

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Journal of Divinity Faculty of Recep Tayyip Erdogan University

e-ISSN: 2147-2823

RTEUIFD, June 2020

Üniversite Öğrencilerinde Sabır ve Dindarlık İlişkisi
Patience and Religion Relationship in University Students

Necmi KARSLI

Doç. Dr., Trabzon Üni. İlahiyat Fak., Din Psikolojisi Anabilim Dalı
Assoc. Prof., Trabzon Uni. Divinity Faculty, Department of Psychology of Religion
Trabzon/Turkey

necmikarsli@trabzon.edu.tr

ORCID ID: www.orcid.org/0000-0002-2975-9307

Atıf: Karlı, Necmi. "Üniversite Öğrencilerinde Sabır ve Dindarlık İlişkisi"
. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17 (2020): 52-72.

Doi: <https://doi.org/10.32950/rteuifd.677871>

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Received: 20 Ocak / January 2020

Kabul Tarihi / Accepted: 19 Nisan / April 2020

Yayın Tarihi / Published: 20 Haziran / June 2020

Plagiarism: This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software. <http://dergipark.org.tr/rteuifd>

Copyright © Published by Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi / Recep Tayyip Erdogan University, Faculty of Divinity, Rize, 53100 Turkey. All rights reserved

Üniversite Öğrencilerinde Sabır ve Dindarlık ilişkisi

Öz: Sabır yaşamsal sıkıntılar ve engellemeler karşısında sakin kalma ve sorunlarla akılcı bir şekilde başa çıkabilmeyi sağlayan önemli bir erdemdir. Din ihtiva ettiği öğretiler ve ritüeller yoluyla pozitif duygular kazandırmakta ve sabır tutumunu geliştirmektedir. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde dindarlık sabır ilişkisini tespit etmektir. Araştırmanın örneklemini Karadeniz Teknik Üniversitesi Edebiyat Fakültesi'nin Sosyoloji, Tarih ve Türk Dili ve Edebiyatı bölümleri ile Trabzon Üniversitesi İlahiyat Fakültesi'nde eğitim almakta olan 507 genç bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Sabır Ölçeği, Ok-Dini Tutum Ölçeği ve İçsel Dini Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada özetle şu sonuçlar elde edilmiştir. Kadınların dini tutum düzeyi erkeklerinkinden daha yüksektir. Dindarlık ve sabır ile sigara kullanımı arasında negatif ilişki bulunmuştur. Dini tutum ve içsel dini motivasyon ile sabır arasında ise pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Din psikolojisi, sabır, din, dindarlık, maneviyat.

Patience and Religion Relationship in University Students

Abstract: Patience is an important virtue that enables to stay calm and deal rationally with problems in the face of vital troubles and obstacles. Through its teachings and rituals, religion provides positive emotions and improves patience. The aim of this study is to determine the relationship between piety and patience among university students. Participants to the study consisted of 507 young people who are studying at Divinity Faculty, Trabzon University and Sociology, History and Turkish Language, and Literature departments, Karadeniz Technical University. Patience Scale, Arrow-Religious Attitude Scale and Internal Religious Motivation Scale were used as data collection tools. As a result of the study, the following findings were reached: The commitment of women towards religion is higher than that of men, there exists a correlation was found between piety/patience and smoking and there is also a positive relationship between patience and religious attitude/ intrinsic religious motivation.

Keywords: Religious psychology, patience, religion, piety, spirituality.

العلاقة بين الصبر والتدين لدى طلاب الجامعات

المخلص: الصبر فضيلة مهمة تسمح للفرد بالبقاء هادئاً والتعامل مع المشكلات بعقلانية في مواجهة الصعوبات والعقبات الحيوية. يوفر الدين مشاعر إيجابية ويحسن الصبر من خلال التعاليم والطقوس. الهدف من هذه الدراسة هو تحديد العلاقة بين التدين والصبر لدى طلاب الجامعات. تكوّنت عينة هذه الدراسة من 507 طالباً وطالبة يدرسون في أقسام: علم الاجتماع والتاريخ واللغة التركية والأدب التركي بجامعة البحر الأسود التقنية، وكلية الإلهيات بجامعة طرابزون. تم استخدام مقياس الصبر، ومقياس المواقف الدينية، ومقياس الدوافع الدينية الداخلية كأدوات لجمع البيانات. بالاختصار؛ تم الحصول على النتائج التالية: مستوى المواقف الدينية للمرأة أعلى من مستوى الرجال. تم العثور على علاقة سلبية بين التدين والصبر وبين التدخين. تم العثور على علاقة إيجابية بين الموقف الديني والدوافع الدينية الجهرية وبين الصبر.

الكلمات المفتاحية: علم النفس الديني، الصبر، الدين، التدين، الروحانية.

GİRİŞ

Zorluklar, yaşamsal sıkıntılar ve engellemeler karşısında tahammüllü ve metanetli olma anlamlarına gelen sabır, kişisel başarının yanında insanlar arası ilişkiler açısından da çok önemli bir erdemdir. Bireylerde sabır duygusunun eksikliği zorluklar karşısında kolayca yılgınlığa düşmeye, engellemeler karşısında aceleci bir şekilde öfke, şiddet ve saldırganlığa yönelmeye zemin hazırlamaktadır. Her gün haberlerde izlediğimiz şiddet olaylarının nedenlerinden birisi insanlar arası ilişkilerde kontrollü olma, tahammüllü ve metanetli olmayı sağlayan sabır erdeminin insanlarda azalmış olmasıdır. Dini kaynaklarda sıkıntılar karşısında sabretme pek çok yerde tavsiye edilmektedir. Bununla birlikte din negatif yaşamsal olaylara tatmin edici anlamlar yükleyerek, ödül ve ceza mekanizmaları ile sabır tutumunun gelişmesine dolaylı olarak da katkı sağlamaktadır. Araştırmamızın temel problemi dindarlık ve sabır ilişkisini tespit etmektir. Buna ilave olarak araştırmada yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, sigara kullanımı ve kişilik yapısı gibi demografik değişkenlerin dindarlık ve sabır ile ilişkisi de incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen veriler örneklemin araştırma anketindeki ifadeleri anladıkları ve gerçek kanaatlerini ankete aktardıkları varsayımı, araştırmanın yapıldığı yer ve zaman ile sınırlı olup herkes için genellenemez. Literatürde sabır ruh sağlığı ilişkisi üzerine yapılmış araştırmaların sayısı çok azdır. Sabır ve dindarlık ilişkisi üzerine ise nerdeyse hiçbir araştırma yoktur. Bundan dolayı araştırma günümüzün önemli sorunlarından olan kontrolsüz öfke ve şiddete karşı koruyucu ve önleyici gücü olan sabır erdeminin gelişiminde dinin etkisini ortaya koyması açısından önem arz etmektedir.

Sabır

Sabır sözlükte acı, yoksulluk, gibi üzücü durumlar karşısında ses çıkarmadan onların geçmesini bekleme erdemi, dayanç olarak tanımlanmaktadır.¹ Başka bir tanıma göre sabır hayatı olumlu ve olumsuz yönleriyle bir bütün olarak kabul etmektir. Başa gelen sıkıntılardan şikâyet etmemek ve sızlanmamaktır.² Türkçe'ye Arapça'dan geçmiş olan sabır kelimesi "*sabera*" kökünden türemiştir. "*Sabera*" kelimesi sabır, tahammül, sukûnet, huzur, kendine hâkim olma kendini tutma, nefsi akıl ve şer'in gerektirdiği hususlara karşı hapsetme anlamlarına gelmektedir.³ Sabır kelimesinin İngilizce karşılığı olan "*patience*" birine karşı sabırlı davranmak, dayanma, tahammül, metanet, sebat, azim gibi anlamlara gelmektedir.⁴ Sabırlı, aynı

¹ İsmail Parlatır - Türk Dil Kurumu, ed., *Türkçe sözlük*, 11. baskı (Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu, Türk Dil Kurumu, 2011), 1996.

² Muhammed Kızılgöçer, *Din Psikolojisinin 300'ü* (Ankara: Otto, 2020), 197.

³ Serdar Mutçali, *Arapça - Türkçe Sözlük* (İstanbul: Dağarcık, 1995), 468; Ragıb el-İsfahani, *Müfredat Kur'an Kavramları Sözlüğü*, 3. Baskı (İstanbul, 2012), 576.

⁴ Hâmit Atalay, *İngilizce-Türkçe sözlük* (Ankara: Türk Dil Kurumu, 1999), 2522.

zamanda hasta anlamlarına gelen “patient” ifadesi ise katlanmaya istekli veya kabiliyetli olma anlamlarına gelmektedir.⁵

Sabırla ilişkili olan bazı kavramlar bulunmaktadır. Bunlar sebat, azim, metanet, tahammül ve öz denetimdir. Sebat sözünden ve kararından dönmeme bir işi sonuna değin sürdürme, kararlılık, dayanma ve direnme anlamlarına gelmektedir.⁶ Zorluklar karşısında yılgınlığa düşmeme, hedeflenen işe devam etme kararlılığını ifade eden sebat sabrın önemli bileşenlerinden birisidir ve başarı için gereklidir. Sabırla ilişkili diğer bir kavram olan azim karşılaşılan engelleri yenme kararlılığı, bir işin devamına kalbin bağlanması anlamlarına gelmektedir.⁷ İlim öğrenmek, bir zanaatı öğrenmek ve hayatta başarılı olmak sabretmeyi ve azimle çalışmayı gerektirmektedir. Bununla birlikte azmi hırsla karıştırmamak gerekir. Azim heves, gayret ve iyimserlik ve kararlılık içeren pozitif bir mücadeleyi ifade ederken hırs ise içinde negatif duygular barındırabilen bireyin kendisine ve çevresindekilere zarar verici yıkıcı bir mücadeleyi ifade etmektedir. Sabırla ilişkili bir başka kavram olan metanet metin olma, dayanıklılık, sağlamlık anlamlarına gelirken, metanetli olma kötü bir duruma katlanma anlamına gelmektedir.⁸ Sabır negatif yaşamsal olaylar karşısında isyan etmeme, umutsuzluğa ve yılgınlığa düşmeme, dirençli olmayı ifade ettiğinden dolayı metanet sabrın önemli bir parçasıdır. Bununla birlikte sabır ibadetlere devam etme, ilim öğrenme, haramlardan uzak durma gibi bir takım pozitif davranışları yapmaya devam etme kararlılığı da ifade etmesi yönüyle metanetten ayrılmaktadır. Sabırla yakından ilişkili diğer bir kavram olan tahammül kötü, güç durumlara karşı koyabilme gücü, kaldırma, katlanma anlamlarına gelmektedir.⁹ Tahammül sabırla yakından ilişkili bir kavram olmakla birlikte aralarında bazı farklılıklar vardır. Tahammülde zorluklara zorunlu bir katlanma söz konusu iken sabırda zorluklara bilinçli ve gönüllü olarak dayanma söz konusudur. Ayrıca tahammülde sorunları çözmeye yönelik bilişsel süreç daha pasif iken sabırda sorun çözmeye yönelik bilinç daha aktiftir.¹⁰ Sabırla ilişkili olarak ele alacağımız son kavram ise öz denetimdir. Öz denetim, bireyin zihinsel faaliyetlerine ve gözlemlenebilen davranışlarına hâkim olması, özellikle çevresel oyalama ve karşıt dürtülere rağmen planlarını açık bir şekilde ifade etme ve gerçekleştirme yeteneğidir.¹¹ Yaşamsal engelleme ve kışkırtmalar karşısında gösterilen sabırda öz denetim söz konusudur. Bununla

⁵ Webster's dictionary of English usage (Springfield, Mass: Merriam-Webster, 1989), 721.

⁶ Parlatır - Türk Dil Kurumu, *Türkçe sözlük*, 2051; Ragıb el-İsfahani, *Müfredat Kur'an Kavramları Sözlüğü*, 203.

⁷ Parlatır - Türk Dil Kurumu, *Türkçe sözlük*, 2016; Ragıb el-İsfahani, *Müfredat Kur'an Kavramları Sözlüğü*, 699.

⁸ Parlatır - Türk Dil Kurumu, *Türkçe sözlük*, 1666.

⁹ Parlatır - Türk Dil Kurumu, *Türkçe sözlük*, 2242.

¹⁰ Mebrure Doğan, *Sabır psikolojisi: pozitif psikoloji bağlamında bir araştırma*, 1. baskı (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2016), 76-77.

¹¹ David Matsumoto, *The Cambridge Dictionary of Psychology* (Cambridge: Cambridge University Press, 2009), 467.

birlikte sabır sadece engellemeler karşısında bireyin kendine hâkim olmasını değil aynı zamanda ilim öğrenme gibi pozitif birtakım davranışları sürdürmedeki kararlılığı da ifade ettiği için öz denetimden daha geniş bir anlama sahiptir. Sabır kavramı sabırsızlık kavramı yakından ilişki olmakla birlikte bu iki kavram birbirinin zıddı değildir. Zira negatif duygular doğrudan pozitif duyguların ters yansıması değildirler. Sabırsızlık daha ziyade A tipi kişilik özelliklerinden birisidir.¹² Sabırsızlıktan ziyade acelecilik kavramı sabırla daha yakından ilişkilidir. Bir diğer husus sabır sadece hazzın ertelenmesi değildir. Hazzın ertelemesinde sonradan ulaşılabilecek daha büyük bir haz ile daha küçük bir haz arasında açık bir seçim yapma gerekli iken, sabır seçim yapmanın mümkün olmadığı durumlarda da söz konusu olabilir.¹³ Sabrı açıklamak için ele aldığımız bu kavramların hiç birisi tek başına sabrı ifade etmede yeterli değildir. Bununla birlikte sabır, bir takım pozitif veya negatif durumlar veya olaylar karşısında sergilenen kararlılık, istikrar, metanet, azim, öz denetim davranışdır denilebilir.

Amerikan Psikolojisinin kurucusu kabul edilen William James'e göre sabır azizce yaşamdaki ruh gücünün göstergelerinden birisidir. Bu yaşam tarzında sabır, hayırseverlik, güven ve cesaret gibi büyük erdemler dini idealler için sergilenmektedir. O'na göre azizlerin yaşamalarında genişlemiş olan yaşam algısı o kadar neşelendirici olur ki, güdüler ve engellemeler fark edilemeyecek kadar küçülür, sabır ve metanete yönelik yeni kavrayışlar ortaya çıkar.¹⁴ Frankl'ın bakış açısından sabır kaçınılmaz olarak karşılaşılan sıkıntılara anlam bulabilmektir. Çekilen açılarda da bir anlam bulunabilir, hatta vakar ile acı çekmek başlı başına anlamlı bir görev olabilir. Frankl anlam bulmak için acı çekmek gerekliliğini değil, kaçınılmaz olarak tecrübe edilen acılarda da anlam bulunması gerektiğini savunmuştur.¹⁵ Son dönemde ortaya çıkan yaklaşımlardan olan pozitif psikolojide sabır ve diğer erdemler üzerinde durulmaktadır. Bu bağlamda sabır, ön yargısız olma, amaç yönelimli olmama, kabul, güven, açıklık, rahatlık, nezaket, cömertlik, empati, minnettarlık ve şefkat farkındalık yaratan özelliklerinden kabul edilmektedir.¹⁶

Durumluk ve sürekli sabır şeklinde iki tür sabır bulunmaktadır. Durumluk sabır, gündelik hayatın yoğunluğu ile doğru orantılı olarak ortaya çıkan, kısa süreli hayal kırıklıkları ve günlük sorunlar yaşanırken gerekli olan, uzun mücadeleler gerektirmeyen, problemlerin çözümünde bireye yardımcı olabilecek sabır

¹² Sarah Ann Schnitker, Robert A. Emmons, "Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives", *Research in the Social Scientific Study of Religion*, Volume:18, Leiden 2007, s.182; Doğan,2016: 63.

¹³ Ralph L Piedmont, *Research in the social scientific study of religion* (Leiden: Brill, 2007), 183; Schnitker, Emmons, "Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives", s. 183; Doğan,2016: 63-64.

¹⁴ William James v.dğr., *The varieties of religious experience a study in human nature* (London: Routledge, 2002), 214.

¹⁵ Viktor E Frankl - Selçuk Budak, *İnsan anlam arayışı* (Ankara: Öteki Yayınevi, 2000), 107.

¹⁶ C. R. Snyder - Shane J. Lopez, *Positive psychology: the scientific and practical explorations of human strengths* (Thousand Oaks, Calif: SAGE Publications, 2007), 249.

tutumudur. Sürekli sabır ise uzun vadeli amaçlar ve güçlükler sırasında ortaya çıkan sabır tutumudur. Sürekli sabır sabrın bir eğilim, tutum ve bir karakter özelliği haline gelmiş şeklidir.¹⁷

Sabır yaşamsal sıkıntı, zorluk ve engellemeler karşısında pasif bir şekilde beklemek değil, sorunlarla akılcı bir şekilde mücadele etme yöntemidir. Aynı zamanda sorunlar karşısında direnme, metanetli olma, sakin kalma ve cesareti ifade etmektedir. Her ne kadar bazı bireyler kişilik özelliği olarak sabırlı olmaya eğilimli olsalar da genel olarak sabır erdemi sonradan kazanılmaktadır.

Dindarlık ve Sabır İlişkisi

Din, sabır ilişkisine geçmeden önce din ve dindarlık kavramlarına kısaca değinmemiz gereklidir. Sosyal bilimlerdeki pek çok kavramda olduğu gibi dinin tanımı konusunda da görüş birlikteliği yoktur. Çok farklı yapılarla sahip dinlerin mevcudiyeti, dinin çok boyutlu bir yapı olması ve dini tanımlayan araştırmacıların alan, ilgi ve bilgi farklılıkları gibi nedenler bu duruma yol açmaktadır. Bununla birlikte genel olarak ele aldığımızda din, varoluş konusunda birtakım kavramlar dile getiren, insanda güçlü motivasyonlar ve ruhsal eğilimler uyandıracak düzeyde etkili olan bir semboller sistemidir. Başka bir ifadeyle din inanılan varlık ile inanan varlık arasında kurulan ruhsal ve manevi bir ilişkidir.¹⁸ Peker'e göre bireyi bir varlığa inanmaya yönelten nedenler modelden öğrenme, güçsüzlük ve çaresizlik, bir varlığa bağlanma ihtiyacı, akıl yürütme ve zihinsel tatmin, korku, ölümsüzlük arzusu, suçluluk/günahkarlık duygusu ve dini sembollerle karşılaşmadır.¹⁹ Din bireyin hayatına şekillendiren öznel bir gerçeklik iken dindarlık dini ilkelerin çeşitli tutum ve davranışlar şeklinde bireysel ve toplumsal yaşantıya aktarılmış haline denir.²⁰ Ayrıca dindarlık hayatın farklı dönemlerinde artıp azalabilen dinamik bir yapıdır ve dindarlığı etkileyen yaş, cinsiyet, medeni durum, sosyo-ekonomik durum, meslek gibi pek çok faktör bulunmaktadır.

İnsanoğlu hayatta kaza, bela, hastalık, musibet, yakınlarının ölümü gibi psikolojik ve fizyolojik etkileri olan pek çok negatif yaşamsal olay tecrübe etmektedir. Kur'an-ı Kerim'de insanoğlunun tecrübe ettiği negatif yaşamsal olayların birer imtihan vesilesi olduğu bildirilmekte ve sabır tavsiye edilmektedir (Bakara, 2/155). Din negatif yaşamsal olayların arka planında daha yüksek bir iradenin olduğunu bildirmek suretiyle bu olaylara anlam yüklemekte, ayrıca sabrı tavsiye ederek bireyin negatif yaşamsal olaylar karşısında sakin kalmasını, kontrolünü kaybetmemesini, tahammül ve azmini devam ettirmesini sağlamakta, böylece beden ve ruh sağlığının korunmasına hizmet etmektedir. İnsanoğlunun fitratında acelecilik bulunmaktadır. Bu husus Kur'an-ı Kerim'de yer alan "İnsan çok aceleci (tezcanlı) yaratılmıştır" (Enbiya, 21/37) ayetinde ifade edilmektedir. Din

¹⁷ Doğan, *Sabır psikolojisi*, 100-103.

¹⁸ Faruk Karaca, *Din Psikolojisi* (Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, 2011), 73.

¹⁹ Hüseyin Peker, *Din psikolojisi* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2014), 76-85.

²⁰ Ali Köse - Ali Ayten, *Din psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2012), 109.

ihtiva ettiği emirler ve ritüeller ile bireylerde sabır duygusunu geliştirerek fıtratında ki acelecilik eğilimini kontrol altına almaktadır. Dinin sadece insanoğlunun fıtratındaki acelecilik eğiliminin değil, aynı zamanda öfke, şiddet ve saldırganlık gibi pek çok anti sosyal davranışın da kontrol altına alınmasına olumlu katkı sağladığı araştırmalarla tespit edilmiştir. Örneğin Uysal'ın 1500 kişi üzerinde yaptığı araştırmada oruç ibadetine katılım ile öfke arasında negatif öfke kontrolü arasında ise pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur.²¹ Marsh ve Dallos'un Katolik çiftler üzerinde yaptıkları araştırmada dini inanç ve pratiklerin öfke ve çatışma yönetiminde oldukça etkili olduğu tespit edilmiştir.²² Kevin ve arkadaşlarının yaptıkları bir dizi deneysel araştırmada dini temalar dikkat çekici hale getirildiğinde bireylerin daha yüksek öz kontrol sergiledikleri ve karar alma kabiliyetinin geliştirdiği bulunmuştur.²³ Scott ve arkadaşları ile Karslı'nın araştırmalarında da dindar gençlerin daha yüksek yüksek düzeyde öz kontrol sahibi oldukları görülmüştür.²⁴ Karakaş'ın araştırmasında da üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada bireylerin sabır tutumları arttığında öfke kontrol becerilerinin de artmakta olduğu tespit edilmiştir.²⁵

Sosyal psikolojik araştırmalarında bir mesajın çokça tekrar edilmesinin o mesajı dinleyenlerde mesajın içeriğine yönelik olumlu tutum gelişimine yol açtığı tespit edilmiştir.²⁶ Bu bağlamda Kur'an-ı Kerim'de sabır ifadesinin 100'e yakın ayette tekrar edilmesi dini metinleri okuyan ve dini bağlılığı yüksek olan bireylerde sabır davranışına yönelik olumlu tutum gelişimine katkı sağlamaktadır. Kur'an-ı Kerim'de sabırın farklı yönlerine vurgu yapılmaktadır. Bunlar; sıkıntı, musibet ve kötülükler karşısında sabır (Bakara, 2/155,177; Al-i İmran, 3/120,186; Hac,22/35; Lokman, 31/17), yalan ve iftiralar karşısında sabır (Enam, 6/34; Sad,38/17; Müzemmil, 73/10), istikamet üzere kalmada sabır (Bakara, 2/250; Kehf, 18/28), , Allah'a itaate ve ibadetlere devam etmede sabır (Enfal, 8/46; Yunus, 10/109; Hud, 11/11; Ra'd, 13/22; Kasas, 28/80), günahlardan uzak durmada sabır (Mü'min, 40/55), Allah'ın hükmü karşısında sabırdır (Kalem, 68/48). Kur'an- Kerim'de yer alan sabır ifadeleri incelendiğinde çoğunlukla savaş, yalan, iftira, musibet gibi negatif yaşamsal olaylar karşısında tahammüllü, sebatkar olma anlamında kullanıldığı, ayrıca Allah'ın hükmüne razı olma, imanı ve ibadetleri sürdürme ve günahlardan uzak durma anlamlarında kullanıldığı görülmektedir. Kur'an-ı Kerim'de sabır

²¹ Veysel Uysal, "Kentsel Hayatta Dindarlık ve Oruç ibadetinin Bireysel-Toplumsal Yansımaları", *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 0/32 (2007): 19.

²² Robert Marsh, Rudi Dallos, "Religious Beliefs and Practices and Catholic Couples' Management of Anger and Conflict", *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7 (2000): 22.

²³ Kevin Rounding v.dğr., "Religion Replenishes Self-Control", *Psychological Science* 23/6 (Haziran 2012): 635.

²⁴ Scott A. Desmond v.dğr., "Religion, Self Control, and Substance Use", *Deviant Behavior* 34/5 (Mayıs 2013): 384; Necmi Karslı, *Öfke Kontrolü ve Dindarlık* (Kayseri: Kimlik Yayınları, 2018), 342.

²⁵ Ahmet Karakaş, "Sabır Tutumunun Sürekli Öfke İfade Tarzlarına ve Öfke Kontrolüne Etkisi", *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 2/1 (11 Temmuz 2018): 93.

²⁶ Kenneth S. Bordens, Irwin A. Horowitz, *Social Psychology*, 3. Edition (United States: Freeload Press, 2008), 222.

peygamber vasfı olarak nitelendirilmektedir (Ahkaf, 46/35). İsmail (a.s)'in kendisini kurban etmek isteyen babasına olan teslimiyeti (Saffat, 37/102), Yusuf'unu kaybeden Hz. Yakub'un güzel sabrı, yıllarca hastalıkla mücadele eden Hz. Eyyub'un tavrı (Enbiya, 21/83-84), İslamiyet'in ilk yıllarında Hz. Muhammed'in maruz kaldığı işkence ve zulümler karşısındaki azim, sebat ve cesaretidir. Hz. Muhammed sabrı bir ışık (Müslim, Taharet, 1), büyük bir ecir ve hayır vesilesi (İbn Mace, Fiten, 23; Müslim, Zühd, 64) olarak nitelendirmiş, musibetin ilk geldiği anda sabır sergilenmesini tavsiye etmiştir (Buhari, Cenaiz, 31).

Dini hayatın önemli göstergelerinden olan ibadetler bireylerde sabır tutumunu geliştirmektedir. Bir Müslümanın bazı fiziksel zorluklarına rağmen Allah'ın emri olduğu için günde beş defa abdest alıp namaz kılmaya devam etmesinde sabır davranışı sergilenmektedir. Bununla birlikte namaz ibadeti Allah inancının ve kulluk bilincinin canlı tutulmasını sağlayarak çeşitli yaşamsal sıkıntılar karşısından bireyin isyan etmesini önlemekte, daha kontrollü ve tahammüllü olmasını sağlamaktadır. Oruç ibadeti tan yeri ağarmasından güneş batıncaya kadar yeme, içme, cinsel ilişki, kötü söz ve davranışlardan uzak tutarak kontrollü olmayı ve sabrı öğretmektedir. Benzer şekilde Hac ibadeti birtakım kuralları ve yasakları ile bireyin davranışlarında kontrollü ve sabırlı olmasına katkı sağlamaktadır. Dua ibadeti de çeşitli sıkıntılar ve ihtiyaçlar karşısında bireyin sorunlarını inandığı Yüce varlığa arz etmesini ve O'ndan gelecek ilahi yardımı sabır ve sebat içinde bekleyerek umudunu devam ettirmesini sağlamaktadır. Sonuç olarak din doğrudan sabrı tavsiye ederek, ayrıca negatif olaylara anlam yüklemeye ve ibadetler yoluyla dolaylı olarak bireylerde sabır tutumunu geliştirmektedir.

Dünyevi kaygılardan arınıp takvaya ulaşma yolu olan tasavvufta sabra özel bir önem atfedilmektedir. Tasavvufi yaşamda salık sabır sayesinde önünce çıkan engelleri aşar, olgunlaşır ve Allah'a ulaşır. Mutasavvıflara göre arayış halinde sabır zafer işareti, sıkıntı halinde sabır ise kurtuluş işaretidir.²⁷ Gazali "Mükaşefetü'l-kulub" isimli eserinde sabrın farklı türlerinden bahsetmiştir. Bunlar; Allah'a itaat ve ibadette sabır, Allah'ın haram kıldıklarından uzak durmada sabır ve musibet anında ki sabırdır.²⁸ Ayrıca Gazali hüküm açısından da sabrı farz, nafile, mekruh ve haram şeklinde dört kısımda ele almıştır. Dinen yasak olan şeylere sabrı farz, mekruhlara karşı sabrı nafile, dinen çirkin olarak görülen hususlarda yapılmak istenilen eziyetlere sabrı mekruh, cana ve uzva zarar verme gibi tehlikeli eziyetlere karşı sabrı ise haram olarak kabul etmiştir.²⁹ Erzurum'lu İbrahim Hakkı "Marifetname" isimli eserinde sabrı dört kısımda ele almıştır. Birincisi Allah'a itaatte sabır, ikincisi kötülükleri terk etmede sabır, üçüncüsü lüzumsuz işlerden uzak durmada sabır, dördüncüsü ise şiddet ve belalara karşı sabırdır.³⁰ Cevziyye'ye

²⁷ Hasan Kayıklık, *Tasavvuf psikolojisi* (Ankara: Akçağ, 2011), 139.

²⁸ İmam Gazali, *Kalplerin Keşfi (Mükaşefetü'l-kulub)* (İstanbul: Semerkand, 2006), 25.

²⁹ İmam Gazali, *İhyau Ulumi'd-Din* (İstanbul: Bedir Yayınevi, 1975), 4: 129.

³⁰ Erzurum'lu İbrahim Hakkı, *Marifetname* (İstanbul: Çelik Yayınevi, 2003), 609.

göre hayatta 3 hususta sabır gereklidir. Bunlar; Allah'a ibadet etme ve O'nun emirlerine itaat etmede sabır, yanlış davranışlardan uzak durmada sabır, Allah'ın kaza ve kaderini kabul etmede sabır.³¹ Merter "Nefs Psikolojisi" isimli eserinde sabır esnasında insanın yalnız olmadığını isimlerinden birisi "es-Sabur" olan Allah'ın da kulu ile birlikte sabrettiğini, ancak sabrın bu yüksek derecesine ulaşmak için iyi olmak ve iyilik yapmaya devam etmek gerektiğini ifade etmiştir.³² Özetle Müslüman düşünürler sabrı nefsin terbiye edilmesi, olgunlaşma ve Allah'a ulaşmak için gerekli görmüşlerdir. Sabrı iyi işler yapmada sabır, dini yasakladığı kötü davranışlardan uzak durmada sabır, bela ve musibetlere karşı sabır şeklinde farklı kısımlarda ele almışlardır. Gazali farklı durumlarda sabrın hükmünün de değişeceğine dikkat çekmiştir. Şöyle ki, Dinin yasakladığı şeylerden uzak durmadaki sabrı farz, cana ve uzva zarar verme şeklindeki tehlikeli eziyetlere sabrı ise haram olarak kabul etmiştir. Tasavvuftaki nefis gelişim mertebelerinden birisi olan nefis-i raziye de sabır erdemi tam anlamıyla tecrübe edilmektedir. Nefis-i raziye; teslimiyet, razı olan, memnun olan ve tereddütsüz teslim olan nefis anlamına gelmektedir.³³ Nefis-i raziye aşamasında kişi sadece hakkına razı olmaz aynı zamanda, karşılaştığı yaşamsal güçlüklerin de Allah'tan geldiğini bilincinde olarak sıkıntılara da razı olunur, hatta sıkıntılar Allah'tan geldiği için Allah'a olan şükran duygusu ve sevgisi sebebiyle en acı şeyler bile tatlı gelmeye başlar. Bu derecenin sabır dışındaki diğer özellikleri istişna, ihlas, tefekkür ve zikirdir.³⁴

3. Yöntem

3.1.Örneklem

Araştırmanın örneklemini 2018-2019 eğitim döneminde Karadeniz Teknik Üniversitesi Edebiyat Fakültesi'nin Türk Dili ve Edebiyatı, Sosyolojik ve Tarih bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrenciler ile Trabzon Üniversitesi İlahiyat Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan öğrencilerde rastlantısal olarak seçilmiş 507 genç bireyden oluşmaktadır.

3.2.Veriler Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Anketi: Bu kısımda örneklemin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, kişilik yapısı, sigara ve alkol kullanım sıklığı ve sağlık durumu ile ilgili ifadeler yer almaktadır.

³¹ I. al-Qayyim v.dğr., *Excellence of Patience & Gratefulness* (Darussalam Publishers, t.y.), 28.

³² Mustafa Merter, *Psikolojinin üçüncü boyutu: nefis psikolojisi ve rüyaların dili*, 1. basım (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014), 222.

³³ Kızılgöçer, *Din Psikolojisinin 300'ü*, 199.

³⁴ Robert Frager, *Kalb, Nefs ve Ruh* (İstanbul: Gelenek Yayıncılık, 2003), 97.

Sabır Ölçeği: Sarah A. Schnitker tarafından geliştirilen Sabır Ölçeği, Doğan ve Gülmez (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 11 maddeden oluşan ölçek kısa süreli sabır, uzun süreli sabır ve kişiler arası sabır şeklinde üç boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler “Kesinlikle katılmıyorum” ile “Kesinlikle katılıyorum” arasında 5’li likert formatında derecelendirilmiştir. Ölçeğin geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizi, güvenilirliği için Cronbach Alpha katsayısı ve madde toplam korelasyonlarına bakılmıştır. Ölçeğin geçerliliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizinde özgün ölçekte açılımlı faktör analizi ile keşfedilmiş ve doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmiş ve ölçeğin üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin güvenilirlik analizinde Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı “kişiler arası sabır” boyutunda 0,71, “uzun süreli sabır” boyutunda 0,52, “kısa süreli sabır” boyutunda ise 0,49’dur. Ölçeğin tüm maddelerinin Cronbach Alpha katsayısı ise 0,78 olarak bulunmuştur.³⁵

İçsel Dini Motivasyon Ölçeği: Dean Hoge tarafından geliştirilmiş olan İçsel Dini Motivasyon Ölçeği Karaca tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 5’li likert formatına sahip olan ölçek, 7’si olumlu, 3’ü olumsuz toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10 en yüksek puan ise 50’dir. Ölçeğin güvenilirlik testi için homojenlik endeksi ve yarıya bölme teknikleri kullanılmıştır. Ölçeğin geçerliliği testi için ise faktör analizi ve iç tutarlılık teknikleri kullanılmıştır. Ölçek maddeleri yarıya bölme tekniği ile analiz edilmiş ve iki yarım ölçek arasındaki korelasyon katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır. Cronbach’s Alfa katsayısı ise .84 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliliğini tespit için yapılan faktör analizi sonucunda bir madde hariç tüm maddelerinin aynı faktörde kümelendiği görülmüştür. Ölçek maddelerinin iç tutarlılık analizi için korelasyon katsayıları hesaplanmış ve tüm maddelerin ölçek aynı yönde ayrıştıkları saptanmıştır.³⁶

Ok-Dini Tutum Ölçeği: Ok tarafından geliştirilen *Ok-Dini Tutum Ölçeği* 2’si olumsuz 6’sı olumlu toplam 8 maddeden oluşmaktadır. 5’li likert yapısında sahip olan ölçek, biliş, duygu, ilişki ve davranış şeklinde 4 alt ölçekten oluşmakta ve dini tutumun bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin geçerliliğini tespit için faktör analizi uygulanmış ve tüm maddelerin önceden belirlenen 4 faktörde yüklendiği, tüm maddeler toplam varyansın %78’ini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin tüm alt boyutlarının alfa düzeyleri tatmin edici seviyede olmakla birlikte davranış alt ölçeğinin alfa düzeyi (.60) diğerlerinden düşük kalmıştır. Analizler sonucunda ölçeğin alt boyutlarıyla birlikte yüksek bir iç tutarlılığa sahip olduğu, açıklımsal ve doğrulayıcı faktör geçerliliği bulunduğu, bütün olarak kriter geçerliliğine sahip olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin geçerlilik ve

³⁵ Mebrure Doğan - Çiğdem Gülmez, “Sabır Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması / Adaptation of The Patience Scale into Turkish: The Study of Validity and Reliability”, *Atatürk Üniversitesi İlahiyât Tetkikleri Dergisi* 0/42 (2014): 275.

³⁶ Faruk Karaca, “Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin Türk Toplumuna Standardizasyonu”, *EKEV Akademi Dergisi* 3/1 (Bahar 2001): 196-199.

güvenirlilik analizleri sonucunda kullanıma uygun bir ölçme aracı olduğu anlaşılmıştır.³⁷

3.3. Verilerin Analizi

Araştırmamızda toplanan veriler SPSS (v23) programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada yaş, cinsiyet, ekonomik durum ve sigara kullanımı ve sağlık durumu değişkenlerin yüzdelik dağılımları hesaplanmış ve bu değişkenlerin sabır ve dindarlık ile ilişkilerine bakılmıştır. Daha sonra dindarlık ile sabır davranışı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Analiz işlemlerinde frekans, korelasyon, t-testi, ki-kare testi, tek yönlü anova ve regresyon analizi işlemleri yapılmış, anlamlı bulunan sonuçlara yer verilmiştir.

3.4. İşlem

Araştırma için Trabzon Üniversitesi Etik Kurulundan izin alındıktan sonra Karadeniz Teknik Üniversitesi Edebiyat Fakültesi'nin Türk Dili ve Edebiyatı, Tarih ve Sosyoloji bölümlerinde ve Trabzon Üniversitesi İlahiyat Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan öğrenciler üzerinde gönüllülük esasına göre anket uygulaması yapılmıştır. Uygulanma öncesinde katılımcılar araştırmanın amacı ve elde edilecek verilerin gizli kalacağı yönünde bilgilendirilmiştir.

4. Bulgular

4.1. Demografik Değişkenler Açısından Örneklem Grubunun Özellikleri

Yaş: Örneklemin 309'u (%60,9) 18-21 yaş grubunda, 198'i ise (%39,1) 22-37 yaş grubunda yer almaktadır.

Cinsiyet: Örneklemin 356'sı (%70,2) kadın, 151'i ise (%29,8) erkektir.

Sosyo-Ekonomik Durum: Örneklemden 28 kişinin (%5,5) sosyo-ekonomik durumu düşük, 470'inin (%92,7) orta, 9 kişinin ise (%1,8) ise sosyo-ekonomik durumu yüksek seviyededir.

Sigara Kullanımı: Örneklemin 35'i (%6,9) sık sık, 23'ü (%4,5) ara sıra, 32'si (%6,3) nadiren sigara kullanmakta iken, 417'si ise (%82,2) sigara kullanmamaktadır.

Kişilik Yapısı: Örneklemin 239'u (%47,1) içedönük, 268'i ise (%52,9) dışadönük kişilik yapısına sahiptir.

4.2. Demografik Değişkenlere Göre Sabır ve Dindarlık Düzeyleri

³⁷ Üzeyir Ok, "Dini tutum ölçeği: ölçek geliştirme ve geçerlik çalışması", *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2 (2011): 528-549.

Tablo 1. Demografik Değişkenler ile Sabır ve Dindarlık Arasındaki Korelasyonlar

	Yaş	Cinsiyet	Ekonomi	Sigara	Kişilik
Sabır	.005	-.006	-.025	.079	-.085
Dini Tutum	-.049	-.114*	.092*	.182**	.007
İçsel Dini Motivasyon	.057	-.058	.123**	.195**	.085

(Not: p** 0,01 düzeyinde, p* 0,05 düzeyinde anlamlıdır)

Tablo 1’de görüldüğü üzere dini tutum ile cinsiyet ($r=-.114$, $p<.05$), ekonomik durum ($r=.092$, $p<.05$) ve sigara kullanımı ($r=.182$ $p<.01$) arasında ve içsel dini motivasyon ile sosyo-ekonomik durum ($r=.123$, $p<.01$) ve sigara kullanım sıklığı ($r=.195$, $p<.01$) arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlılık derecesine ulaşmıştır. Sabır ile demografik değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlılık derecesine ulaşmamıştır.

Tablo 2. Cinsiyete Göre Dini Tutum Düzeyleri

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss
Dini Tutum	Kadın	356	35.08	4.20
	Erkek	151	33.96	5.08
		t=2.572	df=505	p=.010

Tablo 2’deki yer alan t-testi analiz sonuçlarına göre kadınların dini tutum skoru $\bar{X}=35.08$ iken, erkeklerinki $\bar{X}=33.96$ ’dır. Buna göre kadınların dini tutum düzeylerinin erkeklerinkinden anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t_{(0,05;505)}=2.572$, $p=.010$, $p<.05$).

Tablo 3. Sigara Kullanımına Göre Sabır ve Dindarlık Düzeyleri

	Sigara Kullanımı	N	%	\bar{X}	ss	Tamhane
Dini Tutum	1 Sık Sık	35	6.9	31.74	6.19	1/4
	2 Ara sıra	23	4.5	34.21	3.45	
	3 Nadiren	32	6.3	34.25	4.55	
	4 Hiçbir zaman	417	82.2	35.07	4.30	
	Toplam	507	100	34.75	4.50	
$F_{(3,503)}= 6.341$ $p=.000$ $p<.05$						
	Sigara Tamhane	N	%	\bar{X}	ss	Kullanımı
Sabır	1 Sık Sık	35	6.9	37.31	8.71	
	2 Ara sıra	23	4.5	35.13	4.94	
	3 Nadiren	32	6.3	35.71	9.07	
	4 Hiçbir zaman	417	82.2	38.19	7.02	
	Toplam	507	100	37.84	7.24	
$F_{(3,503)}= 2.403$ $p=.067$ $p>.05$						

Tablo 3'te görüldüğü gibi sık sık sigara kullananların dini tutum ortalaması $\bar{X}=31.74$ (ara sıra=34.21; nadiren=34.25), sigara kullanmayanların dini tutum ortalaması ise $\bar{X}=35.07$ 'dir. Tek yönlü varyans analizine göre (Anova) dini tutum ile sigara kullanımı arasında negatif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p=.000$ $p < .05$). Böylece örneklemin dini tutum düzeyi arttıkça sigara kullanım sıklığı anlamlı derecede azalmaktadır. Post Hoc (Tamhane) analizine göre bu durumun sık sık sigara kullananlar ile hiç sigara kullanmayanlar arasındaki farklılıktan kaynaklanmaktadır. Ayrıca tablo 3'te yer vermediğimiz içsel dini motivasyon ile sigara kullanımı ilişkisine gelince sık sık sigara kullananların içsel dini motivasyon ortalaması $\bar{X}=37.45$ iken (ara sıra=41.95; nadiren=40.96), sigara kullanmayanların içsel dini motivasyon skoru $\bar{X}=42.39$ 'dur. Tek yönlü varyans analizinde (Anova) içsel dini motivasyon ile sigara kullanımı arasında negatif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p=.000$ $p < .05$). Buna göre örneklemin içsel dini motivasyon düzeyi arttıkça sigara kullanımı anlamlı derecede azalmaktadır. Post Hoc analizi (Tukey HSD) bu durumun sık sık ve ara sıra sigara kullananlar ile hiç kullanmayanlar arasındaki farklılıktan kaynaklandığını göstermiştir. Sigara kullanımı ve sabır ilişkisini tespit için yaptığımız tek yönlü varyans analizine göre (Anova) sigara kullanımı arttıkça sabır davranışının azalmakta olduğu görülmekle birlikte sonuçlar istatistiksel olarak anlamlılık derecesine ulaşmamıştır ($p=.067$ $p > .05$).

4.3. Dindarlık ile Sabır Arasındaki İlişkiler

Tablo 4. Dini Tutum ve İçsel Dini Motivasyon ile Sabır Arasındaki Korelasyonlar

	Dini Tutum	İçsel Dini Motivasyon
Sabır	.196**	.096*

(Not: **. Çift yıldızlı olanlar 0,01 düzeyinde anlamlıdır.)

Tablo 4'te görüldüğü gibi sabır ile dini tutum ($r=.196$, $p < .01$) ve içsel dini motivasyon ($r=.096$, $p < .05$) arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlılık derecesine ulaşmıştır.

Tablo 5. Dini Tutum ve İçsel Dini Motivasyon Durumuna Göre Sabır Düzeyleri

	Dini Tutum	N	\bar{X}	ss
Sabır	Düşük	80	35.22	8.47
	Yüksek	110	39.60	6.97
	$t = -3.903$ $df = 188$ $p = .000$			
	İçsel Dini Motivasyon	N	\bar{X}	ss
	Düşük	77	37.42	7.92
	Yüksek	74	41.08	6.24
$t = -3.137$ $df = 149$ $p = .002$				

Tablo 5'te yer alan t-testi analiz sonucuna göre dini tutum düzeyi düşük olanların sabır ortalaması $\bar{X}=35.22$ iken, dini tutum düzeyi yüksek olanların sabır ortalaması $\bar{X}=39.60$ 'tır. Buna göre dini tutum ile sabır arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($t=-3.903$, $p=000$, $p<.01$). Ayrıca uyguladığımız ki-kare analizine göre dini tutum düzeyi yüksek olanların %61,1'inin ($n=22$) sabır düzeyi yüksek, %38,9'unun ($n=14$) sabır düzeyi düşük olduğu görülürken, dini tutum düzeyi düşük olanların %71,1'inin ($n=27$) sabır düzeyinin düşük, %28,9'inin ($n=11$) ise yüksek olduğu görülmüştür. Buna göre dini tutum ile sabır arasında anlamlı bir bağımlılık ilişkisi bulunmaktadır ($X=7.740$ $df=1$ $p=.005$ $p<.05$). İçsel dini motivasyon sabır ilişkisine gelince içsel dini motivasyonu düşük olanların sabır ortalaması $\bar{X}=37.42$ iken içsel dini motivasyonu yüksek olanların sabır ortalaması ise $\bar{X}=41.08$ 'dir. Buna göre içsel dini motivasyon ile sabır arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($t=-3.137$, $p=002$, $p<.05$). Ayrıca uygulamış olduğumuz ki-kare analizine göre içsel dini motivasyonu yüksek olanların %84,6'sının ($n=22$) sabır düzeyi yüksek, %15,4'ünün ($n=4$) sabır düzeyi düşük iken, içsel dini motivasyonu düşük olanların %56,7'sinin ($n=17$) sabır düzeyi düşük, %43,3'ünün ($n=13$) ise sabır düzeyi yüksek çıkmıştır. Buna göre içsel dini motivasyon ile sabır arasında da anlamlı bir bağımlılık ilişkisi bulunmaktadır ($X=10.128$ $df=1$ $p=.001$ $p<.05$). Böylece yapmış olduğumuz analizlerde örneklemin dini tutum ve içsel dini motivasyon düzeyi yükseldikçe sabır düzeyi de yükseldiği görülmüştür.

Tablo 6. Dini Tutum ile Sabır Arasındaki Regresyon Analizi

Sabır	β	t	p	R ²
	.323	2.900	.005	.092

Tablo 6'da dini tutum ile sabır davranışı arasındaki tekli regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Araştırmada örneklemin dindarlık düzeyini ölçmek için dini tutum ölçeği ile içsel dini motivasyon ölçeği kullanılmıştır. Benzer olguları ölçen iki dindarlık ölçeği arasında yapmış olduğumuz korelasyon analizi sonucunda çoklu bağıntı durum olduğu görüldüğü için çoklu regresyon yöntemi yerine sabır davranışı ile daha güçlü ilişkiye sahip olan dini tutum arasında tekli regresyon işlemi yapılmıştır. Tekli regresyon analizinde dini tutum bağımsız değişken sabır ise bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Analiz sonucunda dini tutumun sabır davranışı üzerindeki etkisinin %9,2 oranında olduğu görülmüştür ($\beta=.323$, $p <.05$). Buna göre örneklemin dini tutum düzeyi arttıkça sabır davranışı artacaktır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

1. Araştırmada cinsiyet ile sabır düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bununla birlikte kadınların dini tutum düzeylerinin erkeklerinkinden anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Kadınların erkeklere nazaran daha dindar çıkmasında daha duygusal ve itaatkâr bir yapıya

sahip olmaları, kullanılan ölçüm araçları ve örneklemin yapısı etkili olmuş olabilir. Bununla birlikte dindarlık etkileyen pek çok faktör bulunduğu için araştırmada kadınların dindarlık düzeylerinin erkeklerinkinden daha yüksek çıkmasında hesaba katmadığımız başka faktörlerin de etkisi olmuş olabilir. Ayrıca cinsiyet dindarlık ilişkisi ile ilgili olarak araştırmaların bazılarında erkekler, bazılarında kadınlar daha dindar çıkarken bazı araştırmalarda ise cinsiyet ile dindarlık arasında anlamlı ilişki tespit edilmemektedir. Örneğin Aksan ve Sönmez'in³⁸, Güven'in³⁹ Uysal'ın⁴⁰, Ok ve Cirginlioğlunun'un⁴¹ araştırmalarında da kadınların genel dindarlık düzeyleri erkeklerinkinden daha yüksek çıkmıştır. Karaca'nın⁴², Mehmedoğlu'nun⁴³, Kuşat'ın⁴⁴, Koç'un⁴⁵ araştırmalarında erkeklerin dindarlık düzeylerinin kadınlarınkinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Atalay'ın⁴⁶, Çapar'ın⁴⁷, Karslı'nın⁴⁸, Kızılgeçit'in⁴⁹ Öztürk'ün⁵⁰ ve Kavun'un⁵¹ araştırmalarında ise cinsiyet ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

2. Ayrıca araştırmada sigara kullanımı ile sabır arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiş olmakla birlikte sık sık sigara kullananlar (n=35) hariç tutulmak kaydıyla sigara kullanımı ile sabır davranışı arasında negatif ilişki olduğu görülmüştür. Sabrın önemli bileşenlerinden birisi öz kontroldür. Sigara, alkol, uyuşturucu ve diğer bağımlılık türlerinin temel özelliklerinden birisi beynin mantıklı ve doğru karar alma mekanizmasını etkilemesi ve düşük öz kontrole

³⁸ Gamze Aksan - Özlem Altunsu Sönmez, "Üniversite Gençliğinin Değerlerinin Farklılaşan Yönleri: Değerler ve Dindarlık İlişkisi Bugün Bizlere Ne Anlatıyor?", *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 07 Ekim 2019, 306.

³⁹ İbrahim Furkan Güven, "Makyavelizm ve Dindarlık: Demografik Değişkenler Üzerine Ampirik Bir Araştırma", *Bilimname*, 30 Nisan 2019, 1170.

⁴⁰ Veysel Uysal, "Genç Yetişkinlerde Affetme Eğilimleri ve Dinî Yönelim/Dindarlık", *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 48/48 (15 Eylül 2015): 35.

⁴¹ Fatma Gül Cirhinlioğlu, Üzeyir Ok, "Kadınlar mı Yoksa Erkekler mi Daha Dindar?", *Zeitschrift für die Welt der Türken* 3/1 (2011): 121.

⁴² Faruk Karaca, *Ölüm Psikolojisi* (İstanbul: Beyan Yayınları, 2000), 299.

⁴³ Ali Ulvi Mehmedoğlu, *Kişilik ve Din* (İstanbul: Dem Yayınları, 2004), 672.

⁴⁴ Ali Kuşat, "Ergenlerde Allah Tasavvuru", *Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi* (Adana: Karahan Kitabevi, 2006), 146.

⁴⁵ Mustafa Koç, *Yetişkinlik Döneminde Dindarlık İle Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008), 126.

⁴⁶ Talip Atalay, *İlköğretim ve Liselerde Dindarlık Üzerine bir Araştırma, Diyarbakır Örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2002), 99.

⁴⁷ Betül Çapar, *Farklı Orta Öğretim Öğrencilerinde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008), 89.

⁴⁸ Necmi Karslı, *Öfke Kontrolü ve Dindarlık*, 180.

⁴⁹ Muhammed Kızılgeçit, *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine Psiko Sosyal Bir Çalışma* (Ankara: Gece Kitaplığı, 2015), 170.

⁵⁰ Eyüp Ensar Öztürk, *İyimserlik ve Dindarlık* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013), 62.

⁵¹ Yusuf Kavun, *Ergenlerde Dindarlık ve İnsani Değerler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2016), 98.

neden olmasıdır.⁵² Sigara kullanımı ile öz kontrol ilişkisi üzerine yapılan araştırmalarda sigara kullanımı arttıkça öz kontrolün anlamlı bir şekilde azalmakta olduğu tespit edilmiştir.⁵³ Ayrıca araştırmada dini tutum düzeyi arttıkça sigara kullanımının anlamlı şekilde azaldığı tespit edilmiştir. Sigara pek çok ölümcül hastalığa yol açtığı bilimsel olarak kanıtlanmış olan bağımlılık yapıcı bir maddedir. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre sigara, kullanıcılarının yarısını öldürmektedir. Dünyada her yıl 8 milyondan fazla insan sigaranın neden olduğu hastalıklar nedeniyle hayatını kaybetmektedir. Bu rakamın yaklaşık 7 milyonu doğrudan kullanıcı iken 1,2 milyonu ise kendisi sigara kullanmadığı halde başkasının sigara dumanına maruz kaldığı için hastalanıp ölen insanlardan oluşmaktadır. Dünyadaki 1,1 milyar sigara kullanıcısının yaklaşık %80'i düşük veya orta gelir düzeyine sahip ülkelerde yaşamaktadır.⁵⁴ Sigara dinen de yasaklanmış bir maddedir. Hanefi fakihleri sigara kullanımını israfa yol açması, sağlığa zararlı olması ve ailenin nafakasına engel olma ihtimalinden ötürü harama yakın mekruh olarak kabul etmişlerdir. Sonuç olarak sigaranın dinen yasaklanmış olan sağlığa zararlı bir madde olması dindarlık düzeyi yüksek bireylerin sigara kullanma düzeylerinin düşük olmasında etkili olmuş olabilir.

3. Araştırmada örneklemin dini tutum ve içsel dini motivasyon düzeyi ile sabır düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Sosyal psikoloji araştırmaları belli bir konudaki güçlü tutumların o tutumlara yönelik davranışın tahmin edilmesinde daha fazla belirleyici olduğunu göstermiştir.⁵⁵ Bu bağlamda dini tutum ve içsel dini motivasyon düzeyi yüksek olan bireylerde sabır davranışının yüksek olması beklenen bir durumdur. Daha önce de ifade edildiği üzere din gerek doğrudan gerekse dolaylı olarak bireylerde sabır tutumunu geliştiren prensipler ve ritüeller ihtiva etmektedir. Kur'an'ı Kerim'de 100'e yakın ayette ve pek çok hadiste sabır tavsiye edilmektedir. Ayrıca Müslümanlar için davranışsal ve ahlaki bir model olan peygamberlerin hayatları birer sabır manzumesidir. Dindarlığın en önemli göstergesi olan ibadetler bireyler pozitif duygular kazandırmasının yanında öz kontrol ve sabır tutumunu da geliştirmektedir. Din aynı zamanda negatif yaşamsal olaylara ilahi takdir, imtihan gibi anlamlar yükleyerek bu olayların zahiri nedenleri dışında arka planda yüce bir İradenin takdiri olduğu bilincini geliştirmekte, bu sayede bireylerin sıkıntı verici

⁵² Stephen J. Wilson v.dğr., "Self-control, negative affect and neural activity during effortful cognition in deprived smokers", *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 9/6 (01 Haziran 2014): 887.

⁵³ Kamhon Kan, "Cigarette smoking and self-control", *Journal of Health Economics* 26/1 (Ocak 2007): 61; Michael Daly v.dğr., "Self-control, future orientation, smoking, and the impact of Dutch tobacco control measures", *Addictive Behaviors Reports* 1 (Haziran 2015): 89; Eyal Ert v.dğr., "Smokers' Decision Making: More than Mere Risk Taking", *PLoS ONE*, ed. Chris Bullen 8/7 (02 Temmuz 2013): e68064.

⁵⁴ Dünya Sağlık Örgütü, "Tobacco", erişim: 17 Aralık 2019, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>.

⁵⁵ Çiğdem Kağıtçıbaşı, *Günümüzde insan ve insanlar: sosyal psikolojiye giriş* (İstanbul: Evrim Yayınevi, 2010), 120; Icek Ajzen - Martin Fishbein, "Attitude-behavior relations: A theoretical analysis and review of empirical research.", *Psychological Bulletin* 84/5 (1977): 888.

durumlar karşısında daha kontrollü ve sabırlı olmasına katkı sağlamaktadır. Dindarlık ve sabır ilişkisi üzerine yapılan başka araştırmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Örneğin Doğan'ın farklı yaş gruplarında ve meslekten 1007 birey üzerinde yaptığı araştırmasında da dindarlığın inanç/duygu, davranış, bilgi boyutları ve içsel dini motivasyon ile sabır arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.⁵⁶ Ateş ve Kayıklık'ın şehit aileleri ve gaziler üzerinde yaptıkları nitel araştırmada da katılımcıların çoğunda sıkıntılar karşısında tahammülden ziyade sabır eğiliminin çoğunlukta olduğu tespit edilmiştir.⁵⁷ Schnitker ve Emmons'un araştırmalarında da benzer şekilde sabırın manevi aşkınlık ve dini davranışlar ile pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur.⁵⁸

Sonuç olarak dindarlık ve sabır ilişkisi incelediğimiz bu araştırmada özetle kadınların dini tutum düzeyleri erkeklerinkinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Sigara kullanımı ile sabır arasında anlamlılık derecesine ulaşamayan negatif ilişki bulunmuştur. Araştırmanın temel problemi ile ilgili olarak ise örneklemin dini tutum ve içsel dini motivasyon düzeyi ile sabır düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle örneklemin dindarlık düzeyi arttıkça sabır düzeyi de artmaktadır. Elde edilen bu sonuç konu üzerine yapılmış diğer araştırma bulguları ile uyumluluk arz etmektedir. Araştırma ilk yetişkinlik dönemindeki bireyler üzerinde uygulanmış olması nedeniyle sınırlıdır. Dindarlık sabır ilişkisini daha iyi anlamak için tüm gelişim dönemlerinden bireyler üzerinde bu araştırma tekrar edilmelidir.

⁵⁶ Doğan, *Sabır psikolojisi*, 331.

⁵⁷ Nesibe Esen Ateş - Hasan Kayıklık, "Şehit Ailelerinde, Gazilerde ve Gazi Ailelerinde Sabır Ve Dinî Başa Çıkma İlişkisi", *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)* 19/1 (26 Haziran 2019): 231.

⁵⁸ Sarah A. Schnitker - Robert A. Emmons, "Patience as a virtue: Religious and psychological perspectives", *Research in the Social Scientific Study of Religion, Volume18*, ed. R.L. Piedmont (Brill, 2007), 177, <http://booksandjournals.brillonline.com/content/books/10.1163/ej.9789004158511.i-301.69>.

KAYNAKÇA

- Ajzen, Icek - Fishbein, Martin. "Attitude-Behavior Relations: A Theoretical Analysis and Review of Empirical Research." *Psychological Bulletin* 84/5 (1977): 888-918. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.84.5.888>.
- Aksan, Gamze - Altunsu Sönmez, Özlem. "Üniversite Gençliğinin Değerlerinin Farklılaşan Yönleri: Değerler ve Dindarlık İlişkisi Bugün Bizlere Ne Anlatıyor?" *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 07 Ekim 2019. <https://doi.org/10.18506/anemon.552106>.
- Atalay, Hâmit. *İngilizce-Türkçe sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu, 1999.
- Atalay, Talip. *İlköğretim ve Liselerde Dindarlık Üzerine bir Araştırma, Diyarbakır Örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2002.
- Cirhinlioğlu, Fatma Gül - Ok, Üzeyir. "Kadınlar mı Yoksa Erkekler mi Daha Dindar?" *Zeitschrift für die Welt der Türken* 3/1 (2011): 121-141.
- Çapar, Betül. *Farklı Orta Öğretim Öğrencilerinde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008.
- Daly, Michael - Delaney, Liam - Baumeister, Roy F. "Self-Control, Future Orientation, Smoking, and the Impact of Dutch Tobacco Control Measures". *Addictive Behaviors Reports* 1 (Haziran 2015): 89-96. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2015.07.002>.
- Desmond, Scott A. - Ulmer, Jeffery T. - Bader, Christopher D. "Religion, Self Control, and Substance Use". *Deviant Behavior* 34/5 (Mayıs 2013): 384-406. <https://doi.org/10.1080/01639625.2012.726170>.
- Doğan, Mebrure. *Sabır psikolojisi: pozitif psikoloji bağlamında bir araştırma*. 1. baskı. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2016.
- Doğan, Mebrure - Gülmez, Çiğdem. "Sabır Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması / Adaptation of The Patience Scale into Turkish: The Study of Validity and Reliability". *Atatürk Üniversitesi İlahiyât Tetkikleri Dergisi* 0/42 (2014). <http://e-dergi.atauni.edu.tr/atauniilah/article/view/5000084092>.

- Ert, Eyal - Yechiam, Eldad - Arshavsky, Olga. "Smokers' Decision Making: More than Mere Risk Taking". *PLoS ONE*. Ed. Chris Bullen 8/7 (02 Temmuz 2013): e68064. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0068064>.
- Erzurum'lu İbrahim Hakkı. *Marifetname*. İstanbul: Çelik Yayınevi, 2003.
- Esen Ateş, Nesibe - Kayıklık, Hasan. "Şehit Ailelerinde, Gazilerde ve Gazi Ailelerinde Sabır Ve Dinî Başa Çıkma İlişkisi". *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)* 19/1 (26 Haziran 2019): 225-236. <https://doi.org/10.30627/cuilah.540347>.
- Fragar, Robert. *Kalb, Nefs ve Ruh*. İstanbul: Gelenek Yayıncılık, 2003.
- Frankl, Viktor E - Budak, Selçuk. *İnsanın anlam arayışı*. Ankara: Öteki Yayınevi, 2000.
- Güven, İbrahim Furkan. "Makyavelizm ve Dindarlık: Demografik Değişkenler Üzerine Ampirik Bir Araştırma". *Bilimname*. 30 Nisan 2019. 1155-1186. <https://doi.org/10.28949/bilimname.536868>.
- İmam Gazali. *İhyau Ulumi'd-Din*. İstanbul: Bedir Yayınevi, 1975.
- İmam Gazali. *Kalplerin Keşfi (Mükaşefetü'l-kulub)*. İstanbul: Semerkand, 2006.
- James, William - Taylor, Eugene - Carrette, Jeremy. *The Varieties of Religious Experience a Study in Human Nature*. London: Routledge, 2002.
- Kağıtçıbaşı, Çiğdem. *Günümüzde insan ve insanlar: sosyal psikolojiye giriş*. İstanbul: Evrim Yayınevi, 2010.
- Kan, Kamhon. "Cigarette Smoking and Self-Control". *Journal of Health Economics* 26/1 (Ocak 2007): 61-81. <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2006.07.002>.
- Karaca, Faruk. *Din Psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, 2011.
- Karaca, Faruk. *Ölüm Psikolojisi*. İstanbul: Beyan Yayınları, 2000.
- Karakaş, Ahmet. "Sabır Tutumunun Sürekli Öfke İfade Tarzlarına ve Öfke Kontrolüne Etkisi". *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 2/1 (11 Temmuz 2018): 93-111. <https://doi.org/10.32711/tiad.431250>.
- Karslı, Necmi. *Öfke Kontrolü ve Dindarlık*. Kayseri: Kimlik Yayınları, 2018.
- Kavun, Yusuf. *Ergenlerde Dindarlık ve İnsani Değerler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2016.

- Kayıklık, Hasan. *Tasavvuf psikolojisi*. Ankara: Akçağ, 2011.
- Kızılgöçit, Muhammed. *Din Psikolojisinin 300'ü*. Ankara: Otto, 2020.
- Kızılgöçit, Muhammed. *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine Psiko Sosyal Bir Çalışma*. Ankara: Gece Kitaplığı, 2015.
- Koç, Mustafa. *Yetişkinlik Döneminde Dindarlık İle Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008.
- Kenneth S. Bordens, Irwin A. Horowitz. *Social Psychology*,. 3. Edition. United States: Freelead Press, 2008.
- Köse, Ali - Ayten, Ali. *Din psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2012.
- Kuşat, Ali. "Ergenlerde Allah Tasavvuru". *Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi*. Adana: Karahan Kitabevi, 2006.
- Marsh, Robert - Dallos, Rudi. "Religious Beliefs and Practices and Catholic Couples' Management of Anger and Conflict". *Clinical Psychology and Psychotherapy*. 7 (2000): 22-36.
- Matsumoto, David. *The Cambridge Dictionary of Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press, 2009.
- Mehmedoğlu, Ali Ulvi. *Kişilik ve Din*. İstanbul: Dem Yayınları, 2004.
- Merter, Mustafa. *Psikolojinin üçüncü boyutu: nefis psikolojisi ve rüyaların dili*. 1. basım. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014.
- Mutçali, Serdar. *Arapça - Türkçe Sözlük*. İstanbul: Dağarcık, 1995.
- Ok, Üzeyir. "Dini tutum ölçeği: ölçek geliştirme ve geçerlik çalışması". *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2 (2011): 528-549.
- Öztürk, Eyüp Ensar. *İyimserlik ve Dindarlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013.
- Parlatır, İsmail - Türk Dil Kurumu, ed. *Türkçe sözlük*. 11. baskı. Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu, Türk Dil Kurumu, 2011.
- Peker, Hüseyin. *Din psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2014.
- Piedmont, Ralph L. *Research in the Social Scientific Study of Religion*. Leiden: Brill, 2007.

Qayyim, I. al- - Ali, A. - Publishers, D. *Excellence of Patience & Gratefulness*. Darussalam Publishers, t.y.
<https://books.google.com.tr/books?id=iDSZBQAAQBAJ>.

Ragib el-İsfahani. *Müfredat Kur'an Kavramları Sözlüğü*. 3. Baskı. İstanbul, 2012.

Rounding, Kevin - Lee, Albert - Jacobson, Jill A. - Ji, Li-Jun. "Religion Replenishes Self-Control". *Psychological Science* 23/6 (Haziran 2012): 635-642.
<https://doi.org/10.1177/0956797611431987>.

Schnitker, Sarah A. - Emmons, Robert A. "Patience as a Virtue: Religious and Psychological Perspectives". *Research in the Social Scientific Study of Religion, Volume18*. Ed. R.L. Piedmont. 177-208. Brill, 2007.
<https://doi.org/10.1163/ej.9789004158511.i-301.69>.

Snyder, C. R. - Lopez, Shane J. *Positive psychology: the scientific and practical explorations of human strengths*. Thousand Oaks, Calif: SAGE Publications, 2007.

Uysal, Veysel. "Genç Yetişkinlerde Affetme Eğilimleri ve Dinî Yönelim/Dindarlık". *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 48/48 (15 Eylül 2015): 35.
<https://doi.org/10.15370/muifd.27953>.

Veysel Uysal. "Kentsel Hayatta Dindarlık ve Oruç ibadetinin Bireysel-Toplumsal Yansımaları". *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 0/32 (2007): 19-44.

Webster's dictionary of English usage. Springfield, Mass: Merriam-Webster, 1989.

Wilson, Stephen J. - Sayette, Michael A. - Fiez, Julie A. "Self-Control, Negative Affect and Neural Activity during Effortful Cognition in Deprived Smokers". *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 9/6 (01 Haziran 2014): 887-894. <https://doi.org/10.1093/scan/nst065>.