Bir Araştırma*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Çevik Demir, Şükran. *Ergenlerde Benlik Saygısı ve DBÇ*. Bursa: Uluda Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2013.
- Çolak, Muharrem Bilal. *İşsizlik, Stres ve DBÇ*. Çorum: Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Davidson, Gerald S. - Neale, Jhon M. *Abnormal Psychology*, çev. İhsan Dağ. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları 2004.
- Doğan, Mebrure. "Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Gelişimlerinde İçsel Dini Motivasyon, DBÇ, Sabır ve Şükürün Rolü". *Electronic Turkish Studies* 13/25 (2018), 207-230. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.14583>
- Doğan, Mebrure. "Psikolojik Sağlık ile Travma Sonrası Gelişim Arasındaki İlişkide Dini Başa Çıkmanın Aracı Rolü". *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 65/65 (2023), 127-162. <https://doi.org/10.15370/maruifd.1384192>

- Ekşi, Halil - Sayın, Mine. “The Adaptation of Religious Coping Scale into Turkish Language: A study of Bilingual Equivalence, Validity and Reliability”, Paper Presented at the AGP Humanities and Social Sciences Conference. (Germany: BAU International Berlin University, 19-22 May 2016).
- Fabricatore, Anthony vd., “Stress, Religion and Mental Health: Religious Coping in Mediating and Moderating Roles”, *The International Journal for the Psychology of Religion* 14 /2 (2004), 100-108. https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1402_2
- Gencer, Nevzat - Cengil, Muammer. “TSB ve Din”. *Dindarlık Kişilik ve Ruh Sağlığı*. Edt. Nevzat Gencer ve Muammer Cengil. 323-358. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2020.
- Gerber, Monica M. vd., “The Unique Contributions of Positive and Negative Religious Coping to Posttraumatic Growth and PTSD”. *Psychology of Religion and Spirituality* 3/4 (2011), 298-307. <https://doi.org/10.1037/a0023016>
- Günerigök, Tuğba. *Deprem Sonrası DBÇ (2023 Kahramanmaraş Depremi Adana İli Örneği)*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2024.
- Kağan, Mücahit vd. “TSB Envanterinin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı”. *TAF Preventive Medicine Bulletin* 11/5 (2012), 617-624.
- Kalkan, İlayda Rahime. *Şehit Ailelerinde Dini Yönelimin ve Algılanan Sosyal Desteğin Psikolojik İyi Oluş ve TSB ile İlişkisi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Kavas, Erkan. “Dini Tutum - Stresle Başa Çıkma İlişkisi”. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 37 (2013), 143-167.
- Koç, Deniz. “Acıdan Erdeme Yolculuk: Travma Sonrası Gelişim Psikolojisi ve Din”. *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 4 (2021), 212-229.
- Kula, Naci. “Deprem ve Dini Başa Çıkma”. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/1 (2002), 234-255.
- Lazarus, Richard S. “Cognition and Motivation in Emotion”. *American Psychologist* 46 (1991), 352-367.
- Lazarus, Richard S. “From Psychological Stress To The Emotion”. *Annual Review Psychology* 44 (1993), 8-10.
- Lazarus, Richard - Folkman, Susan. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer, 1984.
- Lee, Younkyung. “The Relationship of Spiritual Well- Being and Involvement With Depression and Perceived Stress in Korean Nursing Students”. *Global Journal Of Health Science* 6/4 (2014), 174-176. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v6n4p169>
- Linley, P. Alex - Joseph, Stephan. “Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review”. *Journal of Traumatic Stress* 17 (2004),11-21. <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e>
- Mahamid, Fayez Azez – Bdier, Dana. “The Association Between Positive Religious Coping Perceived Stress and Depressive Symptoms Durig The Spread of Coronavirus (Covid-19) Among a Sample of Adults in Palestine: Across Sectional Study”. *Journal of Religion and Health* 60/1 (2021), 47-49. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01121-5>
- Morris, Charles G. *Psikolojiyi Anlamak*. çev. Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2002.
- Orhunbilge, Neyran. *Tanımsal İstatistik Olasılık ve Olasılık Dağılımları*. İstanbul: İşletme Fakültesi Yayınları, 2000.
- Özcan, Cemre. *Çocukluk Çağı Travma Öyküsüne Sahip Yetişkin Bireylerde Kolektivist Başa Çıkma Stillерinin TSByle Olan İlişkisinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022.
- Palancı, Mehmet. *Algılanan Kontrol Düzeyine Bağlı Olarak Farklılaşan Stresle Başa Çıkma Davranışları*. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2000.
- Pargament, Kenneth I. vd. “God help me (I): Religious Coping Efforts as Predictors of the Outcomes to Significant Negative Life Events”. *American Journal of Community Psychology* 18 (1990), 814-820.

- Pargament, K. I. "Tanrım Bana Yardım Et' Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru, Çev. A. Albayrak. *Tabula Rasa* 9 (2003), 207-238.
- Pargament, Kenneth I. vd. "God help me (I): Religious Coping Efforts as Predictors of the Outcomes to Significant Negative Life Events". *American Journal of Community Psychology* 18/6 (1990), 814-820.
- Pargament, Kenneth I. *The Psychology of Religion and Coping*. New York: Guilford Press, 1997.
- Pargament, Kenneth I. "Religious Coping Methods As Predictors Of Psychological, Physical And Spiritual Out Comes Among Medically Ill Elderly Patients: A Two-Year Long Itudinal Study". *Journal of Health Psychology* 9/6 (2004), 713-730. <https://doi.org/10.1177/1359105304045366>
- Pargament, Kenneth I. "Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri Üzerine Bir Değerlendirme". Çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/1 (2005), 279-313.
- Ramos, Catarina -Leal, Isabel. "Posttraumatic growth in the aftermath of trauma: a literature review about related factors and application contexts". *Psychology, Community & Health* 2/1 (2013), 43-54. <https://doi.org/10.5964/pch.v2i1.39>
- Sabancı, Tuğçe. Kanser Deneyimleyen Bireylerde Görülen Dini Tutumların TSB Üzerine Etkisi. *Ege Bilimsel Araştırmalar Dergisi* 3/1 (2020), 21-27.
- Sayın, Mine. Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış, Kendini Affetme ve Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkiler Örüntüsü: Bir Yol Analizi Çalışması. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Şimşir, Zeynep vd. "Omurlilik Felci Geçiren Bireylerin Yaşamında Din ve Maneviyat: Travma ile Başa Çıkmadan Travma Sonrası Manevi Gelişime Yolculuk". *Spiritual Psychology and Counseling* 2 /1 (2017), 89-110. <https://doi.org/10.12738/spc.2017.1.0023>
- Şimşir, Zeynep. *Savaş TSB, Değerler ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki Yordayıcı İlişkiler*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Tabachnick, Fidell vd. *Using Multivariate Statistics (Six Ed.)*. Boston, MA: Pearson, 2013.
- Tanhan, Fuat - Kardaş, Ferhat. "Van Depremine Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Stres, TSB ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi". *Eğitim Fakültesi Dergisi* 15/1 (2018), 1-36.
- Tedeschi, Richard G.-Calhoun, Lawrence G. "The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring The Positive Legacy Of Trauma". *Journal of Traumatic Stress* 9/3 (1996), 455-471.
- Tedeschi, Richard G. - Calhoun, Lawrence G. "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence". *Psychological Inquiry* 15 (2004), 1-18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Topuz, İlhan. *Dini Gelişim Seviyeleri ile DBÇ Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2003.
- Uğurluoğlu, Dilruba - Erdem, Ramazan. "Travma Geçiren Bireylerin Spiritüel İyi Oluşlarının Travma Sonrası Büyüme Düzeyleri Üzerine Etkisi". *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 21/3 (2019), 833-858. <https://doi.org/10.16953/deusosbil.507731>
- Yılmaz, Banu. Arama-Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri ve TSB ile İlişkili Değişkenler. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2006.