

Kocatepe İslami İlimler Dergisi
Journal of Kocatepe Islamic Sciences

e-ISSN: 2757-8399

cilt / volume: 5 • sayı/issue: 1 •(Haziran/June 2022): 47-66

**Bireylerin Kendilerine ve “Öteki”lere Karşı Merhamet
Düzeylerinin Dinî Yönelimleri Açısından İncelenmesi**

*An Analysis on Individuals' Compassion Level Towards
Themselves and “Others” in Terms of Their Religious
Orientation*

Zeynep ÖZCAN

Doç. Dr. Karabük Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi
Din Bilimleri (Din Psikolojisi) Anabilim Dalı
Assoc Prof. University of Karabuk Faculty of Islamic Sciences
Department of Religious Sciences (Psychology of Religion)
Karabuk, Türkiye

✉ zeynepozcan@karabuk.edu.tr  orcid.org/0000-0002-6140-6771

Makale Bilgisi / Article Information

Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Received: 23.03.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 30.05.2022

Yayın Tarihi / Published: 15.06.2022

Atıf/Cite as: Özcan, Zeynep. “Bireylerin Kendilerine ve “Öteki”lere Karşı Merhamet Düzeylerinin Dinî Yönelimleri Açısından İncelenmesi”. *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 5/1 (Haziran 2022): 47-66. <https://doi.org/10.52637/kiid.1092126>

İntihal/Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi/This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

Published by: Afyon Kocatepe University • <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kiid> • kiid@aku.edu.tr



© Zeynep ÖZCAN | Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0
(CC BY-NC) International License

Bireylerin Kendilerine ve “Öteki”lere Karşı Merhamet Düzeylerinin Dinî Yönelimleri Açısından İncelenmesi*

Öz

Merhamet, insana insanlık vasfını kazandıran en temel duygulardan biridir. Bu duygunun ortaya çıkıp gelişmesi ve ilişkilerin merkezine konumlanmasında işlevsel değeriyle ön plana çıkan en önemli olgulardan biri de dindir. Nitekim dinî öğreti, insanlığın iyiliği için fitrata en uygun yaşamın sınırlarını çizmeye ve “merhamet ahlakı”nı yüreklere yerleştirmeye çalışmakta ve müntesiplerini daha merhametli olmaları konusunda teşvik etmektedir. Bu nedenle araştırmada samimi bir dinî bağlanma içerisinde olan bireylerin hem kendilerine karşı hem de “öteki”lere karşı daha mı merhametli oldukları sorusunun cevabı aranacaktır. Özellikle dine içsel olarak motive olan bireylerin daha merhametli olacakları varsayımına dayanan bu araştırmada, bireylerin hem kendilerine hem de ötekilere karşı merhamet düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Nicel bir yaklaşımla ele alınan araştırmada ilişkisel tarama yöntemine uygun olarak anket tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın nicel verilerini elde etmek için kişisel bilgi formunun yanı sıra ‘Dinî Yönelim’, ‘Merhamet’ ve ‘Öz-Anlayış’ ölçekleri kullanılmıştır. Araştırmanın verileri, 2021 yılına ait olup, Ağustos- Aralık ayları arasında internet tabanlı anket yoluyla (Google Forms) elde edilmiştir. Araştırmada, yaş ortalaması 30 olan çalışma grubunun gönüllülük esasına uygun olarak doldurduğu 579 anket formu değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularına göre çalışma grubunun hem dinî yönelim hem öz anlayış (=3,29) hem de merhamet (=4,08) ölçeklerinden aldıkları puan, ortanın üstünde bulunmuştur. Bu bulgulara göre katılımcıların dünyevi işlerinde dinin rehberliği doğrultusunda hareket ettikleri ve Allah’ın varlığını güçlü bir şekilde hissederek O’na ibadet etme noktasında hassas davrandıkları söylenebilir. Ayrıca araştırma bulgularına göre hem kendilerine hem de ötekilere karşı anlayışlı nazik ve ilgili olan katılımcılar, acı veren durumlarda dengeli bir bakış açısına sahip olup, başarısızlıkları insan olmanın doğal bir sonucu olarak değerlendirmeye meyyaldirler. Kendilerine ve ötekilere karşı yıkıcı eleştiriden uzak olma eğiliminde olan katılımcıların öz eleştiri noktasında da kontrollü oldukları söylenebilir. Yine araştırma bulgularına göre zor durumda olan insanlara karşı ilgisiz kalmak yerine yardım etme eğilimi gösteren katılımcıların, insanların sıkıntılarını gidermeye yönelik bir tutum içinde olduklarını söylemek mümkündür. Araştırmanın en önemli bulgularından biri, dinî yönelim ile öz-anlayış ($r=.224$) ve merhamet ($r=.324$) arasında yüksek olmasa da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunun tespit edilmiş olmasıdır ($p<.000$). Araştırmanın temel hipotezini de destekleyen bu sonuca göre katılımcıların içsel dinî motivasyon düzeyi arttıkça öz anlayış ya da merhamet düzeyinde de bir artış olmaktadır. O halde tüm unsurlarıyla birlikte merhamet ile dinî yönelim arasında döngüsel bir ilişkinin varlığından bahsetmek mümkündür. Bu durumda dinî duygu ve düşüncenin geliştirilmesinin, merhamet gibi olumlu duygu potansiyellerinin açığa çıkıp gelişmesinde etkili bir faktör olacağı söylenebilir. Demografik değişkenlere göre dinî yönelim, öz-anlayış ve merhamet düzeylerine bakıldığında evli olanların bekarlara, yaşı en üst kategoride olanların daha alt kategoride olanlara, akademisyenlerin diğer meslek gruplarında olan katılımcılara göre daha yüksek puan aldıkları ve aradaki farklılığın anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmektedir. Bu sonuca göre merhamet duygusunun hem eğitim düzeyine hem de yaşamsal tecrübelerle bağlı olarak geliştiğini söylemek mümkündür. Ayrıca küçüklükten itibaren sevgi temelli bir aile ortamında hayata dokunarak öğrenilebilecek olan bu duygunun gelişmesinde dinin de önemli bir işleve sahip olduğu bilinmektedir. Bu nedenle dinî içeriğe sahip merhamet eğitimi programlarının geliştirilip müfredata entegre edilmesinin ve bu yönde uygulamalı projeler geliştirilmesinin merhametli bir neslin yetişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çünkü bir değer bünyeye mal edilmesi o değer sürekli olarak uygulanmasıyla mümkündür.

Anahtar Kelimeler: Merhamet, Öz-Anlayış, Dini Yönelim, Öteki, Farkındalık.

* Araştırma için etik kurul onayı alınmıştır. (T.C. Karabük Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu, 08.06.2021 tarih ve 2021/06-03 sayılı karar.)

An Analysis on Individuals' Compassion Level Towards Themselves and "Others" in Terms of Their Religious Orientation*

Abstract

Compassion is one of the basic feelings making us humans. One of the most prominent facts with its functionality on emergence and development of this feeling and its positioning at the center of relationships is religion. Hence, for the sake of humanity, the religious doctrine has been trying to draw the lines of the life most suitable to human nature and to bloom "morality of compassion" in hearts, and has been encouraging its followers to be more merciful. Thus, in this study, we look for the answer to the question of whether the individuals with high piety are more merciful towards both themselves and 'others'. In this study based on the hypothesis that especially individuals having inner motivation for religion would be more merciful, it is aimed to analyze the compassion level of individuals towards both themselves and others. In the research that has a quantitative approach, the questionnaire technique was used by the correlational survey model. In order to obtain the quantitative data, 'Religious Orientation', 'Compassion' and 'Self-Compassion' scales were used besides the personal information form. The research data pertains to the year 2021, and it was obtained through the internet-based survey (Google Forms) from August to December. In the study, 579 questionnaire forms filled by the sample group at the average age of 30 on a volunteer basis were evaluated. According to the research findings, it has been discovered that the score obtained by the sample group from the scales of religious orientation, self-compassion (=3,29), and compassion (=4,08) is above the average. According to these findings, it can be said that the participants handle their earthly affairs under the guidance of the religion, and they act responsibly towards praying to Allah by strongly feeling His existence. Also, according to the findings, the participants being sympathetic, kind, and caring towards both themselves and the others have a balanced perspective in agonizing circumstances, and they tend to see the failures as a natural result of being human. It can also be said that the participants who tend to be away from making hurtful criticism towards both themselves and others are restrained in self-criticism. On the other hand, it can be stated that the participants who tend to help people in need instead of ignoring them have an attitude of taking other people's troubles away. One of the most important findings of this research is that there is a positive meaningful relationship between religious orientation and self-compassion ($r=.224$) and compassion ($r=.324$) ($p<.000$). According to this result supporting the basic hypothesis of the research, the more inner religious motivation level the participants have, the more self-compassion or compassion level they have. Thus, it is possible to mention that there is both a parallel and cyclical relationship between compassion and religious orientation including all the elements. Then, it can be stated that the development of religious attitude would be an effective factor in the emergence and development of positive emotional potentials such as compassion. When looking at the levels of religious orientation, self-compassion, and compassion in accordance with demographic variables, it can be said that married people, older people, and academicians have higher scores respectively than single ones, younger ones and the ones with other occupations; and that difference between them is meaningful. According to this result, it is possible to state that the feeling of compassion develops depending on both educational attainment and experiences in life. Besides, it is known that religion also has an important function in the development of this feeling which can be learned by living a life based on love as of childhood. Therefore, it is thought that developing theological compassion-based training programs and integrating them into the curriculum, and making practical projects on that would contribute to having a merciful generation. Because the appropriation of a value is possible with the continuous application of that value.

Keywords: Compassion, Self-Compassion, Religious Orientation, Other, Awareness.

* Ethics committee approval was obtained for the research. (T.R. Karabuk University Rectorate Social and Human Sciences Ethics Committee, decision dated on June 8th, 2021 and numbered 2021/06-03.)

GİRİŞ

Merhamet, insana insanlık vasfını kazandıran en temel duygulardan biridir. Ancak Yaratan'ın yaratılana bahşettiği bir “nefes” olarak tanımlanan bu duygu, sadece insan için değil o nefesi içine çeken tüm varlık için sonsuz bir hayat kaynağıdır. Özellikle yıkıcı duyguların etkisiyle hayatın yaşanılmaz hâle geldiği günümüzde bu duyguya duyulan ihtiyaç her geçen gün artmaktadır. Zira sosyal medya platformlarında gün geçmiyor ki tüm varlığa yönelik şiddet, öfke ve zorbalık içeren bir haber yayımlanmamış olsun. Aslında tüm varlığın varlığını sevgi ve merhamete borçlu olduğu düşünülürken, ortaya çıkan bu olumsuz tablonun bir sapma olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Tekrar istikamete kavuşmanın yolu ise hiç şüphesiz ki fitrata en uygun davranış kalıplarına geri dönmekten geçer. Tam da bu noktada işlevsel değeriyle ön plana çıkan din, hem fitrata en uygun hayatı inşa ederek hem de bu hayatı yaşamaya değer kılarak müntesiplerine rahmet kapılarını ardına kadar açmıştır. Merhametin bizzat kaynağı olan Yüce Allah'ın, kendi rızasını elde etmenin şartını bile “yaratılana şefkat” prensibine dayandırdığı ve hatta merhameti, affedilmenin imkânı haline getirdiği dikkate alındığında¹, dinin bu duyguya attığı anlam daha iyi kavranabilir.

Özellikle son dönemde yapılan araştırmalar, merhametin sadece dinî değil aynı zamanda insani bir duygu olarak iyi oluşa etkisi üzerine yoğunlaşmış, hatta bu duyguyu bir terapi odağına oturtacak kadar işlevsel değerine vurgu yapmıştır. Bu nedenle merhametin özellikle psikolojik iyi oluşla ilişkisini konu alan pek çok nicel araştırma bulunmaktadır. Ancak merhametin ve öz anlayışın dindarlıkla ya da dinî yönelimle ilişkisini konu olan çalışma sayısı oldukça sınırlıdır. Örneğin Hacıkeleşoğlu ve Kartopu tarafından 2017 yılında yazılan “Merhamet ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma” isimli makalede ötekine yönelik merhametin dindarlıkla ilişkisi incelenmiştir. Omay tarafından 2019 yılında tez düzeyinde yapılan “Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış Düzeylerinin Hayat Memnuniyeti ve Dindarlık Yönelimleri Açısından İncelenmesi (M.Ü. İlahiyat Fakültesi Öğrencileri Örneği)” isimli araştırmada ise öz anlayış ile dinî yönelim arasındaki ilişki irdelenmiştir. Ghorbani ve arkadaşları tarafından 2012 yılında kaleme alınan “Self-Compassion in Iranian Muslims: Relationships With Integrative Self-Knowledge, Mental Health and Religious Orientation” isimli araştırma da yine bu bağlamda yabancı literatüre bir örnektir. Gerek yerli gerekse yabancı literatürde hem merhametin hem de öz-anlayışın aynı çalışmada dinî yönelimle ilişkisini konu alan başka bir araştırmaya rastlanmadığı için bu çalışmanın bu konudaki boşluğu doldurmak adına özgün bir değeri olduğu düşünülmektedir.

1. MERHAMET VE ÖZ-ANLAYIŞ KAVRAMLARINA PSİKOLOJİK BAKIŞ

Merhamet, Arapça kökenli bir kelime olup, rahmân, rahîm ve rahmet kelimeleriyle aynı kökten gelmektedir (r-h-m, رحم).² Sözlükte: “Bir kimsenin veya bir başka canlının karşılaştığı kötü durumdan dolayı duyulan üzüntü ve acıma” şeklinde karşılık bulan merhamet kavramı,³ Elmalılı Hamdi Yazır tarafından “acıyı ortadan kaldırmak” ve “onun yerine sevinci ve hayrı koymaya yönelik bir iyilik duygusu” şeklinde tanımlanmaktadır.⁴ Bu tanımla merhametin insanı hayra yönelten motivasyonel yönüne vurgu yapan Yazır, aynı zamanda bu duygunun kuru bir acıma duygusuyla arasındaki farka da işaret etmektedir. Batı literatüründe Latin kökenli “compassion” kelimesiyle karşılık bulan merhamet kelimesinin yine acıyla ilişkilendirilerek tanımlandığı görülmektedir. Nitekim Latince “com” (ile) ve “pati”

¹ Kur'an Mesajı: Meal-Tefsir, çev. Muhammed Esed, Türkçeye çev. Cahit Koytak – Ahmet Ertürk (Ankara: İşaret Yayınları, 2002), ez-Zümer 39/53; Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmail el-Buhârî, *el-Câmi'u's-Şahîh*, nşr. Muhammed Zühayr b. Nasr (b.y.: Dâru Tavki'n-Necât, 1422/2001), “Edep” 27, “Cenaiz” 32; *Kitabı Mukaddes* (İstanbul: Kitabı Mukaddes Şirketi, 2003), Matta 5/7; Luka, 6/36.

² Raşit Küçük, “İslam Kültüründe Sevgi İçin Kullanılan Kavramlar (Muhabbet, Meveddet, Rahmet ve Merhamet)”, *Hız Peygamber, Sevgi ve Merhamet* (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2017), 27-28.

³ TDK, “Merhamet”, erişim: 3 Mart 2019, <https://sozluk.gov.tr/>.

⁴ Elmalılı M. Hamdi Yazır, *Hak Dini Kur'an Dili* (İstanbul: Azim Yayınevi, 2007), I: 72-73.

(acı çekmek) kelimelerinin bir araya gelmesiyle oluşan “compassion”, başkasının acısı “ile acı çekmek” anlamına gelmektedir.⁵

Anlam itibarıyla dinî ve manevi temelli bir kavram olan merhamete dinî referanslar ışığında bakıldığında, başta İslam olmak üzere tüm ilahi dinlerin bu duygunun kaynağını Allah’a dayandığı görülmektedir. Nitekim dinî öğretiye göre merhamet aslında soyut olan yüce Yaratıcının kendini evrende somut bir şekilde ifade etme biçimidir. Dolayısıyla eğer Allah’ın rahmeti olmasaydı, hiçbir varlığın var olma ya da varlığını sürdürme imkânı olmayacaktı.⁶ İnsan-insan ilişkisi bağlamında düşünüldüğünde ise insanlar arasındaki duygu birliğinin en önemli amillerinden biri kabul edilen bu duygunun, muhtaç ve çaresiz insanların sıkıntılarını gidermek üzere Allah’ın insanların ruhuna yerleştirdiği bir “iyilik aracı” olarak kabul edildiği görülmektedir.⁷ Örneğin psikoloji literatüründe öne çıkan bir tanıma göre merhamet, bireyin kendi acısı ve diğerlerinin acıları karşısında bir duyarlılığa sahip olması ve bu acıyı anlama, hafifletme veya engelleme konusunda bilişsel ve davranışsal olarak çaba göstermesidir.⁸ Ancak bu duygu, insanın ilişki halinde bulunduğu tüm varlığa yönelik tutumunu belirleyecek kadar etkili olduğu için meseleyi sadece insan-insan ilişkisi bağlamında değil insan-evren ilişkisi bağlamında ele almak daha uygun olacaktır. Bu nedenle merhameti, daha kapsayıcı bir anlam genişliğiyle tanımlamak gerekirse; “kişisel ya da çevresel olsun, ortaya çıkan acı verici durumlar karşısında hissedilen acının kalbi titretmesi sonucu, bu acıyı ve acıya sebep olan durumları ortadan kaldırmaya yönelik gösterilen çaba” şeklinde tanımlamak mümkündür.⁹

Psikolojik bakış, insanın var olduğu günden bu yana sahip olduğu geniş duygu yelpazesinden bir parça olarak kabul ettiği merhameti, duygusal, bilişsel ve motivasyonel olmak üzere üç farklı boyuta sahip kompleks bir yapı olarak ele almaktadır.¹⁰ Çünkü bu bakışa göre merhamet, karşı tarafa “seni hissediyorum”, “seni anlıyorum” ve “sana yardım etmek istiyorum” gibi çok yönlü mesajlar vermektedir.¹¹ Kendi içinde üç unsuru bulunan merhametin ilk unsuru bireyin hem kendine hem de başkalarına karşı yargılayıcı ve eleştirel olmak yerine daha anlayışlı ve iyi niyetli olması anlamına gelen *sevecenlik*dir. Sevecenlik, başarısızlık veya acı veren durumlarda eleştirel ya da ilgisiz olmak yerine anlayışlı olmayı gerektirmekte ve böylece aradaki sınırları kaldıran bir yakınlık duygusu yaratmaktadır. Diğer bir unsur ise *ortak insanlık şuurudur*. Buna göre, bir insanın yaşadığı kötü durum aslında ortak insanlık deneyiminin bir parçasıdır. Çünkü acı çekme, tüm insanlığa, belki de duygusu olan her varlığa ait tek duygudur.¹² Merhametin üçüncü bileşeni ise *bilinçli farkındalık*dir. Bilinçli farkındalık, acıyı inkâr etmek veya onunla aşırı özdeşleşerek içinde debelenmek yerine, acı veren duygu ve düşünceleri dengede tutabilmektir. Aşırı özdeşleşme

⁵ Christopher K. Germer - Ronald D. Siegel, *Wisdom and Compassion in Psychotherapy: Deepening Mindfulness in Clinical Practice* (New York: NY: Guilford, 2012), 12; “Compassion”, erişim: 5 Mayıs 2019, <https://dictionary.cambridge.org/tr/s%C3%B6zl%C3%BCk/ingilizce/compassion;Synonyms and Antonyms of Compassion>, erişim: 16 Ağustos 2019, <https://www.merriam-webster.com/thesaurus/compassion>.

⁶ Muhyiddin İbnü’l-Arabî, *Fütühât-ı Mekkiyye, Rahmâni Nefes*, çev. Ekrem Demirli, (İstanbul: Litera Yayıncılık, 2015), 24, 25, 40; Şaban Ali Düzgün, “The Nature of Mercy/Rahma and its Manifestations in the Qur’an”, *Kader* 15/3 (2017): 566; Yazır, *Hak Dini Kur’an Dili*, 32-35.

⁷ Hüseyin Karaman, “İslâm Ahlâkında Temel Erdemler”, *İslam Ahlak Esasları ve Felsefesi*, ed. Müftü Selim Saruhan (Ankara: Grafiker Yayınları, 2013), 212.

⁸ Paul Gilbert, “Introduction and Outline”, *Compassion, Conceptualisations, Research and Use in Psychotherapys*, ed. Paul Gilbert, (Canada: Routledge, 2005), 1-5; Gilbert, “The Origins and Nature of Compassion Focused Therapy”, *British Journal of Clinical Psychology* 53 (2014), 19.

⁹ Zeynep Özcan, *Merhamet Psikolojisi, Zihinsel İmgeler Işığında Merhamet*, (Ankara, Sonçağ Yayınları, 2019), 47; Zeynep Özcan, “Merhametli Çocuk Yetiştirme Psikolojik Temelleri”, *Peygamberimiz ve Çocuk, Uluslararası Mevlid-i Nebi Sempozyum Bildirileri* (Ankara, 6-8 Kasım 2020), (Ankara: DİB Yayınları, 2021), 668.

¹⁰ Tanımlar için bkz: Ondördüncü Dalai Lama, *Mükemmel Olmayan bir Dünya İçin Sonsuz Merhamet*, çev. Emre Boyacıoğlu (İstanbul: Ganj Yayıncılık, 2011), 268; Jennifer L. Goetz v.dğr., “Compassion: an Evolutionary Analysis and Empirical Review”, *Psychological Bulletin* 136/3 (2010), 351.

¹¹ Germer - Siegel, *Wisdom and Compassion in Psychotherapy*, 12.

¹² Elizabeth Ann Pommier, *The Compassion Scale* (PhD. Dissertation, University of Texas, 2010), 19-30; Erich Fromm, *Hayatı Sevmek*, çev. Ali Köse (İstanbul, Arıtan Yayınları, 2004), 216.

acının odağını değiştirmekte ve bireyin başkalarına yardım etmek için aktif olması gereken merhamet duygularını engellemektedir.¹³

Literatürden elde edilen bilgiler ışığında merhametin duygusal bir tutum ve sosyal bir beceri olarak iki muhatabı olduğu söylenebilir:

- 1- Başka varlıklara yani “öteki”ne karşı hissedilen merhamet,
- 2- İnsanın kendisi için hissettiği merhamet.

Merhametin muhatabı açısından “öteki”nin özel bir konumda olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Nitekim “insanın kendi bilincinin ötesinde yer alan bir başka varlık” şeklinde tanımlanan öteki,¹⁴ ben’in varlığına anlam katan ve onun ahlaki bir özne olarak fiilî bir gerçeklik hâline gelmesini sağlayan özel bir öneme sahiptir. Çünkü öteki, ontolojik bir gerçeklik olarak benliğin kurucu bir unsurudur. Dolayısıyla zorunlu olarak öteki ile girilecek diyalojik ilişki olmadan benliğin gelişiminin sağlanacağını düşünmek pek mümkün görünmemektedir. Bu gerçekten hareketle merhametin ancak “ben” ve “öteki” arasındaki ayrımın ortadan kalktığı bir düzlemde hissedileceği söylenebilir. Çünkü ancak böylesi bir ortamda “öteki”nin anlamaya ve iletişim kurmaya layık bir özne konumuna yükseltilmesi söz konusu olabilir.¹⁵

Merhamet, insanın kendi benliğinden tüm varlığa yansıtılabileceği bir duygudur. Egodan ekoya doğru bir açılımı gerektiren bu duyguyu kendisi için hissetmeyenlerin başka varlıklara merhametle yönelmesini beklemek zordur. Zira kendi acısına duyarsız olup bu acıyı dindirmeyi bilmeyenlerin başkalarının acılarına karşı duyarlı olma ihtimalleri zayıftır.¹⁶ Fromm’un “sadece başkalarını seven insan, aslında hiç sevmiyor demektir” sözü bu gerçeğe işaret etse gerektir.¹⁷ Bu nedenle merhametin ilk nesnesi öncelikle bireyin kendisi olmalıdır. “Öz anlayış” olarak literatürde karşılık bulan bu anlama ilk işaret eden bilim insanı Kristin Neff olmuştur. Neff, öz anlayışta merhamet edenin de edilenin de bireyin bizzat kendisi olduğuna dikkat çekerek, bireyin başkalarıyla olan ilişkilerini belirleyen şeyin aslında kendisiyle olan ilişkileri olduğunun altını çizmiştir. En açık ifadeyle bireyin başkalarına gösterdiği ilgi, sevgi ve nezaketi aynı zamanda kendisi için de gösterebilmesi anlamına gelen öz anlayış, Şeyh Galip’in ifadesiyle bireyin “*kendi zâtına hoşça bakıp, içinde saklı olan âlemi görebilmesidir.*”¹⁸

Öz anlayış sürecinin sağlıklı bir şekilde gerçekleşebilmesi için tıpkı “öteki”ne merhamette olduğu gibi üç unsur gerekmektedir. Nitekim bu süreçte bireyin öncelikle kendisine karşı eleştirel ve yargılayıcı olmak yerine daha anlayışlı ve nazik olması, kendi yaşantılarını insanlığın ortak deneyimlerinin bir parçası olarak görmesi ve acı veren duygu ve düşünceleri dengede tutmayı bilmesi gerekmektedir.¹⁹ Üç unsurun birbiriyle etkileşim halinde olduğu bu süreçte anahtar kavram ise öz farkındalıktır. Çünkü insanlar ancak iç benliklerine yönelip, kendi özlerini tanıdıkça ve kendilerine yönelik duyarlılıklarını

¹³ Pommier, *The Compassion Scale*, 20; Kristin Neff, “Self-Compassion: an Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself”, *Self and Identity* 2/2 (2003): 89-90; Kristin Neff, “The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion”, *Self and Identity* 2 (2003), 226.

¹⁴ Lütfi Sunar, “Ahlak ve Ötekini Tartışmak”, *Ahlak ve Başkası, Modern Felsefe ve İslam Düşüncesinde Öteki*, ed. Lütfi Sunar ve dğr. (Ankara: Nobel Yayınları, 2017), 13.

¹⁵ Zeynep Özcan, “Birlikte Yaşamın İmkânı Olarak ‘Öteki’yi Anlamak”, *Hız Peygamber ve Birlikte Yaşama Hukuku Kutlu Doğum Sempozyum Bildirileri* (Mardin, 17-19 Nisan 2015), (Ankara: DİB Yayınları, 2016), 544, Kemal Sayar, “Merhamet: Kalbin En Güzel Mevsimi”, *Merhamet Devrimi, Merhamet Dünyamızı Nasıl Aydınlatabilir?*, ed. İslâm Dalp ve dğr. (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016), 191.

¹⁶ Kemal Sayar, “İnsan Halleri: Merhamet”, erişim: 21 Mayıs 2019, <https://www.diyaret.tv/insan-halleri/video/insan-halleri--2-bolum>; Gu, v.dğr., “an Empirical Examination of the Factor Structure of Compassion”, 3.

¹⁷ Erich Fromm, *Sevme Sanatı*, çev. Işitan Gündüz, (İstanbul: Say Yayınları, 2000), 64.

¹⁸ Kristin D. Neff - Katie A. Dahm, “Self-Compassion: What it is, What it Does, and How it Relates to Mindfulness”, *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation*, ed. Brian D. Ostafin v.dğr. (New York: Springer 2015), 121; Şeyh Galip, *Divan*, haz. Naci Okcu, (Ankara: DİB Yayınları, 2014), 229.

¹⁹ Neff, “The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion”, 224.

geliştirdikçe gerçeği olduğu gibi algılayabilme imkanına sahip olurlar. Bunun yanı sıra iç engelleri tespit edip bu engellerle baş etme konusunda yeterli olmanın yolu yine öz farkındalıktan geçmektedir. Bireyin kendi yaşadıklarıyla ilgili farkındalığı, başkalarının ne yaşadığına yönelik bir anlayış geliştireceğinden, niyetin gayrete dönüşme ihtimali daha da mümkün hale gelmektedir.²⁰

2. DİNİ YÖNELİM VE MERHAMET

Dinî yönelim, dine ve dinî uygulamalara yönelik güdülenmeleri ifade etmek için kullanılan bir terimdir. Dinin kişinin hem kendisi hem de dünya görüşü üzerindeki rolünün kaynağına işaret eden bu kavram kısaca kişinin inandığı dine hangi güdülerle yöneldiğini ifade etmek için kullanılır.²¹ Dini yönelim, öteden beri Allport'un "içsel" (intrinsic) ve "dışsal" (extrinsic) ayrımı ile ele alınmaktadır. Allport "içsel" (iç güdümlü) dinî yönelim kavramını açıklarken, dinin bu güdülenme türünde dışsal bir zorlama olmaksızın amaç olarak görüldüğünün altını çizmektedir.²² Bu bağlamda "içsellik" kavramının, biyolojik bir kavram olan "hazım" kavramına benzetildiği görülmektedir. Nitekim tıpkı dışarıdan alınan bir yiyeceğin hazmedilmesi sonucu o yiyeceğin kan yoluyla tüm bünyeye sirayet etmesi gibi bireyin herhangi bir şeye inanmasıyla içselleştirdiği inanç da, psikolojik bünye tarafından hazmedildiği andan itibaren artık o bünyenin çok önemli bir parçası haline gelmektedir. Bu yönelimin tam tersi olan "dışsal" (dış güdümlü) dinî yönelim ise insanların dine araçsal ve faydacı bir zihniyetle yönelmelerini ifade etmektedir. Bu anlamda dış güdümlü bir dinî yönelime sahip olan insanlar, dinî inançları içselleştirmekten ziyade, onları bireysel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla bir araç olarak kullanma eğilimi göstermektedirler. Satıcıların mallarını satmak amacıyla sık sık Allah'ın adını anarak yemin etmeleri bu duruma örnek olarak verilebilir.²³

İslam dini merhamete muhatap olabilmenin şartını dine samimi bir şekilde yönelme şartına bağlamaktadır. Zira Kur'an ayetleri, iman edip salih amel işleyen, Allah ve Peygamber'in emir ve yasaklarına uyan, haramlardan ve kötülüklerden sakınan, ibadetlerini en güzel şekilde yapan; mümin, muttaki, muhsin, itaatkâr ve sabırlı insanların Allah'ın merhametine mazhar olabileceğini haber vermektedir.²⁴ Hz. Peygamberin ifadesiyle merhamet, "*Rahmân'dan bir cüz*" olduğu için,²⁵ bu duyguya sahip olabilmenin şartının Allah inancını içselleştirmekten geçtiği söylenebilir.

Merhametin iç unsurları hatırlandığında bireyin hem kendisine hem de ötekine karşı anlayışlı, nazik ve sevgi dolu olması gereği, dine doğal olarak içsel bir yönelimi gerektirir. Zira sevgide riya bir mümin vasfı olamaz. Hz. Peygamberin, "*Birbirinizi sevmedikçe iman etmiş olmazsınız.*" sözü merhametin bağ dokusu olan sevgiyi, imanın ön şartı olarak ilan etmiş olması bakımından anlamlıdır. Yine Hz. Peygamber'in bir hadisinde²⁶ müminleri bir bedeninin organlarına benzetmiş olması da benzeri bir içtenlik gerektirir. Böylesi bir hassasiyeti dine araçsal olarak yaklaşan herhangi birinde görmek zordur. Çünkü başkasının

²⁰ Funda Barutçu - Yıldırım Ayhan Demir, "Kendini Engellemenin Yordayıcıları Olarak Öz Saygı, Öz Anlayış ve Akademik Özyeterlilik", *Ege Eğitim Dergisi* 18/2 (2017): 678-681; Meister Eckhart, *Tanrı ve İnsan*, çev. Sedat Umran (İstanbul: Ruh ve Madde Yayınları, 1990), 19; M. Engin Deniz v.dğr., "Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma", *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 12/ 23 (Haziran 2012), 428-432.

²¹ Hacer Harlak, ve Mehmet Eskin, "Dini Yönelim ve Dindarlık Ölçeklerinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi", *Yeni Symposium* 56/2 (2018), 24.

²² Gordon W. Allport ve Michael J. Ross, Personal Religious Orientation and Prejudice, *Journal of Personality and Social Psychology* 5 (1967), 432-436.

²³ Faruk Karaca, "Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin Türk Toplumuna Standardizasyonu", *Ekev Akademi Dergisi* 3/1 (2001), 193- 196.

²⁴ el-Hadid 57/28; el-Câsiye 45/30, en-Nisâ 4/95-96, 175, Âl-i İmrân 3/132, et-Tevbe 9/21-22,71, ez-Zümer 39/9, en-Nûr 24/56, el-A'râf 7/56,156, el-Bakara 2/155-157, 218, el-Mü'min 40/7-9, el-A'râf 7/204, el-Beled 90/17-18.

²⁵ Buhârî, "Cenaiz" 32.

²⁶ Buhârî, "Edep" 27.

derdiyle dertlenmek ve ona karşılıksız bir sevgiyle el uzatmak ancak içselleştirilmiş bir inançla mümkün olabilir. Böylesi bir inanca sahip olan birey affedilebilmek için affetmenin değerini daha iyi anlayacağı için çok iyi bilir ki "*Merhamet etmeyene merhamet edilmez.*"²⁷

Dine içsel olarak motive olan bireyler aynı zamanda Yaratıcının rızasını elde etmenin şartının, "*Yaratana itaat, yaratılana şefkat*" prensibine dayandığının farkındadır.²⁸ Bu farkındalık gereği muhatabının sadece hem cinsi değil aynı zamanda kendisi dışında kalan tüm varlık olduğunu kabul eder. Nitekim dinin nihai gayesi, Yaratıcıya mutlak itaati sağlamanın yanı sıra, kişiyi, kendisine ve çevresine duyarlı hâle getirmek suretiyle, onun manevi tekâmülünü mümkün kılmaktır.²⁹

Sadece İslam değil neredeyse tüm dinî öğretiler, merhamet duygusu geliştirmenin, insanî bir sorumluk olduğunun altını çizmektedir. Örneğin Hristiyan ahlakında merhamet "*Tanrı'ya uygun olan kaftana bürünerek ruhu ilahi olanla donatmak*" şeklinde tanımlanıp, iyi bir dindar olabilmenin yolu merhametli olma şartına bağlanmıştır.³⁰ Tüm insanlığı aynı Kutsal Öz'ün bir parçası olarak gören Budist inanışta ise merhamet, acı çekmekten kurtulmanın bir yolu olarak görülmektedir.³¹ Diğer dinî anlayışlarda da benzeri ifadeler rastlanmaktadır. Bu durumda doğal olarak akla şöyle bir soru gelmektedir. Samimi bir dinî bağlanma içerisinde olan bireyler hem kendilerine hem de 'öteki'lere karşı acaba daha mı merhametli olurlar? Özellikle dine içsel olarak motive olan bireylerin daha merhametli olacakları varsayımına dayanılan bu çalışmada bu temel probleme cevap aranacak olup, sonuçlar, tüm değişkenler açısından incelenecektir.

3. YÖNTEM

Araştırmada yetişkin bireylerin dinî yönelimleriyle merhamet düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Nicel bir yaklaşımla ele alınan çalışmada ilişkisel tarama yöntemine uygun olarak anket tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın nicel verilerini elde etmek için kişisel bilgi formunun yanı sıra 'Dinî Yönelim', 'Merhamet' ve 'Öz-Anlayış' ölçekleri kullanılmıştır.

Araştırmada, Neff ve arkadaşları (2003)³² tarafından geliştirilen ancak Türk kültürüne standardizasyonu Deniz ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan 'Öz-Anlayış Ölçeği' kullanılmıştır. Ölçekte bencillik, kendini yargılama, ortak insanlık, izolasyon, dikkatlilik ve aşırı özdeşleşme olmak üzere altı alt boyut bulunmaktadır. Türkçe versiyonu tek faktörlü olan 24 maddelik ölçekte 1, 3, 5, 7, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 23 nolu maddeler ters puanlanmaktadır. Beşli likert tipi formatında hazırlanan ölçeğin Cronbach alfa katsayısı genel ölçek için .92, olarak tespit edilmiştir.³³ Bu çalışmada ise Cronbach's alpha katsayısı .93 olarak bulunmuştur.

Bireylerin ötekine merhamet düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılan 'Merhamet Ölçeği'nin orijinal versiyonu Pommier (2011)³⁴ tarafından geliştirilmiş olup, Türk kültürüne standardizasyonu Akdeniz ve arkadaşı tarafından (2016) yapılmıştır. 24 maddeden oluşan ölçeğin: Sevecenlik (6., 8., 16. ve 24); umursamazlık (2., 12., 14. ve 18. Tersten Puanlama), paylaşımların bilincinde olma (11., 15., 17. ve 20); bağlantısızlık (3., 5., 10. ve 22. Tersten

²⁷ ez-Zümer 39/53; Buhârî, "Edep" 27, "Cenaiz" 32; Matta 5/7; Luka 6/36.

²⁸ Türer, "Rahman İsminin Varlık ve İnsanadaki Tecellisi: Şefkat ve Merhamet", 51.

²⁹ Recep Kılıç, *Ayet ve Hadisler Işığında İnsan ve Ahlak* (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı, 2005), 12; Reinhold Bernhardt, "Compassion as a Core-Element of Christian Ethics", 2, erişim: 12 Mayıs 2019, https://www.academia.edu/2441280/Compassion_as_a_Core-Element_of_Christian_Ethics. 2-12.

³⁰ Kutsi Kahveci, "Tanrı'nın fısıltısı: Bir Mistiğin Dilinden Merhamet", *Sosyal Bilimler Dergisi* 58 (2017), 115-129.

³¹ Charles Goodman, *Consequences of Compassion, an Interpretation and Defense of Buddhist Ethics* (New York: Oxford University Press, 2009), 16-19. Ken Wilber, *Merhamet ve Metanet, Bir Psikoloğun Eşinin Hastalığına ve Ölümüne Tanıklığı*, (İstanbul: İnsan Yayınları, 2003), 107.

³² Neff, "The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion", 223-250.

³³ M. Engin Deniz vd., The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Self-Compassion Scale, *Social Behavior and Personality* 36/9 (2008), 1151-1160.

³⁴ Pommier, *The Compassion Scale*, 19-30.

Puanlama); bilinçli farkındalık (4., 9., 13. ve 21.) ve ilişki kesme (1., 7., 19. ve 23. Tersten Puanlama) olmak üzere altı alt boyutu bulunmaktadır. Beşli likert tipi formatında hazırlanan ölçeğin Cronbach's alpha katsayısı .84 olarak tespit edilmiştir. Bu araştırmada ise Cronbach's alpha katsayısı ölçeğin tamamı için .88 olarak bulgulanmıştır.³⁵

Araştırmada kullanılan diğer bir ölçek, Türk kültürüne standardizasyonu Karaca (2000) tarafından yapılan 'İçsel Dinî Yönelim Ölçeği' dir. Hoge (1972)³⁶ tarafından geliştirilen İçsel Dinî Yönelim Ölçeği, 7 pozitif, 3 negatif olmak üzere toplam 10 maddeden oluşmakta olup, 5'li likert formatında hazırlanmıştır. Puanlamada olumsuz cümle yapısıyla ifade edilen son 3 maddenin puanları ters çevrilmiştir. Karaca'nın Türkçe uyarlamasını yaptığı araştırmada ölçeğin içsel tutarlılık katsayısı (Cronbach's alpha) .84 olarak tespit edilmiştir.³⁷ Bu araştırmada ise Cronbach's alpha katsayısı .89 olarak bulgulanmıştır.

Araştırmanın verileri, 2021 yılına ait olup, Ağustos-Aralık ayları arasında internet tabanlı anket yoluyla (Google Forms) elde edilmiştir. Araştırmada, yaş ortalaması 30 olan çalışma grubunun gönüllülük esasına uygun olarak doldurduğu 579 anket formu değerlendirilmiştir. Veriler analiz edilirken öncelikle ölçeklerin toplam skorları elde edilerek ortalamalar hesaplanmıştır. Katılımcıların öz-anlayış ve merhamet düzeylerinin, demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak üzere tek yönlü varyans analizi (One-way ANOVA) ve Scheffe testi uygulanmıştır. Dinî yönelimle ilgili istatistikî işlemlerde normallik testi sonucuna uygun olarak parametrik olmayan testlerden 'Kruskall Wallis H' ve Mann Whitney-U testi testleri uygulanmış olup, farklılığın hangi gruplar arasında anlamlılık düzeyine ulaştığını tespit etmek amacıyla Dunnett C testi tercih edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon testinin yapıldığı araştırmada, istatistiksel anlamlılık düzeyini belirlemek için en düşük p değeri olarak .05 baz alınmıştır.

Araştırma için etik kurul izni alınmıştır. (T.C. Karabük Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu, 08.06.2021 tarih ve 2021/06-03 sayılı karar.)

3.1. Bulgular

Araştırmaya katılan çalışma grubunun demografik özellikleri incelendiğinde katılımcıların %67,4'ünün (N=390) kadın, %32,6'sının (N=189) ise erkek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların medeni durumları bakımından %61,8'inin (N=358) bekar, %35,4'ünün (N=205) evli, %0,3'ünün (N=2) dul ve %2,4'ünün (N=14) ise boşanmış olduğu belirlenmiştir. %0,5'nin (N=3) okur yazar, %1,9'unun (N=11) ilk-ortaokul, %5,5'inin (N=32) lise, %75'inin (N=434) üniversite ve %17,1'inin (N=99) lisansüstü eğitim düzeyine sahip olduğu belirlenen araştırmada katılımcıların ayrıca %4,5'inin (N=26) alt, %7,6'sının (N=44) ortanın altı, %69,3'ünün (N=401) orta, %16,9'unun (N=98) ortanın üstü, %1,7'sinin (N=10) ise üst düzeyde bir ekonomik duruma sahip oldukları görülmüştür. Katılımcıların %8,8'inin (N=51) memur, %2,6'sının (N=15) işçi, %2,6'sının (N=15) esnaf, %1,4'ünün (N=8) sağlık çalışanı, %46,6'sının (N=270) öğrenci, %18'inin (N=104) öğretmen, %7,3'ünün (N=42) akademisyen, %8,3'ünün (N=48) işsiz ve %4,5'inin (N=26) de diğer meslek gruplarına mensup oldukları belirlenmiştir.

Tablo 1: Çalışma Grubunun Ölçeklerden Aldığı Ortalama Puanlar

Ölçekler	N	Min.	Max.	\bar{X}	Sd.
Dinî Yönelim Ö.	579	1,00	5,00	4,08	,79
Merhamet Ö.	579	2,75	5,00	4,16	,49

³⁵ Seher Akdeniz - M. Engin Deniz, "Merhamet Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *The Journal of Happiness & Well-Being* 4/1 (2016), 50-61.

³⁶ D. Hoge, "A Validated Intrinsic Religious Motivation Scale", *Journal for the Scientific Study of Religion* II (1972), 369-376.

³⁷ Faruk Karaca, "Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin Türk Toplumuna Standardizasyonu", *Ekev Akademi Dergisi* 3/1 (2001), 196.

Öz-Anlayış (Kendine Merhamet) Ö.	579	1,00	4,83	3,29	,70
----------------------------------	-----	------	------	------	-----

Tablo 1'de görüldüğü üzere araştırmaya katılan çalışma grubunun dinî yönelim ölçeğinden aldığı ortalama skor $\bar{X}=4,08$ ile ortanın üstündedir.³⁸ Çalışma grubunun merhamet $\bar{X}=4,16$ ve öz-anlayış $\bar{X} = 3,29$ ölçeğinden aldığı ortalama skor da yine ortanın üstü olarak belirlenmiştir.

3.1.1. Demografik Değişkenlere Göre Dinî Yönelim Düzeyleri

Tablo 2: Katılımcıların Yaş Aralığına Göre Dinî Yönelim Düzeyleri

Yaş Aralığı	15-21	22-35	36-45	46-55+	Kruskal-Wallis H
	N=194	N=221	N=92	N=72	
	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	p
Dinî yönelim	286,41	255,13	321,72	366,15	.000
	15-21 & 22-35, 46-55+; 22-35 & 15-21, 36-45, 46-55+; 36-45 & 22-35				

Çalışma grubunun dinî yönelim düzeyleri demografik değişkenlerden yaş aralığına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<.001$). Buna göre yaş aralığı 46-55+ olan katılımcıların sıra puan ortalamaları ($\bar{X} = 366,15$) ile en yüksek düzeyde olup bu skor, yaş aralığı 15-21 ($\bar{X}=286,41$) ve 22-35 ($\bar{X}=255,13$) olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı düzeyde farklıdır. En düşük ortalamaya sahip olan 22-35 yaş aralığında olan katılımcı ortalaması da ($\bar{X}=255,13$) hem 15-21 ($\bar{X}=286,41$) hem de 46-55+ ($\bar{X}=366,15$) yaş ortalamasına sahip katılımcıların skorlarından anlamlı düzeyde bir farklılığa sahiptir ($p<.05$).

Tablo 3: Katılımcıların Medeni Durumuna Göre Dinî Yönelim Düzeyleri

Medeni Durum	Bekar (N=358)		Evli (N=205)		u	z	p
	Sır. P. Ort.	Sır. Top.	Sır. P. Ort.	Sır. Top.			
Dinî Yönelim	267,36	95716,50	307,56	63049,50	31455,50	-2,826	,005

Tablo 3'te görüldüğü üzere çalışma grubunun dinî yönelim düzeyleri medeni durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<.01$). Buna göre evli olan katılımcıların sıra puan ortalamaları ($\bar{X} = 307,56$) bekar olan katılımcıların skorlarına göre ($\bar{X} = 267,36$) anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. Dul (N=2) ve boşanmış (N=14) katılımcıların sayısı karşılaştırmaya uygun olmadığı için analize dahil edilmemiştir.

Tablo 4: Katılımcıların Meslek Gruplarına Göre Dinî Yönelim Düzeyleri

Meslek Grupları	M	İ	E	Öğc.	Öğt.	Ak.	Ç.	D.	Kruskal Wallis - H
	N=51	N=15	N=15	N=270	N=104	N=42	N=48	N=26	
	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	Sır. Puan Ort.	p
D. Y.	315,97	149,30	339,53	275,50	283,34	338,13	305,70	282,38	.009

Çalışma grubunun dinî yönelim düzeyleri demografik değişkenlerden meslek gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<.01$). Buna göre işçi kategorisinde olan katılımcıların sıra puan ortalamaları ($\bar{X} = 149,30$) ile en düşük, esnaf kategorisinde olan katılımcıların ortalaması ise ($\bar{X}=339,53$) ile en yüksek skora sahiptir. Meslek grubu sağlık çalışanı kategorisinde olan katılımcı sayısı (N=8) karşılaştırmaya uygun olmadığı için analize dahil edilmemiştir.

³⁸ Tüm ölçeklerden en az 1, en fazla 5 puan alınabilir.

3.1.2. Demografik Değişkenlere Göre 'Öz-anlayış ve Merhamet Düzeyleri

Tablo 5: Katılımcıların Cinsiyetine Göre Öz-Anlayış Düzeyleri

Cinsiyet	Kadın (N=390)		Erkek (N=189)		t (577)	p
	Ort.	sd.	Ort.	sd.		
Öz-anlayış	3.20	,69	3.46	,68	-4,241	.000

Çalışma grubunun öz-anlayış düzeyleri cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir ($p < .001$). Buna göre erkek katılımcıların ortalama skorları ($\bar{X} = 3,46$) kadın katılımcıların skorlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir ($\bar{X} = 3,20$).

Tablo 6: Katılımcıların Yaş Aralığına Göre Öz-Anlayış ve Merhamet Düzeyleri

Yaş	15-21 (N=194)		22-35 (N=221)		36-45 (N=92)		46-55+ (N=72)		Fark		
	Ort	sd.	Ort	sd.	Ort	sd.	Ort	sd.	F	p	
Öz-a.	3.08	,67	3.22	,70	3.55	,60	3.68	,59	19,868	.000	15-21 & 36-45, 46-55+
Mer.	4.15	,50	4.11	,50	4.20	,48	4.31	,39	3,354	.019	22-35 & 36-45, 46-55+

Çalışma grubunun öz-anlayış düzeyleri yaş aralığına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p < .001$). Buna göre yaş aralığı 15-21 ($\bar{X} = 3,08$) ve 22-35 ($\bar{X} = 3,22$) olan katılımcıların puan ortalamaları, 36-45 ($\bar{X} = 3,55$) ve 46-55+ ($\bar{X} = 3,68$) yaş aralığında olan katılımcıların puan ortalamalarından daha düşük olup, aralarındaki fark istatistiksel açıdan anlamlıdır ($p < .05$).

Çalışma grubunun merhamet düzeyleri de yaş aralığına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p < .05$). Buna göre en düşük ortalama skor, yaş aralığı 22-35 ($\bar{X} = 4,11$) olan katılımcılara ait iken, en yüksek skor ise yaş aralığı 46-55+ ($\bar{X} = 4,31$) olan katılımcılara ait olup, aralarındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < .05$).

Tablo 7: Katılımcıların Medeni Durumuna Göre Öz-Anlayış Düzeyleri

Medeni Durum	Bekar (N=358)		Evli (N=205)		t (561)	p
	Ort.	sd.	Ort.	sd.		
Öz-anlayış	3.14	,68	3.53	,66	-6,580	.000

Çalışma grubunun öz-anlayış düzeyleri medeni durum değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir. Buna göre evli katılımcıların ortalama skorları ($\bar{X} = 3,53$) bekar katılımcılardan daha yüksek bir ortalamaya sahip olup ($\bar{X} = 3,14$), aradaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bir düzeye ulaşmıştır ($p < .001$). Dul (N=2) ve boşanmış (N=14) katılımcıların sayısı karşılaştırmaya uygun olmadığı için analize dahil edilmemiştir.

Tablo 8: Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Öz-Anlayış ve Merhamet Düzeyleri

Eğitim Durumu	Lise (N=32)		Üniversite (N=434)		Lisansüstü (N=99)		Fark		
	Ort.	sd.	Ort.	sd.	Ort.	sd.	F	p	
Öz-anlayış	3.39	,62	3.23	,70	3.56	,67	9,764	.000	Üni.- Lisansüstü
Merhamet	4.15	,46	4.15	,50	4.29	,40	3,376	.035	Üni.- Lisansüstü

Katılımcıların öz-anlayış düzeyleri eğitim durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir ($p < .001$). Buna göre lisansüstü eğitim alan katılımcıların skorları ($\bar{X} = 3,56$) ile en yüksek ortalamaya sahiptir ve bu skor, ($\bar{X} = 3,23$) ortalama skoruna

sahip olan üniversite düzeyindeki katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. ($p<.05$).

Katılımcıların merhamet düzeyleri de eğitim durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir ($p<.05$). Buna göre en yüksek ortalama ($\bar{X} = 4,29$) ile lisansüstü eğitim alan katılımcılara ait olup bu skor, en düşük ortalamaya sahip olan ile lise düzeyindeki katılımcıların ($\bar{X} = 4,15$) skorlarından anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir ($p<.05$). Eğitim durumu okur-yazar ($N=3$) ve ilk-ortaokul ($N=11$) düzeyinde olan katılımcıların sayısı karşılaştırmaya uygun olmadığı için analize dahil edilmemiştir.

Tablo 9: Katılımcıların Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Öz-Anlayış ve Merhamet Düzeyleri

Sosyo-Ekonomik Durum	Alt (N=26)		Ortanın altı (N=44)		Orta (N=401)		Ortanın üstü (N=98)		F	p
	Ort.	sd.	Ort.	sd.	Ort.	sd.	Ort.	sd.		
Öz-Anlayış	3.04	,72	3.17	,62	3.27	,69	3.43	,73	2,839	.037

Katılımcıların öz anlayış düzeyleri sosyo-ekonomik durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir ($p<.05$). Buna göre öz-anlayış ölçeğinden en yüksek ortalama skor ($\bar{X} = 3,43$) ile ortanın üstü düzeyde gelire sahip olan katılımcılara aittir. Sosyo-ekonomik düzeyi üst kategoride olan katılımcı sayısı ($N=10$) karşılaştırmaya uygun olmadığı için analize dahil edilmemiştir.

Tablo 10: Katılımcıların Meslek Gruplarına Göre Öz-Anlayış ve Merhamet Düzeyleri

Meslek Grup.	Öz -Anlayış					Merhamet				
	Ort	sd	F	p	Fark	Ort.	sd.	F	p	Fark
1 M. (N=51)	3.58	,63	8,397	,000	1 & 4	4.18	,48	2,680	,010	2 & 4
2 İ. (N=15)	3.13	,68			6 & 4	3.68	,59			2 & 6
3 E. (N=15)	3.24	,69			5 & 4	4.19	,59			
4 Ö. (N=270)	3.09	,69				4.18	,50			
5 Öğt. (N=104)	3.40	,66				4.15	,45			
6 A..(N=42)	3.71	,59				4.28	,34			
7 Ç. (N=48)	3.43	,61				4.10	,49			
8 D. (N=26)	3.50	,70				4.20	,48			

Çalışma grubunun öz-anlayış düzeyleri demografik değişkenlerden meslek gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir ($p<.001$). Buna göre akademisyen kategorisinde olan katılımcıların ortalama skorları ($\bar{X} = 3,71$) ile en yüksek, öğrenci kategorisinde olan katılımcıların ortalaması ise ($\bar{X}=3,09$) ile en düşük skora sahiptir. Öğrenci kategorisinde olan katılımcıların ortalama skorları ile memur ($\bar{X}=3,58$), akademisyen ($\bar{X}=3,71$) ve öğretmen ($\bar{X} = 3,40$) olan katılımcıların skorları arasındaki fark istatistiki olarak anlamlı düzeye ulaşmıştır ($p<.05$).

Çalışma grubunun merhamet düzeyleri de demografik değişkenlerden meslek gruplarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermiştir ($p<.05$). Buna göre akademisyen kategorisinde olan katılımcıların ortalama skorları ($\bar{X} = 4,28$) ile en yüksek, işçi kategorisinde olan katılımcıların ortalaması ise ($\bar{X}=3,68$) ile en düşük skora sahiptir. Öğrenci kategorisinde olan katılımcıların ortalama skorları ile akademisyen ($\bar{X}=4,28$) ve öğretmen ($\bar{X}=4,15$) olan katılımcıların skorları arasındaki fark istatistiki olarak anlamlı düzeye ulaşmıştır ($p<.05$). Sağlık çalışanı kategorisindeki katılımcı sayısı ($N=8$) karşılaştırmaya uygun olmadığı için analize dahil edilmemiştir.

Tablo 11: Dinî Yönelim ile Öz-Anlayış ve Merhamet Arasındaki İlişkiler

Faktör	1	2	3
1- Dinî Yönelim	1		
2- Öz-Anlayış	,224**	1	
3- Merhamet	,324**	,306**	1
Ortalama	4,08	3,29	4,16
Sd.	,79	,70	,49

Tablo 11’de görüldüğü üzere dinî yönelimin hem öz-anlayış ($r=.224$), hem de merhamet ($r=.324$), ile çok güçlü olmasa da anlamlı derecede bir ilişkisi bulunmaktadır Aynı şekilde öz-anlayış ile merhamet arasında da yine güçlü olmasa da pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. ($r=.306$, $n=579$; $p=.000$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma bulgularına göre çalışma grubunun dinî yönelim ölçeğinden aldığı skor $\bar{X}=4,08$ ile ortanın üstündedir. Araştırmada kullanılan dinî yönelim ölçek maddelerinin sadece dinî etki ve değerlere değil, bilişsel, güdüsel ve davranışsal örüntülere de atıfta bulunduğu düşünüldüğünde, katılımcıların genel olarak Allah ile ilişkilerini gündelik hayata yansıttıkları düşünülebilir. Zira bilindiği üzere içsel dinî motivasyon, bir amaç olarak görülen dine, dıştan herhangi bir zorlama olmaksızın tam bir teslimiyetle motive olmayı ve onu hayatın merkezine konumlandırmayı gerektirir.³⁹ Bu durumda katılımcıların dünyevi işlerinde dinin rehberliği doğrultusunda hareket ettikleri ve Allah’ın varlığını güçlü bir şekilde hissederek O’na ibadet etme noktasında hassas davrandıkları söylenebilir. Bu sonuç dinî yönelimin farklı değişkenlerle ilişkisini konu alan araştırma bulgularıyla genel olarak uyumludur. Özellikle dinî eğilim ile öz-anlayış ya da merhameti konu alan bazı araştırma bulgularının bu sonucu destekler nitelikte olduğu görülmektedir.⁴⁰ Bu sonuç, büyük bir kısmı Müslüman olan bir toplumda dinî hassasiyetlerinin yüksek olmasıyla açıklanabilir.

Araştırma bulgularına göre çalışma grubu hem kendilerine ($\bar{X}=3,29$) hem de ötekilere karşı ($\bar{X}=4,08$) ortalamanın üstünde bir merhamet düzeyine sahiptir. Yani sıkıntılı durumlarda hem kendilerine hem de ötekilere karşı anlayışlı nazik ve ilgili olan katılımcılar, acı veren durumlarda dengeli bir bakış açısına sahip olup, başarısızlıkları insan olmanın doğal bir sonucu olarak değerlendirmeye meyyaldirler. Kendilerine ve ötekilere karşı yıkıcı eleştiriden uzak olma eğiliminde olan katılımcıların öz eleştiri noktasında da kontrollü oldukları söylenebilir. Ayrıca araştırma bulgularına göre zor durumda olan insanlara karşı ilgisiz kalmak yerine yardım etme eğilimi gösteren katılımcıların, insanların sıkıntılarını gidermeye yönelik bir tutum içinde olduklarını söylemek mümkündür. Bu sonuç literatürle genel olarak uyumludur. Örneğin Yağbasanlar tarafından 2018 yılında yüksek lisans düzeyinde yapılan bir araştırmada örneklemin $\bar{X}=80,615$ puanla ortalamanın üzerinde öz-anlayış puanına sahip olduğu bulgulanmıştır.⁴¹ Kaya tarafından 2018 yılında yapılan “Üniversite Gençliğinin Öz-Duyarlılık, Değer Yönelimleri ve Dindarlık Eğilimleri (Devlet ve Vakıf Üniversiteleri Karşılaştırması)” isimli araştırmada da örneklemin öz-anlayış puanı \bar{X}

³⁹ Karaca, “Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin Türk Toplumuna Standardizasyonu”, 192.

⁴⁰ Osman Yağbasanlar, *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklar ile Dinî Yönelimleri ve Öz Şefkatleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, 2018), 53. Mehmet İkis, *Öğretmenlerde Öz-Duyarlılık ile Psikolojik İyi Oluşun Dinî Yönelimle Etkileşiminin İncelenmesi* (Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi 2020), 75.

⁴¹ Yağbasanlar, *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklar ile Dinî Yönelimleri ve Öz Şefkatleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, 52.

=3,29) ile yine ortanın üzerinde bulgulanmıştır.⁴² Merhamete ilişkin araştırmalarda da ortalama skorun genel olarak ortanın üstünde bulgulandığı görülmektedir. Örneğin Hacikeleşoğlu ve Kartopu tarafından yapılan ve merhamet ile dindarlık arasındaki ilişkiyi konu alan araştırmada merhamet toplam puan ortalaması $\bar{X}=96,61$ olarak tespit edilmiş olup, ortanın üzerine tekabül eden skorla bu araştırmayla benzerlik arz etmiştir.⁴³ Toplumsal değerlerin ağırlıklı olarak benimsendiği toplumlarda özellikle dinî inancın da etkisiyle merhamet duygusunun düşük çıkmaması normal karşılanır. Zira daha önce de ifade edildiği gibi din, müntesiplerine merhametli olmaları noktasında telkinlerde bulunur. Hatta merhameti affedilmenin imkânı olarak kabul eden dinî anlayışa göre yaratılana şefkatli olmayan merhamete muhatap olamayacağı vurgulamaktadır.⁴⁴ Bu nedenle bireyin gerek kendisine gerek ötekine yönelik merhametli tutumunun inandığı değerlerle yakından ilişkisi olduğu düşünülmektedir. Araştırmanın nicel bulguları bu düşünceyi destekler niteliktedir. Nitelik araştırma sonuçlarına göre dinî yönelim ile öz-anlayış ($r=.224$) ve merhamet ($r=.324$) arasında yüksek olmasa da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<.000$). Bu durumda araştırmanın temel hipotezini de destekleyen en önemli sonucu, içsel dinî motivasyon düzeyi arttıkça öz anlayış ya da merhamet düzeyinde de bir artış olmasıdır. Konuya ilişkin yerli ve yabancı literatürde yer alan sınırlı sayıdaki araştırma sonuçlarının bir kısmı bu araştırmanın bulgularını desteklerken bir kısmı ise desteklememektedir. Örneğin Hacikeleşoğlu ve Kartopu'nun merhamet ile dindarlık arasındaki ilişkiyi konu alan araştırma bulgularına göre dinî hayatlarında bir anlamlandırma mekanizması olarak hissedilen bireylerin merhamet düzeyleri anlamlı bir şekilde daha yüksek bulgulanmıştır. Yine aynı araştırmada toplum içerisinde yaşanan ahlâki sorunların dinî değerler vasıtasıyla çözülebileceğini düşünenlerin merhamet duygusu düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İnsanların mutlu olmalarının temelinde dinî duyguların olduğunu düşünenlerin ve değerlerine bağlı olanların merhamet düzeyleri daha yüksek tespit edilmiştir. Araştırmada ayrıca namaz gibi temel ibadetleri yerine getiren bireylerin de merhamet düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.⁴⁵ İkisi'nin araştırmasında dinî yönelim ile öz duyarlılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=.124^{**}$, $p<0.01$). Watson ve arkadaşlarının araştırma bulgularına göre öz anlayış ile içsel dinî yönelim arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.⁴⁶

Ghorbani ve arkadaşlarının İranlı Müslümanlarda öz anlayışı konu alan araştırmalarında ise öz anlayışın öz saygı ile pozitif, depresyon ve kaygı ile negatif bir korelasyonu bulunmasına rağmen dinî yönelim ile arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.⁴⁷ Kaya'nın araştırmasında dindarlık değişkenleri ile genel öz-duyarlılık arasındaki ilişki ve etkileşimi yansıtan analiz sonuçlarına göre “genel dindarlık” ile “genel öz-duyarlılık” arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir.⁴⁸ Bu sonuçlar araştırmaların kendi sınırlılıkları içerisinde değerlendirilebilir. Ancak şu bir gerçektir ki din, merhamet gibi doğuştan var olan olumlu duygu potansiyellerini açığa çıkarıp, ilişkilerin merkezine konumlandırarak insani gelişime katkı sağlayan önemli bir işlev üretmektedir. Maûn Suresinde pek çok rutin ibadeti doğrudan “yetimin başını okşamakla” ilişkilendiren bağlam

⁴² Ferda Şule Kaya, “Üniversite Gençliğinin Öz-Duyarlılık, Değer Yönelimleri ve Dindarlık Eğilimleri (Devlet ve Vakıf Üniversiteleri Karşılaştırması)”, *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi* 21/2 (Ekim 2018), 155.

⁴³ Hacikeleşoğlu-Kartopu, “Merhamet ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, 211.

⁴⁴ ez-Zümer 39/53; Buhârî, “Edep” 27, “Cenaiz” 32; Matta 5/7; Luka 6/36.

⁴⁵ Hacikeleşoğlu-Kartopu, “Merhamet ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, 222-224.

⁴⁶ P.J. Watson vd., “Part 2: Psychometric Refinements and Relationships with Self-Compassion, Depression, Beliefs about Sin, and Religious Orientation”, erişim: 24 Ocak 2022, <https://www.semanticscholar.org/paper/Grace-and-Christian-Psychology-Part-2%3A-Psychometric/18b01556f3223d72d304921f04566c7a53c11add>

⁴⁷ Nima Ghorbani vd., “Self-Compassion in Iranian Muslims: Relationships With Integrative Self-Knowledge, Mental Health, and Religious Orientation”, *The International Journal for the Psychology of Religion* 22 (2012), 106-118.

⁴⁸ Kaya, “Üniversite Gençliğinin Öz-Duyarlılık, Değer Yönelimleri ve Dindarlık Eğilimleri...”, 166.

dikkatle incelendiğinde, merhametin nasıl olup da çok kere dinin tam da kendisi olduğunu anlamak zor olmayacaktır.⁴⁹ Dinin geliştirici fonksiyonu bağlamında değerlendirilebilecek bu durum, modern psikolojide de gelişmişliğin en üst noktası olarak ifade edilir. Örneğin Maslow'a göre "Kendini gerçekleştiren insanlar, aynı zamanda bizim en merhametlilerimiz, toplumumuzun geliştiricileri ve devrimcileri, adaletsizliğe, eşitsizliğe, köleliğe, sömürüye ve zulme karşı en etkili biçimde savaşanlarımızdır. Gittikçe görmekteyiz ki, bu insanlar bizim en büyük yardımcılarımız ve en "insan" olanlarımızdır."⁵⁰ Özcan'a göre merhametin psikolojik yapısında duygusal (farkındalık), bilişsel (duyarlılık) ve davranışsal (motivasyon) olmak üzere farklı psikolojik süreçler işlemektedir. Bu bağlamda farkındalık ilgi ve dikkati, duyarlılık empati ve sempatiyi, motivasyon ise yardım isteği ve yardım davranışını içermektedir.⁵¹ O halde merhamet ve dindarlık arasındaki ilişki irdelendiğinde empati ve yardım davranışı gibi değişkenlerin de önem kazandığı dikkate alınmalıdır. Nitekim merhametin bilişsel adımı empati, davranışsal adımı ise yardım davranışıdır. Çünkü merhamet, niyeti gayrete dönüştüren aktif bir duygudur. Alan yazında dinî yönelimin ya da dindarlığın bu değişkenlerle ilişkisini konu alan bazı araştırmalar olumlu yönde pozitif korelasyon olduğunu rapor etmektedirler.⁵² O halde tüm unsurlarıyla birlikte merhamet ile dinî yönelim arasında döngüsel bir ilişkinin varlığından bahsetmek mümkündür. Bu durumda dinî duygu ve düşüncenin geliştirilmesinin merhamet gibi olumlu duygu potansiyellerinin açığa çıkıp gelişmesinde etkili bir faktör olacağı söylenebilir.

Merhametin empati ve yardım davranışını da içeren kompleks bir yapıya sahip olmasına rağmen dinî yönelim ile anlamlı da olsa beklenenden daha düşük bir korelasyon göstermesi, öz anlayış ve merhameti etkileyen başka faktörlerin olduğunu düşündürmektedir. Zira kendini kabul ve ötekilerle duyarlı ilişkiler kurmanın psikolojik iyi oluşun temel dinamikleri olduğu düşünüldüğünde,⁵³ öz-anlayış ve merhameti yordayan en önemli değişkenlerden birinin de psikolojik iyi oluş olduğu söylenebilir. Merhametin egodan ekoya doğru yayılan bir duygu olduğu dikkate alındığında, ancak öz-empati yeteneği gelişmiş ve ruhen sağlıklı bireylerin başkalarına karşı duyarlı olması beklenir. Zira kendilerine karşı acımasız ve yıkıcı eleştirilerde bulunan bireylerin kendilerini anlamadan ve acılarını dindirmeden, başkalarının acılarına karşı farkındalık geliştirmelerini beklemek zordur. Öz-anlayış ve psikolojik iyi oluşu konu alan ya da merhamet ile psikolojik iyi oluşu konu alan araştırma bulguları bu düşüncüyü destekler niteliktedir.⁵⁴

⁴⁹ Özcan, *Merhamet Psikolojisi*, 58.

⁵⁰ Abraham H. Maslow, *Dinler, Değerler, Doruk Deneyimler*, çev. H. Koray Sönmez (İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 1996), 28.

⁵¹ Özcan, *Merhamet Psikolojisi, Zihinsel İmgeler Işığında Merhamet*, 31.

⁵² Ali Ayten, *Empati ve Din, Türkiye'de Yardımlaşma ve Dindarlık Üzerine Psiko-sosyal Bir Araştırma* (İstanbul: İz Yayıncılık, 2013), 165-169; Havva Rabia Hasankahyaoglu, *Dindarlık Empati İlişkisi* (Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2008), 68; Sezai Korkmaz- Hızır Hacikeleşoğlu, "Prososyallik, Empatik Eğilim ve Dindarlık Arasındaki İlişkiler Üzerine Bir Araştırma", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 50 (Haziran 2021), 552-562; Zeynep Özcan, "Empati ve Dindarlık Arasındaki İlişki", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 5/8 (2006), 2758-2781.

⁵³ Carol D. Ryff, "Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989), 1070; Carol D. Ryff - Burton H. Singer, "Know Thyself and Become What You Are: a Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being", *Journal of Happiness Studies* 9/1 (2008), 20.

⁵⁴ Seher Akdeniz, *Farklı Merhamet Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon, Anksiyete, Stres ve Duygusal Zekânın İncelenmesi* (Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014), 85-89; M. Engin Deniz v.dğr., "Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma", 433; Ayşe Sena Ayhan, *Üniversite Öğrencilerinde Öz Anlayış ve Bağlanma Sitillerinin Psikolojik İyi Oluş Üzerinde Yordayıcılığının İncelenmesi* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, 2020), 168; Pervin Büşra Alibekiroğlu, *Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Öz Anlayışın Aracı Etkisinin İncelenmesi* (Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2017), 64; Elif Nur Özcan, *Mutluluk Düzeyi ile Merhamet Duygusu İlişkisi* (Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2021), 59.

Demografik değişkenlere göre dinî yönelim, öz-anlayış ve merhamet düzeylerine bakıldığında evli olanların bekarlara, yaşı en üst kategoride olanların daha alt kategoride olanlara, akademisyenlerin diğer meslek gruplarında olan katılımcılara göre daha yüksek puan aldıkları ve aradaki farklılığın anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmektedir. Alan yazındaki bulgulara bakıldığında bu araştırma sonucunu destekleyen bulgulara rastlanmaktadır.⁵⁵ Yaş ilerledikçe yaşamsal tecrübelerle ilgili olarak yaşanan acı ya da sıkıntıları ortak insanlık deneyiminin bir parçası olarak algılama ihtimali yüksektir. Ayrıca, yaş ilerledikçe ötekine yönelik duyarlı ilişkiler ve bunlardan sağlanan kişisel doyumu da ön plana çıktığı bilinmektedir. Bununla birlikte evli olup, başka biriyle hayatı paylaşmak durumunda kalmanın ya da çocuk yetiştirme sorumluluğunu yüklenmenin de başkalarına karşı hoşgörülü ve duyarlı davranmayı beraberinde getirecek önemli bir tecrübe olduğu söylenebilir.⁵⁶ O halde merhamet duygusunun biraz da yaşamsal tecrübelerle ilgili olarak geliştiğini söylemek mümkündür. Eğitim düzeyi yüksek bir meslek grubu olan akademisyenlerde merhamet ortalamasının diğer meslek gruplarına göre anlamlı bir düzeyde yüksek çıkması oldukça anlamlıdır. Kaldı ki lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan bireylerin öz anlayış ve merhamet ortalamasının yüksek ve anlamlı çıkması bu sonucu destekler niteliktedir. Bu durumda merhametli bir toplumun inşa edilmesinde bireylerin hem eğitim düzeylerinin yükseltilmesi hem de evliliğe teşvik edilmesi ayrı bir önem kazanmaktadır. Zira mutlu bir evlilik dinî gelişimi beslediği gibi kişilik gelişimine de katkı sağlayan önemli bir yaşam deneyimidir. Araştırmada erkeklerin öz anlayış düzeylerinin anlamlı şekilde kadınlardan daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Kadınların duygusal yapısı ve annelik güdüsü dolayısıyla kendilerinden ziyade ötekine karşı daha duyarlı bir tavır sergilemeleri muhtemeldir. Nitekim, Özcan'ın araştırmasında katılımcıların merhameti en fazla fedakârlık timsali olan anne metaforu üzerinden anlamlandırdıkları görülmüştür.⁵⁷ Bazı nicel çalışma bulguları da bu sonucu destekler niteliktedir.⁵⁸ Merhamet küçüklükten itibaren sevgi temelli bir aile ortamında hayata dokunarak öğrenilebilecek ve içselleştirilebilecek bir duygu olduğu için dinî içerikli merhamet eğitimi programlarının geliştirilip müfredata entegre edilmesinin ve bu yönde uygulamalı projeler geliştirilmesinin merhametli bir neslin yetişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

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

Finansman/Funding: Yazar, bu çalışmayı desteklemek için herhangi bir dış fon almadığını kabul eder / The author acknowledge that they received no external funding in support of this research.

Çıkar Çatışması / Competing Interests: Yazar, çıkar çatışması olmadığını beyan eder / The author declare that have no competing interests.

KAYNAKÇA

Ağırman, Cemal. “İdeal Bir Davranış Biçimi Olarak ‘Empati’ ve Hadislerde ‘Empati’ Örnekleri”. *C.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi* X/2 (2006), 23-53.

⁵⁵ Hacıkeleşoğlu-Kartopu, “Merhamet ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, 220; Ayhan, *Üniversite Öğrencilerinde Öz Anlayış ve Bağlanma Sitillerinin Psikolojik İyi Oluş Üzerinde Yordayıcılığının İncelenmesi*, 116.

⁵⁶ Faruk Karaca, *Dinî Gelişim Psikolojisi* (Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, 2016), 196.

⁵⁷ Özcan, *Merhamet Psikolojisi*, 154.

⁵⁸ Hacıkeleşoğlu-Kartopu, “Merhamet ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, 220.

- Akdeniz, Seher. *Farklı Merhamet Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon, Anksiyete, Stres ve Duygusal Zekânın İncelenmesi*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014.
- Akdeniz, Seher - Deniz, Mehmet Engin. "Merhamet Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *The Journal of Happiness & Well-Being* 4/1 (2016), 50-61.
- Alibekiroğlu, Pervin Büşra. *Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Öz Anlayışın Aracı Etkisinin İncelenmesi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2017.
- Allport, Gordon W. - Ross, Michael J. "Personal Religious Orientation and Prejudice". *Journal of Personality and Social Psychology* 5 (1967), 432-436.
- Altıntaş, Halil. "Rahmetten Şefkat ve Merhamete". *Diyanet Aylık Dergi* 244 (Nisan 2011), 17-19.
- Ay, Mehmet Emin. "Bir Merhamet Mürebbsi Hz. Muhammed (s.a.s.)". *Diyanet Aylık Dergi* 244 (Nisan 2011), 8-12.
- Ayhan, Ayşe Sena. *Üniversite Öğrencilerinde Öz Anlayış ve Bağlanma Sitillerinin Psikolojik İyi Oluş Üzerinde Yordayıcılığının İncelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2020.
- Ayten, Ali. *Empati ve Din, Türkiye'de Yardımlaşma ve Dindarlık Üzerine Psiko-Sosyal bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2013.
- Barutçu, Funda - Demir, Yıldırım Ayhan. "Kendini Engellemenin Yordayıcıları Olarak Öz Saygı, Öz Anlayış ve Akademik Özyeterlilik". *Ege Eğitim Dergisi* 18/2 (2017), 676-701.
- Bernhardt, Reinhold. "Compassion as a Core-Element of Christian Ethics". Erişim: 12 Mayıs 2019.
[https://www.academia.edu/2441280/Compassion as a Core Element of Christian Ethics](https://www.academia.edu/2441280/Compassion_as_a_Core_Element_of_Christian_Ethics)
- Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmail. *el-Câmî'u's-şâhîh*. nşr. Muhammed Züheyr b. Nasr. b.y.: Dâru Tavki'n-Necât, 2. Basım, 1422/2001.
- "Compassion". Erişim: 21 Mayıs 2021.
<https://dictionary.cambridge.org/tr/s%C3%B6zl%C3%BCk/ingilizce/compassion>.
- Çağrı, Mustafa. "Merhamet". *TDV İslam Ansiklopedisi*. 29: 184-185. Ankara: TDV Yayınları, 2004.
- Deniz, M. Engin vd. "Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma". *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 12/ 23 (Haziran 2012), 428-446.
- Deniz, M. Engin vd. The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Self-Compassion Scale, *Social Behavior and Personality* 36/9 (2008): 1151-1160.
- Doğan, Mebrure. *Sabır Psikolojisi, Pozitif Psikoloji Bağlamında Bir Araştırma*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2016.
- Doğan, Sema. "Merhamet Medeniyetinin Sembolü Kuş Evleri". *Hz. Peygamber ve Merhamet Eğitimi*. 131-134. Ankara: DİB Yayınları, 2011.
- Dökmen, Üstün. *İletişim Çatışmaları ve Empati*. 33. Baskı. Ankara: Sistem Yayıncılık, 2005.
- Düzcün, Şaban Ali. "The Nature of Mercy/Rahma and its Manifestations in the Qur'an". *Kader* 15/3 (2017), 564-575.
- Eckhart, Meister. *Tanrı ve İnsan*. Çev. Sedat Umran. İstanbul: Ruh ve Madde Yayınlar, 1990.
- Fromm, Erich. *Hayatı Sevmek*. Çev. Ali Köse. İstanbul, Arıtan Yayınları, 2004.
- Fromm, Erich. *Sevme Sanatı*. Çev. İştan Gündüz. 11. Baskı. İstanbul: Say Yayınları, 2000.
- Gazâli, Ebû Hamîd Muhammed. *Kimyâ-i Saâdet, (Mutluluk Hazinesi)*. Çev. A. Faruk Beyan. İstanbul: Bedir Yayınevi, 2017.
- Gökcan, Mansur. "Havf ve Recâ (Korku ve Ümit) Dengesi". *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16/2 (2016), 171-192.

- Germer, Christopher K. - Siegel, Ronald D. *Wisdom and Compassion in Psychotherapy: Deepening Mindfulness in Clinical Practice*. New York: NY: Guilford, 2012.
- Ghorbani, Nima vd. "Self-Compassion in Iranian Muslims: Relationships With Integrative Self-Knowledge Mental Health, and Religious Orientation". *The International Journal for the Psychology of Religion* 22 (2012), 106-118.
- Gilbert, Paul. "Introduction and Outline". *Compassion, Conceptualisations, Research and Use in Psychotherapy*. Ed. Paul Gilbert, 1-6. Canada: Routledge, 2005.
- Gilbert, Paul. "The Origins and Nature of Compassion Focused Therapy". *British Journal of Clinical Psychology* 53 (2014), 6-41.
- Goetz, Jennifer L. vd. "Compassion: An Evolutionary Analysis and Empirical Review". *Psychological Bulletin* 136/3 (2010), 351-374.
- Goodman, Charles. *Consequences of Compassion, an Interpretation and Defense of Buddhist Ethics*. New York: Oxford University Press, 2009.
- Gu, Jenny vd. "An Empirical Examination of the Factor Structure of Compassion". *PLoS ONE* 12/2 (2017).
- Güler, İlhami. "Batıdaki "Öteki" Korkusunun Analizi ve İslam Dünyasında Direnişin "Terör"e Kaymasının Psikanalizi". *İslamofobi, Kolektif Bir Korkunun Anatomisi Sempozyum Bildirileri* (Sivas, 18-19 Kasım 2011). Ed. Osman Alacahan - Betül Duman. 153-156. Ankara: Ankamat Matbaacılık, 2012.
- Hacıkeleşoğlu, Hızır - Kartopu, Saffet. "Merhamet ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma". *The Journal of Academic Social Science Studies* 59 (2017), 203-227.
- Harlak, Hacer - Eskin Mehmet. "Dini Yönelim ve Dindarlık Ölçeklerinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi". *Yeni Symposium* 56/2 (2018), 24-32.
- Hasankahyaoglu, Havva Rabia. *Dindarlık Empati İlişkisi*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2008.
- Hoge, D. "A Validated Intrinsic Religious Motivation Scale". *Journal for the Scientific Study of Religion* II (1972), 369-376.
- İbnü'l-Arabî, Muhyiddin. *Fütûhât-ı Mekkiyye, Rahmani Nefes*. Çev. Ekrem Demirli. 2. Baskı. İstanbul: Litera Yayıncılık, 2015.
- İkis, Mehmet. *Öğretmenlerde Öz-Duyarlık ile Psikolojik İyi Oluşun Dinî Yönelimle Etkileşiminin İncelenmesi*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi 2020.
- Jordan, Judith V. "A Relational-Cultural Perspective in Therapy". *Comprehensive Handbook of Psychotherapy*. Ed. Florence W. Kaslow - Rebert F. Massey - Sharon Davis Massey. New York: Wiley, 2002.
- Kahveci, Kutsi. "Tanrı'nın Fısıltısı: Bir Mistiğin Dilinden Merhamet". *Sosyal Bilimler Dergisi* 58 (2017), 115-129.
- Karaca, Faruk. "Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin Türk Toplumuna Standardizasyonu". *Ekev Akademi Dergisi* 3/1 (2001), 187-201.
- Karaca, Faruk. *Dinî Gelişim Psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, 2016.
- Karagöz, İsmail. *Allah, İnsan ve Merhamet*. Ankara: DİB Yayınları, 2014.
- Karaman, Hüseyin. "İslâm Ahlâkında Temel Erdemler". *İslam Ahlak Esasları ve Felsefesi*. Ed. Müfit Selim Saruhan. 197-213. Ankara: Grafiker Yayınları, 2013.
- Karşlı, İbrahim Hilmi. "Merhamet Kaynağı Olarak Aile". *Hız Peygamber ve Merhamet Eğitimi*. Ankara: DİB Yayınları, 2011.
- Kaya, Ferda Şule. "Değer Yönelimleri ve Dindarlık Eğilimleri (Devlet ve Vakıf Üniversiteleri Karşılaştırması)". *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi* 21/2 (Ekim 2018), 144-179.
- Kılıç, Recep. *Ayet ve Hadisler Işığında İnsan ve Ahlak*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı, 2005.
- Kitabı Mukaddes*. İstanbul: Kitabı Mukaddes Şirketi, 2. Basım, 2003.

- Korkmaz, Sezai - Hacıkeleşoğlu, Hızır. "Prososyallik, Empatik Eğilim ve Dindarlık Arasındaki İlişkiler Üzerine Bir Araştırma". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 50 (Haziran 2021), 552-562.
- Kur'an Mesajı: Meal-Tefsir*. çev. Muhammed Esed, Türkçeye çev. Cahit Koytak - Ahmet Ertürk. Ankara: İşaret Yayınları, 2002.
- Küçük, Raşit. "İslam Kültüründe Sevgi İçin Kullanılan Kavramlar". *Hz. Peygamber, Sevgi ve Merhamet*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2017.
- Küçük, Raşit. *Sevgi Medeniyeti*. İstanbul: Rağbet Yayınları, 2002.
- Maslow, Abraham. *Dinler, Değerler, Doruk Deneyimler*. Çev. H. Koray Sönmez. İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 1996.
- Neff, Kristin. "Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself". *Self and Identity* 2/2 (2003), 85-101.
- Neff, Kristin. "The Development And Validation of a Scale to Measure Self-Compassion". *Self and Identity* 2 (2003), 223-250.
- Neff, Kristin - Dahm, Katie A. "Self-Compassion: What it is, What it Does, and How it Relates to Mindfulness". *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation*. Ed. Brian D. Ostafin - Michael D. Robinson - Brian P. Meier. New York: Springer 2015), 121-137.
- Neysabûrî, Hâkim. *el-Müstedrek Ales Sahiheyn*. Thk. Mustafa Abdülkâdir Ata. Beyrut: Darül Kütübül İlmiyye, 1411/1990.
- Ondördüncü Dalai Lama. *Mükemmel Olmayan bir Dünya İçin Sonsuz Merhamet*. Çev. Emre Boyacıoğlu. İstanbul: Ganj Yayıncılık, 2011.
- Ögçem, Ergin. "İnsan-Doğa İlişkisinde Ahlaki Bir Neden Olarak Tanrı Faktörü". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 5/8 (2016), 2950-2962.
- Özcan, Zeynep. "Empati ve Dindarlık Arasındaki İlişki". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 5/8 (2016), 2758-2781.
- Özcan, Zeynep. "Birlikte Yaşamın İmkânı Olarak 'Öteki'yi Anlamak". *Hz. Peygamber ve Birlikte Yaşama Hukuku Kutlu Doğum Sempozyum Bildirileri* (Mardin, 17-19 Nisan 2015). 531-544. Ankara: DİB Yayınları, 2016.
- Özcan, Zeynep. *Merhamet Psikolojisi, Zihinsel İmgeler Işığında Merhamet*. Ankara: Çamlıca Yayınları, 2020.
- Özcan, Zeynep. "Merhametli Çocuk Yetiştirmenin Psikolojik Temelleri". *Peygamberimiz ve Çocuk, Uluslararası Mevlid-i Nebi Sempozyum Bildirileri* (Ankara, 6-8 Kasım 2020). 667-688. Ankara: DİB Yayınları, 2021.
- Özcan, Elif Nur. *Mutluluk Düzeyi ile Merhamet Duygusu İlişkisi*. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2021.
- Pommier, Elizabeth Ann. *The Compassion Scale*. PhD. Dissertation, University of Texas, 2010.
- Ryff, Carol D. - Singer, Burton H. "Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being". *Journal of Happiness Studies* 9/1 (2008), 13-39.
- Ryff, Carol D. "Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being". *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989), 1069-1081.
- Sancaklı, Saffet. "Hz. Peygamber ve İnsan Hakları". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 2/III (2003), 23-51.
- Sayar, Kemal. "İnsan Halleri: Merhamet". Erişim: 21 Mayıs 2019. <https://www.diyaret.tv/insan-halleri/video/insan-halleri--2-bolum>.
- Sayar, Kemal. "Merhamet: Kalbin En Güzel Mevsimi", *Merhamet Devrimi, Merhamet Dünyamızı Nasıl Aydınlatılabilir?*, Ed. İslâm Dalp-Ümran Tüzün. 191-496. 3. Baskı. İstanbul: Timaş Yayınları, 2016.
- Sunar, Lütfi. "Ahlak ve Ötekini Tartışmak". *Ahlak ve Başkası, Modern Felsefe ve İslam Düşüncesinde Öteki*. Ed. Lütfi Sunar-Selami Varlık. 11-20. Ankara: Nobel Yayınları, 2017.
- "Synonyms and Antonyms of Compassion". Erişim: 16 Ağustos 2019. <https://www.merriam-webster.com/thesaurus/compassion>.

- Şeyh Galip. *Divan*. Haz. Naci Okcu. 2. Baskı. Ankara: DİB Yayınları, 2014.
- Türer, Osman. “Rahmân İsmiinin Varlık ve İnsandaki Tecellisi: Şefkat ve Merhamet”. *Hız Peygamber ve Merhamet Eğitimi*. Ankara: DİB Yayınları, 2011.
- Türk Dil Kurumu Sözlükleri. “Merhamet”, erişim: 3 Mart 2019, <https://sozluk.gov.tr/>.
- P.J. Watson vd. “Part 2: Psychometric Refinements and Relationships with Self-Compassion, Depression, Beliefs about Sin, and Religious Orientation”. <https://www.semanticscholar.org/paper/Grace-and-Christian-Psychology-Part-2%3A-Psychometric/18b01556f3223d72d304921f04566c7a53c11add>
- Wilber, Ken. *Merhamet ve Metanet, Bir Psikoloğun Eşinin Hastalığına ve Ölümüne Tanıklığı*. 2. Baskı. İstanbul: İnsan Yayınları, 2003.
- Yağbasanlar, Osman. *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklar ile Dinî Yönelimleri ve Öz Şefkatleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, 2018.
- Yaman, Ahmet. “Ben ve Öteki”, Kur’an’ın “Öteki” ile İlişkilerde Öngördüğü Dengeli Barış Teorisi”. *İslami İlimler Dergisi* 3/1 (Bahar 2008), 99-106.
- Yaman, Ertuğrul. “Kavmiyet ve Milliyet Kavramları Üzerine”. *Diyanet Aylık Dergi* 270 (Haziran 2013), 19-21.
- Yazır, Elmalılı M. Hamdi. *Hak Dîni Kur’an Dili*. İstanbul: Azim Yayınevi, 2007.
- Yılmaz, Ömer. “Öteki” ile Diyalojik İlişkinin Gereği”. *İslami Araştırmalar* 1/1 (2008): 138-139.