

## POZİTİF ŞEMALAR İLE TANRI TASAVVURU VE DİNİ BAŞA ÇIKMA ARASINDAKİ İLİŞKİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

A Research on the Relationship Between Images of God and Religious Coping with Positive Schemas

HIZIR HACİKELEŞOĞLU

Dr. Öğr. Üyesi., Ordu Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, Ordu, Türkiye

Asst. Prof. Dr., Ordu University, Theology Faculty, Department of Philosophy and Religious Studies, Psychology of Religion, Ordu, Türkiye

hizirhacikelesoglu@hotmail.com  
https://orcid.org/0000-0001-7831-0090

### MAKALE BİLGİSİ / ARTICLE INFORMATION

**Makale Türü /Article Types:** Araştırma Makalesi / Research Article

**Geliş Tarihi /Received:** 7 Şubat 2023

**Kabul Tarihi/Accepted:** 19 Mayıs 2023

**Yayın Tarihi/Published:** 30 Haziran 2023

### ATIF/CITE AS:

Hacikeleşoğlu, Hızır, "Pozitif Şemalar ile Tanrı Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma", *Hitit İlahiyat Dergisi*, (Haziran/June 2023) 22/1, 73-102. <https://doi.org/10.14395/hid.1248630>

**Yazar Katkıları:** %100

**Değerlendirme:** Bu makalenin ön incelemesi iki iç hakem (editörler- yayın kurulu üyeleri) içerik incelemesi ise iki dış hakem tarafından çift taraflı kör hakemlik modeliyle incelendi. Benzerlik taraması yapılarak (turnitin) intihal içermediği teyit edildi.

**Etik Beyan:** Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur.

**Etik Bildirim:** [ilafdergi@hitit.edu.tr](mailto:ilafdergi@hitit.edu.tr) <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hid>

**Çıkar Çatışması:** Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.

**Finansman:** Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır.

**Telif Hakkı & Lisans:** Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

**Author Contributions:** %100

**Review:** Single anonymized - Two Internal (Editorial board members) and Double anonymized - Two External Double-blind Peer Review

**Ethical Statement** It is declared that scientific and ethical principles have been followed. while conducting and writing this study and that all the sources used have been properly cited.

**Complaints:** [ilafdergi@hitit.edu.tr](mailto:ilafdergi@hitit.edu.tr) - <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hid>

**Conflicts of Interest** The author(s) has no conflict of interest to declare.

**Grant Support:** The author(s) acknowledge that they received no external funding to support this research.

**Copyright & License** Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

## A Research on the Relationship Between Images of God and Religious Coping with Positive Schemas

### Abstract

Schemas, examined in the context of the effect of various factors in the psychology literature, have an active role on individuals concerning the meaning-making process about themselves and their environment. Schemas, consisting of cognitive core beliefs, provide mental templates constructed by the individual from an early age. The positive or negative qualities of the schemas present in the mind can be determinative in terms of personality traits or attitudes and behaviors of individuals in later life. Schemas contain a dynamic structure that is suitable for change. However, it is seen that the existing basic beliefs built from the past to the present have a significant impact on attitudes and behaviors. In this context, the positive content of the schemas makes it possible for individuals to have an optimistic view of their psycho-social life. In psychology research, schemas mostly examined through negative/incompatible dimensions are handled through the problems they cause. However, some studies exploring positive schemas with the contribution of positive psychology draw attention in recent years.

The concept of God is an important variable in the relationship between religion and human being and is one of the main research areas of the psychology of religion. Schemas are one of the factors that are effective in the process of envisioning God in mind. Schemas offer a specific template for everything taking place in an individual's life, including religion. The content of these cognitive templates has the potential to determine the image of God and related religious coping styles. In this context, the positive content of schemas may cause positive qualities to dominate in the process of imagining God and religious coping. In this context, the main problem of the current research is "Is there a significant relationship between positive schemas, the image of God, and religious coping?". The existing literature has overlooked studies on positive schemas. Considering the interaction between positive psychology and the psychology of religion, it is important to investigate the issues at the intersection of these two fields. In this context, this study, which deals with the relationship between positive schemas, the image of God, and religious coping, is expected to contribute to the field.

In this study, the relationships between positive schemas, the concept of God, and religious coping styles are examined. Accordingly, this research aims to examine the associations among the variables by Pearson Correlation and OLS regression analyses. "Positive Schema Scale", "God Image Scale," and "Religious Coping Scale" are used as data collection tools in this study, which is carried out with the relational survey model, one of the quantitative research methods. The sample of the study consists of individuals over the age of 18 (N=396) who participated voluntarily. 143 (36.1%) of the

individuals participating in the survey are male, 253 (63.9%) are female, and the mean age of the sample group is 28.74. The data obtained from the participants are analyzed over the SPSS 25 software. Descriptive analysis is used to reveal the characteristics of the sample. According to the findings, there is a positive correlation between the positive schema levels of the participants and the love-oriented God conception and positive religious coping. In addition, it is seen in the study that positive schemas predict love-oriented God image and positive religious coping. It is determined that there is no significant relationship between positive schemas, fear-oriented God image, and negative religious coping. Accordingly, while the hypotheses H1, H3, H5, and H6 of the research are proved; hypotheses H2 and H4 are not. As a result, it can be stated that positive schemas, which are effective factors in positive emotions and attitudes, are a determining variable, especially in terms of positive God imagery and positive religious coping styles.

**Keywords:** Psychology of Religion, Positive Schemas, Images of God, Religious Coping, Positive Psychology.

## Pozitif Şemalar ile Tanrı Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma

### Öz

Psikoloji literatüründe çeşitli faktörlerin etkisi bağlamında irdelenen şemalar, insanların kendilerini ve çevrelerini anlamlandırma sürecinde etkin bir role sahiptir. Bilişsel temel inançlardan oluşan şemalar, birey tarafından erken yaşlardan itibaren inşa edilen zihinsel şablonlar sunmaktadır. Zihinde mevcut bulunan şemaların olumlu ya da olumsuz nitelikleri, daha sonraki yaşam içerisinde bireylerin kişilik özellikleri ya da tutum ve davranışları açısından belirleyici olabilmektedir. Şemalar değişime müsait dinamik bir yapı barındırmaktadır. Fakat geçmişten bugüne inşa edilen mevcut temel inançların tutum ve davranışlar üzerinde kayda değer bir etki gücü barındırdığı görülmektedir. Bu bağlamda şemaların pozitif içerikler barındırması, bireyin psiko-sosyal yaşamına yönelik pozitif bir bakışı mümkün kılmaktadır. Psikoloji araştırmalarında daha çok olumsuz/uyumsuz boyutlar üzerinden irdelenen şemalar, meydana getirdiği problemler üzerinden ele alınmaktadır. Fakat son yıllarda pozitif psikolojinin de katkısıyla olumlu şemalar üzerinden hareket eden bazı araştırmalar dikkat çekmektedir.

Din ile insan arasındaki ilişkinin seyrinde önemli bir değişken olan Tanrı tasavvuru, din psikolojisi alanının temel araştırma alanlarından biridir. Tanrı'yı zihinde tasavvur etme sürecinde etkili olan faktörlerden biri de zihinde mevcut bulunan şemalardır. Nitekim şemalar din dahil bireyin yaşamında yer edinen her şeye yönelik belirli bir şablon sunmaktadır. Söz konusu bilişsel şablonların içeriği, Tanrı'yı ve ilişkili olarak dini başa çıkma stillerini kendi rengine çevirme potansiyeline sahiptir. Bu bağlamda şemaların pozitif içerik barındırması, Tanrı'yı tasavvur etme ve dini başa çıkma sürecinde olumlu niteliklerin baskın olmasına sebebiyet verebilir. Bu çerçevede mevcut araştırmanın temel problemini pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? sorusu oluşturmaktadır. Alan yazında pozitif şemaların konu edildiği çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Pozitif psikoloji ile din psikolojisi arasındaki etkileşim göz önüne alındığında bu iki alanın kesişim noktasında yer alan konuların araştırılması önem arz etmektedir. Bu bağlamda pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma ilişkisini ele alan bu çalışmanın alana katkı sağlaması beklenmektedir.

Araştırmanın uygulama kısmında pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma stilleri arasındaki ilişki irdelenmiştir. Araştırmanın amacına uygun olarak ilgili değişkenler arasındaki korelasyon ve regresyon ilişkileri incelenmiştir. Nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilen bu çalışmada veri toplama aracı olarak "Pozitif Şema Ölçeği", "Allah Tahayyülleri Ölçeği" ve "Dini Başa Çıkma Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini gönüllü olarak katılım sağlayan 18 yaş üzeri bireyler (N=396) oluşturmaktadır. Ankete katılan bireylerin

143'ü (%36,1) erkek, 253'ü (%63,9) ise kadın olup örneklem grubunun yaş ortalaması 28,74'tür. Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 25 paket programı üzerinden analiz edilmiştir. Bulguların ortaya çıkmasında korelasyon ve regresyon testlerine; örneklemin niteliklerinin ortaya çıkmasında betimsel analize başvurulmuştur. Araştırmanın bulgularına göre katılımcıların pozitif şema düzeyleri ile sevgi yönelimli Tanrı Tasavvuru ve olumlu dini başa çıkma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır. Ayrıca araştırmada pozitif şemaların sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunu ve olumlu dini başa çıkmayı yordadığı görülmüştür. Pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı tasavvuru ve olumsuz dini başa çıkma arasında ise anlamlılık düzeyinde ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Buna göre araştırmanın  $H_1$ ,  $H_3$ ,  $H_5$  ve  $H_6$  nolu hipotezleri doğrulanırken  $H_2$  ve  $H_4$  nolu hipotezleri doğrulanmamıştır. Sonuç olarak olumlu duygu ve tutumlar üzerinde etkili bir faktör olan pozitif şemaların özellikle olumlu Tanrı tasavvuru ve olumlu dini başa çıkma stilleri açısından belirleyici bir değişken olduğu ifade edilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Din Psikolojisi, Pozitif Şemalar, Tanrı Tasavvuru, Dini Başa Çıkma, Pozitif Psikoloji.

## Giriş

İnsanların düşünce, tutum ve davranışlarının kaynağına yönelik sorular, psikolojinin temel problem alanları içerisinde önemli bir yer tutar. Bu konu etrafında geliştirilen kuramların birçoğu bireyin psikolojik problemlerinin kaynağını geçmiş deneyimlerle ilişkilendirir. Geçmişin şimdiki tutum ve davranışlar üzerinde etkili bir faktör olduğu fikri, psikanaliz ile başlayan; sonrasında ise çoğu psikoloji ekolünün kısmen ya da tamamen destekleyerek günümüze kadar ulaştığı bir süreci barındırmaktadır (Schultz - Schultz, 2016). Buna göre gelecek yaşam, geçmiş yaşantıların ayak izleri takip edilerek inşa edilir. Nitekim geçmiş tecrübeler, hayatın sonraki dönemlerdeki tutum ve davranışların tayin edildiği bir zaman dilimini kapsamaktadır. Bu bağlamda psikoloji araştırmalarında bireylerin geçmiş yaşantıları, mevcut tutum ve davranışlarını açıklamada araştırmacılara geniş bir perspektif sunmaktadır.

Bireyin kendisini ve çevresini algılama-anlamlandırma sürecinde çeşitli faktörlerin etkisiyle zihninde oluşturduğu şemaların geniş bir yer kapladığı görülür. Psikoloji içerisinde süreklilik arz edecek şekilde çocukluk yaşantıları üzerinden bir portre çizilmesi, bu dönemin kırılmalı bir yapı barındırması ile ilişkili olabilir. Nitekim insanın fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının başlangıcı doğum öncesine kadar uzanmakta; bebeklik ve çocukluk dönemi içerisinde söz konusu ihtiyaçlar daha belirgin hale gelmektedir. Örneğin güvenlik ve sevgi ihtiyacı, yaşam boyu farklı düzeylerde kendisini hissettirmektedir. Fakat çocukluk döneminde önceki dönemlere göre daha savunmasız ve çaresiz kalınması nedeniyle söz konusu temel duygulara daha yoğun bir şekilde ihtiyaç duyulmaktadır. Dolayısıyla çocukluk dönemi yaşantıları içerisinde meydana gelebilecek muhtemel duygusal türbülansların, gelecekte psikolojik problemlere sebebiyet verme potansiyeli barındırdığı ifade edilebilir.

İnsanların olaylar ve olgular hakkında akıl yürütme ve sorunlarla mücadele etme biçimleri, bunlar karşısında tutum ve davranış belirleme açısından kritik bir öneme sahiptir. Hatta bireyin kendisini anlamlandırma sürecinde dahi söz konusu algılama stilleri belirleyici olabilmektedir. Örneğin A noktasında yaşanan bir olaya C noktasında gösterilen tepkinin temel belirleyicisinin B noktasında söz konusu olaya yüklenen anlam olduğu bilinmektedir. Buradan hareketle zihinde mevcut bulunan şemaların, algıya nesne olan tüm olgulara karşı düşünce, tutum ve davranış belirlemede aracı bir role sahip olduğu iddia edilebilir. Bu noktada bireyin kendisini ve çevresini anlamlandırma sürecinde mevcut şemaların belirleyici bir misyona sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Klinik psikolojide ilk defa 1970'lerde kavramsallaştırılan "şema" ifadesinin pek çok alan içerisinde sıklıkla kullanıldığı görülür. Daha çok bilişsel psikoloji içerisinde karşımıza çıkan "şema", bellekte depolanan bilgilerin soyut temsili

şeklinde ifade edilmekte; bireyin herhangi bir tutum ya da davranışı algılama ve anlamlandırma sürecine yardımcı olmak için oluşturulan zihinsel kalıplar olduğu vurgulanmaktadır (Young, Klosko, ve Weishaar 2003, 7). Psikoloji çalışmalarında bilişsel şemaların genellikle olumsuz düşünce kalıpları şeklinde irdelendiği, bu kavramın daha çok negatif temel inançlar üzerinden psikolojik problemlerle ilişkilendirildiği anlaşılmaktadır. Yapılan araştırmalarda daha çok olumsuz bilişsel şemalardan hareketle özellikle psikopatoloji ile olumsuz şemaların ilişkilendirildiği dikkat çekmektedir. Bu bağlamda çok az araştırmacının “Başkalarına güvenebilirim” veya “Benim için her şey yolunda gidecek” şeklindeki olumlu temel inançlar ile psikopatoloji ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiye odaklandığı vurgulanmakta; dolayısıyla pozitif biliş ve psikopatoloji arasındaki ilişkiye yönelik yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir (Keyfitz vd. 2013). Araştırmalarda negatif ya da uyumsuz şemaların çok fazla çalışılması, ilgili konuyu uyumsuz şemalar ile kısıtlayarak pozitif bilişsel yapıları irdelemeyi geri plana itmektedir. Bu bağlamda pozitif psikolojinin olumsuz ya da istenmeyen psikolojik özelliklerden ziyade olumlu, değerli görülen psikolojik öğelere yaptığı vurguya bağlı olarak son dönemde şemaların pozitif yapılarının öne çıktığı görülmektedir. Bu çerçevede pozitif şemaların psikolojik iyi oluş açısından incelenmesi daha kapsamlı ve yararlı sonuçlara ulaşabilmek açısından önem arz etmektedir (Macleod - Moore, 2000; Keyfitz vd., 2013; Özkök, 2021, 3-4).

Şemalar, günlük yaşam içerisinde daha pratik karar vermeyi sağlayan, tutum ve davranışlar üzerinde belirleyici olan; fakat geçmiş tecrübelerle göre şekil alması bakımından çoğu zaman bireyin tutum ve davranışlarını manipüle etme potansiyeline sahip olan toksik bir yapı barındırmaktadır. Şemalar gerek tutum ve davranışlarda gerekse bilişsel süreçlerin tamamında şablonlar sunmaktadır. Bu noktada çeşitli faktörlerin etkisi altında gelişmeye devam eden mevcut şemaların, gelişimin tüm alanlarında olduğu gibi dini gelişim açısından da belirleyici bir çerçeveye sahip olduğu ifade edilebilir. Buradan hareketle yaşamında dine önem atfeden, inancı yaşamının merkezinde konumlandıran bireyler, sahip oldukları şemalar ekseninde bir din ve Tanrı anlayışı geliştirebilir. Dolayısıyla şemaların dindarlık, dini başa çıkma stilleri ve Tanrı tasavvuru biçimleri ile yakından ilişkili olduğu iddia edilebilir. Nitekim din ile insan arasındaki ilişki örüntüsünün ilk adımı bireyin inandığı varlığı tasavvur etmesidir.

Tanrı'yı zihinde tasavvur etmenin imkânı çoğunlukla kutsal kitaplar tarafından belirlense de bireyi çevreleyen uyarıcıların çeşitliliği nedeniyle zengin bir beslenme alanı söz konusudur. İnanılan varlığın tasavvur edilmesi, bilişsel ve duygusal unsurların müdahil olduğu geniş bir etki

alanı barındırmaktadır. Diğer taraftan çocukluk yaşantıları (Rackley, 2007; Eksi - Okan, 2021), ebeveyn tutumları (Hacıkeleşoğlu, 2020; Kımtır, 2015), bağlanma biçimleri (Hayta, 2006; Bradshaw vd., 2010; Subaşı, 2012; Kış, 2018) gibi faktörlerin maneviyat, din ve Tanrı tasavvuru gibi değişkenler üzerinde etkili unsurlar olduğu görülmektedir. Bu bağlamda bireyin kendisi, çevresi hatta inandığı din hakkındaki bakış açısını belirleyen faktörlerden biri olarak şemalardan bahsedilebilir. Geçmiş deneyimler ve çeşitli faktörlerin etkisiyle zihinde oluşan şemalar, Tanrı dahil hayatın en kılcal noktalarına kadar etki edebilen bir potansiyel barındırmaktadır. Ayrıca mevcut şemalar, inancı merkezi bir tutum olarak yaşamında konumlandıran bireyler açısından dini başa çıkma stillerini farklılaştırabilmektedir. Bu noktada başa çıkma tarzlarının dini algılama biçimine ve çeşitli faktörlere göre farklılaştığı ifade edilerek sağlık ve mutluluk, benimsenmiş ve iç güdümlü hale gelmiş bir din anlayışı ile pozitif bir şekilde; diğer yandan başkaları tarafından empoze edilmiş, yaşanmamış, Tanrı ve dünya ile zayıf bir ilişkiyi yansıtan bir dinle ise negatif bir şekilde ilişkilendirildiği belirtilmektedir (Pargament, 2005). Bu çerçevede mevcut araştırmada pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin irdelenmesi hedeflenmektedir.

### **Pozitif Şemalar ile Tanrı Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma İlişkisi**

Bilişsel psikoloji içerisinde şema, bilgiyi yorumlama ve problem çözme sürecinde etkili olan, bu süreçlerin yönetiminde rehber görevi üstlenen soyut bilişsel bir plan olarak ifade edilmektedir (Young vd., 2003, 7). Bilişsel gelişim araştırmalarında şema, herhangi bir tecrübeyi ya da gerçekliği açıklığa kavuşturmak için bireyin algılama, açıklama ve tepkide bulunma süreçlerine müdahale eden temel kalıpları oluşturmaktadır. Buna göre şemalar bir olayın ayırt edici özelliklerinin soyut bir temsilidir (Rafaeli - Bernstein, 2011, 15). Şema kavramı hakkındaki en yaygın kullanımın çocukluk dönemi bilişsel gelişimi hakkındaki teorileri ile tanınan Piaget'ye ait olduğu anlaşılmaktadır. Şemaların bilişsel gelişimde önemli bir role sahip olduğunu belirten Piaget için şemalar, daha çok akıllı davranışın temel yapı taşı olarak bilgiyi organize etmenin bir yoludur (Kreuter - Moltner, 2014, 33). Alan yazında bilişsel sistemler hakkında "şema" merkezli teoriler geliştiren başka kuramcılar da bulunmaktadır. Bu çerçevede Rapaport'un "kavramsal araçlar", Harvey'in "kavramlar", Bruner'in "kodlama sistemleri", Sarbin'in "modüller", Postman'ın "kategoriler" olarak belirttiği kavramlar "şema" merkezli açıklama girişimlerine örnek olarak ifade edilebilir (Beck, 1964).

Bilişsel psikolojiyi bilişsel terapi alanına kaydıran Beck'in şema hakkında görüş ileri süren ilk teorisyenlerden biri olduğu belirtilmektedir (Young vd., 2003, 7). Beck, duygusal bozukluklarla ilgili teorilerinde bilişsel şemaların temel bir faktör olduğunu vurgulamaktadır. Şemalar, psikolojik bozuklukların



gelişmesinde ve devam etmesinde; ayrıca atakların tekrarlanmasında ve yeniden nüksetmesinde temel bir role sahiptir (Beck, 1967; Beck, 2005; Riso - McBride, 2007, 3). Pozitif şemalardan yoksun bireyler, sahip oldukları negatif düşünceyi sürdürme kaygısının kısır döngüsü içerisinde yaşamlarını devam ettirebilmektedir. Hatta olumsuzluk maskesi içerisindeki bu insanların inşa ettikleri negatif senaryolar, kişi için kendini gerçekleştiren bir kehanete dönüşebilir. Özellikle olumsuz şemalara sahip bireyler herhangi bir şey hakkında zihinlerinde mevcut bulunan bilişsel çerçeveyi değiştirmek için çaba göstermenin hiçbir etkisinin olmayacağına inanır. Sonuç olarak olumsuz/tanıdık bölgede kalmak, başarısızlığın önemli bir seçenek olduğu durumlarda kişiyi risk almaktan koruduğu için davetkar hale gelir (Kreuter ve Moltner 2014, 75-76). Mevcut olumsuz şemalar üzerinden gelecekteki tutum ve davranışları belirlemenin bilişsel düzlemde yanlış olduğu bilinse de olumsuz şemalara sahip birey açısından söz konusu tercihler bir zorunluluk arz eder. Nitekim gelecek tutum ve davranışları belirlemede etkili olan mevcut şemalar, psiko-sosyal açıdan bireye zarar verse de sınırları belirli bir zemin barındırması, bireye suni bir güven alanı oluşturması nedeniyle sabit bilişsel kaynaklar sunmaktadır.

Genellikle yaşamın ilk yıllarında oluşmaya başlayan bu olumsuz düşünce kalıpları, daha sonra bireyin gelecek yaşam için belirlediği hedeflere ulaşma becerisine müdahale edebilmektedir. Olumsuz düşünce şemaları, olumsuz deneyimlerin de tetiklemesiyle yaşamın ilerleyen dönemlerinde ortaya çıkabilmektedir. Tam da bu noktada şema terapi, olumsuz kalıpları yıkmaya ve onları olumlu düşünce ile değiştirmeye çalışmaktadır (Kreuter - Moltner, 2014, 71). Şema terapi bilişsel terapiden, bağlanma ve nesne ilişkileri teorilerinden, gestalt ve deneysel terapi biçimlerinden farklı unsurları bir araya getiren bütünlendirici yapıya sahiptir (Rafaeli - Bernstein, 2011, 1). Bu noktada şema terapinin amacı, geçmiş yaşantıların olumsuz etkisini azaltarak bireyi dengeli bir psikolojik düzeye ulaştırmaktır.

Şema terapi, Young ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen ve çoğu psikolojik problem alanı ile ilişkilendirilen geniş bir kullanım alanına sahiptir. Şema odaklı modeli geliştiren Young, diğer terapi biçimlerinden fayda bulamayan insanlar üzerinde çalışarak bu tarz insanların tipik olarak uzun süredir devam eden düşünce, duygu ve davranışlara/başa çıkma kalıplarına veya temalara sahip olduklarını keşfetmiştir (Kreuter - Moltner, 2014, 71). Young (1990) erken dönem uyumsuz şemaları “çocukluk döneminde gelişen ve bireyin yaşamı boyunca maruz kaldığı istikrarlı ve kalıcı temalar” şeklinde açıklamaktadır. Erken dönem uyumsuz şemalar gelişimin erken dönemlerinde başlayan ve yaşam boyunca tekrar eden, kendi kendini yenilgiye uğratan duygusal ve bilişsel kalıplardır. Buna göre uyumsuz

davranışlar bir şemaya cevap olarak gelişmekte ve davranışlar bu şemalar tarafından yönlendirilmektedir (Young vd., 2003, 7). şema terapi, uyumsuz şemaların meydana gelmesini önlemek ve bireylerin psikolojik düzlemde sağlıklı olmalarını sağlamak için çocukluk döneminde karşılanması gereken temel evrensel ihtiyaçlar olduğunu iddia etmektedir. Bu beş çekirdek ihtiyaç, başkalarına güvenli bağlanma, özerklik, yeterlik ve olumlu kimlik algısı, ihtiyaç ve duyguları ifade edebilme, kendiliğindenlik ve spontanlık, akılcı sınırlar ve özdenetim şeklinindedir (Young vd., 2003, 10).

Bilişsel kuram içerisinde psikotik deneyimlere sahip bireylerde karşılaşılan yaygın olumsuz şemaların üç kategoride toplandığı görülmektedir. Bunlar, aresizlik (“Ben yetersizim”, “Gszm”, “Yardıma muhtacım”), sevilmememe (“Ben farklıyım”) ve değersizlik (“Kötü biriyim”, “Hiçbir işe yaramam”) şeklinindedir (Morrison, 2007; Gr vd., 2017). Bilişsel terapi yaklaşımında olumlu ve olumsuz şemalar birbirinden ayrılrsa da psikolojik işlev bozukluğuna ilişkin bir kuram olarak geliştirilen çalışmaların daha çok negatif şemalar üzerinden irdelendiği gözlenmektedir (Kılıç, 2018, 31). Literatüre bakıldığında psikoloji alanının neredeyse tamamı ile ilgili konularda geliştirilen kuramlar ve yapılan araştırmalarda kişiliğin daha çok olumsuz, yetersiz ya da kusurlu yönlerine dikkat çekildiği, ruh sağlığı problemlerini ne çıkaran bir anlayış benimsendiği görülür (Seligman - Csikszentmihalyi, 2000). Buna karşın pozitif psikoloji, insanı güçlü kılan faktörler üzerinden bir psikoloji perspektifi sunmaktadır. Söz konusu pozitif faktörlerin ne çıkarılmasının psikoloji alanı açısından daha geniş bir bakış açısı sunacağını, pratikte ise iyiye/olumluya odaklanmanın ruh sağlığı problemlerini azaltacağı vurgulanmaktadır (Seligman - Csikszentmihalyi, 2000). Psikolojide problem merkezli bakış açısının bir rneği olarak şemaların özellikle uyumsuz/olumsuz kategoriler üzerinden sınıflandırıldığı gözlenmektedir. Fakat son yıllarda pozitif psikolojinin gelişmesiyle ilgili konunun farklı bir boyut kazandığı ifade edilebilir. Bu bağlamda uyumsuz ya da olumsuz şemaların yanı sıra pozitif şemalar üzerinden yapılan çalışmaların sayısı artmaktadır.

Pozitif şemalar kavramı L. Keyfitz (2010) tarafından geliştirilerek literatüre kazandırılmıştır. Pozitif şemalar bireyin kendisine, etrafındaki insanlara, evrene ve geleceğe yönelik sahip olduğu pozitif temel bilişsel yapıları ifade etmektedir. Araştırmada pozitif şemalar değerlilik (worthiness), zyeterlilik (self-efficacy), iyimserlik (optimism), başarı (Success/competence) ve güven (Trust) şeklinde beş boyut içerisinde irdelenmektedir (Keyfitz, 2010, 6). Buna göre *değerlilik*, bireyin kendisine değer atfetmesini, benliğine yönelik değer algısını; *zyeterlilik* bireyin karşılaştığı problemlerle başa çıkmak için gerekli motivasyon ve bilişsel kaynak alanlarına yönelik temel inancını (Keyfitz vd., 2013); *iyimserlik*, bireyin gelecekte olumlu şeyler olacağına yönelik temel

inancını kapsamaktadır. Pozitif şemalar içerisinde *başarı*, bireyin herhangi bir davranışının başarılı bir şekilde tamamlanacağına yönelik temel inancını ifade ederken son olarak *güven* şeması ise özellikle kişilerarası ilişkilerde diğer insanların güvenilir olduğuna yönelik temel inancı kapsamaktadır (Keyfitz vd., 2013; Kılıç, 2018).

İnsanoğlu yaşamının başlangıcından sonuna başkalarının varlığına ihtiyaç duymaktadır. Farklı düzeylerde başkalarına bağımlı bir şekilde yaşamını devam ettirebilen insan için bu bağımlılık, bazı nesne ya da kişileri psiko-sosyal yaşam içerisinde önemli kılmaktadır. Özellikle yaşama tutunmak için başkalarına bağımlılığın zirvede olduğu bebeklik ve çocukluk dönemi içerisinde bireyin dış dünya ile kurduğu ilişki, gelişim alanlarının tümünde etkili bir referans çerçevesi barındırmaktadır. Bilişsel şema teorileri, temelde geçmiş yaşantılar sonucunda oluşan biliş alanlarının bireylerin dünyayı ve çevrelerindeki ilişkileri algılama biçimlerine yönelik yol haritaları sunmaktadır. Bilişsel şemaları destekleyici nitelikteki bağlanma ve nesne ilişkileri kuramları, bireyin kişiliğinin meydana gelmesinde anne ya da önemli görülen diğerleri ile kurulan ilişkilerin önemine dikkat çekerek geçmiş deneyimlerin daha sonraki ilişkiler için bir zemin barındırdığını vurgulamaktadır (Bowlby, 1982, 177-180; Beit-Hallahmi, 2010, 633). Bu bağlamda nesne ilişkileri ve bağlanma teorilerinin din, maneviyat ve Tanrı tasavvuru gibi değişkenler ile ilişkilendirildiği (Rackley, 2007; Hayta, 2006; Hacıkeleşoğlu, 2020) dikkate alındığında pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma arasında bir ilişkinin varlığından bahsedilebilir.

Tanrı'yı tasavvur etmek sadece Tanrı-insan ilişkisi ekseninde meydana gelen bir etkileşim süreci değildir. Tanrı tasavvuru hakkındaki erken çalışmalarıyla öne çıkan Rizzuto, Tanrı tasavvurunun, içerisinde duygusal bileşenlerin baskın olduğu bir muhteva barındırdığını, bu yönüyle sübjektiflik içerdiğini vurgulamaktadır (Rizzuto, 1970). Bu bağlamda her bireyde zihinsel düzlemde biriciklik arz eden Tanrı tasavvuru biçimlerinin birçok faktörün etkisi altında geliştiği ifade edilebilir. Kirkpatrick bireylerin Tanrı ile meydana gelen bağlarını ortaya çıkarmak için ilişkisel ve telafi edici olmak üzere iki hipotez öne sürmüştür. İlişkisel hipoteze göre bireylerin erken dönem bağlanma ilişkileriyle zihninde oluşturduğu şemalar, ileriki yaşamında Tanrı tasavvurunu biçimlendiren temel bir çerçeve barındırmaktadır. (Granqvist - Kirkpatrick, 2004, 225). Bu açıdan zihindeki mevcut şemalar ile dine yönelik yüklemeler arasında sıkı bir bağ olduğu iddia edilebilir. Diğer taraftan dinin kendisinin tek başına bilişsel bir şema olduğunu ileri süren araştırmacılar da bulunmaktadır. İlgili olarak McIntosh (1995) din Psikolojisi alanı içerisinde doğrudan şema şeklinde ifade edilmese de şema benzeri kavramların öne çıktığını iddia etmektedir. Allport'un "iç güdümlü"

dindarlık kavramını örnek olarak belirten McIntosh, iç güdümlü dindarlıkta hayatın her yönü ile ilgili şablonlar bulunduğu ve hayatın tamamına hitap eden bu şablonların inananlar tarafından kullanıldığını belirtmektedir. Dinin bu özelliklerinin, aynı zamanda bir şema olarak kullanılmasına işaret ettiği vurgulanmaktadır. Diğer taraftan inanan insanların zihinlerindeki Tanrı şemasının iki yönlü geliştiği belirtilmektedir. Buna göre Tanrı şeması, dinlerin müntesiplerine sunduğu Tanrı'nın sıfatları, niyet veya amaçları gibi önermelere dayanabileceği gibi, tek tek inananlar da çeşitli faktörlerin etkisiyle bireysel Tanrı şemalarına sahip olabilmektedir (McIntosh, 1995). Dolayısıyla Tanrı tasavvuru bir taraftan dinin sunduğu çerçeve ekseninde şekillenirken diğer taraftan geçmiş yaşantılar etrafında zihinde meydana gelen şemalar eşliğinde beslenerek geliştiği söylenebilir. Bu noktada mevcut şemaların pozitif ya da negatif yapısı bireyin Tanrı tasavvuru dahil her şeye yönelik bakışı üzerinde etkili olabilmektedir.

Şemalar, bireylerin Tanrı tasavvuru biçimleri üzerinde etkili bir faktör olurken; aynı zamanda dini başa çıkma tarzları açısından da belirleyici bir misyona sahip olabilir. Nitekim olumsuz şemalar üzerinde kendisini ve hayatı anlamlandıran bir insanın Tanrı'yı ve O'nunla ilişkilendirdiği her şeyi olumsuz bir hüviyette tasarlaması muhtemeldir. Bu çerçevede Pargament (1997) tarafından ileri sürülen olumlu/olumsuz dini başa çıkma stilleri pozitif şemalar çerçevesinde irdelenmeye müsait bir alan olarak dikkat çekmektedir.

Mevcut kişisel ve çevresel kaynaklar tükendiğinde insani sınırları zorlayan meşakkatli durumlar karşısında dini başa çıkmanın etkili bir araç olduğu ifade edilmektedir (Pargament vd., 2005). Özellikle psikolojik sağlık açısından potansiyel olarak önemli etki gücü barındıran dini başa çıkmanın olumlu ve olumsuz şeklinde iki görünüme sahip olduğu görülür. Olumlu dini başa çıkmanın, maneviyat duygusu, Tanrı ile güvenli bir ilişki, yaşamda bulunmanın bir anlamı olduğuna dair inanç ve başkalarıyla manevi bağlılık duygusunun bir ifadesi olduğu belirtilmektedir. Buna göre pozitif dini başa çıkmayı benimseyenler işbirlikçi dini başa çıkmayı, Tanrı'dan destek arayışını, başkalarına yardımı ve affetmeyi sıklıkla kullanmaktadır. Diğer taraftan olumsuz dini başa çıkma, Tanrı ile daha az güvenli bir ilişki, zayıf ve uğursuz bir dünya görüşü ve anlam arayışında dini bir mücadele ile ilişkilendirilmektedir. Olumsuz dini başa çıkma mekanizmalarına başvuranların Tanrı gücünü sorgulama, Tanrı'ya karşı öfke ve kızgınlık hissetme, başına gelenleri ceza olarak algılama gibi tutum ve davranışlar sergiledikleri ifade edilmektedir (Pargament vd., 1998; Pargament, 2005). Bu noktada söz konusu dini başa çıkma tarzlarını benimseme açısından belirleyici faktörlerin ne olduğu sorusu öne çıkmaktadır. Literatüre bakıldığında dini başa çıkmanın kişilik (Abdelsayed vd., 2013), psikolojik iyi oluş (Scandrett

- Mitchell, 2009), şükür ve hayat memnuniyeti (Ayten - Öztürk, 2012), dua (Temiz, 2014), yas (Işık, 2013), stres, kaygı ve depresyon (Ano - Vasconcelles, 2005; Zarrouq vd., 2021; Yıldırım vd., 2021), psikopatoloji (Murat - Kızılgeçit, 2017), çeşitli hastalıklar (Smith Lee vd., 2020; Tedrus vd., 2013; Ursaru vd., 2014), doğal afetler (Kula, 2002) gibi değişkenlerle ilişkilendirildiği gözlenmektedir. Dini başa çıkmanın pozitif şemalarla ilişkili olarak çocukluk dönemi uyumsuz şemalar (Racine, 2015), bağlanma stilleri (Özkan, 2019) gibi değişkenlerle ele alındığı dikkat çekmektedir.

Pozitif şemalar etrafında yapılan araştırmalarda söz konusu olgunun genellikle psikolojik iyi oluş (Kılıç, 2018), dayanıklılık (Keyfitz vd., 2013; Özkök, 2021), yaşam doyumu ve mutluluk (Tomlinson vd., 2017), hayatın anlamı ve ölüm kaygısı (Teke vd., 2021), depresyon (Sağ, 2016) gibi değişkenlerle ilişkilendirildiği ve irdelendiği görülmektedir. Pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ilişkisi etrafında yapılan araştırmalara bakıldığında ise genellikle bağlanma türü (Bradshaw vd., 2010; Hayta, 2017; Kış, 2018; Subaşı, 2012) ebeveyn tutumları (Godin - Hallez, 1965; Spilka vd., 1975; Kımter, 2015; Hacikeleşoğlu, 2020) ya da erken dönem uyumsuz şemalar (Rackley, 2007; Ferenczi vd., 2021; Racine, 2015) ile Tanrı tasavvuru arasında ilişki kurulduğu görülmektedir. Dolayısıyla bağlanma, ebeveyn tutumları, erken dönem uyumsuz şemalar vb. konular, pozitif şemalara kaynaklık oluşturması nedeniyle kritik değişkenler olarak ifade edilebilir. Bu noktada pozitif şemaların Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma ile ilişkisine yönelik yapılan çalışmaların sınırlı olduğu gözlenmektedir.

## **Araştırmanın Metodolojisi**

### **Araştırmanın Amacı**

Psikoloji araştırmalarında geçmiş deneyimlerin geleceğin adımlarını önemli ölçüde belirlediğine yönelik bir bakış açısı öne çıkar. Bu çerçevede özellikle çocukluk dönemi yaşantıları sonucunda zihinde meydana gelen şemaların hem tutum ve davranışları belirleme hem de mevcut zihinsel yapıyı organize etme konusunda önemli bir etken olduğu ifade edilebilir. Diğer taraftan bireylerin tüm tutum ve davranışlarını etkileme potansiyeli barındıran din gelişimsel bir nitelik barındırmaktadır. Dini gelişim temelde bireyin inandığı varlık ile kurduğu şuursal ilişkinin gelişimidir (Karaca, 2016, 13). Bu ilişkinin başlangıcını ise bireyin zihninde mevcut bulunan Tanrı tasavvurları oluşturmaktadır. Kişilik gelişimiyle birlikte ve paralel ilerleyen dini gelişim, diğer gelişim alanlarını etkisi altına alırken aynı zamanda bu gelişim alanlarından etkilenmektedir. Tam da bu noktada bireyin mevcut zihinsel yapısı ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma stilleri arasında bir ilişkiden bahsedilebilir. Mevcut şemalar, bireyin algısına nesne olan her

şeye yönelik bir bakış açısı sunduğu için Tanrı tasavvurunu ve dini başa çıkma stillerini de kendi rengine çevirebilmektedir. Bu bağlamda olumsuz/uyumsuz şemalara sahip olan bireylerin olumsuz Tanrı tasavvuruna ve olumsuz dini başa çıkma biçimine sahip olması; diğer taraftan olumlu/pozitif şemalara sahip bireylerin olumlu/sevgi yönelimli/dengeli Tanrı tasavvuruna ve olumlu dini başa çıkma biçimine sahip olması beklenebilir. Bu noktadan hareketle mevcut araştırmanın amacı pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma arasındaki ilişkiyi irdelemek; pozitif şemaların olumlu Tanrı tasavvurunu ve olumlu dini başa çıkmayı ne düzeyde etkilediğini ortaya çıkarmaktır.

### **Araştırmanın Hipotezleri**

H<sub>1</sub> Pozitif şemalar ile sevgi yönelimli Tanrı Tasavvuru arasında pozitif yönde ilişki vardır.

H<sub>2</sub> Pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı Tasavvuru arasında negatif yönde ilişki vardır.

H<sub>3</sub> Pozitif şemalar ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde ilişki vardır.

H<sub>4</sub> Pozitif şemalar ile olumsuz dini başa çıkma arasında negatif yönde ilişki vardır.

H<sub>5</sub> Pozitif şemalar sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunu yordamaktadır.

H<sub>6</sub> Pozitif şemalar olumlu dini başa çıkmayı yordamaktadır.

### **Yöntem**

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden çeşitli değişkenlerin birbirleriyle ilişkilerini inceleme ve değişkenler arasındaki ilişkileri test etmeyi mümkün kılan tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelinde değişkenler arasındaki ilişki ve etkileşim istatistiki olarak analiz edilmiştir. Çalışmada birden fazla değişken olması nedeniyle ilişkisel tarama metoduna başvurulmuştur. Maliyet ve zaman açısından ortaya çıkan problemleri aşmak için muhatap kitlenin örnekleme dahil edilebileceği kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

### **Örneklemin Nitelikleri**

Çalışmanın örneklemini tesadüfi olarak gönüllü katılan 396 kişi oluşturmaktadır. Ankete gönüllü olarak katılan bireylerin 143'ü (%36,1) erkek, 253'ü (%63,9) ise kadındır. 18 yaş üzeri bireylerden oluşan örneklemin yaş ortalaması 28,75'tür. Katılımcıların 76'sı (%19,2) köyde, 72'si (%18,2) ilçede, 122'si (%30,8) şehirde ve 126'sı (%31,8) büyükşehirde yaşamının geneline

sürdürmektedir. Katılımcıların medeni durumuna bakıldığında 254 (%64,1) kişinin bekar, 137 (34,6) kişinin evli ve 5 (%1,3) kişinin dul ya da diğer grupta olduğu anlaşılmaktadır.

### **Verilerin Toplanması ve Analizi**

Bu araştırma katılımcılardan veri toplanmasını gerektiren bir yapı barındırmaktadır. Bu nedenle etik kurul izni alınmasına ihtiyaç duyulan bu çalışmada gerekli izinler Ordu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu tarafından 2023-17 sayılı karar ile temin edilmiştir. Araştırma kapsamında gerekli görülen veriler, konu ile ilgili literatürün incelenmesi sonucunda oluşturulan anket bataryası ile toplanmıştır. Anket sorularının oluşturulması ve katılımcılara ulaştırılması GoogleForms üzerinden çevrim içi olarak sağlanmıştır. Hazırlanan anket formu linki, 05.07.2022-10.10.2022 tarihleri arasında araştırma hakkında bilgi verilerek katılımcılara ulaştırılmıştır. Örnekleme meydana getiren bireylerin ilgili ankete onay formunu okuyarak gönüllülük ve rıza esasına uygun olarak katılım sağlamalarına özen gösterilmiştir. 396 kişinin katılım sağladığı ankete ait verilerin tamamı analize dahil edilmiştir. Araştırma çerçevesinde belirlenen ölçme araçları ile katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 25 paket programı üzerinden analiz edilmiştir. Bulguların ortaya çıkmasında korelasyon ve regresyon testlerine; örneklemin niteliklerinin ortaya çıkmasında betimsel analize başvurulmuştur. Veri setinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Skewness ve Kurtosis değerleri hesaplanmıştır. -1,5 ile +1,5 arasında olması gereken (Tabachnick & Fidell, 2013, ss. 19-83) değerlerin bir alt boyut haricinde uygun aralıklarda bulunduğu tespit edilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçekler normal dağılım sergilediği için parametrik testlerin kullanılması uygun görülmüştür.

### **Veri Toplama Araçları ve Güvenilirlik Analizi**

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmanın temel problemi ve hipotezleri bağlamında ele alınması gerekli görülen sosyo-demografik değişkenlere ilişkin veri toplamak amacıyla katılımcılara kişisel bilgi formu sunulmuştur. Bu kısımda cinsiyet, yaş, medeni durum ve yaşamın sürdürüldüğü yere ilişkin sorular bulunmaktadır.

### **Pozitif Şema Ölçeği**

Keyfitz (2010) tarafından geliştirilen Kılıç (2018) tarafından uyarlanan "Pozitif Şema Ölçeği" öz-yeterlik, başarı, güven, iyimserlik ve değerlilik olmak üzere beş alt boyut barındırmaktadır. Orijinal versiyonunda 20 madde bulunan ölçeğin uyarlama çalışmasında üç maddenin çeşitli nedenlerle çıkarıldığı ve 17 maddelik bir ölçme aracı elde edildiği belirtilmektedir (Kılıç,

2018). İlgili ölçek 6'lı likert tipi bir ölçme çizelgesine sahip olup cevaplandırma düzeneği (1= Bana hiç uygun değil 6= tamamen katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin toplam puan ya da alt boyut puanları üzerinden değerlendirmeye müsait olduğu anlaşılmaktadır. "Pozitif Şema Ölçeği"nin mevcut çalışmada Cronbach's Alpha değeri ,89 olarak tespit edilmiştir.

### **Tanrı Tasavvuru Ölçeği**

Müslüman-Türk örneklem üzerinde Allah'a yönelik oluşturulan tasavvur biçimlerini ölçmeyi hedefleyen ölçekte Tanrı tasavvuru olumlu ve olumsuz olmak üzere temelde iki alt boyuttan müteşekkildir (Karaca - Hacikeleşoğlu, 2020). İlgili ölçekte olumlu Tanrı tasavvuru alt boyutunda "seven ve korkutan Allah" (4 madde) ve "seven Allah" (4 madde), olumsuz Tanrı tasavvuru içerisinde ise "korkutan Allah" (4 madde) ve "ilgisiz Allah" (7 madde) olmak üzere 19 maddeden oluşan 4 alt boyut bulunmaktadır. Ölçek 5'li likert tipi bir ölçme çizelgesine sahip olup her bir madde (1= Hiç katılmıyorum, 2= katılmıyorum, 3= kararsızım, 4= katılıyorum, 5= tamamen katılıyorum) şeklinde puanlandırılarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutlar üzerinden değerlendirmeye müsait bir yapı barındırdığı görülmektedir. "Tanrı Tasavvuru Ölçeği"nin araştırmada kullanılan alt boyutlarının Cronbach's Alpha değerlerine bakıldığında sevgi yönelimli Tanrı Tasavvuru boyutunda ,61; korku yönelimli Tanrı tasavvuru alt boyutunda ise ,77 olduğu görülmüştür.

### **Dini Başa Çıkma Ölçeği**

Araştırmada bireylerin yaşadıkları problemleri aşma sürecinde dini başa çıkma tarzlarını belirlemek amacıyla dini başa çıkma ölçeği kullanılmıştır (Ekşi - Sayın, 2016). İlgili ölçeğin 10 maddeden müteşekkil olduğu görülmektedir. Olumlu ve olumsuz dini başa çıkma şeklinde iki alt boyuta sahip olan ölçek 1 (Hemen hemen hiç yapmam) ile 4 (Sıklıkla yaparım) arasında puanlanmaktadır. Elde edilen puanlar alt ölçekler bünyesinde toplanmaktadır. Ölçeğin psikometrik yeterliliklere sahip olduğu görülmektedir. Bu çalışmada alt boyutların Cronbach alfa değerleri olumlu dini başa çıkma alt boyutunda ,82; olumsuz dini başa çıkma alt boyutunda ise ,77 şeklindedir.

Araştırmalarda kullanılan ölçeklerin güvenilirliği açısından Cronbach's Alpha değerlerinin belirleyici olduğu; bu değerlerin 0,40'dan düşük olmasının ölçme araçlarının kullanımı açısından problem barındıracağı belirtilmektedir (Yıldırım, 2017). İlişkili olarak mevcut araştırmada güvenilirlik analizi sonrasında elde edilen değerlere bakıldığında tüm ölçeklerin farklı düzeyde güvenilir olduğu görülmektedir.



## Bulguların Çözümlemesi

### Korelasyon İlişkileri

Değişkenler	1	2	3	4	5
Pozitif Şema	1				
Sevgi Yönelimli Tanrı Tasavvuru	,204**	2			
Korku Yönelimli Tanrı Tasavvuru	-,090	,055	3		
Olumlu Dini Başa Çıkma	,266*	,359**	,063	4	
Olumsuz Dini Başa Çıkma	,009	,089	,454**	,242**	5
Toplam	396				
*p<.05, **p<.01, ***p<.001.					

Tablo 1 pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma arasındaki korelasyonel ilişkiyi göstermektedir. Araştırmanın  $H_1$ ,  $H_2$ ,  $H_3$  ve  $H_4$  no'lu hipotezleri bu başlık altında irdelenmiştir. Tablo incelendiğinde pozitif şemalar ile sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ( $r(396)=,204$ ;  $p<,01$ ) ve olumlu dini başa çıkma ( $r(396)=,266$ ;  $p<,01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Diğer yandan pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı tasavvuru ve olumsuz dini başa çıkma arasında anlamlılık düzeyinde bir ilişki bulunmadığı görülmektedir. Fakat anlamlılık düzeyinde olmasa da pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı tasavvuru arasındaki ilişkinin negatif yönlü olması elde edilen diğer verilerle uyumluluk arz etmektedir.

### Regresyon İlişkileri

Değişkenler	B	( $\beta$ )	Std. Er.	t	P
1Pozitif Şema---> Korku Yönelimli TT	-,110	-,090	,061	-1,797	,073
2Pozitif Şema ---> Sevgi Yönelimli TT	,173	,204	,042	4,137	,000
3Pozitif Şema ---> Olumlu Başa Çıkma	,178	,266	,032	5,483	,000
4Pozitif Şema ---> Olumsuz Başa Çıkma	,010	,009	,055	,187	,852
Toplam	396				
*** p < 0.001 (2-tailed), * p < 0,05.					

Tablo 2 araştırmanın değişkenleri arasındaki regresyon ilişkilerini göstermektedir. Araştırmanın  $H_5$  ve  $H_6$  no'lu hipotezleri bu başlık altında irdelenmiştir. Yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda standardize edilmiş katsayısı ve t değerleri incelendiğinde pozitif şemaların korku yönelimli Tanrı tasavvurunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir ( $R: ,090$ ,  $R^2= ,008$ ,  $p>,01$ ). Pozitif şemaların sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu; standardize edilmiş katsayısı ve t değerleri

incelendiğinde pozitif şemaların sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir (R: ,204, R<sup>2</sup>= ,039, p<.01). Diğer taraftan pozitif şemaların başa çıkma stilleri üzerindeki yordayıcılığını tespit etmek üzere yapılan regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında pozitif şemaların olumlu başa çıkmanın anlamlı bir yordayıcısı olduğu (R: ,266, R<sup>2</sup>= ,071, p<.01); olumsuz başa çıkma üzerinde ise anlamlılık düzeyinde yordayıcılığa sahip olmadığı görülmektedir (R: ,009, R<sup>2</sup>= -,002, p>.01).

### Tartışma

Pozitif şemalar, bireyin kendisi ve çevresi ile ilişkili olan anılar, bilişsel süreçler, inançlar, bedensel duyular, duygu ve nörobiyolojik tepkilerden oluşan kalıcı örüntüleri ifade etmektedir. Buna göre olumlu şemalar, pozitif işlevsellik ve uyumlu davranışlar sergileme konusunda avantaj sağlamaktadır. (Lockwood - Perris, 2012). Bireyin özellikle çocukluk dönemi içerisinde çeşitli faktörlerin etkisine bağlı olarak inşa ettiği şemaların olumlu bir çerçeve barındırması hem kendisine hem de değer atfettiği her şeye yönelik pozitif bir bakış açısı sağlayabilmektedir. Organizmanın ortam içerisinde bulunduğu şartlara göre etrafındaki şeyler hakkında tasavvur süreci geçirdiği ifade edilerek korku figürlerinin bulunduğu bir ortamda bireyin korku merkezli imgelem üreteceği ifade edilmektedir (Çetin, 2011). Diğer taraftan sevgi ikliminin hakim olduğu bir ortam içerisinde büyüyen bireyin pozitif duygulardan müteşekkil bir imgelem dünyasına sahip olacağı öngörülebilir. Pozitif şemaların, bireyin temel duygusal ihtiyaçlarının birincil bakım verenler tarafından yeterince karşılandığı çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıkan olumlu işlevlerden ve uyarlanabilir davranışsal eğilimlerden oluştuğu belirtilmektedir (Young vd., 2003; Louis vd., 2017). Örneğin erken dönemde bireylere güven konusunda belirli bir yol kat eden bir çocuğun, daha sonraki yaşamında insanlara ne kadar güvenebileceği konusunda mantıklı kararlar verebilen ve böylece güvenme eğilimini kazanan bir yetişkin haline gelebileceği vurgulanmaktadır (Lockwood - Perris, 2012).

Çocukluk dönemi uyumsuz şemalar kavramı yerine uyumlu şemalar ifadesini kullanan Lockwood ve Perris (2012), uyumlu ya da pozitif şemaların temel duygusal ihtiyaçlara yeterince yanıt verilen bir aile ve sosyo-kültürel ortam içerisinde oluşabileceğini vurgulamaktadır. Buna göre çocukluk dönemi uyumlu şemalar ya da pozitif şemalar, çerçevesi katı bir yapıdan ziyade esnek biçimli içsel temsiller şeklinde belirtilmektedir. Bu şablonlar, başarılı kişilerarası ve bağımsız işleyişi, başkalarına zarar vermeden temel duygusal ihtiyaçların sürekli olarak yerine getirilmesini teşvik eden özelliklere ve durumlara yol açmaktadır (Lockwood - Perris, 2012). Pozitif şema ya da uyumlu/uyumsuz şemalar konusuna kaynaklık teşkil edebilecek bağlanma kuramı da benzer şekilde erken çocukluk döneminde

başkalarıyla ilişkiler neticesinde içselleştirilen zihinsel modellerin önemi üzerinde durur. Bowlby (1982) tarafından geliştirilen bu kurama göre bebek gelişim sergiledikçe bağlanma tecrübelerine bağlı olarak “bilişsel haritalar” geliştirmektedir. Bilişsel haritalar aynı zamanda öznel tecrübelerle dayanan, duygu ve tecrübelerden ortaya çıkan içsel çalışan modellerdir (Bowlby, 1988; Bowlby, 2013). Hatta söz konusu zihinsel modellerin ya da şemaların yetişkin kişiliğinin yanı sıra yetişkin maneviyatına da önemli katkılar sağladığı belirtilmektedir (Beit-Hallahmi, 2010). Kirkpatrick inanan insan ile Tanrı arasında meydana gelen bağları açıklamak için “ilişkisel” ve “telafi edici” olmak üzere iki varsayım öne sürmektedir. İlişkisel modele göre erken dönem bağlanma ilişkileri ile oluşturulan bilişsel şemalar, bireyin daha sonraki yaşamında Tanrı tasavvurunu biçimlendiren temel bir referans kaynağı olmaktadır (Granqvist & Kirkpatrick, 2004; Kirkpatrick & Shaver, 2016). İlgili olarak Ferenczi ve arkadaşları (2021) özellikle uyumsuz şemaların, dinle ilgili tutum ve davranışlar üzerinde bilgi işleme çerçeveleri barındırdığı üzerinde durarak uyumsuz şemaların bireyin kendisine, ilişkilerine ve dünyaya ilişkin çarpık bir görüş geliştirmesine yol açtığını belirtmektedir. Bu bağlamda pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru arasında bir ilişkinin varlığından bahsedilebilir. Nitekim Tanrı tasavvuru, din ile insan arasındaki dinamik ilişkinin yönünü tayin eden kritik bir süreçtir. Pozitif veya negatif duyguların baskın olduğu Tanrı tasavvuru formlarında sergilenen dindarlığın gelişim seyri farklılık arz edebilir. Nitekim mevcut araştırmadan elde edilen bulgular bu durumu desteklemektedir. Araştırmada pozitif şemalar ile sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Buna göre pozitif şemalara sahip katılımcıların Tanrı’yı sevgi yönelimli tasavvur etme düzeyleri artış göstermektedir. Diğer taraftan pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı tasavvuru arasında anlamlılık düzeyinde bir ilişki olmasa da değişkenler arasındaki ilişkinin negatif yönlü olması dikkat çekicidir. Bu bağlamda araştırmacının “*H<sub>1</sub> Pozitif şemalar ile sevgi yönelimli Tanrı Tasavvuru arasında pozitif yönde ilişki vardır.*” ve “*H<sub>5</sub> Pozitif şemalar sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunu yordamaktadır.*” şeklindeki hipotezleri doğrulanırken “*H<sub>2</sub> Pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı Tasavvuru arasında negatif yönde ilişki vardır.*” şeklindeki hipotezin doğrulanmadığı gözlenmektedir.

Literatüre bakıldığında pozitif şemalar ve Tanrı tasavvuru ilişkisini doğrudan ele alan araştırmaların sınırlı olduğu gözlenmektedir. Pozitif şemaların zeminini oluşturan faktörlerle ilişkili olarak Hayta (2017) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ebeveyne bağlanma ile Tanrı’ya bağlanma arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada Tanrı’ya güvenli bağlanma ile pozitif Tanrı tasavvuru arasında pozitif korelasyon olduğu tespit edilmiştir (Bradshaw vd., 2010). Erken dönem uyumsuz şemalar, dindarlık ve Tanrı tasavvuru arasındaki ilişkiyi

irdeleyen bir araştırmada kontrolcü/denetleyici Tanrı tasavvuru ile kaygılı-dış güdümlü dindarlık ve olumsuz (negativism-pessimism) şemalar arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir (Ferenczi vd., 2021). Rackley (2007) tarafından 569 katılımcı ile gerçekleştirilen bir araştırmada benzer şekilde Tanrı tasavvuru ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında ilişki olduğu görülmüştür. Diğer bir araştırmada ise Tanrı tasavvuru ile şemalar arasındaki ilişkinin, bireyin genellikle kendisiyle ilgili algılama ve yorumlama kabiliyetlerine göre tutum ve davranışlarını belirlemesi nedeniyle Tanrı tasavvurunun benlik şeması üzerinden açıklanabileceği vurgulanmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında benlik şemasının Tanrı tasavvurunu, özellikle ebeveyn referanslı açıklamalardan daha iyi açıkladığı tespit edilmiştir (Buri - Mueller, 1993).

Hayatiçerisinde karşılaşılan zorluklar, birey tarafından gerçek ve beklentiler doğrultusunda uzlaşmayı bekleyen bir ödev olarak belirir. Başa çıkma süreci olarak ifade edilen bu çaba örgüsünde bazen anlamlandırma gibi bilişsel, öfke duyma gibi duygusal ya da gezme, spor yapma, ibadet etme gibi davranışsal nitelikler öne çıkar (Aytan, 2012). Özellikle bireyi çaresizliğe ve umutsuzluğa sürükleyen yaşam olayları karşısında başa çıkma stratejileri dini bir hüviyet kazanabilir. Birçok çalışma insanların stresli olaylarla başa çıkma sürecinde sıklıkla dine yöneldiklerini göstermektedir (Ano - Vasconcelles, 2005). Stresli yaşam olaylarıyla karşılaşıldığında bireyin din ve maneviyat yardımıyla sorunun üstesinden gelme süreci olarak dini başa çıkma, kullanma biçimine göre olumlu ya da olumsuz şekillerde karşımıza çıkmaktadır. Olumlu dini başa çıkma stilleri daha çok olumlu sonuçlarla ilişkiliyken, olumsuz dini başa çıkma stilleri genellikle daha olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir (Ano - Vasconcelles, 2005). Fakat dini başa çıkmayı sonuçlarından ziyade bireyi olumlu/olumsuz dini başa çıkma stratejilerini kullanmaya iten sebepler üzerinden irdelemek, kaynağına ilişkin daha tutarlı veriler elde etmeyi mümkün kılabilir. Nitekim bireyin sahip olduğu Tanrı tasavvuru, aldığı din eğitimi, benimsediği dindarlık tipi ve diğer psikolojik faktörler, dini başa çıkma stratejileri üzerinde belirleyici olabilmektedir. Diğer taraftan ebeveyn tutumları, bağlanma stilleri, örselenmiş çocukluk yaşantıları ve uyumsuz ya da pozitif şemalar dini başa çıkma sürecinde etkin faktörler olabilir. Hatta McIntosh (2009) dinin bilişsel bir şema olarak bireyin tutum ve davranışlarını belirlediği üzerinde durmaktadır. Buna göre dini bilişsel bir şema olarak düşünmenin, dinin başa çıkma sürecini ve sonucunu nasıl etkileyebileceğini araştırma; ayrıca travmatik olayların dini nasıl etkileyebileceğini keşfetmek için yararlı olabileceğini vurgulamaktadır. Bu bağlamda dinle ilgili tutum ve davranışlar üzerindeki belirleyiciliği dikkate alındığında pozitif şemaların dini başa çıkma stilleri üzerinde etkili bir faktör olduğu iddia edilebilir. Mevcut araştırmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında pozitif şemalar ile

olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde, olumsuz dini başa çıkma arasında ise negatif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlenmektedir. Ayrıca pozitif şemaların olumlu dini başa çıkmayı yordadığı görülmektedir. Elde edilen bu sonuçlardan hareketle araştırmanın " $H_3$  Pozitif şemalar ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde ilişki vardır." ve " $H_6$  Pozitif şemalar olumlu dini başa çıkmayı yordamaktadır." şeklindeki hipotezlerin doğrulandığı görülürken. " $H_4$  Pozitif şemalar ile olumsuz dini başa çıkma arasında negatif yönde ilişki vardır." şeklindeki hipotezin doğrulanmadığı anlaşılmaktadır. Literatüre bakıldığında doğrudan bu konu etrafında yapılan araştırmaların sınırlı olduğu gözlenmektedir. Bu çerçevede Keyfitz ve arkadaşları (2013) tarafından yürütülen bir araştırmada pozitif şemaların psikolojik dayanıklılık, depresyon ve anksiyete değişkenlerini yordadığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı ile yaşamın anlamı ve pozitif şemaları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada pozitif şemaların ölüm kaygısını negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir (Teke vd., 2021). 282 çocuk ve ergen öğrenci üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada olumlu şemalar ile yaşam doyumu ve mutluluk arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre olumlu şema boyutlarının (güven, değerlilik, iyimserlik, başarı, öz-yeterlik) yaşam doyumu ve mutluluğu yordamada önemli olduğu; değerlilik alt boyutunun en güçlü yordayıcı olduğu görülmüştür. Bu araştırmada negatif şemaların yaşam doyumu ve mutlulukla ilişkili çıkmaması, özellikle çocuklar ve ergenler arasında psikolojik iyi oluş modellerinde pozitif şemaları dikkate almanın önemini ortaya çıkarmaktadır (Tomlinson vd., 2017). Kılıç (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmada pozitif şemaların iyi oluş ve psikolojik belirtileri yordadığı tespit edilmiştir. Şemalar hakkında yapılan araştırmaların daha çok olumsuz şemalar üzerinden gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu bağlamda çeşitli araştırmalarda pozitif şemalar ile ilişkili olan çocukluk yaşantıları, bağlanma problemleri ya da negatif şemalar gibi değişkenlerin farklı faktörler eşliğinde irdelendiği görülmektedir. Bu çerçevede yapılan araştırmalarda negatif şemalar ile depresyon (Soygüt - Savaşir, 2001; Yıldız, 2017), obsesif kompulsif bozukluk (Akbaş, 2021), yeme bozuklukları (Keskingöz, 2002; Gülbahçe, 2020), bağlanma (Ari - Deniz, 2015), kişilik özellikleri (Ekşi vd., 2020), sosyal görünüş kaygısı (Makas - Çelik, 2018) ve psikolojik dayanıklılık (Faraji vd., 2022) gibi değişkenler ile ilişki kurulduğu görülmektedir. Bosmans ve arkadaşları (2010) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada bağlanma ile şemalar arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yapılan başka bir araştırmada psikiyatrik rahatsızlığı bulunan bireylerin normal bireylere göre güvensiz bağlanma tarzlarının ve erken dönem uyumsuz şemalarının daha yüksek olduğu; öz-yönetim stratejilerinin ise daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Yaka, 2011). Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bir araştırmada çocukluk çağı olumsuz yaşantılarına

sahip bireylerin yaşam kalitelerinin düşük olduğu; depresyon ve anksiyete şiddetinin arttığı tespit edilmiştir (Gündüz - Gündoğmuş, 2019). Benzer bir araştırmada erken dönem uyumsuz şema alanlarının tümünün, depresyonla pozitif yönde anlamlı bir korelasyona sahip olduğu görülmektedir (Sağ, 2016). Mutluluk ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi irdeleyen başka bir araştırmadan elde edilen sonuçlara göre mutluluk ile tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık, başarısızlık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arayıcılık ve yetersiz özdenetim erken dönem uyumsuz şemaları arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin karamsarlık ve başarısızlık erken dönem uyumsuz şemalarının ise mutluluk düzeylerini yordadığı görülmüştür (Yılmaz - Kesici, 2016).

Diğer taraftan dini başa çıkma etrafında gerçekleştirilen araştırmalarda olumlu dini başa çıkma ile olumlu duygu ve davranışlar arasında pozitif yönde ilişki olduğu vurgulanmaktadır. Bu çerçevede Türkiye’de dini başa çıkma üzerine yapılan çalışmaların değerlendirildiği bir araştırmada özellikle olumlu dini başa çıkma ile ruh sağlığı, dindarlık, şükür, hayat memnuniyeti gibi değişkenler arasında; olumsuz dini başa çıkma ile de stres travma, öfke gibi duygular arasında pozitif ilişki olduğu belirtilmektedir (Abanoz, 2020). Murat ve Kızılgöçer (2017) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada dini başa çıkma ile psikopatoloji arasında farklılaşma olduğu; buna göre sağlıklı bireylerin olumlu dini başa çıkmayı, psikopatolojisi olan bireylerin ise olumsuz dini başa çıkmayı daha çok kullandıkları tespit edilmiştir. İlgili olarak McIntosh’un bilişsel şema olarak din teorisinin ruh sağlığı problemlerinde kullanılabileceğine yönelik bir araştırma dikkat çekmektedir. Buna göre dini bilişsel bir şema olarak kavramsallaştıran araştırmacılar, mevcut sınırlı ampirik verileri açıklamak için dini başa çıkmanın etkisini daha fazla incelemek gerektiği üzerinde durmaktadır (Taylor, 2001). Diğer taraftan bireyin dini şemaları ile genel benlik şemaları arasındaki potansiyel etkileşim, gelecekteki çalışmalar için bir alan olarak belirtilmektedir. Buradan hareketle pozitif şemaların olumlu duygu, tutum ve davranışlar ve dindarlık, dini başa çıkma ve Tanrı tasavvuru gibi değişkenler üzerinde belirleyici bir faktör olduğu ifade edilebilir. Mevcut araştırmada özellikle olumlu dini başa çıkma ile pozitif şemalar arasındaki ilişki ve etkileşimin diğer araştırmalardan elde edilen bulgularla uyumluluk arz ettiği görülmektedir.

### Sonuç

Çeşitli faktörlerin etkisiyle (bağlanma, çocukluk yaşantıları, ebeveyn tutumları, sağlık problemleri v.b) zihinsel düzlemde olgunlaşan şemalar, bireyin sonraki yaşamında hem kendisini hem de çevresini anlamlandırma açısından yol haritaları sunmaktadır. Söz konusu şemaların aydınlatıldığı

yol üzerinden psiko-sosyal yaşamını anlamlandıran bireyler açısından bu şemaların pozitif bir nitelik barındırması psikolojik düzlemde sağlıklı bir gidişatın göstergesidir. Gelişimin tüm alanlarında olduğu gibi dini gelişim seyri açısından da pozitif şemaların yaşam içerisindeki varlığı ya da aktifliği önem arz etmektedir. Nitekim pozitif şemaların baskın olduğu bireylerde dine ve Tanrı'ya yönelik tutum ve davranışlarda olumlu bir içselleştirmenin baskın olması beklenir. Nitekim gerek daha önce yapılan araştırmalar gerekse mevcut araştırmadan elde edilen bulgular pozitif şemaların olumlu dini başa çıkma ve olumlu Tanrı tasavvuru üzerinde etkili bir faktör olduğunu göstermektedir.

Bu araştırmada pozitif şemalar ile Tanrı tasavvuru ve dini başa çıkma arasındaki ilişki ve etkileşim irdelenmiştir. İlgili değişkenler arasındaki ilişkilerin birçok yönden istatistiki açıdan anlamlılık barındırdığı tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda olumlu Tanrı tasavvuru ve olumlu dini başa çıkma açısından pozitif şemaların kritik bir değişken olduğu anlaşılmıştır. Buna göre pozitif şemalar ile sevgi yönelimli Tanrı Tasavvuru ve olumlu dini başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır. Ayrıca araştırmada pozitif şemaların sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunu ve olumlu dini başa çıkmayı yordadığı görülmüştür. Diğer taraftan pozitif şemalar ile korku yönelimli Tanrı tasavvuru ve olumsuz dini başa çıkma arasındaki ilişkinin anlamlılık düzeyinde olmadığı anlaşılmaktadır. Elde edilen bu sonuçlar, özellikle olumlu duygu ve tutumlar üzerinde pozitif şemaların önemine işaret etmektedir.

Son dönemde din psikolojisi alanındaki araştırmacıların pozitif psikolojide irdelenen konulara yönelik ilgisi, bu iki alanın yakınlığına işaret etmektedir. Pozitif psikoloji içerisinde insanın değerli psikolojik özelliklerini öne çıkarma çabasının bir ürünü olarak pozitif şemalar, şemaların olumsuz niteliklerinden ziyade olumlu taraflarını öne çıkaran bir yaklaşıma sahiptir. Pozitif psikoloji ile din psikolojisi alanları arasındaki etkileşim düşünüldüğünde pozitif şemaların din psikolojisi araştırmalarında daha fazla yer alması gerektiği ifade edilebilir. Bu çerçevede pozitif şemaların dindarlık, dini yüklenme ve manevi danışmanlık ve rehberlik gibi konular özelinde farklı örneklem grubu ve araştırma desenleri aracılığıyla irdelenmesi alana katkı sağlayabilir.

### Kaynakça

- Abanoz, Süleyman. "Türkiye'de Yapılan 'Dinî Başa Çıkma' Konulu Araştırmalar Hakkında Bir Değerlendirme". *Eskiyeni* 40 (20 Mart 2020), 407-429. <https://doi.org/10.37697/eskiyeni.673386>
- Abdelsayed, Linda M. vd. "The impact of personality on God image, religious coping, and religious motivation among Coptic Orthodox priests". *Mental Health, Religion & Culture* 16/2 (01 Şubat 2013), 155-172. <https://doi.org/10.1080/13674676.2011.652604>
- Akbaş, Banu Çiçek. "Obsesif-Kompulsif Bozuklukta Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar". *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 10/1 (2021), 98-108. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.87115>
- Ano, Gene G. - Vasconcelles, Erin B. "Religious Coping and Psychological Adjustment to Stress: A Meta-Analysis". *Journal of Clinical Psychology* 61/4 (Nisan 2005), 461-480. <https://doi.org/10.1002/jclp.20049>
- Ari, F. Alkım - Deniz, M. Engin. "Evliliklerinde Sorun Yaşayan Bireylerin Bağlanma Stilleri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları". *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi* 5 (01 Ağustos 2015), 13-23.
- Ayten, Ali. *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
- Ayten, Ali - Öztürk, Gülüşan Göcen-Kenan Sevinç- Eyüp Ensa. "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Amprik Bir Araştırma". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 12/2 (01 Nisan 2012), 45-79.
- Beck, Aaron T. *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*. Hoeber Medical Division, Harper & Row, 1967.
- Beck, Aaron T. "The Current State of Cognitive Therapy: A 40-Year Retrospective". *Archives of General Psychiatry* 62/9 (01 Eylül 2005), 953. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.9.953>
- Beck, Aaron T. "Thinking and depression: II. Theory and therapy". *Archives of General Psychiatry* 10 (1964), 561-571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1964.01720240015003>
- Beit-Hallahmi, Benjamin. "Object Relations Theory". *Encyclopedia of Psychology and Religion*. ed. D. A. Leeming vd. New York: Springer, 2010.
- Bosmans, Guy vd. "Attachment and Symptoms of Psychopathology: Early Maladaptive Schemas as a Cognitive Link?". *Clinical Psychology & Psychotherapy* 17/5 (2010), 374-385. <https://doi.org/10.1002/cpp.667>
- Bowlby, John. *A Secure Base Parent-Child Attachment and Healty Human Development*. USA: Basic Books, 1988.
- Bowlby, John. *Attachment and Loss*. USA: Basic Books, 1982.
- Bowlby, John. *Bağlanma ve Kaybetme 1 : Bağlanma*. çev. Tuğrul Veli Soylu. İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2. Basım, 2013.



- Bradshaw, Matt vd. "Attachment to God, Images of God, and Psychological Distress in a Nationwide Sample of Presbyterians". *The International Journal for the Psychology of Religion* 20 (2010), 130-147.
- Buri, John R. - Mueller, Rebecca A. "Psychoanalytic Theory and Loving God Concepts: Parent Referencing Versus Self-Referencing". *The Journal of Psychology* 127/1 (1993), 17-27.
- Çetin, Özer. "İmgelem Yetisi ve Bazı Dinî Olgularla İlişkisi". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 20/1 (2011), 157-190.
- Ekşi, Halil - Okan, Nesrullah. "Gençlerde maneviyat ve şiddet eğilimi arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların moderatör etkisi". *Bilimname* 2021/44 (30 Nisan 2021), 521-546. <https://doi.org/10.28949/bilimname.845575>
- Ekşi, Halil vd. "Ergenlerde Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar". *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 10/2 (30 Aralık 2020), 318-328.
- Ekşi, Halil - Sayın, Mine. "The adaptation of Religious Coping Scale into Turkish language: A study of bilingual equivalence, validity and reliability". Berlin: BAU International Berlin University, 2016.
- Faraji, Haydeh vd. "Relationship Between Early Maladaptive Schemas And Psychological Resilience". *Asya Studies* 6/19, 203-214. <https://doi.org/10.31455/asya.1012952>
- Ferenczi, Andrea vd. "Relations Between God-Images and Early Maladaptive Schemas". *Psychiatria Danubina* 33/Suppl 4 (Spring-Summer 2021), 833-843.
- Godin, A. - Hallez, M. *Parental Images and Divine Paternity*. ed. A. Godin. Chicago: Loyola University Press, 1965.
- Gör, Nağme vd. "Geçmişin Mirası ve Geleceğin Haritası: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar". *Nesne Psikoloji Dergisi* 5/10 (2017), 197-218.
- Granqvist, Pehr - Kirkpatrick, Lee A. "Religious Conversion and Perceived Childhood Attachment: A Meta-Analysis". *The International Journal for the Psychology of Religion* 14/4 (2004), 223-250.
- Gülbağçe, Fatma. *Ergenlerde erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul: Gelişim Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Gündüz, Anıl - Gündoğmuş, İbrahim. "Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Olumsuz Yaşantıları ile Otomatik Düşünceler, Ara İnançlar, Uyumsuz Şemalar, Anksiyete ve Depresif Belirti Şiddeti ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki". *Klinik Psikiyatri Dergisi* 22/4 (2019), 424-435. <https://doi.org/10.5505/kpd.2019.72621>
- Hacıkeleşoğlu, Hızır. *Ebeveyn Tutumları ve Kişilik Özelliklerinin Tanrı Tasavvuru ile İlişkisi Üzerine Bir Araştırma*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2020.
- Hayta, Akif. *Allah'a Bağlanmak: Bağlanma Kuramı ve Tanrı Tasavvuru İlişkisi*. İstanbul: Onto Yayınları, 2017.

- Hayta, Akif. "Anneden Allah'a: Bağlanma Teorisi ve İslâm'da Allah Tasavvuru". *Değerler Eğitimi Dergisi* 4/12 (2006), 29-63.
- Işık, Zehra. *Ebeveyni Ölen Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2013.
- Karaca, Faruk. *Dini Gelişim Psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, 2016.
- Karaca, Faruk - Hacikeleşoğlu, Hızır. "Allah Tahayyülleri Ölçeği". *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 54 (31 Aralık 2020), 67-83. <https://doi.org/10.29288/ilted.771686>
- Keskingöz, Berna. *Üniversite Öğrencileri ile Anoreksiya Nervoza Tanısı Alan ve Almayan Bireylerde Bağlanma Biçimleri, Kişilerarası şemalar Ve Yeme Örüntüleri Arasındaki İlişkiler*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2002.
- Keyfitz, L. *The Role of Positive Schemas in Child Psychopathology and Resilience*. Canada: The University of Guelph, Master Thesis, 2010.
- Keyfitz, L. vd. "The Role of Positive Schemas in Child Psychopathology and Resilience". *Cognitive Therapy and Research* 37/1 (01 şubat 2013), 97-108. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9455-6>
- Kılıç, Sabire. *Üniversite Öğrencilerinde Pozitif şemaların İyi Oluş ve Psikolojik Belirtileri Yordaması*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Kımtır, Nurten. "İlgili-Seven Anne-Baba Tutumları ile Din ve Dindarlık Arasındaki İlişi Üzerine". *Dini Araştırmalar* 18/46 (2015), 9-44.
- Kış, Betül. *Müslümanlarda Bağlanma ve Tanrı Algısı*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Kreuter, Eric A. - Moltner, Kenneth M. *Treatment and Management of Maladaptive Schemas*. New York : London: Springer, 2014.
- Kula, Naci. "Deprem ve Dini Başa Çıkma". *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/1 (30 Haziran 2002), 234-255.
- Lockwood, George - Perris, Poul. "A new look at core emotional needs". *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice*. 41-66. Wiley Blackwell, 2012. <https://doi.org/10.1002/9781119962830.ch3>
- Louis, John vd. "Positive Clinical Psychology and Schema Therapy (ST): The Development of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ) to Complement the Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3)". *Psychological Assessment* 30 (30 Kasım 2017). <https://doi.org/10.1037/pas0000567>
- Macleod, Andrew K. - Moore, Richard. "Positive Thinking Revisited: Positive Cognitions, Well-Being and Mental Health". *Clinical Psychology & Psychotherapy* 7/1 (2000), 1-10.
- Makas, Samet - Çelik, Eyüp. "Erken Dönem Uyumsuz şemalar ile Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 17/67 (20 Temmuz 2018), 926-937. <https://doi.org/10.17755/esosder.323007>
- McIntosh, Daniel N. "Religion-as-Schema, With Implications for the Relation Between

- Religion and Coping". *The International Journal for the Psychology of Religion* 5/1 (01 Ocak 1995), 1-16. [https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0501\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0501_1)
- Morrison, Anthony D. "Case Formulation and Cognitive Schemas in Cognitive Therapy for Psychosis". *Cognitive Schemas and Core Beliefs in Psychological Problems A Scientist- Practitioner Guide*. ed. P Lawrence vd. Washington, D.C.: American Psychological Association, 2007.
- Murat, Ayşe - Kızılgeçit, Muhammed. "Dini Başa Çıkma ve Psikopatoloji İlişkisi (Rize Örneği)". *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 6/11 (30 Haziran 2017), 111-151.
- Özkan, Bahar. *Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Dini Başa Çıkma İlişkisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Özkök, Şerife. *Yetişkinlerde Yılmazlığın Yordanmasında Pozitif Şema ve Koronavirüs Kaygısının Rolü*. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Pargament, K. I. Vd. "The Religious Dimension of Coping: Advances in Theory, Research, and Practice". *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. Ed. Raymond F. Paloutzian – Crystal L Park. New York ; London: Guilford, 2005.
- Pargament, Kenneth I. "Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme". Çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/1 (2005), 280-313.
- Pargament, Kenneth I. Vd. "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors". *Journal for the Scientific Study of Religion* 37/4 (1998), 710-724. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Racine, Christian T. *Does religious Coping Moderate The Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Negative Trait Affect, College Adjustment, and Alcohol Use?* Ann Arbor, United States, Ph.D., 2015.
- Rackley, Blake. *God Image and Early Maladaptive Schemas: A Correlational Study*. Ann Arbor: Regent University, Ph.D., 2007.
- Rafaelli, Eshkol – Bernstein, David P. *Schema Therapy*. New York : London: Routledge, Taylor & Francis Group, 2011.
- Riso, Lawrence – McBride, Carolina. "Introduction: A Return to a focus on cognitive schemas". *Cognitive Schemas and Core Beliefs in Psychological Problems A Scientist- Practitioner Guide*. Ed. P Lawrence vd. Washington, D.C.: American Psychological Association, 2007.
- Rizzuto, Ana-Maria. "Critique of the contemporary literature in the scientific study of religion, , in New York, NY 1970." New York, 1970.
- Sağ, Bilgen. *Erken Dönem Uyuşmaz Şemalar ve Pozitif Algının, Psikolojik Dayanıklılık, Depresyon ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2016.
- Scandrett, Karen Glasser - Mitchell, Susan L. "Religiousness, Religious Coping, and Psychological Well-Being in Nursing Home Residents". *Journal of the American Medical Directors Association* 10/8 (01 Ekim 2009), 581-586. <https://doi.org/10.1016/j.amd.2009.08.001>

- g/10.1016/j.jamda.2009.06.001
- Schultz, Duane P. - Schultz, Sydney Ellen. *Modern Psikoloji Tarihi*. çev. Yasemin Aslay. Kaknüs Yayınları- Ders Kitapları, 8. Basım, 2016.
- Seligman, Martin E. P. - Csikszentmihalyi, Mihaly. "Positive psychology: An introduction". *American Psychologist* 55/1 (2000), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Smith Lee, Jocelyn R. vd. "'Pray That I Live to See Another Day': Religious and Spiritual Coping with Vulnerability to Violent Injury, Violent Death, and Homicide Bereavement among Young Black Men". *Journal of Applied Developmental Psychology* 70 (01 Temmuz 2020), 101180. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2020.101180>
- Soygüt, Gonca - Savaşir, Işık. "The relationship between interpersonal schemas and depressive symptomatology". *Journal of Counseling Psychology* 48 (2001), 359-364. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.3.359>
- Spilka, Bernard vd. "Parents, Self, and God: A Test of Competing Theories of Individual-Religion Relationships". *Review of Religious Research* 16/3 (1975), 154-165.
- Subaşı, Hacer. *Üniversite Öğrencilerinin Tanrı ile İlişkilerinin Bağlanma Kuramı Açısından Değerlendirilmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2012.
- Taylor, Nicole M. "Utilizing Religious Schemas to Cope with Mental Illness". *Journal of Religion and Health* 40/3 (01 Eylül 2001), 383-388. <https://doi.org/10.1023/A:1012514025892>
- Tedrus, Glória Maria Almeida Souza vd. "Spiritual/Religious Coping in Patients with Epilepsy: Relationship with Sociodemographic and Clinical Aspects and Quality of Life". *Epilepsy & Behavior* 28/3 (01 Eylül 2013), 386-390. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2013.05.011>
- Teke, Esra vd. "Ölüm Kaygısı ile Yaşamın Anlamı ve Pozitif Şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Future Visions Journal* 5/16 (2021), 9-16.
- Temiz, Yunus Emre. *Yetişkinlerde dini başa çıkma yöntemi olarak dua*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Doktora Tezi, 2014.
- Tomlinson, R. M. vd. "Unique Contributions of Positive Schemas for Understanding Child and Adolescent Life Satisfaction and Happiness". *Journal of Happiness Studies* 18/5 (01 Ekim 2017), 1255-1274. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9776-3>
- Ursaru, Manuela vd. *4th World Conference on Psychology, Counseling and Guidance (WCPCG-2013)*. "Quality of Life and Religious Coping in Women with Breast Cancer". *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 114 (21 Şubat 2014), 322-326. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.705>
- Yaka, Ali İhsan. *Başlanma, Erken Döneme Yönelik Şemalar, Öz-Yönetim ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.
- Yıldırım, İ. Esen. *İstatistiksel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 3. Baskı.,

2017.

- Yıldırım, Murat vd. "Do Fear of COVID-19 and Religious Coping Predict Depression, Anxiety, and Stress among the Arab Population during Health Crisis?" *Death Studies*, 1-7. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1882617>
- Yıldız, Muhammed. "Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Depresif Belirtilere Etkisi". *Ihlara Eğitim Araştırmaları Dergisi* 2/2 (31 Aralık 2017), 18-23.
- Yılmaz, Mehmet Taki - Kesici, Şahin. "Anne Baba Tutumları ve Kardeş Sırasının Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayışlarının Gelişimine Etkisi". *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 4/6 (23 Temmuz 2016), 131-157.
- Young, Jeffrey E. *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL, England: Professional Resource Exchange, Inc, 1990.
- Young, Jeffrey E. vd. *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York: Guilford Press, 2003.
- Zarrouq, Btissame vd. "An investigation of the association between religious coping, fatigue, anxiety and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic in Morocco: a web-based cross-sectional survey". *BMC Psychiatry* 21/1 (22 Mayıs 2021), 264. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03271-6>

