



e-ISSN: 2148-4899

Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Pamukkale University Journal of Divinity Faculty

Bahar/Spring, 2025, 12 (1), 297-334

VAROLUŞSAL KAYGI İLE DİNDARLIK ARASINDAKİ İLİŞKİLER: NİCEL BİR ARAŞTIRMA
The Relationship Between Existential Anxiety and Religiosity: A Quantitative Research

Kübra Nur KAYACAN

Gençlik ve Spor Bakanlığı, Özel Kurum Müdürü, knkayacan@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7706-2494.

Mebrure DOĞAN

Doç. Dr., Afyon Kocatepe Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri
Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, mebruredogan@aku.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9027-144X.

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types:	Araştırma Makalesi/Research Article
Geliş Tarihi / Received:	14.03.2025
Kabul Tarihi / Accepted:	16.05.2025
Yayın Tarihi / Published:	30.06.2025
Cilt / Volume:	12
Sayı / Issue:	1
Sayfa / Pages:	297-334

Atıf / Cite as: Kayacan, Kübra Nur – Doğan, Mebrure. “Varoluşsal Kaygı İle Dindarlık Arasındaki İlişkiler: Nicel Bir Araştırma” (The Relationship Between Existential Anxiety and Religiosity: A Quantitative Research) *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi- Pamukkale University Journal of Divinity Faculty* 12/1 (2025), 297-334. Doi: 10.17859/pauifd.1657651.

İntihal / Plagiarism: Bu makale, Ithenticate intihal tarama programı ile taranmıştır. Ayrıca iki hakem tarafından da incelenmiştir. / This article has been scanned with Ithenticate plagiarism screening program. Also this article has been reviewed by two referees.

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest: Yazar çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir. The Author declared that there is no conflict of interest.

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

www.dergipark.gov.tr/pauifd



2148-4899

Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (PAUİFD) 297-334
**VAROLUŞSAL KAYGI İLE DİNDARLIK ARASINDAKİ İLİŞKİLER: NİCEL BİR
ARAŞTIRMA***

Kübra Nur KAYACAN**

Mebrure DOĞAN***

Öz

İnsan var olduğu günden beri varoluşsal sorularına cevap arar ve varoluşsal kaygılarıyla başa çıkmaya çalışır. Dinler ise insanın varoluşsal sorularına oldukça tatmin edici cevaplar sunar. Araştırmanın amacı varoluşsal kaygı ve dindarlık arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. İlişkisel tarama yönteminin kullanıldığı araştırma nicel desenli ve kesitseldir. Araştırmanın örnekleme rastgele örnekleme yoluyla seçilen 15-65+ 467 bireydir. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Ok-Dini Tutum ve Varoluşsal Kaygı ölçekleri; analizinde SPSS 28.0 kullanılmıştır. Araştırmada varoluşsal kaygı toplam, anlamsızlık, ölüm, yalnızlık, özgürlük kaygısı alt boyutu ve dini tutum puanlarının bazısında demografik değişkenlere göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Korelasyon analizine göre dini tutum ile varoluşsal kaygı arasındaki ilişki negatif yönlü anlamlıdır. Regresyon analizine göre ölüm kaygısı, yalnızlık kaygısı ve anlamsızlık kaygısı, dini tutum düzeylerini negatif yönde anlamlı derecede yordamaktadır. Ancak özgürlük kaygısı anlamlı bir yordayıcı değildir. Dini tutum puanlarının %25.7'sinin varoluşsal kaygının boyutlarıyla açıklandığı araştırmada dini tutum düzeylerini en çok etkileyen değişkenler sırasıyla anlamsızlık kaygısı, yalnızlık kaygısı ve ölüm kaygısıdır.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Dindarlık, Varoluşsal Kaygı, Anlamsızlık Kaygısı, Ölüm Kaygısı.

**The Relationship Between Existential Anxiety and Religiosity: A
Quantitative Research**

Abstract

This study aims to examine the relationship between existential anxiety and religiosity. Employing a relational survey model, the research follows a quantitative and cross-sectional design. The sample consists of 467 individuals aged 15-65+, selected through random sampling. Data were collected using the Personal Information Form, the Ok-Religious Attitude and the Existential Anxiety Scales, and analyzed with SPSS 28.0. Significant differences in total existential anxiety, its subdimensions meaninglessness,

* Bu araştırma için T.C. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 25.11.2022 tarihli toplantısında karar 2022/353 sayısı ile etik kurul izni alınmıştır.

Bu makale, 09.05.2024 tarihinde tamamlanan "Varoluşsal Kaygı ile Dindarlık Arasındaki İlişkilerin Araştırılması" başlıklı yüksek lisans tezi esas alınarak hazırlanmıştır.

** Gençlik ve Spor Bakanlığı, Özel Kurum Müdürü, knkayacan@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7706-2494.

*** Doç. Dr., Afyon Kocatepe Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, mebruredogan@aku.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9027-144X.

death, loneliness, and freedom anxiety, and religious attitude scores were found based on demographic variables. Correlation analysis revealed a significant negative relationship between religious attitude and existential anxiety. According to regression analysis, death anxiety, loneliness anxiety, and meaninglessness anxiety significantly predicted religiosity levels negatively, whereas freedom anxiety was not a significant predictor. The study found that 25.7% of the variance in religious attitude scores could be explained by existential anxiety dimensions, with the strongest predictors being meaninglessness anxiety, loneliness anxiety, and death anxiety.

Keywords: Psychology of Religion, Religiosity, Existential Anxiety, Meaninglessness Anxiety, Death Anxiety.

Structured Abstract

Since the day human came into existence, he has been searching for answers to his existential questions and trying to cope with his existential anxieties. Religions, on the other hand, offer very satisfactory answers to existential questions. Religious person gives meaning to their life with the meaning that their religion offers them, soothes their death anxiety due to uncertainty with the information it provides about death, reduces their loneliness anxiety with the belief that the being they believe in is always with them, and, while acknowledging their own will, remains aware of the boundaries of their freedom. Thus, the healing function of religiosity can come into play and soothe existential anxieties. The helplessness of human beings in the grip of existential anxieties in the modern age has aroused the interest of researchers in this subject. In addition, the increase in mental disorders caused by existential anxieties has increased the search for solutions by psychologists and psychiatrists, and existential psychology/psychiatry has developed. In this context, the aim of this study is to examine the relationship between existential anxiety and religiosity. The research, in which the relational survey method was used, is a cross-sectional study with a quantitative design. The population of the study consists of individuals aged 15-65+ from different regions of Turkey. The sample of the research is 467 individuals who have differences in terms of age, gender, marital status, education level and socio-economic level, who voluntarily accepted to participate in the research and were selected by random sampling. Personal Information Form, Ok-Religious Attitude Scale and Existential Anxiety Scale were used as data collection tools and SPSS 28.0 package programme was used to analyse the data. In the study, it was determined that there were significant differences in existential anxiety total, meaninglessness, death, loneliness, freedom anxiety sub-dimension scores and religious attitude scores according to demographic variables. According to the gender variable, there was a significant difference only in the death anxiety dimension and the death anxiety scores of women were higher than men. In the study, it was determined that the total anxiety of loneliness, freedom and existential anxiety decreased significantly as age increased. The loneliness anxiety scores of those with low and medium income levels were significantly higher than those with high income levels. It was observed that the anxiety of meaninglessness increased significantly as the level of education decreased. It was concluded that the total existential anxiety as well as loneliness and freedom anxiety scores differed according to the marital status variable, and the scores of singles were significantly higher than those of married people. In the study, it was concluded that religious attitude scores did not differ significantly according to gender and education level variables. According to age, it was found that the scores of the 15-20 age group were significantly higher than the scores of the 21-35 age group and the scores of the 36-50 age group were significantly higher than the scores of the over 50 age group. While the lowest mean score of religious attitude belongs to the 15-20 age group, the highest mean score belongs to the 36-50 age group. The religious attitude scores of those with medium and high income levels were found to be significantly higher than those with low income levels. According to marital status, it was found that the mean

religious attitude scores of married people were higher than single people. In the correlation analysis, it was found that the relationship between religious attitude and existential anxiety scores was negatively significant. In the multiple linear regression analysis, it was concluded that death anxiety, loneliness anxiety and meaninglessness anxiety predicted the religious attitude levels of the sample negatively and significantly. It was determined that freedom anxiety was not a significant predictor of religious attitude levels. In the study in which 25.7% of the religious attitude scores were explained by the dimensions of existential anxiety, the variables affecting the religious attitude levels the most were anxiety of meaninglessness, loneliness anxiety and death anxiety, respectively.

GİRİŞ

Varlıklar içerisinde özel bir statüye sahip olan insan, varoluşundan bu yana kim olduğu, neden bu dünyada var olduğu, hayatın ve ölümün anlamının ne olduğu, ölümün bir son olup olmadığı, ölüm sonrası bir hayatın var olup olmadığı gibi sorulara mütemadiyen cevap arar. Özellikle kriz dönemlerinde varoluşsal kaygıları aktifleşebilen birey, yaşadıklarını anlamlandırma ihtiyacı içerisinde. Hayatın acı veren yüzüyle karşılaştığında varoluşsal sorularla yeniden yüzleşen birey, bir yandan bozulan anlam sistemini onarmaya çalışırken diğer yandan bu sorulara tatmin edici cevaplar bulmaya çalışarak varoluşsal kaygılarını yatıştırmak ister. Dinler gerek rutin hayatını yaşarken gerekse hayatın zorluklarıyla karşılaştığında inanan bireyin varoluşsal sorularına cevap bulabileceği önemli bir anlam kaynağı olarak işlev görebilir. Zira dinler anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük gibi varoluşsal kaygılara ve varoluşsal sorgulamalara en ikna edici cevabı verebilecek potansiyele sahiptir. Din karşısındaki tutumu ne olursa olsun bu sorularına cevap ararken bireyin din ve maneviyat alanıyla ister istemez yolları kesişir. Aslında bireyin “kim olduğu, neden bu dünyaya gönderildiği, hayatın kozmik anlamının ne olduğu, ölümün ne olduğu ve bir son olup olmadığı, ölümden sonraki hayatın mahiyetinin ne olduğu” gibi metafizik alanla ilgili varoluşsal sorularına cevap olabilecek bilgilere din dışında herhangi bir kaynaktan ulaşması da pek mümkün değildir. Dolayısıyla din vasıtasıyla bu bilgilere ulaşan birey, inancının düzeyine göre ve bilginin kaynağına duyduğu itimadın bir sonucu olarak hem varoluşsal sorularına cevap bularak varoluşsal kaygılarını yatıştırır hem de yüce bir kudrete teslimiyetle kendisini güvende hisseder.

İnsanın varoluşsal sorularına cevap bulma ihtiyacı dinlerin olduğu kadar başta felsefe olmak üzere psikoloji ve psikiyatri alanlarının da ilgi odağı olmuştur. Önce varoluşçu felsefe akımı gelişirken ardından varoluşçu psikoloji ve varoluşçu psikoterapi ekolleri ortaya çıkmıştır. Zira Avrupa çıkışlı olup Amerika’da kök salan bu akım, varoluşsal sorularına cevap bulamayan ve varoluşsal kaygıları derinden yaşayan modern insanın dertlerine çare arayan psikolog ve psikiyatristlerin ilgisini çekmiş, temeli varoluşçuluğa dayanan psikoloji ve psikoterapi ekollerini geliştirmelerinin önünü açmıştır. Bu konular felsefede Paul Tillich,¹ Jean Paul Sartre²

¹ Paul Tillich, *Var Olmak Cesareti*, çev. F. Cihan Dansuk (İstanbul: Okyanus Yayınları, 2014).

² Jean-Paul Sartre, *Varoluşçuluk*, çev. Asım Bezirci (İstanbul: Say Yayınları, 2021).

ve Soren Kierkegaard³; psikolojide Victor Frankl⁴, Rollo May⁵ ve Irvin Yalom⁶ gibi öncü varoluşçular tarafından etraflıca ele alınmış ve onlar deneyimlenen bu endişe halini varoluşsal kaygı olarak tarif etmişlerdir.

Hayatın neredeyse bütününe etki etme potansiyeli olan dinlerin bireylerin varoluşsal kaygılarına da etki edebileceği, anlam arayışında olan, ölüm kaygısıyla ve yalnızlık sorunuyla başa çıkmaya çalışan, özgürlük kaygısı yaşayan bireylerin dinden destek alarak sorunlarını çözebileceği literatürdeki araştırmalara dayanarak söylenebilir. Bu bağlamda araştırmanın konusu, varoluşsal kaygılar ile dindarlık arasındaki ilişkiler olarak belirlenmiş olup amacı, varoluşsal kaygılar olan anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük kaygılarının dindarlık ile ilişkisini ortaya koymaktır. Araştırmanın literatürde önemli bir boşluğu dolduracağı umulmaktadır. Zira literatür incelendiğinde varoluşsal kaygı boyutlarından ölüm kaygısı, anlam arayışı, yalnızlık gibi tek bir boyut ile dindarlık arasındaki ilişkiye dair araştırmaların olduğu,⁷ fakat varoluşsal kaygıları bir arada ele alan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir.⁸

Araştırmanın temel hipotezi; dini tutum ile varoluşsal kaygı toplam ve alt boyutları olan anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük kaygısı değişkenleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğudur. Araştırmada doğruluğu test edilen diğer hipotezler aşağıdaki gibidir:

1. Demografik değişkenlerden cinsiyete göre kadınların varoluşsal kaygı toplam, anlamsızlık, ölüm, yalnızlık, özgürlük kaygısı ve dini tutum puanları, erkeklerin puanlarından anlamlı derecede yüksektir.
2. Yaş değişkenine göre örneklemin yaşı yükseldikçe varoluşsal kaygı puanları düşerken dini tutum puanları anlamlı derecede yükselmektedir.

³ Soren Kierkegaard, *Kaygı Kavramı*, çev. Vefa Taşdelen, (Ankara: Hece Yayınları, 2004), 37-39.

⁴ Viktor E. Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı / Psikoterapi ve Hümanizm*, çev. Selçuk Budak (İstanbul: Totem Yayınları, 2018).

⁵ Rollo May, *Varoluşun Keşfi*, çev. Aysun Babacan (İstanbul: Okyanus Yayınları, 2021).

⁶ Irvin D. Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, çev. Zeliha Babayiğit (İstanbul: Pegasus Yayınları, 2018).

⁷ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din / Logoterapik Bir Araştırma* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2018); Emel Nuriye Dağlı, *Yaşlılarda Ölüm Kaygısı ve Dindarlık* (Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2010); Erol Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2014); Faruk Karaca, *Ölüm Psikolojisi* (İstanbul: Beyan Yayınları, 2000); Habil Şentürk- Selahattin Yakut, "Hayatın Anlamı ve Din", *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 33 (Aralık 2014), 33.

⁸ Ferdi Kırac, *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007); Tahsin Kula - Müslime Erden, "Varoluşsal Kaygı ve Din", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 17/2 (2017), 21-41; Murat Yıkılmaz, *Üniversite Öğrencilerinde Varoluşsal Kaygı: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Kontrol Odağı ve Travma Sonrası Gelişimin Yordayıcılığı*, (Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2016).

3. Gelir düzeyi ve eğitim düzeyi değişkenine göre örneklemin gelir ve eğitim düzeyi arttıkça dini tutum puanları ve varoluşsal kaygı puanları azalmaktadır.
4. Medeni durum değişkenine göre evlilerin varoluşsal kaygı puanları bekarlardan anlamlı derecede düşükken dini tutum puanları anlamlı derecede yüksektir.
5. Örneklemin varoluşsal kaygı toplam, anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük kaygısı puanları ile dinî tutum puanları arasındaki ilişkiler negatif yönlü ve anlamlıdır.
6. Örneklemin varoluşsal kaygının anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük alt boyut puanları, dini tutum puanlarını negatif yönlü anlamlı derecede yordamaktadır.

1. Varoluşçuluk ve Varoluşçu Psikoloji/Psikoterapi

Varoluş kavramının felsefedeki karşılıklarından biri ontolojidir ve bu kavram, Yunanca var olma anlamına gelen “ontos” sözcüğünden türetilmiştir. Latincedeki karşılığı “existentia” olan kavramın sözlükteki tanımı “var olan, gerçeğe dayalı olarak var olan, gerçek varlık; özün karşıtı; bir şeyin ne olduğu ve nasıl olduğu değil, var olduğu olgusu”dur.⁹ Geçtan’a göre Avrupa’da ortaya çıkıp Amerika’da yaygınlaşan “varoluşçuluk” akımı öncelikle sanatçıların, yazarların, din adamlarının, entelektüellerin ilgisini çekmiş, ardından üniversite öğrencileri, toplum düzeninden şikayetçi olanlar, yeni fikir akımlarını izlemeyi sevenler gibi toplumun farklı kesimlerinde ilgi odağı haline gelmiştir.¹⁰ İster felsefi isterse psikolojik perspektiften bakılsın varoluşçu yaklaşım insanı bir birimler ve mekanizmalar topluluğu olmaktan ziyade “olmakta olan” bir varlık olarak nitelendirir.¹¹ May varoluşçuluğun tarihsel gelişimine işaret ederken onu, Rönesans’tan hemen sonra Batı düşüncesini ve bilimini altüst eden özne ve nesne arasındaki çatlağı ortadan kaldırmak suretiyle insanı anlamaya çalışma gayreti olarak tanımlar.¹²

Varoluşçuluğun, ateist olduğunu açıklayan filozof Sartre ile yola koyulması, başlangıçta bu felsefenin din ve maneviyatla yollarının kesişmeyeceği izlenimini uyandırır da aksine Kierkegaard, Tillich, Marcel gibi filozoflar, varoluşçuluğun din ve maneviyat dışarıda tutulmadan ele alınabileceğini göstermişlerdir.¹³ Modern varoluşçuluğun temelini Alman filozof Martin Heidegger tarafından atıldığı, bu nedenle kurucusunun Heidegger olduğu kabul edilmektedir. Ancak Heidegger felsefesinde daha çok varoluşçuluğu işlemiş olsa da kendi felsefesine ‘*insan varlığının*

⁹ Bedia Akarsu, *Felsefe Terimler Sözlüğü* (İstanbul: İnkılâp Kitapevi, 1998), 190.

¹⁰ Engin Geçtan, “Varoluşçu Psikolojinin Temel İlkeleri”, *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)* 7/1 (1974), 13.

¹¹ Engin Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri* (İstanbul: Remzi Kitapevi, 2021), 32.

¹² Rollo May, *Varoluşun Keşfi*, 60.

¹³ Erol Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat* (İstanbul: Kapı Yayınları, 2021), 64-100.

ontolojisi" adını vermiştir. Ayrıca varoluşçu felsefeyle psikoloji ve psikiyatri bilimleri arasındaki köprüyü kuranın da Heidegger olduğu konusunda görüşler vardır.¹⁴

Akademik çevrelerin yanı sıra sanat çevrelerini ve toplumsal hareketleri de etkileyen varoluşçu düşünce nispeten davranışçılığın ve biyolojik yaklaşımın baskın olduğu psikoloji ve psikiyatri alanında da yankı bulmuştur.¹⁵ Bunlardan varoluşçu psikoloji yaklaşımı, insan varoluşunun kaçınılmaz kaygılarını göğüslemeyi amaçlayan, özgür irade, kişinin eylemlerinin sorumluluğunu üstlenmesi, yaşamda anlam bulma, acı ve ölümü kabullenme ihtiyacı gibi konuları merkeze alan farklı bir bakış açısına sahip olmuştur.¹⁶ Böylece varoluşçu psikoloji insanı sadece bir özne, düşünen varlık, kontrol edilmesi gereken bir nesne olarak gören rasyonalizm ve idealizm karşısında alternatif bir tutum geliştirmiştir.¹⁷

Geçtan, Kierkegaard ve Nietzsche gibi varoluşçuların Batı dünyasında yaşayan insanların yaşamış olduğu anksiyete ve umutsuzluğun kökeninde "kendi dünyalarını kaybetmiş olma" olgusunun bulunduğu, modern insanın toplumuna yabancılaşarak kendi dünyasında tutsak olduğu görüşüne sahip olduklarını belirtmektedir.¹⁸ Psikoterapinin modern dünyada yaşanan siyasi, iktisadi ve sosyal olaylardan etkilenen insanların yaşadıkları psikolojik sorunlar karşısında yetersiz kaldığı konusunda görüşler vardır. Bu bağlamda Geçtan, varoluşçu psikoterapinin belirli kişilerden ziyade modern çağın bir gereği ve ürünü olarak ortaya çıktığını ileri sürer.¹⁹ Bu soruna çözüm arayan varoluşçu psikologlar bu yeni bir yaklaşımla insanın özgür iradesini, sorumluluğunu ve anlam arayışını dikkate alan varoluşçu psikoterapiyi geliştirmişlerdir.²⁰ Göka, varoluşçu psikoterapiyi bireyin varoluşuna yerleşmiş sorunlar üzerine odaklanan dinamik bir terapi yaklaşımı olarak tanımlamaktadır. Ona göre varoluşçu psikoterapi ekolü bu sorunların neler olduğu veya birey varoluşunun verileriyle yüz yüze geldiğinde ne tür çatışmalar yaşar sorusunun cevabını arar.²¹ Buna cevap olarak Yalom, bireyin her bir yaşam olayı ile yüz yüze gelmesinde dört temel varoluşsal dinamik çatışma ortaya çıkması olasılığından söz eder. Bunlar ölüm, özgürlük, yalnızlık ve anlamsızlık olarak sınıflandırılır.²² Varoluşçu psikoterapide danışanı veya hastayı anlama, kullanılan psikoterapi tekniklerinden önce gelir. Geleneksel yaklaşımın aksine varoluşçu psikoterapide tedavi sürecinde içeriğe odaklanılır. Dolayısıyla terapistin kullandığı teknik, tedaviye gelen bir danışandan diğerine değişiklik gösterebileceği gibi aynı danışanın tedavi sürecinde de esneklik

¹⁴ Geçtan, "Varoluşçu Psikolojinin Temel İlkeleri", 13.

¹⁵ Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, 98; Özer Çetin, *Rollo May Psikolojisinde Din ve Kişilik* (İstanbul: İz Yayıncılık, 2019), 47.

¹⁶ Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü* (Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2021), 775.

¹⁷ Gülnur İlk- Mustafa Bilici, "Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat", *Çekmece İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 8/17 (2020), 48.

¹⁸ Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, 48.

¹⁹ Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, 27-33.

²⁰ Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, 98; Özer Çetin, *Rollo May Psikolojisinde Din ve Kişilik*, 47.

²¹ Göka, *Psikoloji, Varoluş, Maneviyat*, 50.

²² Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 19-21.

gösterebilir.²³ Ayrıca varoluşçu terapist kendi varoluşu hakkında düşünmekten ve varoluşsal kaygılarıyla yüzleşmekten kaçınan insanı tüm yönleriyle anlamak için çaba gösterir.²⁴

2. Varoluşsal Kaygılar ve Dindarlık

Kaygı kavramı psikolojide herhangi bir tehlikenin korkusunun yansıması olarak insanda ortaya çıkan tedirginlik hali, akıl dışı korku durumu olarak tarif edilmektedir.²⁵ İnsanın bir şeyi ya da olayı gerçek bir tehdit olarak algılaması durumunda yaşanan duygu korku iken henüz somut gerçekliğe dönüşmemiş fakat bilinç düzeyinde neredeyse gerçeğe yakın algılanan tehdit edici bir durum karşısında hissedilen rahatsız edici duygu kaygıdır.²⁶ Kaygı bireysel anlamla yakından ilişkilidir. Korku nesnesi itibarıyla birçok insan için tehdit oluşturabilirken kaygı bireye özgüdür. Dolayısıyla korku nesnel iken kaygı öznelidir.²⁷ Kaygının nesnesine göre türleri değişmektedir ve bunlardan biri de varoluşsal kaygıdır. Varoluşçu filozof Kierkegaard insan ruhsal/spritüel bir varlık olduğu için kaygının yalnızca insanda bulunduğunu belirtir.²⁸ İnsan farkında olduğunun farkında bir varlık olarak kendisinin, hayatının farkında olduğu gibi hayatının bir gün sona ereceğinin de farkındadır. Bu farkındalık ölümün gerçekliğini ve kaçınılmazlığını bireye hatırlatır ve birey anlamlı bir hayat yaşayıp yaşamadığı konusunda kaygılanabilir.²⁹

Varoluşsal bunaltı olarak da isimlendirilen kaygılar anlam/anlamsızlık kaygısı, ölüm kaygısı, yalnızlık/yalıtılmışlık kaygısı ve özgürlük kaygısı olmak üzere dört ana başlık altında toplanır. Varoluşçu psikoterapi metodunu kullanan, Yalom bireyin her bir yaşam olayıyla karşılaşmasında “ölüm”, “özgürlük”, yalnızlık”, ve “anlamsızlık” dan oluşan dört temel varoluşsal kaygı kaynağı arasında çatışma çıkma ihtimali olduğunu belirtir. Ona göre yaşamı devam ettirme arzusu ile ölümün kaçınılmaz olduğu hakikatinin farkındalığı, ana varoluşsal çatışmayı oluşturur.³⁰ Ancak Göka, varoluşsal kaygı ile ilgili kavramlar konusunda Yalom’un kolay ve basit bir formüleleştirme yaptığını, oysa doğaları gereği bu kavramların üzerinde konsensüs sağlanacak şekilde kavramlaştırmanın oldukça zor olduğunu ve bu konuda bir kavram kargaşası olduğunu belirtir.³¹ Zira varoluşsal kaygı kavramları her ne kadar birbirinden ayrı kavramlarmış gibi görünse de esasen birbirine içkin durumdadır. Nitekim özgürlük kaygısı içerisinde ölüm, anlamsızlık ve yalnızlık kaygılarını da barındırır. Buna benzer olarak anlamsızlık sorunu ölüm, özgürlük ve yalnızlık

²³ Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, 51.

²⁴ Gizem Çelik, “Varoluş Felsefeleri, Varoluşçu Terapi ve Sosyal Hizmet”, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 19/3 (2017), 425.

²⁵ Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, 421.

²⁶ A. Kadir Özer, *Kaygı: Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme* (İstanbul: Sistem Yayınları, 2008), 11.

²⁷ Faruk Manav, “Kaygı Kavramı”, *Toplum Bilimleri Dergisi* 5/9 (2011), 202.

²⁸ Kierkegaard, *Kaygı Kavramı*, 37-39.

²⁹ Engin Geçtan, *Psikanaliz ve Sonrası* (İstanbul: Metis Yayınları, 2005), 305.

³⁰ Göka, *Psikoloji, Varoluş, Maneviyat*, 50; Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 19.

³¹ Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, 51.

kaygılarını; yalnızlık kaygısı da ölüm ve özgürlük kaygılarını içerir. İç içe geçmiş olan bu kaygılar ikilem meydana getirdikleri kavramlarla birlikte daha iyi anlaşılabilir. Öcal ölüm-hayat, anlam-anlamsızlık, özgürlük-zorunluluk, yalnızlık-beraberlik gibi birbirini tamamlayan ve yarattıkları zıtlıkla açığa çıkan kavram çiftlerinin varoluşsal kaygılara ilişkin kavram karmaşasını çözümlemeye yardımcı olabileceğini belirtir.³²

2.1. Anlam / Anlamsızlık Kaygısı

Doğası gereği bilme ihtiyacı içerisinde olan insan sürekli olarak sorgulama halindedir. Varoluşsal sorgulama insan zihnini meşgul eden, cevap bulmak için çabaladığı alanlardan biridir. Temel varoluşsal sorulardan biri de “hayatın anlamı nedir?” sorusudur. Psikolojinin yanı sıra felsefe, teoloji, sosyoloji ve pedagoji gibi farklı disiplinlere konu olan “hayatın anlamı” kavramıyla ilgili ilk değerlendirmeler varoluşçu filozoflardan gelmiştir. Varoluşçular hayatın kendine özgü anlamından ziyade bireylere özgü yani yoruma açık anlamının olduğunu iddia etmişlerdir. Diğer taraftan onlar teolojik ve felsefi öğretilerin aksine, insanın hayatın anlamını bizzat kendisinin keşfetmesi gerektiğini ileri sürmüşlerdir.³³

Hayatın anlamını sorgulamanın bir ruh hastalığı göstergesi olup olmadığı konusu tartışmalıdır. Bu konuda Freud, bireyin yaşamın anlamını veya değerini sorgulamasının ruhsal anlamda hasta olduğunun bir işareti olduğunu ileri sürerken Frankl, “*Ben yaşamın anlamını merak eden bir insanın, ruh hastalığını dışa vurmaktan çok, insanlığını kanıtladığına inanıyorum*” sözüyle anlam arayışının aslında insan olmanın ayırt edici bir özelliği olduğunu iddia eder.³⁴ Hatta Frankl bir adım daha ileri giderek yaşamda bir amaç veya misyon hissine sahip olmanın sağlıklı insan işleyişi için gerekli olduğu görüşünü savunur. Klinik çalışmalarında karşılaştığı nevrozların önemli bir bölümünün amaçsız bir yaşama sahip olmaktan kaynaklandığını tespit eden Frankl, anlamsızlığın varoluşsal stres oluşturduğu sonucuna ulaşmıştır. Ona göre varoluşsal nevroz, anlamsızlık kriziyle aynı anlamdadır.³⁵ Varoluşçu yaklaşımı psikolojiden psikoterapiye taşıyan Frankl hayatın anlamına ilişkin teorik çalışmalar yapmanın yanı sıra terapötik alanda da yeni bir yaklaşım geliştirmiş,³⁶ yeni bakış açısıyla geliştirdiği psikoterapi tekniğine “logoterapi (anlam terapisi)” adını vermiştir.³⁷

³² Oğuz Öcal, “Varoluşsal Sorunlar, Birey ve Yeni Hayat”, *Türklük Bilimi Araştırmaları* 28 (2010), 314.

³³ Viktor E. Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı / Psikoterapi ve Hümanizm*; Aslı Kartol, “Hayatın Anlamı”, *Pozitif Psikoloji*, ed. Sefa Bulut (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2020), 138.

³⁴ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı / Psikoterapi ve Hümanizm*, 27.

³⁵ Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 563.

³⁶ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı / Psikoterapi ve Hümanizm*; Kartol, “Hayatın Anlamı”, 138.

³⁷ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, 126.

2.1.1. Anlam / Anlamsızlık Kaygısı ve Dindarlık

Varoluşsal sorulara tatmin edici cevap veren sistemlerin başında gelen dinler hayatın anlamına ilişkin çeşitli araçlara sahiptir. Dinler, anlam üzerine kuruludur ve aynı zamanda önemli bir anlam potansiyeline sahiptir. Dinin hayatın hemen her alanına nüfuz etme potansiyeli aynı zamanda hayatı anlamlandırma konusunda da ona güç kazandırmaktadır. Din, bilinmeyen ve anlamlandırılmayan pek çok hususta tatminkâr cevaplar vererek soruların cevaplarını açıklığa kavuşturur. Bu konuda yapılan araştırmalar güçlü bir dinî inanca sahip bireylerin hayata anlam yüklerken olumlu bir algılayışa sahip olduğunu ortaya koymaktadır.³⁸

İnsanın inanç sistemi etrafında yapılanan bilişsel yapısı, onun karşılaştığı ve psiko-sosyal uyumunu bozan hayat olaylarını algılamasına ve anlamlandırmasına yardımcı olur. Kriz dönemlerinde devreye giren din, bir nevi filtre işlevi görerek onu yatıştırır. Bununla birlikte anlam, içerisinde gerçekleştirilmeyi bekleyen amaçları da barındırır. Ancak bu amaçlar istendiği gibi gerçekleşmediğinde veya gerçekleşme imkânı bulamadığında birey kalıcı amaçlara ihtiyaç duyar. Bu ihtiyaçlar onu din ile karşılaştırır ve din, bireye yalnızca dünyaya dair değil dünya-ötesine dair ebedi amaçlarla ve kalıcı hedeflerle cevap verir.³⁹

Anlamanın daha tatmin edici bir konuma ulaşmasının dinî bir içeriğe sahip olmak suretiyle olabileceğine dair güçlü bir kanaat olsa da onun bütünüyle dini olmadığı da bir gerçektir.⁴⁰ İnsanlar din harici anlam kaynaklarına da müracaat edebilir. Örneğin birey yakınlarıyla güçlü bağlar kurarak, faydalı işler yapıp eserler ortaya koyarak, sanatla iştigal ederek, felsefi bir görüşe veya ideolojiye güçlü bir bağlılık geliştirerek anlam ihtiyacını karşılayabilir.⁴¹ Ancak bu anlam kaynakları hayatı bütünüyle kapsayıcı, ölüm sonrası hayatı da içine alan yapıda olmadıklarından dinin anlam ihtiyacına cevap verme, anlamsızlık kaygısını yatıştırma gibi fonksiyonlarını üstlenemeyebilir ya da din kadar güçlü bir anlam da sunamayabilir.

2.2. Ölüm Kaygısı

Ölüm olgusu insan için kabul edilmesi zor ve kaçınılması imkânsız bir gerçekliktir. İnsanın hayat bulup dünyaya gelişiyile birlikte var olan ve yaşadıkça onun peşini bırakmayan bu gerçeklik aynı zamanda insan için kaygı kaynağıdır. Ölüm kaygısı ister istemez insanı ölüm üzerine düşünmeye ve ona dair soruların cevaplarını aramaya sevk eder. Bu sorgulayış aynı zamanda anlam arayışına da bir cevap oluşturur.⁴²

Ölüm her canlının bir gün karşılaşacağı bir durum olsa da kabullenilmesi oldukça zordur. Bununla birlikte varlıklar içerisinde ölümün farkında olan ve ölüm

³⁸ Karaca, *Din Psikolojisi*, 80-114.

³⁹ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 115-116; Karaca, *Din Psikolojisi*, 113-114.

⁴⁰ Hökelekli, *Din Psikolojisine Giriş*, 70.

⁴¹ Necmi Karşlı, "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 48 (Haziran 2020), 177.

⁴² Murat Yıldız, *Ölüm Kaygısı ve Dindarlık* (İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, 2014, 1.

bilincine sahip olan yegâne varlık da insandır. Yalom, ölüm kaygısının bazı insanlara zaman ve mekân gözetmeksizin eşlik ettiğini ve bu insanların hayat enerjilerinin büyük bir kısmını ölümün inkarına harcadıklarını belirtmektedir.⁴³ Hökelekli'ye göre ölüm genellikle seçilen ve tercih edilen değil katlanılan bir şeydir. Yaşamak bireyin kendisini ölüme göre ayarlaması ya da ölümün içinde anlam oluşturmaları olarak değerlendirilebilir.⁴⁴ Diğer bir deyişle ölüme yüklenen anlam bireyin hayat felsefesine göre şekillenirken hayata yüklenen anlam da bireyin ölümü algılayış biçimine göre farklılaşabilir.⁴⁵ Bireyler ölümü anlama ve anlamlandırma ihtiyacıdadır ve ölüm karşısındaki tutumları ona yüklemiş oldukları anlamla ilişkilidir.

2.2.1. Ölüm Kaygısı ve Dindarlık İlişkisi

Ölümün, insanın maddi varlığının sona ermesi olarak tanımlanması ve manevi alanın en mükemmel şekilde dinsel çerçevede teşekkül edeceği inancı ölüm ile din arasındaki ilişkiyi ortaya koyar.⁴⁶ Bu bağlamda antropoloji ve etnoloji gibi bilim dallarının yapmış oldukları araştırmalar, ölüm ve din kavramlarının birbiriyle en sık ilişkilendirilen kavramlar olduğunu ortaya koymaktadır. Tarih boyunca insanlar kaçınılmaz ve evrensel bir olgu olarak nitelendirdikleri ölümün hissettirdiği korku ve kaygı ile başa çıkmak için kültürel, felsefi ve dinsel araçlara yönelmişlerdir.⁴⁷ Din, burada insana büyük bir destek sunar. Tanrı'ya sığınma, ölümü kabullenmede en önemli destek unsurlarından biridir. Diğer taraftan din, ölümlü varlık olan insana ebedi bir gelecek vaadinde bulunduğu adeta ölümsüzlüğe erişmesine fırsat tanır.⁴⁸

Bu manada insanın Tanrı'ya bağlılığının güçlü olmasının ölüm kaygısıyla başa çıkmada kendisine yardımcı olabileceği belirtilmektedir.⁴⁹ Örneğin Fromm, ölüm kaygısından kurtulmak için dünyevileşmekten uzak durmaya gayret etmenin, yaşamı sahip olunacak bir şey gibi görüp sıkı sıkıya bağlanmamanın önemini vurgular.⁵⁰ Göka ise ölüm kaygısıyla başa çıkarken acının dönüştürücü gücünden yararlanılarak hayata anlam kazandırmanın etkili yararlı olabileceğini belirtir. O, bu noktadaki başarının bireyin değer dünyası, dünya görüşü ve anlam haritalarıyla doğru orantılı olduğunu ileri sürer. Buna ilaveten dinî inançların dayanışma, iyimserlik, umutlandırma gibi işlevlerinin olduğunu belirten Göka dinin ölüm ötesi hayata ilişkin konularda olumlu

⁴³ Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 70.

⁴⁴ Hayati Hökelekli, *Ölüm, Ölüm Ötesi Psikolojisi ve Din* (İstanbul: Dem Yay., 2008), 9.

⁴⁵ Karaca, *Din Psikolojisi*, 221-222.

⁴⁶ Karaca, *Din Psikolojisi*, 252-253.

⁴⁷ Murat Yıldız, "Ölüm Kaygısıyla Dindarlık Arasındaki İlişki Üzerine Bir Yorum", *Düşünen Siyaset* 1 (1999), 106.

⁴⁸ Karaca, *Ölüm Psikolojisi*, 252-253.

⁴⁹ Karaca, *Ölüm Psikolojisi*, 252-253.

⁵⁰ Erich Fromm, *Sahip Olmak ya da Olmak*, çev. Aydın Arıtan (İstanbul: Arıtan Yayınevi, 2003), 172.

görüş kazandırma, sabrı tavsiye etme ve Yaratıcıya güven duymayı sağlama gibi olumlu ruhsal potansiyeller içeriyor olmasının önemini vurgular.⁵¹

2.3. Yalnızlık / Yalıtılmışlık Kaygısı

İnsanın yüzleşmekten kaçındığı temel varoluşsal kaygılardan biri olan yalnızlık, kavram olarak çeşitliliğe sahiptir. Tek başına yaşayan insanın somut yalnızlığı, toplumdan uzaklaşan ve yabancılaşan insanın yalnızlığı, ilişkilerini en aza indiren insanın yalnızlığı, anlaşılmadığını düşünerek kendisini kimsesiz hissedenden insanın gerçek yalnızlığı gibi çeşitli yaşantılar “yalnızlık” türleri olarak nitelendirilebilir.⁵²

Araştırmacılar insanın yalnızlıkla ilgili ilk tecrübesini güvende olduğu anne karnından ayrılırken yaşadığını belirtir. Bu bağlamda Rank, insanın sürekli olarak sorumluluktan uzak olduğu ve ilk hazzı yaşadığı yer olan anne karnına dönmeyi arzuladığını belirtir. Bireyin anneden ilk ayrılışının yalnızlık kaygısına yol açtığını ve onun bu kaygıyı sürekli olarak bilinçaltında taşıdığını belirten Rank’a göre yalnızlık, hemen hemen tüm kaygıların kaynağıdır ve doğduğu günden itibaren insanı rahatsız eder. Her ayrılık ve yalnızlık, ilk ayrılık acısını hatırlattığı gibi bireyin yalnızlık kaygısını da aktive edebilir.⁵³ Younger ise varoluşsal yalnızlık kaygısının ölümü ve sonrasındaki hayatı düşünen bireylerde hayatın bir parçası olduğunu ileri sürer. Ona göre yalnızlık kaygısı, insanın kendisi ve diğerleri arasında anlaşılmaz bir boşluk oluşturur. Birey için ait olma, bağlanma gibi duygular bu kaygıyı yatıştırıcı olabilir. Böylece birey kendisini yalnız hissetmeyerek diğerleriyle bir olma, ortak bir bütünün parçası olma halini deneyimleyebilir.⁵⁴

2.3.1. Yalnızlık / Yalıtılmışlık Kaygısı ve Dindarlık

Yalnızlık genel anlamda bireyin içinde yaşadığı toplum ve çevre tarafından anlaşılmadığını düşünerek onlara yabancılaşması ile başlar. Ardından sosyal bütünleşme duygusunu kaybeden birey diğerleriyle yakınlık kurmasına sebep olacak olanakları değerlendiremez ve yaşadığı yalnızlık sebebiyle psikolojik olarak zorlanma yaşar. Gerek yalnızlık probleminin ortaya çıkması gerekse bununla baş etme konusunda bireyin hayatındaki çeşitli fiziksel, psikolojik ve sosyal faktörler etkilidir. Bu faktörlerden biri de kapsayıcı sosyo-kültürel bir unsur olan din ve dindarlıktır. Bireyin hayatının tüm yönlerini etkileme potansiyeli yüksek olan dinin yalnızlıkla da ilişkili olduğunu araştırmalar göstermektedir.⁵⁵ Dünya genelinde ve özelde Türkiye’de yapılan araştırmalar incelenecek olursa; kültürler arası (Puerto Rico’lu

⁵¹ Erol Göka, *Hoşçakal- Kayıp, Matem ve Hayatın Zorlukları* (İstanbul: Kapı Yayınları, 2018), 194-195.

⁵² Engin Geçtan, *İnsan Olmak* (İstanbul: Metis Yayınları, 2020), 108.

⁵³ Otto Rank, *Doğum Travması*, çev. Sabir Yücesoy (İstanbul: Metis Yayınları, 2001), 57-58; Erich Fromm, *Toplumsal Bilinçaltının Araştırılması* (İstanbul: Arıtan Yayınevi, 1998), 5.

⁵⁴ Janet B. Younger, “The Alienation of the Sufferer”, *Advanced Nursing Science* 17/4 (1995), 60.

⁵⁵ Muhammed Kızılgeçit, “Yalnızlık Dindarlık İlişkisi”, *Din Değerler ve Sağlık*, ed. Hayati Hökelekli (İstanbul: Dem Yayınları, 2017), 536-537.

öğrencilerle USA'lı öğrenciler) araştırma yapan bazı araştırmacılar yalnızlık ve dindarlık arasında anlamlı negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Bir diğer araştırmacı grup ise Kanadalı ve Portekizli yaşlılar örnekleminden yola çıkarak; dini grup ve pratiklere katılım, yalnızlık karşısında bireyin toplumla bütünleşerek ait olma duygularını güçlendirir ve buna ek olarak iç huzuru arttırarak dayanma gücü ve inanç noktasında da büyük destek sağlar.⁵⁶ Türkiye'de dinsel hayatla psiko-sosyal uyum göstergeleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Yaparel, çalışmasının sonucunda çok boyutlu yapıya sahip dinsel hayat ile yalnızlık arasında tek boyutlu ve tek yönlü bir boyut olmadığını, dinsel hayatın herhangi bir boyutu ile yalnızlık arasındaki ilişki bazı yaş gruplarında olumlu, bazılarında ise olumsuz çıktığını açıklamıştır.⁵⁷

Dindarlığın çok boyutlu bir yapıya sahip olması ve yalnızlığın gündelik hayatın akışı içerisinde çeşitli formlarda ortaya çıkması, insanî tecrübenin temel görüntülerindendir. Ancak dindarlıkla yalnızlık arasında bir ilişkiden söz etmek mümkün olsa da ikisi arasındaki ilişkinin hem dindarlık hem de yalnızlık tipine göre değişmesi sebebiyle oldukça karmaşık olduğu söylenebilir. Yapıcı, konu ile ilgili olarak bazı araştırmacıların dinin yalnızlığa karşı güçlü bir savunma olduğunu, bazılarının dinin duygusal boyutunu harekete geçiren temel güdünün kişisel yalnızlık hissi olduğunu, bazılarının ise dinî hayata sıkı sıkıya bağlanmanın sadece yalnızlık duygusuyla açıklanamayacağını ifade ettiklerini belirtir.⁵⁸

2.4. Özgürlük Kaygısı

Özgürlük serbestçe düşünme ve davranma durumu olarak tanımlanmaktadır.⁵⁹ İnsanın bir eylemi gerçekleştirirken iradesini kendi isteği doğrultusunda kullanabilmesi anlamına gelen özgürlük bilinçli bir tercih olarak yalnızca insana özgüdür. Özgürlük, seçilen şeyden ziyade, bireyin bir şeyi seçebilmesi ile anlam ve değer kazanmaktadır. Bu edinin Jaspers gibi bazı filozoflara göre varoluş ile iç içe geçmiştir. İnsana varlığı özgürlük ile birlikte verilmiştir ve insan, hürriyeti ile birlikte vardır.⁶⁰

İnsanların özgürlükleri için yapmış oldukları fedakarlıkları göz önünde bulunduran May, böyle bir bağlılık için "özgürlüğün çok derin bir anlamı, insan olmanın özü ile çok temel bir ilgisinin olması gerektiğini" ifade eder.⁶¹ O, özgürlüğün bireyin gelişiminde rol oynadığını ve kendi kendine şekil verme kapasitesi olduğunu

⁵⁶ Rokach, Ami Neto F.- Orzeck, Tricia, "Coping With Loneliness in Old Age: A Cross-Cultural Comparison, *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality Social* 23/2 (2004), 24-137'den aktaran Kızılgeçit, "Yalnızlık Dindarlık İlişkisi", 533.

⁵⁷ Recep Yaparel, *Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dini Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 1987).

⁵⁸ Asım Yapıcı, "Gençlerde Dindarlığın Farklı Görüntüleri ile Yalnızlık Arasındaki İlişkiler: Çukurova Üniversitesi Örneği", *Değerler Eğitimi Dergisi* 9/22 (2011), 186.

⁵⁹ Ahmet Fidan vd., *Örnekleriyle Türkçe Sözlük*, (Ankara: Türk Tarih Kurumu Basım Evi, 1996), "Özgürlük", 2242.

⁶⁰ Jaspers Karl, *Felsefe Nedir?*, çev. İsmet Zeki Eyüboğlu (İstanbul: Say Yayınları, 1986), 71.

⁶¹ Rollo May, *Özgürlük ve Kader*, çev. Ali Babaoğlu (İstanbul: Okyanus Yayınları, 2021), 13.

söyler. Ayrıca özgürlük, dünya veya gerçeklikle nasıl ilişki kuracağı konusunda bireyin karar vermesidir.⁶² Eylem olarak özgürlük bireyin bizzat haberi olsun veya olmasın, üzerinde düşünsün veya düşünmesin insanlara verilmiş bir yetidir.⁶³ İnsanın varoluşu ve özgürlüğü birbirinde ayrı düşünilemeyen iki ögedir.⁶⁴

Yalom bireyin hayatında özgürlüğü gizleyen toplumsal veya psikolojik kurumların işlevini kaybetmesiyle kendi özgürlüğü ile yüzleştiğini belirtir. Buna hazırlıksız yakalanan bireyin ise kaygı yaşamayı kaçınılmazdır. Ona göre özgürlük aynı zamanda sorumluluğu beraberinde getirdiği için özgürlükten kaçmak isteyen birey zorlanma, sorumluluğun yer değiştirmesi, sorumluluğun inkârı, özerk davranıştan kaçınma gibi savunma mekanizmaları geliştirir.⁶⁵ İnsan varlığının sonlu, özgürlüğünün ise sınırlı olduğunu ifade eden Frankl'a göre ise insanın özgürlüğü koşullardan bağımsız değildir ve insan ancak koşullar karşısında alacağı tavır konusunda özgürdür.⁶⁶

Frankl'a göre hayatın anlamını keşfetmek üç yolla mümkündür. Bunların ilki bir eser/yapıt ortaya koymaktır. İkincisi doğruluk, iyilik, güzellik gibi erdemleri yaşatmak, doğanın ve kültürün bir parçası olarak yaşamak, insanlarla etkileşime girmek yani sevmektir. Sonuncusu ise kaçınılmaz acıya karşı bir tavır geliştirmektir. Nihayetinde insan hayatı boyunca karşılaştığı zorlu olayları seçme özgürlüğüne sahip olmasa da bu olaylar karşısında vereceği tepkilerde tamamıyla özgürdür.⁶⁷

2.4.1. Özgürlük Kaygısı ve Dindarlık

Varoluşsal özgürlük kavramı iyi ya da kötü bireylerin kararlarından, eylemlerinden, davranışlarından ve koşullar dahil olmak üzere kendilerinden sorumlu oldukları, kendilerini ve dünyalarını oluşturdukları anlamını içerir. Dolayısıyla sorumluluk ile özgürlüğün birbirleri ile ayrılmaz bir bütün oldukları aşikardır. Özgürlüğün bedeli sorumluluktur denebilir. Buna göre bireyin kendi dünyasını oluşturacak ve şekillendirecek düzeyde özgür olmaması durumunda sorumluluk kavramı da anlamını yitirir. Aslında özgürlük asıl değerini sorumlulukla beraber yaşandığında kazanır.⁶⁸ Sorumluluk bireye yüklenen bir yük olmayıp sahip olduğu eşsiz varoluşsal niteliklerin beraberinde getirdiği doğal bir sonuçtur. Daha öz bir ifade ile insan yaratılışı ve tabiatı gereği sorumlu varlıktır.⁶⁹ Gestaltçı yaklaşıma

⁶² Rollo May, *Kendini Arayan İnsan*, çev. Kerem Işık (İstanbul: Okyanus Yayınları, 2021), 153-157.

⁶³ Søren Kierkegaard, *Kaygı Kavramı*, çev. Türker Armaner, (İstanbul: İş Bankası Yayınevi, 2016), 111.

⁶⁴ Erich Fromm, *Özgürlükten Kaçış- Faşizm, Demokrasi ve Özgürlük Üzerine*, çev. Şemsa Yeğin, (İstanbul: Say Yayınları, 2019), 50.

⁶⁵ Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 355-365.

⁶⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 144.

⁶⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 94-104.

⁶⁸ Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 298; Sema Yılmaz, *Irvin D. Yalom'un Psikoterapi Yaklaşımında Varoluşsal Kaygı ve Din* (Ankara: Grafiker Yayınları, 2023), 105; Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 57-60.

⁶⁹ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 125.

göre seçimleri doğrultusunda yaşayan bireyin seçimlerinden ve o seçimlerinde karar kılmasından kaynaklanan mutlak sorumluluğu vardır. İnsan kendi sorumluluğundan kaçamaz, eğer kaçarsa varoluşuna aykırı davranmış olur.⁷⁰

Dinin söz sahibi olduğu ve ağırlığını hissettirdiği alanlardan biri de kuşkusuz insanın sorumluluğudur. İnsan dini sorumluluklarını yüklenmediği takdirde orada ne dindarlıktan ne de değerlerden söz edilebilir. Din, bir konuda hüküm verdiğinde onu sorumlulukla koruma altına alır. Dindar bir birey Tanrı'ya karşı hissetmiş olduğu sorumluluk duygusuyla dinin emirlerini yerine getirmeye çalışır. Ancak o bunu kendisini zorunlu hissettiğinden değil, sevgi eksenli bir sorumluluk duygusuna sahip olduğu için yapar.⁷¹ Yapılan bazı araştırmaların sonuçları da bu görüşleri destekler niteliktedir. Mesala Bahadır'ın yapmış olduğu araştırma bulgularına göre yüksek dindarlık düzeyinde bulunanlardan sorumluluk düzeyi güçlü olanlar %89,9 olarak tespit edilirken, düşük dindarlık düzeyindekilerde bu oran %31,1 olarak tespit edilmiştir.⁷² Kartopu, Geçer ve Hacıkeleşoğlu'nun yapmış olduğu dindarlık eğilimine göre bireysel-sosyal sorumluluk duygu düzeylerinin karşılaştırılmasından elde edilen sonuçlara göre; hayatında dinin bir anlamı ve amacı olduğunu düşünen bireylerin bireysel ve sosyal sorumluluk duygu düzeyi bu şekilde düşünmeyenlere göre daha yüksektir ve kendisini dindar olarak görenlerin bireysel ve sosyal sorumluluk puanları bu şekilde düşünmeyenlere göre daha yüksektir.⁷³ Buna ek olarak Kazel'in yapmış olduğu araştırmada, orta yetişkinlik dönemindeki sorumluluk ve dindarlık ilişkisiyle ilgili olarak, orta yetişkinlerin sorumluluk duygu ve davranış düzeyleri ile dindarlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre sorumluluk ile dindarlık arasında hem duygu hem de davranış boyutunda pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.⁷⁴

⁷⁰ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı* (İstanbul: Remzi Kitapevi, 2021), 486.

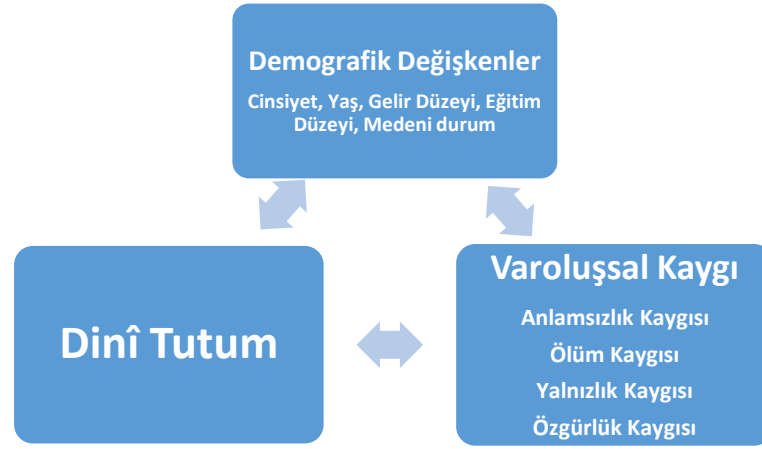
⁷¹ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 24.

⁷² Abdülkerim Bahadır, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din* (Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 1999), 186-187.

⁷³ Saffet Kartopu vd., "Sorumluluk Duygusu ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi* 11/58 (Ağustos 2018), 486.

⁷⁴ Yasin Samet Kazel, "Orta Yetişkinlik Döneminde Sorumluluk ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Nicel Bir Araştırma", *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 7 (Haziran 2023), 66.

3. Yöntem



Şekil 1. Araştırma Modeli

3.1. Araştırma Modeli

Dinî tutum ile varoluşsal kaygı arasındaki ilişkiyi tespit etmeyi amaçlayan araştırma, nicel yöntemle yapılmış kesitsel bir çalışmadır. Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmış olup bu yöntem, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığını, değişimin olması halinde bunun düzeyi ve yönünü belirlemek için kullanılır.⁷⁵

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini Türkiye'nin farklı bölgelerinden 15-65+ yaş üstü bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eğitim düzeyi ve medeni durum bakımından farklılıkları olan, gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul eden 467 bireyden oluşmaktadır. Farklı şehirlerden katılım sağlayarak araştırmanın örneklemini oluşturan bu bireyler rastgele örnekleme yoluyla seçilmiştir. Evrendeki her bireyin seçilme ihtimalinin birbirine eşit olduğu rastgele/yansız örnekleme, evrene genellemeler yapmaya imkan verir.⁷⁶ 15-65+ yaş aralığındaki katılımcıların yarıdan fazlasının 21-35 (%52.6) yaş grubunda yer aldığı görülmektedir. Bunu sırasıyla 36-50 (%20.7), 15-20 yaş (%17.3), 50 yaş üzeri (%9.2) yaş grupları izlemektedir. Katılımcıların %70.4'ü kadınsa %29.6'sı erkek; %56.3'ü bekarken %43.7'si evlidir. Eğitim düzeyi bakımından çeşitliliğe sahip katılımcıların çoğu lisans (%74.7) düzeyinde olup bunu sırasıyla lise (%11.6),

⁷⁵ Niyazi Karasar, *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (Ankara: Nobel Yayınları, 2005), 81; Jack R. Fraenkel vd, *How to Design and Evaluate Research in Education* (New York: The McGraw-Hill Companies, 2012), 330; John W. Creswell, *Araştırma Deseni- Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*, çev. ed. Selçuk Beşir Demir (Ankara: Eğiten Kitap, 2017), 13.

⁷⁶ Creswell, *Araştırma Deseni*, 158.

lisansüstü (%10.7), ortaokul (%1.9) ve ilkokul (%1.5) eğitim düzeyleri takip etmektedir. Katılımcıların önemli bir kısmının sosyo-ekonomik düzeyi “orta”dır (%65.7). Diğer katılımcıların gelir düzeyinin “ortanın üstü” (%14.6), “ortanın altı” (%13.5), “düşük” (%3.6) ve “yüksek” (%2.6) olduğu görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Bu formda katılımcılara “cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eğitim düzeyi ve medeni durum” ile ilgili sorular yöneltilmiştir.

Varoluşsal Kaygı Ölçeği: Yıkılmaz tarafından bireylerin varoluşsal kaygılarını ölçmek için geliştirilen ölçek, “anlamsızlık kaygısı, ölüm kaygısı, yalnızlık kaygısı, özgürlük kaygısı” olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. 25 maddeden oluşan ölçek, “beni hiç yansıtmıyor” ile “beni tamamen yansıtıyor” arasında derecelendirilen 5’li Likert tipindedir. Varoluşsal Kaygı Ölçeği’nden alınan toplam puanın yüksek olması bireyde varoluşsal kaygı düzeylerinin yüksekliğine işaret etmektedir. Orijinal ölçeğin güvenirliğini test etmek yapılan analizde iç tutarlık katsayısı $\alpha=.85$; ⁷⁷ bu çalışmada $\alpha=. 0,86$ bulunmuştur.

Ok-Dini Tutum Ölçeği: Araştırmada dindarlığı ölçmek için Ok Dinî Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Dinî tutumu belirlemek Ok tarafından geliştirilen ölçeğin biliş, duygu, davranış ve Tanrı ile ilişkili olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır. Ancak araştırmada analizler, ölçeğin toplam puanı esas alınarak yapılmıştır. 8 maddeden oluşan ölçek, “hiç katılmıyorum” ile “tamamına katılıyorum” arasında 5’li likert tipinde derecelendirilmiştir. İki farklı örnekleme gerçekleştirilen çalışma neticesinde geliştirilen ölçeğin orijinal formunun iç tutarlılığı $\alpha=.81$ ve $\alpha=.91$ ’dir.⁷⁸ Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alfa değeri $\alpha=. 85$ ’dir.

3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Gerekli etik kurulu izinleri alındıktan sonra veriler 2023 yılı Ocak– Haziran ayları arasında toplanmıştır. Katılımcılara anket soruları online olarak Google Form aracılığıyla ulaştırılmıştır. Ancak okumada ve teknolojik ürünleri kullanmada zorluk yaşayan gönüllü bazı yaşlı katılımcılarla veri toplama süreci yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 28.0 programı kullanılmıştır. Araştırmada kullanılacak testlerin belirlenmesi için Varoluşsal Kaygı Ölçeği ve alt boyut puanları ile Dinî Tutum Ölçeği genel puanının normallik değerlerine bakılmıştır. Bu amaçla verilerin çarpıklık ile basıklık değerleri incelenmiş, değerlerin ± 2 aralığında olduğu görülmüş ve dağılımın normal olduğu kabul edilmiştir.⁷⁹ Veriler normal dağılım gösterdiğinden analiz için parametrik testlerden t-testi, One Way Anova, Pearson korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizi testleri kullanılmıştır.

⁷⁷ Murat Yıkılmaz, *Üniversite Öğrencilerinde Varoluşsal Kaygı*, 107.

⁷⁸ Üzeyir Ok, “Dini Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması”, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2 (2011), 537-545.

⁷⁹ Darren George- Paul Mallery, *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, (Boston: Pearson, 2010).

4. Bulgular

4.1. Varoluşsal Kaygı ile İlgili Bulgular

Araştırmada cinsiyete göre katılımcıların varoluşsal kaygı ölçeğinin ölüm kaygısı alt boyut puanı anlamlı derecede farklılaştığı ($t_{(465)}=2.743$, $p<.05$) görülmektedir. Buna göre kadınların ölüm kaygısına ilişkin ortalama puanları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte cinsiyete göre katılımcıların yalnızlık kaygısı ($t_{(465)}=0.616$, $p>.05$), özgürlük kaygısı ($t_{(465)}=1.018$, $p>.05$), anlamsızlık kaygısı ($t_{(465)}=0.664$, $p>.05$) alt boyut puanları ve varoluşsal kaygı genel puanları ($t_{(465)}=1.576$, $p>.05$) arasındaki farklılığın anlamlılık düzeyine ulaşmadığı görülmektedir (Bk. Tablo 1).

Tablo 1. Cinsiyete Göre Örneklemin Varoluşsal Kaygı Düzeyleri

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Anlamsızlık Kaygısı	Kadın	329	21,92	8,63	t= 0,664	0,507*
	Erkek	138	21,35	8,22		
Ölüm Kaygısı	Kadın	329	9,02	3,66	t=2,743	0,006**
	Erkek	138	8,05	2,99		
Yalnızlık Kaygısı	Kadın	329	10,74	4,47	t=0,616	0,538*
	Erkek	138	10,47	4,16		
Özgürlük Kaygısı	Kadın	329	10,85	4,62	t=1,018	0,304*
	Erkek	138	10,39	3,92		
Varoluşsal Kaygı Toplam	Kadın	329	52,53	14,64	t=1,576	0,116*
	Erkek	138	50,26	13,13		
		*p>0.05	**p<0.05			

Yaşa göre katılımcıların varoluşsal kaygı toplam puanlarının ($F_{(3,463)}=4.557$, $p<.05$), yalnızlık kaygısı ($F_{(3,463)}=12.062$, $p<.05$) ve özgürlük kaygısı ($F_{(3,463)}=5.643$, $p<.05$) alt boyut puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiş, diğer boyutlarda farklılık anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır ($p>.05$). LSD çoklu karşılaştırma yöntemi kullanılarak farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlenmiştir. Buna göre 15-20 yaş aralığındaki katılımcıların varoluşsal kaygı genel puan ortalaması 21-35 yaş arasındaki katılımcılardan; 36-50 yaş arasındaki katılımcıların puanları 50 yaş üzerindeki katılımcılardan daha yüksektir. Yalnızlık kaygısı ile ilgili bulgular incelendiğinde 15-20 yaş aralığındaki katılımcıların puanlarının 21-35 yaş arasındaki katılımcılardan; 21-35 yaş arasındaki katılımcıların puanlarının 36-50 yaş aralığında bulunanlardan; 36-50 yaş arasındaki katılımcıların puanlarının 50 yaş üzerindeki katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Özgürlük alt boyut puanları bakımından ise 15-20 yaş aralığındaki katılımcıların

özgürlük kaygısı alt boyut puan ortalaması 36-50 yaş grubunda bulunan ve 50 yaş üzerindeki katılımcılardan daha yüksektir (Bk. Tablo 2).

Tablo 2. Yaşa Göre Örneklemen Varoluşsal Kaygı Düzeyleri

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Anlamsızlık Kaygısı	15-20 (a)	81	22,7	8,86	F= 1,241	0,294*
	21-35 (b)	246	21,4	8,14		
	36-50 (c)	97	22,0	9,05		
	50 yaş üzeri (d)	43	22,4	8,54		
Ölüm Kaygısı	15-20 (a)	81	9,22	3,59	F=1,984	0,115*
	21-35 (b)	246	8,85	3,64		
	36-50 (c)	97	8,48	3,33		
	50 yaş üzeri (d)	43	7,72	2,70		
Yalnızlık Kaygısı	15-20 (a)	81	12,37	4,58	F=12,062 Anlamlı Fark: a>b>c>d	0,000**
	21-35 (b)	246	10,91	4,36		
	36-50 (c)	97	9,85	3,99		
	50 yaş üzeri (d)	43	7,88	3,21		
Özgürlük Kaygısı	15-20 (a)	81	11,79	5,08	F=5,643 Anlamlı Fark: a>c, d; b>d	0,001**
	21-35 (b)	246	10,98	4,35		
	36-50 (c)	97	10,01	3,81		
	50 yaş üzeri (d)	43	8,77	4,06		
Varoluşsal Kaygı Toplam	15-20 (a)	81	56,15	15,85	F= 4,557 Anlamlı Fark: a>b; c>d	0,004**
	21-35 (b)	246	51,77	14,12		
	36-50 (c)	97	50,74	12,42		
	50 yaş üzeri (d)	43	56,15	15,85		

*p>0.05

**p<0.001

Gelir düzeyine göre ise katılımcıların varoluşsal kaygı toplam puanı ($F_{(2,464)}=4.32$, $p<.05$) ve yalnızlık kaygısı ($F_{(2,464)}=6.859$, $p<.05$) alt boyut puanı arasındaki fark anlamlıdır. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan analizde gelir düzeyi düşük katılımcıların varoluşsal kaygı genel puanlarının yüksek olanlardan; yalnızlık kaygısında gelir düzeyi düşük ve orta olanların puanlarının yüksek olanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer boyutlarda ise anlamlı farklılık tespit edilememiştir (Bk. Tablo 3).

Tablo 3. Gelir Düzeyine Göre Örneklemen Varoluşsal Kaygı Düzeyleri

	Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Anlamsızlık Kaygısı	Düşük (a)	80	23,40	8,86	F= 2,2	0,112*
	Orta (b)	307	21,60	8,40		
	Yüksek(c)	80	20,68	8,43		
Ölüm Kaygısı	Düşük (a)	80	8,55	3,31	F= 1,329	0,72*
	Orta (b)	307	8,83	3,51		
	Yüksek(c)	80	8,55	3,69		
Yalnızlık Kaygısı	Düşük (a)	80	11,71	4,64	F= 6,859 Anlamlı Fark: a, b>c	0,001**
	Orta (b)	307	10,77	4,26		
	Yüksek(c)	80	9,23	4,24		
Özgürlük Kaygısı	Düşük (a)	80	11,36	4,69	F=1,874	0,155*
	Orta (b)	307	10,73	4,27		
	Yüksek(c)	80	10,01	4,66		
Varoluşsal Kaygı Toplam	Düşük (a)	80	55,03	14,88	F=4,32 Anlamlı Fark: a>c	0,014**
	Orta (b)	307	51,92	14,21		
	Yüksek(c)	80	48,46	13,03		

*p>0.05

**p<0.001

Araştırmada eğitim düzeyine göre katılımcıların anlamsızlık kaygısı alt boyut puanları dışında puanlar arası anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(2,464)}=9.29$, $p<.05$). Yapılan LSD çoklu karşılaştırma analizinde eğitim düzeylerine göre katılımcıların anlamsızlık kaygısı puanlarında anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür ($p<.05$). Buna göre lise ve altı eğitim düzeyindeki grubun anlamsızlık kaygısı puanları lisans ve lisansüstü düzeyde olanlardan; lisans düzeyindekilerin puanları ise lisansüstü düzeyde olanlardan anlamlı derecede yüksektir (Bk. Tablo 4)

Tablo 4. Eğitim Düzeyine Göre Örneklemen Varoluşsal Kaygı Düzeyleri

	Eğitim Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Anlamsızlık Kaygısı	Lise ve altı (a)	70	24,43	10,49	F= 9,29	0,000**
	Lisans (b)	347	21,79	8,12		

	Lisansüstü (c)	50	17,76	6,39	Anlamlı Fark: a>b>c	
Ölüm Kaygısı	Lise ve altı (a)	70	8,20	2,83		
	Lisans (b)	347	8,87	3,63	F=1,143	0,32*
	Lisansüstü (c)	50	8,54	3,42		
Yalnızlık Kaygısı	Lise ve altı (a)	70	9,93	4,39		
	Lisans (b)	347	10,86	4,40	F=1,443	0,237*
	Lisansüstü (c)	50	10,36	4,15		
Özgürlük Kaygısı	Lise ve altı (a)	70	10,33	4,64		
	Lisans (b)	347	10,78	4,43	F=0,312	0,732*
	Lisansüstü (c)	50	10,82	4,15		
Varoluşsal Kaygı Toplam	Lise ve altı (a)	70	52,89	14,87		
	Lisans (b)	347	52,29	14,29	F=2,724	0,067*
	Lisansüstü (c)	50	47,48	12,31		

*p>0.05

**p<0.001

Araştırmada katılımcıların medeni durumlarına göre varoluşsal kaygı toplam puanları ($t_{(465)}=-3.493$, $p<.05$), yalnızlık kaygısı ($t_{(465)}=-5.498$, $p<.05$) ve özgürlük kaygısı ($t_{(465)}=-4.689$, $p<.05$) puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Ölüm kaygısı ve anlamsızlık kaygısı alt boyutlarında ise gruplar arasında anlamlı farklılık yoktur ($p>.05$). Bulgular incelendiğinde bekar katılımcıların varoluşsal kaygı toplam puanlarının ve yalnızlık, özgürlük kaygısı alt boyut puanlarının evlilerden anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Bk. Tablo 5).

Tablo 5. Medeni Duruma Göre Örneklemin Varoluşsal Kaygı Düzeyleri

	Medeni Durum	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Anlamsızlık Kaygısı	Evli	204	21,79	8,55	t= 0,095	0,924*
	Bekar	263	21,72	8,49		
	Evli	204	8,40	3,24	t=-1,8	0,073*

Ölüm Kaygısı	Bekar	263	8,99	3,67		
Yalnızlık Kaygısı	Evli	204	9,44	3,92	t=-5,498	0,000**
	Bekar	263	11,62	4,49		
Özgürlük Kaygısı	Evli	204	9,65	3,79	t=4,689	0,000**
	Bekar	263	11,54	4,70		
Varoluşsal Kaygı Toplam	Evli	204	49,28	12,98	t=0,095	0,924*
	Bekar	263	53,86	14,85		

*p>0.05 **p<0.001

4.2. Dinî Tutum ile İlgili Bulgular

Cinsiyete göre katılımcıların dini tutum genel puanları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır ($t_{(465)}=1.762$, $p>.05$). Ancak katılımcıların dindarlık genel puanları yaş gruplarına anlamlı derecede farklılaşmaktadır ($F_{(2,464)}=4.439$, $p<0.001$). Farklılaşmanın hangi yaş grupları arasında olduğunun tespiti için yapılan LSD çoklu karşılaştırma analizi sonucuna göre 36-50 ve 50 yaş üstü yaş grubunun dini tutum puanları, 15-20 ve 21-35 yaş grubunun puanlarından anlamlı derecede yüksektir. Gelir düzeyine göre katılımcıların dini tutum puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($F_{(2,464)}=7.383$, $p<0.001$). Yapılan LSD analizi sonucuna göre gelir düzeyi orta ve yüksek olan katılımcıların dini tutum puanları, gelir düzeyi düşük olanlardan anlamlı derecede yüksektir. Eğitim düzeylerine göre katılımcıların dini tutum puanları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır ($F_{(2,464)}=0.705$, $p>.05$). Ancak medeni duruma göre katılımcıların dini tutum puanları anlamlı derecede farklılaşmaktadır ($t_{(465)}=2.911$, $p<.05$). Buna göre evlilerin dini tutum puanları, bekarlardan yüksektir (Bk. Tablo 6).

Tablo 6. Demografik Değişkenlere Göre Örneklemen Dini Tutum Düzeyleri

Demografik Özellikler		N	%	$\bar{X}$	Ss	t / F	P
Cinsiyet	Kadın	329	70,4	4,40	0,63	t= 1,762	0,079*
	Erkek	138	29,6	4,29	0,71		
Yaş	15-20 (a)	81	17.3	4,14	0,66	F= 4,439 Anlamlı Fark: c,d>a,b	0.004**
	21-35 (b)	246	52.6	4,39	0,59		
	36-50 (c)	97	20.7	4,48	0,68		
	50 yaş üzeri (d)	43	9.2	4,43	0,81		
Gelir Düzeyi	Düşük (a)	80	17.1	4,13	0,76	F= 7,383	0,001**
	Orta (b)	307	65.7	4,40	0,63		

	Yüksek (c)	80	17.1	4,50	0,59	Anlamlı Fark: b,c>a	
Eğitim Durumu	Lise ve altı (a)	71	16.6	4,36	0,78		
	Lisans (b)	60	14.0	4,36	0,64	F= 0,705	0,495*
	Lisansüstü (c)	239	55.8	4,47	0,56		
Medeni Durum	Evli	204	43,7	4,47	0,69	t= 2,911	0.004**
	Bekar	263	56,3	4,29	0,61		
Toplam Dini Tutum Puanları		467	100.0	1.69	0.66		
		*p>0.05 **p<0.001					

4.3. Varoluşsal Kaygı ile Dini Tutum Arasındaki İlişkiler ile İlgili Bulgular

Araştırmada varoluşsal kaygı ile dini tutum arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizinde dini tutum puanlarıyla varoluşsal kaygı toplam ($r=-.464$, $p<.05$), ölüm kaygısı ($r=-.284$, $p<.01$), yalnızlık kaygısı ($r=-.279$, $p<.01$), özgürlük kaygısı ($r=-.144$, $p<.05$) ve anlamsızlık kaygısı ($r=-.440$, $p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Buna göre katılımcıların dini tutum düzeyleri arttıkça varoluşsal kaygı düzeylerinin düştüğünden söz edilebilir (Bk. Tablo 7).

Tablo 7. Varoluşsal Kaygı ile Dini Tutum Arasındaki Korelasyon

	Varoluşsal Kaygı Toplam	Ölüm Kaygısı	Yalnızlık Kaygısı	Özgürlük Kaygısı	Anlamsızlık Kaygısı	Dini Tutum
Varoluşsal Kaygı Toplam	1					
Ölüm Kaygısı	,593**	1				
Yalnızlık Kaygısı	,705**	,417**	1			
Özgürlük Kaygısı	,648**	,359**	,604**	1		
Anlamsızlık Kaygısı	,729**	,178**	,179**	,105*	1	
Dini Tutum	-,464**	-,284**	-,279**	-,144**	-,440**	1

Araştırmada varoluşsal kaygı alt boyutlarının dini tutum düzeylerini yordayıp yordamadığı regresyon analizi ile test edilmiş, regresyon modelinin istatistiksel olarak

anlamli olduğu bulunmuştur ($F_{(4,462)}=40.027$, $p<.001$). Bulgulara göre dini tutum puanlarının %25.7'si varoluşsal kaygının boyutlarıyla açıklanmaktadır. Ölüm kaygısı ($B=-0.03$, $t=-3.637$, $p<.05$), yalnızlık kaygısı ($B=-0.027$, $t=-3.452$, $p<.05$) ve anlamsızlık kaygısı ($\beta=-0.03$, $t=-9.388$, $p<.05$) katılımcıların dini tutum düzeylerini negatif yönde, anlamlı derecede yordamaktadır. Anlamlılık gösteren ölüm, yalnızlık ve anlamsızlık kaygısı puanları arasında dini tutum düzeylerini en çok etkileyen değişkenler sırasıyla anlamsızlık kaygısı, yalnızlık kaygısı ve ölüm kaygısıdır. Özgürlük kaygısı puanlarının dini tutum düzeyleri için anlamlı bir yordayıcı olmadığı belirlenmiştir (Bk. Tablo 8).

Tablo 8. Dini Tutum Üzerinde Varoluşsal Kaygının Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

	B	β	t	p
Sabit	5,463		54,82	
Ölüm Kaygısı	-0,03	-0,163	-3,637	,000**
Yalnızlık Kaygısı	-0,027	-0,181	-3,452	0,001**
Özgürlük Kaygısı	0,01	0,065	1,278	0,202*
Anlamsızlık Kaygısı	-0,03	-0,385	-9,388	,000**
F (4,462) = 40.027		R=0,507	R ² =0,257	
		*p>0.05	**p<0.001	

5. Tartışma- Sonuç

5.1. Demografik Değişkenlere Göre Örneklemin Varoluşsal Kaygı ve Dinî Tutum Düzeyleri

Varoluşsal kaygılar ve dinî tutum ilişkisinin ele alındığı araştırmada demografik değişkenlere göre varoluşsal kaygı ve dinî tutum puanlarında anlamlı derecede farklılaşmaların olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada demografik değişken olarak cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eğitim düzeyi ve medeni durum belirlenmiştir.

5.1.1. Cinsiyete Göre Varoluşsal Kaygı ve Dinî Tutum Düzeyleri

Araştırmada varoluşsal kaygı genel ve anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük alt boyut puanlarında cinsiyet değişkenine göre yalnızca ölüm kaygısı puanında istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılığın olduğu tespit edilmiş, kadınların ölüm kaygısı puanlarının erkeklerden yüksek olduğu belirlenmiştir. *Buna göre kadınların varoluşsal kaygı puanlarının, erkeklerden anlamlı derecede yüksek olacağına ilişkin hipotezin sadece bir boyutta desteklendiği söylenebilir.* Literatürde kadınların ölüm kaygısının erkeklerden yüksek olduğu sonucuna ulaşılan çalışmalar olduğu gibi, erkeklerin ölüm kaygısının kadınlardan yüksek olduğu ve her iki cinsiyet arasında farklılaşmanın olmadığı araştırmalara rastlanmaktadır. Örneğin Tepe'nin, Şahan'ın, Çınar'ın ve Kurt'un çalışmalarında bu araştırmanın sonuçlarını destekler biçimde

kadınların ölüm kaygısının erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur.⁸⁰ Ayten'in Türk ve Ürdünlü öğrencilerin katıldığı araştırmasında da benzer bir sonuca ulaşılmıştır.⁸¹ Kuzu ve Doğan'ın dini tutum ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkileri incelediği araştırmanın, Doğan ve Karaca'nın Covid-19 salgın sürecinde aktif çalışan sağlık çalışanlarıyla yürüttükleri araştırmanın sonuçlarına göre ise erkeklerin ölüm kaygısı düzeyleri kadınlardan daha yüksektir.⁸² Çakmak'ın yetişkinlerle yürüttüğü çalışmada ise iki cinsiyet arasında farklılık tespit edilememiştir.⁸³

Araştırmada cinsiyete göre anlam kaygısı puanlarında anlamlı bir fark elde edilememiştir. Bu konuda Kırac'ın yapmış olduğu araştırma sonucunda ise varoluşsal kaygılardan anlam duygusunun kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.⁸⁴ Başka bir araştırmada kadınların yaşamda anlam arayışı puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁸⁵

Yalnızlık kaygısı konusunda araştırmada kadınların ve erkeklerin puanları anlamlı derecede farklılaşmamıştır. Literatür incelendiğinde daha çok erkeklerin puanlarının daha yüksek olduğunun belirlendiği çalışmalar göze çarpmaktadır. Yalnızlık üzerine yapılmış tezleri inceleyerek bir meta-analiz çalışması yapan Pamuk ve arkadaşları, etki büyüklüğü yüksek olmasa da erkeklerin kadınlardan daha fazla yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşmışlardır.⁸⁶ Yakut ve Certel'in yapmış olduğu

⁸⁰ Filiz Tepe, *Varoluşsal Bir Sorun Olarak Ölüm Kaygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (İstanbul: Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 44.; Müge Kurt, *Yetişkinlerde Varoluşsal Kaygının, Bağlanma Stilleri ve Umutsuzluk İle Olan İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019), 55; Sena Şahan, *Çocuklar Özel Eğitim Desteği Alan Ailelerin Yaşamda Anlamlılık, Varoluşsal Kaygılar ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi* (Lefkoşa: Yakın Doğu Üniversitesi, Yurtdışı Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 38; Mehmet Çınar, "Tanrı'ya Bağlanma Tarzı ve Ölüm Kaygısı İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 45 (Haziran 2016), 327

⁸¹ Ali Ayten, "Üniversite Öğrencilerinde Ölüm Kaygısı: Türk ve Ürdünlü Öğrenciler Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* IX/4 (2009), 98.

⁸² Hatice Kuzu – Mebrure Doğan, "Dini Tutum ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişki: Tasavvufa İntisabı Olan Bireylerle Olmayanların Karşılaştırmalı Bir Araştırması", *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 7/2 (Aralık 2024), 500; Mebrure Doğan - Faruk Karaca, "Covid-19 Salgın Sürecinde Aktif Çalışan Sağlık Çalışanlarında Ölüm Kaygısı ile Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma", *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 1/55 (2021), 338.

⁸³ Aişe Hümeysra Çakmak, "Yetişkinlerdeki Dindarlık, Ahlaki Olgunluk ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 9/19 (Ocak 2022), 40.

⁸⁴ Ferdi Kırac, "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu", *Mukaddime* 7 (Temmuz 2013), 176.

⁸⁵ Fatma Saliha Atabay Gazioğlu, *Psikolojik Belirtilerin Yordayıcıları Olarak Ölüm Kaygısı, Anlamsızlık, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikolojik Esneklik* (İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 33.

⁸⁶ Mustafa Pamuk vd., "Türkiye'de Yalnızlık Üzerine Yapılan Tezlerin Cinsiyet Bağlamında İncelenmesi: Meta Analitik Bir Çalışma", *Eğitimde Kuram ve Uygulama* 11/4, (Mayıs 2015), 1406.

araştırmada da erkek öğretmenlerin yalnızlık düzeylerinin kadın öğretmenlerden yüksek olduğu belirlenmiştir.⁸⁷

Varoluşçular kaygının bireysel özgürlüğe sahip olmak için ödenen bir bedel olduğunu ileri sürmektedirler. Özgürlük kaygısı kavramına göre bireyler yaşadıkları hayatın sorumluluğundan kaynaklı bir kaygı yaşamaktadırlar. Özgürlük kaygısı ve cinsiyet değişkeni hakkında literatür incelendiğinde kadınların erkeklere göre daha yüksek özgürlük kaygısı gösterdiği görülmektedir. Buna ek olarak kadınların artan yükümlülükleri sebebiyle sorumluluk ve özgürlük arasındaki dengeyi sağlamada erkeklere nazaran daha fazla zorlandıkları iddia edilmektedir.⁸⁸ Ancak araştırmada kadınların ve erkeklerin özgürlük kaygısı puanları birbirine çok yakın olup anlamlı bir farklılık yoktur.

Araştırmada dinî tutum puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. *Buna göre kadınların dini tutum puanlarının erkeklerden anlamlı derecede yüksek olacağına ilişkin hipotez desteklenmemiştir.* Literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar olduğu gibi⁸⁹ kadınların dindarlık düzeylerinin erkeklerden⁹⁰ veya erkeklerin dindarlık düzeyinin kadınlardan⁹¹ anlamlı derecede yüksek olduğuna dair bulguların elde edildiği araştırmalar mevcuttur. Yapılan bir meta-analiz çalışmasında araştırmaların %27,94'ünde kadınların, %20,59'unda erkeklerin daha dindar olduğu sonucuna ulaşılmış, %51,47'sinde cinsiyete göre dindarlık puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir.⁹² Yapıcı, kadınların mı yoksa erkeklerin mi daha dindar olduğu konusunda elde edilen farklı sonuçlarda dindarlığın tanımı, çeşitleri,

⁸⁷ Selahattin Yakut - Hüseyin Certel, "Öğrencilerde Yalnızlık Problemi", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 5/8 (Aralık 2016), 84.

⁸⁸ Şule Demir- Gözde İkizer, "Varoluşsal Kaygının Kişilik, Sağlık ve Demografik Özellikler İle İlişkisi", *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 18/4, (Aralık 2020), 359-364.

⁸⁹ Gülşah Arvas, *Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet, Hegemonik Erkek Algısı ve Dindarlık İlişkisi Van ve İstanbul Örneği* (İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021), 42; İbrahim Tanrıku, *Dindarlık ve Evlilikte Mutluluk İlişkisi- Özvatan Örneği*, (Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022), 44.

⁹⁰ Orhan Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi* (Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2011), 170; Tuba Eserler, *Yetişkinlerde Dindarlık, Şükür ve Mutluluk İlişkisi Üzerine Nicel Bir Araştırma* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022), 40; Ali Ayten, *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*, (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2009), 119.

⁹¹ Ayşenur Barak- Hasan Kaplan, "Dindarlık ve Tüketici Tarzları Arasındaki İlişki Üzerine Nicel Bir Araştırma", *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 4 (2021), 132; Ahmet Onay, *Dindarlık, Etkileşim ve Değişim*, (İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2004), 103.

⁹² Asım Yapıcı, "Türk Toplumunda Cinsiyete Göre Dindarlık Farklılaşması: Bir Meta-Analiz Denemesi", *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17/2 (Aralık 2012), 1.

ölçme araçları ve örneklemin kendine özgü nitelikleri gibi faktörlerin etkili olduğu görülmektedir.⁹³

5.1.2. Yaşa Göre Varoluşsal Kaygı ve Dinî Tutum Düzeyleri

Araştırmada örneklemin yalnızlık, özgürlük ve varoluşsal kaygı toplam alt boyut puanları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuçlar yaş arttıkça yalnızlık, özgürlük ve toplam varoluşsal kaygının anlamlı derecede azaldığını göstermektedir. *Buna göre katılımcıların yaşı yükseldikçe varoluşsal kaygı puanlarının düşeceğine ilişkin hipotez kısmen desteklenmiştir.* Araştırmada yaş arttıkça yalnızlık kaygısının azalması, yaş gruplarına göre anlamlılık düzeyine ulaşmıştır. Ancak literatürde yalnızlık yaş ilişkileri konusunda farklı sonuçların elde edildiği görülmektedir. Yakut ve Certel'in öğretmenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada ise bu araştırmanın bulgularının tersine yaş ilerledikçe yalnızlık düzeyinin arttığı ve 50-59 yaş grubundaki öğretmenlerin yalnızlık puanlarının diğer yaş gruplarından istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁹⁴ Kızılgeçit'in yapmış olduğu araştırmada ise yaş ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir.⁹⁵ Ergenlerle gerçekleştirilen bir çalışmada ergenlik döneminde yalnızlık kavramının yoğun bir şekilde hissedildiği sonucuna ulaşılmıştır.⁹⁶ Ergenlerin döneme özgü kimlik kargaşası yaşamalarının yalnızlık düzeylerini yükselten faktör olabileceği belirtilmektedir.⁹⁷ Özgürlük kaygısı puanlarının da yaş arttıkça düştüğü görülmüştür. Buna göre 15-20 yaş grubunun puanı, 36-50 ve 50 yaş üstü grubun puanlarından; 21-35 yaş grubunun puanları 50 yaş üstünden istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. Varoluşsal kaygı toplam puanda ise 15-20 yaş grubunun puanları, 21-35 yaş grubunun puanlarından; 36-50 yaş grubunun puanları 50 yaş üstünden daha yüksektir. Kurt'un çalışmasında da benzer sonuçlara ulaşılmıştır.⁹⁸ Yaş ilerledikçe varoluşsal kaygını düşmesi, yaşla birlikte tecrübenin artması, sorunlarla başa çıkma becerisinde artış olması, hayatın anlamını keşfetme, ölüm kaygısıyla başa çıkma, yalnızlık karşısında sosyal destek kaynaklarına sahip olma, kendi hayatıyla ilgili seçimler yapma, hayatının sorumluluğunu alma gibi faktörler kaygıyı düşürmüş olabilir.

⁹³ Asım Yapıcı, "Cinsiyete Göre Farklılaşan Dindarlık ve Kadınlarda Dinsel Yaşamın Farklı Görüntüleri", *Dini Araştırmalar* 19/49, (t.y.), 133.

⁹⁴ Yakut- Certel, "Öğretmenlerde Yalnızlık Düzeyinin Çeşitli Değişkenler Açısında İncelenmesi", 85.

⁹⁵ Muhammed Kızılgeçit, *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık İlişkisi* (Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, 2011), 134.

⁹⁶ Nur Yücel, *Ergenlerin Akran İlişkileri ve Yalnızlık Düzeylerinde Evde İnternet Kullanımının Etkisinin İncelenmesi* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009), 38.

⁹⁷ Özlem Çakır- Ebru Oğuz, "Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki", *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 13/1 (2017), 419.

⁹⁸ Kurt, *Yetişkinlerde Varoluşsal Kaygının, Bağlanma Stilleri ve Umutsuzluk ile Olan İlişkisinin İncelenmesi*, 59.

Dini tutum puanları da yaşa göre anlamlı derecede farklılaşmakta olup 15-20 yaş grubunun puanları, 21-35 yaş grubunun puanlarından; 36-50 yaş grubunun puanları 50 yaş üstünden daha yüksektir. En düşük dini tutum puan ortalaması 15-20 yaş grubuna ait iken en yüksek puan ortalaması 36-50 yaş grubuna aittir. *Buna göre katılımcıların yaşı yükseldikçe dini tutum puanlarının yükseleceğine ilişkin hipotezin desteklendiği söylenebilir.* Yaşın dini tutum puanlarıyla ilişkisi dini gelişim dönemleri bağlamında değerlendirilebilir. Zira en düşük puanı alan grubun çoğunun ergenlik döneminde olduğu düşünülürse 15-20 yaş grubunda dini şüpheler ve çatışmaların, suçluluk ve günahkarlık duygularının daha yoğun yaşanabileceği, dindarlıklarının da bundan etkilenebileceği bir dönemde olmaları ile açıklanabilir.⁹⁹ Diğer taraftan en yüksek puan ortalamasına sahip 50 yaş üstü bireylerin bir kısmının orta ve ileri yetişkinlik bir kısmının yaşlılık döneminde oldukları düşünülürse bu dönemde dini konulara ilginin artmasıyla birlikte dini hayatta canlanma olması, dindarlık düzeylerini artırabilir.¹⁰⁰ Ayrıca gençler yaşlarının verdiği duygularla önlerinde daha uzun bir zaman olduğunu düşünüp dini görevlerini ihmal ederken yaşı ilerleyen bireylerin zamanın azaldığının fark etmeleri ve buna bağlı olarak dini motivasyonlarında artış olması, dini tutumda puanlarındaki farklılığın nedeni olabilir.¹⁰¹ Literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar vardır. Arslan'ın araştırmasında, en düşük dindarlığın 20-29 yaş grubunda, en yüksek dindarlığın ise 60 yaş ve üzeri grubunda olduğu belirlenmiştir.¹⁰² Baynal'ın çalışmasında en yüksek dindarlık düzeyinin 46-60 yaş grubunda olduğu gözlenmiştir.¹⁰³ Literatürde yaş değişkenine göre dindarlık düzeyinde anlamlı farklılık bulunamamış çalışmalar da yer almaktadır.¹⁰⁴

5.1.3. Gelir Düzeyine Göre Varoluşsal Kaygı ve Dinî Tutum Düzeyleri

Araştırmada gelir düzeyine göre varoluşsal kaygı toplam ve yalnızlık kaygısı boyutunda gruplar arası anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Gelir düzeyi düşük ve orta olanların yalnızlık kaygıları, gelir düzeyi yüksek olanlardan anlamlı derecede yüksektir. *Buna göre örneklemin gelir düzeyi yükseldikçe varoluşsal kaygı düzeylerinin düşeceğine ilişkin hipotezin desteklendiği söylenebilir.* Varoluşsal kaygı toplam puanda ise gelir düzeyi düşük olanların ortalamaları, gelir düzeyi yüksek olanlardan anlamlı

⁹⁹ Faruk Karaca, *Dini Gelişim Psikolojisi* (Trabzon: Eser Ofset, 2016), 135.

¹⁰⁰ Faruk Karaca, *Dini Gelişim Psikolojisi*, 206-226.

¹⁰¹ Murat Sarı, "The Impacts Of The Age Factor On Religiosity", *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* XXVII/2 (2017), 257.

¹⁰² Mustafa Arslan, "Geleneksellik ve Yaşlı Dindarlığı: Taşrada Sosyal Hizmet Alamayan Yaşlıların Dindarlık Durumları Üzerine Uygulamalı Bir İnceleme", *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi* 2/2 (2009), 118.

¹⁰³ Fatma Baynal, "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", *İnsan ve Toplum Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 4/1 (2015), 215.

¹⁰⁴ Fatih Karayel, *Mevlit ile İlgili İnanç ve Tutumlar- İstanbul Avcılar Örneği*, (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014), 69; İbrahim Tanrıku, *Dindarlık ve Evlilikte Mutluluk İlişkisi*, 36; Merve Kansu, *Benlik Saygısı ile Dini Tutumu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*, (İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017), 64.

derecede yüksektir. Buna göre gelir düzeyinin düşük olmasının varoluşsal kaygı yaşama açısından risk faktörü oluşturduğu söylenebilir. Orta gelir düzeyine mensup olanların düşük düzeyle birlikte yüksek gelire sahip olanlara oranla daha fazla yalnızlık kaygısı yaşamaları, araştırmanın dikkat çekici sonuçlarından biridir. Katılımcıların yalnızlık kaygılarının temelinde fiziksel olarak yalnızlaşmadan ziyade, değişen sosyolojik yapıyla birlikte ilişkileri en aza indirmenin veya anlaşılmadığını düşünmenin bir sonucu olarak kendisini yalnız hissetme olabilir. Göka'ya göre modern zamanlar hem maruz kalmış yalnızlığı hem de yalnızlık korkusunu artırmıştır. Bununla kalmamış, yalnızlık hissini ve tercih edilmiş yalnızlık olarak “solo yaşam” tercihini normalleştirmiştir.¹⁰⁵

Gelir düzeyine göre dini tutum puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiş olup gelir düzeyi orta ve yüksek olanların dini tutum puanları düşük olanlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. *Buna göre örneklemin gelir düzeyi yükseldikçe dini tutum düzeylerinin düşeceğine ilişkin hipotezin desteklenmediği görülmektedir.* Literatürde araştırma bulgularını destekleyen sonuçların yanı sıra gelir düzeyi düşük olanların daha dindar olduklarına dair sonuçlar da elde edilmiştir. Köftegöl ve Kazak'ın araştırmalarında da örneklemin gelir düzeyleri arttıkça dindarlık düzeylerinin arttığı belirlenmiştir.¹⁰⁶ Öğretmenler üzerinde yürütülen bir araştırmada ise en yüksek dindarlık puanını orta gelir grubu almıştır.¹⁰⁷ Sosyo-ekonomik düzey farklılıklarına göre dindarlık düzeyinin farklılaşmadığı çalışmalar da bulunmaktadır.¹⁰⁸

5.1.4. Eğitim Düzeyine Göre Varoluşsal Kaygı ve Dinî Tutum Düzeyleri

Araştırmada varoluşsal kaygıların yalnızca anlamsızlık boyutunda eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiş, eğitim düzeyi düştükçe anlamsızlık kaygısının anlamlı derecede arttığı görülmüştür. En yüksek anlamsızlık kaygısı puanına lise ve altı grubunun, en düşük anlamsızlık kaygısı puanına ise lisansüstü grubunun sahip olduğu belirlenmiştir. *Buna göre örneklemin eğitim düzeyi arttıkça varoluşsal kaygı düzeylerinin düşeceğine ilişkin hipotezin kısmen desteklendiği söylenebilir.* Kurt'un araştırmasında da sadece anlamsızlık kaygısı boyutunda anlamlı farklılaşma tespit edilmiş, fakat yapılan post- hoc testine göre anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğu belirlenememiştir. Şahan'ın araştırmasında araştırma bulgularına benzer şekilde eğitim düzeyi düştükçe anlamsızlık kaygısı artmaktadır. Bu araştırmada ilköğretim düzeyinde eğitimi

¹⁰⁵ Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, 166.

¹⁰⁶ Özlem Köftegöl, *Yetişkin Bireylerde Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*, (Çanakkale: Onsekiz Mart Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018), 168; Mehmet Kazak, *Yapay Zeka Kaygısı, Yabancılaşma ve Dindarlık İlişkisi*, (Denizli: Pamukkale Üniversitesi, İslami İlimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 61.

¹⁰⁷ Soner Ercan, *Sınıf Öğretmenlerinde Değerler, Dindarlık ve Stresle Başa Çıkma İlişkisi* (Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021), 147.

¹⁰⁸ Yıldız, *Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*, s. 180.

olanların anlamsızlık puanları lise ve lisans düzeyinde olanlardan anlamlı derecede yüksektir.¹⁰⁹

Araştırmada dini tutum puanları bakımından eğitim düzeyi değişkeninin gruplar arasında anlamlı derecede farklılaşmaya yol açmadığı tespit edilmiştir. *Buna göre örneklemin eğitim düzeyi arttıkça dini tutum düzeylerinin düşeceğine ilişkin hipotezin desteklenmediği görülmektedir. Ancak literatürde eğitim düzeyi yükseldikçe dindarlık puanlarının düştüğü yönünde araştırmalar bulunmaktadır.*¹¹⁰

5.1.5. Medeni Duruma Göre Varoluşsal Kaygı ve Dinî Tutum Düzeyleri

Araştırmada varoluşsal kaygı toplamın yanı sıra yalnızlık ve özgürlük kaygısı puanlarının medeni durum değişkenine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Bu boyutlarda bekarların puanları evlilerden anlamlı derecede yüksektir. *Buna göre medeni duruma göre evlilerin varoluşsal kaygı puanlarının bekarlardan anlamlı derecede düşük olacağına ilişkin hipotezin kısmen desteklendiği söylenebilir.* Araştırmanın bulgularına benzer şekilde Büyükyıldız ve Kesgin'in araştırmasında da bekar katılımcıların evli katılımcılara göre yalnızlığı daha sık ve yoğun yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Evlilerin hayatında eş ve çocukların olması, onların yalnızlık kaygısını daha az yaşamalarının nedeni olabilir.¹¹¹

Medeni durum değişkenine dini tutum puanlarında gruplar arası anlamlı farklılaşma belirlenmiş, evlilerin dini tutum puan ortalamalarının bekarlardan yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. *Medeni duruma göre evlilerin dini tutum düzeylerinin bekarlardan anlamlı derecede yüksek olacağına ilişkin araştırma hipotezi desteklenmiştir.* Literatürde medeni duruma göre dindarlık düzeylerinin anlamlı derecede farklılaşmadığı çalışmaların¹¹² yanı sıra araştırma bulgularına benzer şekilde evlilerin dindarlık düzeyinin bekarlardan yüksek bulunduğu çalışmalar da vardır. Konuyla ilgili olarak Ayten, evlilerin bekarlara göre dini ibadetleri yerine getirme konusunda daha istekli olabildiklerini belirtirken Karaca, bu durumu çocuk eğitimiyle ilişkilendirmekte, anne-babaların çocuklarına daha iyi eğitim vermek ve model olmak istemelerinin bu farkın nedenlerinden olabileceğini ifade etmektedir.¹¹³ Ayrıca bireylerin evlilikle birlikte daha düzenli bir hayat yaşamalarının ibadetleri

¹⁰⁹ Şahan, *Çocukları Özel Eğitim Desteği Alan Ailelerin Yaşamda Anlamlılık, Varoluşsal Kaygılar ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi*, 39.

¹¹⁰ Köftegöl, *Yetişkin Bireylerde Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*, 164; Baynal, "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", 216.

¹¹¹ Esma Büyükyıldız- Bedrettin Kesgin, "Medeni Durumları Farklı Olan Bireylerde Yalnızlık ile Başa Çıkma", *Toplum ve Sosyal Hizmet* 34/2 (2023), 308-307.

¹¹² Ayşe Çevikbaş, *36-60 Yaşlar Arası Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı- Dindarlık İlişkisi: Isparta Örneği*, (Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 52; Dağlı, *Yaşlılarda Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*, 89.

¹¹³ Ali Ayten, *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*, 129; Karaca, *Din Psikolojisi*, 347.

yerine getirmeyi kolaylaştıracağı, bunun da dindarlık düzeylerine yansiyabileceği ileri sürülmektedir.¹¹⁴

5.2. Varoluşsal Kaygılar ve Dindarlık Arasındaki İlişki

Araştırmada ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizinde dini tutum ile varoluşsal kaygı toplam, ölüm kaygısı, yalnızlık kaygısı, özgürlük kaygısı ve anlamsızlık kaygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Dolayısıyla *varoluşsal kaygı ile dini tutum arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğuna yönelik araştırma temel hipotezi doğrulanmıştır*. Buna göre dini tutum düzeyi arttıkça varoluşsal kaygının düşeceği söylenebilir.

Yapılan regresyon analizinde de dini tutum puanlarının %25,7'sinin varoluşsal kaygının boyutlarıyla açıklandığı; ölüm kaygısı, yalnızlık kaygısı ve anlamsızlık kaygısının katılımcıların dini tutum düzeylerini negatif yönde ve anlamlı derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Dini tutum düzeylerini en çok etkileyen değişkenler sırasıyla anlamsızlık kaygısı, yalnızlık kaygısı ve ölüm kaygısıdır. Özgürlük kaygısının dini tutum düzeyleri için anlamlı bir yordayıcı olmadığı belirlenmiştir. Buna göre *“örneklemin varoluşsal kaygının anlamsızlık, ölüm, yalnızlık ve özgürlük alt boyut puanları, dini tutum puanlarını negatif yönlü anlamlı derecede yordamaktadır”* şeklindeki hipotezi özgürlük kaygısı hariç desteklenmiştir.

Varoluşsal kaygının bir boyutu anlamsızlık kaygısıdır. Bireyin hayatın anlamına dair sorgulamaları tatmin edici bir cevapla sonuçlanmazsa varoluşsal anlamsızlık kaygısı yaşamaktadır. Anlam arayışı bireyi kaygılandıran bir durumdur ve bu arayış onun yolunu dine çıkarabilir. Zira dinler mensuplarına hazır bir anlam sunduklarından önemli bir anlam kaynağı durumundadırlar. Literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar vardır. Vural ve Ayten'in araştırmasında dindarlık ile anlamsızlık arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.¹¹⁵ Aksoy'un yetişkinlerle yürüttüğü bir araştırmada dini yönelim düzeyi arttıkça hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.¹¹⁶ Hayatın anlamı ile dindarlık arasındaki ilişkileri inceleyen çalışma sonuçları da araştırmanın bulgularını desteklemektedir. Zira literatürde dindarlık düzeyi arttıkça hayatta anlam bulmanın artacağı yönünde sonuçlara rastlanmaktadır. Yapılan bazı çalışmalarda dini tutum ve dini yönelim ile hayatın anlamı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.¹¹⁷ Araştırmada yapılan regresyon analizinde anlamsızlık kaygısının

¹¹⁴ Baynal, "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", 214.

¹¹⁵ Muhammet Enes Vural- Ali Ayten, "Dindarlık ve Depresyon İlişkisinde Anlamsızlığın Aracı Rolü" *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 55 (Haziran 2021), 387.

¹¹⁶ Elif Aksoy, *Yetişkinlik Döneminde Hayatı Anlamlandırma ve Dindarlık İlişkisi (Gaziantep Örneğinde)* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Mayıs 2019), 46

¹¹⁷ Aksoy, *Yetişkinlik Döneminde Hayatı Anlamlandırma ve Dindarlık İlişkisi*, 46; Karşlı, "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi", 196; Orhan Koçak, "How Religious Attitudes Are Associated with Depression in Turkish Society during the

dini tutumu negatif yönde yordadığı sonucu elde edilmiştir. Karslı'nın yaptığı bir araştırmada ise dini tutumun hayatın anlamı üzerindeki etkisinin %60,4 oranında olduğu belirlenmiştir.¹¹⁸ Dolayısıyla örneklemin dini tutumu arttıkça anlamsızlık kaygısı düşüyorsa anlam bulma düzeyinin de artabileceğinden söz edilebilir.

Varoluşsal kaygının bileşenlerinden biri ölüm kaygısıdır. Literatürde bu araştırmanın bulgusuna benzer şekilde ölüm kaygısı ile dindarlık arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilen çalışmalar bulunmaktadır. Kuzu ve Doğan'ın tasavvufa intisabı olanlarla olmayanların ölüm kaygılarını karşılaştırdıkları araştırmasında bu iki değişken arasındaki ilişkiler negatif yönlü anlamlı bulunmuştur.¹¹⁹ Dindarlığın ölüm kaygısını hafifletici etki yapması beklenen bir sonuçtur. Hökelekli, dinlerin ölümün neden olduğu kaygıyı hafifletmek için ölüm sonrasında ölümsüzlüğün varlığına inancı insanlara sunduğunu, genellikle dindar bireylerin ölüm ve ölüm sonrası hayatla ilgili bazı bilgilerinin olduğunu ve bu nedenle ölüm fikri karşısında kendilerini çaresiz hissetmeyebileceklerini belirtmektedir.¹²⁰ Ancak dindarlık ölüm sonrası hayatta hesap verme, cennet-cehennemin varlığı gibi inançların etkisiyle bireyin dini görevlerini hakkıyla yerine getirme şüphesini uyandırarak ölüm kaygısını artıran bir etki de meydana getirebilir. Bu nedenle dinin ölüm kaygısını hafifletebileceği gibi artırabileceği, etkinin çift kutuplu olabileceği söylenebilir.¹²¹ Bu bağlamda literatürde araştırma bulgularının tersine dindarlığın ölüm kaygısını artırabileceğini gösteren araştırmalar da vardır. Örneğin Çınar'ın çalışmasında Tanrı'ya güvenli bağlanma ile ölüm kaygısı arasındaki ilişki pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.¹²² Elbette bireyin dindarlığının düzeyi ve yönü, dini içselleştirip içselleştiremediği, dini algılama biçimi, ölüm sonrası hayata dair inancı benimseme derecesi gibi faktörler de sonuçlar üzerinde etkili olabilir.

Yalnızlık kaygısı da varoluşsal kaygının bileşenlerindendir. Araştırmada elde edilen sonuçlar örneklemin dini tutumu arttıkça yalnızlık kaygısının azalacağını göstermektedir. Literatürde araştırma sonuçlarını destekleyen bulguların olduğu görülmektedir. Turan'ın araştırmasında öznel dindarlık algısı, olumlu dini başa çıkma arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.¹²³ Dindarlığın her bir boyutu ile yalnızlık toplam puanları arasındaki ilişkiyi analiz eden Kızılgeçit'in araştırmasında ise tüm dindarlık boyutlarında dindarlık düzeyi yüksek olan katılımcıların yalnızlık düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.¹²⁴

COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Meaning in Life", *Religions* 13/10 (Ekim 2022), 8.

¹¹⁸ Karslı, "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi", 192.

¹¹⁹ Kuzu- Doğan, "Dini Tutum ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişki", 504.

¹²⁰ Hökelekli, *Ölüm, Ölüm Ötesi Psikolojisi ve Din*, 61-68.

¹²¹ Ayten, "Üniversite Öğrencilerinde Ölüm Kaygısı", 101.

¹²² Çınar, "Tanrı'ya Bağlanma Tarzı ve Ölüm Kaygısı İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", 331.

¹²³ Yahya Turan, "Yalnızlıkla Başa Çıkma: Yalnızlık, Dini Başa Çıkma, Dindarlık, Hayat Memnuniyeti ve Sosyal Medya Kullanımı", *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 22/1 (Haziran 2018), 416- 422.

¹²⁴ Muhammed Kızılgeçit, *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma* (Ankara: Gece Kitaplığı Yayınları, 2015), s. 203.

Öğretmenlerle gerçekleştirilen bir araştırmada ise öğretmenlerin dindarlık puanları arttıkça yalnızlık düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir.¹²⁵

Varoluşsal kaygının bileşenlerinden biri de özgürlük kaygısıdır. Araştırma bulgularına göre dini tutum ile özgürlük kaygısı arasındaki ilişki negatif yönlü anlamlı olduğu için katılımcıların dini tutum puanları arttıkça özgürlük kaygısının azalacağı söylenebilir. Ancak regresyon analizi sonuçlarına göre özgürlük kaygısı dini tutum üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir (Bk. Tablo 8). Literatürde dindarlık, dini tutum ve özgürlük kaygısı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bir bütün olarak varoluşsal kaygı puanları değerlendirildiğinde dini tutum ile arasındaki ilişkinin negatif yönlü olması, dindarlığın temel varoluşsal kaygıları yatıştırıcı bir etkisinin olduğunu kanıtı olarak değerlendirilebilir.

Araştırmada elde edilen sonuçlar göz önünde bulundurularak yapılabilecek öneriler şunlardır:

- Literatürde varoluşsal kaygılar ile dindarlık arasındaki ilişkileri ele alan araştırmaların oldukça sınırlı olması nedeniyle farklı örneklem gruplarıyla yapılacak yeni nicel çalışmalar, varoluşsal kaygı probleminin anlaşılmasına yardımcı olabilir. Ayrıca konuyla ilgili yapılacak nitel araştırmalar varoluşsal kaygıların bireyin dindarlığıyla ilişkisinin daha iyi anlaşılmasını sağlayabilir.
- Klinik psikologlar ve psikiyatristler özellikle varoluşsal kaygılarından muzdarip hasta ve danışanlarına psikolojik yardım sağlarken din ve maneviyat desteğinden yararlanabilir.
- Konuyla ilgilenen araştırmacılar bu çalışmanı sonuçlarına dayanarak veya akademik çalışmalar yaparak varoluşsal kaygılarla dini başa çıkma konusunda psikoeğitim programları veya manevi danışmanlık uygulama modelleri vb. hazırlayabilir.

¹²⁵ Selahattin Yakut, *Öğretmenlerde Yabancılaşma, Yalnızlık ve Dindarlık İlişkisi: Polatlı Örneği*, (Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2016), 181.

KAYNAKÇA

- Akarsu, Bedia. *Felsefe Terimler Sözlüğü*. İstanbul: Inkılap Kitapevi, 9.Basım, 1998.
- Aksoy, Elif. *Yetişkinlik Döneminde Hayatı Anlamlandırma ve Dindarlık İlişkisi (Gaziantep Örneğinde)*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Mayıs 2019.
- Arslan, Mustafa. "Geleneksellik ve Yaşlı Dindarlığı: Taşrada Sosyal Hizmet Alamayan Yaşlıların Dindarlık Durumları Üzerine Uygulamalı Bir İnceleme". *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi* 2/2 (2009), 112-125.
- Arvas, Gülşah. *Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet, Hegemonik Erkek Algısı ve Dindarlık İlişkisi Van ve İstanbul Örneği*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.
- Ayten, Ali. *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2009.
- Ayten, Ali. "Üniversite Öğrencilerinde Ölüm Kaygısı: Türk ve Ürdünlü Öğrenciler Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma". *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* IX/4 (2009), 85-108.
- Bahadır, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din / Logoterapik Bir Araştırma*. İstanbul: İnsan Yayınları, 4. Basım, 2018.
- Bahadır, Abdülkerim. *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 1999.
- Barak, Ayşenur- Kaplan, Hasan. "Dindarlık ve Tüketici Tarzları Arasındaki İlişki Üzerine Nicel Bir Araştırma". *Türk Din Psikolojisi Dergisi*. 4 (2021), 119-153.
- Baynal, Fatma. "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi". *İnsan ve Toplum Bilimler Araştırmaları Dergisi* 4/1 (2015), 206-231. <https://doi.org/10.15869/itobiad.96269>
- Budak, Selçuk. *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2021.
- Büyükyıldız, Esmâ- Kesgin, Bedrettin. "Medeni Durumları Farklı Olan Bireylerde Yalnızlık ile Başa Çıkma". *Toplum ve Sosyal Hizmet* 34/2 (2023), 285-311. <https://doi.org/10.33417/tsh.1025586>
- Cüceloğlu, Doğan. *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitapevi, 39.Basım, 2021.
- Creswell, John W. *Araştırma Deseni- Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*. çev. ed. Selçuk Beşir Demir, Ankara: Eğiten Kitap, 3. Basım, 2017.
- Çakır, Özlem- Oğuz, Ebru. "Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki". *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 13/1 (Nisan 2017), 418-429. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.290711>
- Çakmak, Aişe Hümeysra. "Yetişkinlerdeki Dindarlık, Ahlaki Olgunluk ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 9/19 (Ocak 2022).
- Çelik, Gizem. "Varoluş Felsefeleri, Varoluşçu Terapi ve Sosyal Hizmet". *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 19/3 (2017): 417-439. <https://doi.org/10.16953/deusosbil.280561>
- Çetin, Özer. *Rollo May Psikolojisinde Din ve Kişilik*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2019.
- Çevikbaş, Ayşe. *36-60 Yaşlar Arası Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı- Dindarlık İlişkisi: Isparta Örneği*. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.
- Çınar, Mehmet. "Tanrı'ya Bağlanma Tarzı ve Ölüm Kaygısı İlişkisi Üzerine Bir Araştırma". *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 45 (Haziran 2016), 313-338.

Dağlı, Emel Nuriye. *Yaşlılarda Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2010.

Demir, Şule- İkizer, Gözde. "Varoluşsal Kaygının Kişilik, Sağlık ve Demografik Özellikler ile İlişkisi". *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 18/4 (2020), 352-368. <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.648986>

Doğan, Mebrure- Karaca, Faruk. "Covid-19 Salgın Sürecinde Aktif Çalışan Sağlık Çalışanlarında Ölüm Kaygısı ile Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma". *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 1/55 (2021), 327-351. <https://doi.org/10.29288/ilted.885721>

Ercan, Soner. *Sınıf Öğretmenlerinde Değerler, Dindarlık ve Stresle Başa Çıkma İlişkisi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi 2021.

Eserler, Tuba. *Yetişkinlerde Dindarlık, Şükür ve Mutluluk İlişkisi Üzerine Nicel Bir Araştırma*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2022.

Fidan, Ahmet vd. *Örnekleriyle Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1996.

Fraenkel, Jack R. vd. *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: The McGraw-Hill Companies, 8.Basım, 2012.

Frankl, Viktor E. *Duyulmayan Anlam Çılgılığı / Psikoterapi ve Hümanizm*. çev. Selçuk Budak. İstanbul: Totem Yayınları, 2018.

Frankl, Viktor E. *İnsanın Anlam Arayışı*. çev. Selçuk Budak. İstanbul: Okyanus Yayınları, 72. Basım, 2020.

Fromm, Erich. *Özgürlükten Kaçış- Faşizm, Demokrasi ve Özgürlük Üzerine*. çev. Şemsa Yeğin. İstanbul: Say Yayınları, 2019.

Fromm, Erich. *Sahip Olmak ya da Olmak*. çev. Aydın Arıtan. İstanbul: Arıtan Yayınevi, 2003.

Fromm, Erich. *Toplumsal Bilinçaltının Araştırılması*. İstanbul: Arıtan Yayınevi, 1998.

Gazioğlu, Fatma Saliha Atabay. *Psikolojik Belirtilerin Yordayıcıları Olarak Ölüm Kaygısı, Anlamsızlık, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikolojik Esneklik* (İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023).

Geçtan, Engin. *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis Yayınları, 2020.

Geçtan, Engin. *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları, 11. Basım, 2005.

Geçtan, Engin. *Varoluş ve Psikiyatri*. İstanbul: Remzi Kitapevi, 2021.

Geçtan, Engin. "Varoluşçu Psikolojinin Temel İlkeleri". *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)* 7/1 (1974), 13-17. <https://doi.org/10.1501/Egifak 00000000417>

George, Darren- Mallery, Paul. *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Boston: Pearson, 10. Basım, 2010.

Göka, Erol. *Hayatın Anlamı Var mı?* İstanbul: Timaş Yayınları, 2014.

Göka, Erol. *Hoşçakal Kayıp, Matem ve Hayatın Zorlukları*. İstanbul: Kapı Yayınları, 2018.

Göka, Erol. *Psikoloji, Varoluş, Maneviyat*. İstanbul: Kapı Yayınları, 1.Baskı, 2021.

Gürsu, Orhan. *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2011.

Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Dem Yayınları, 2017.

Hökelekli, Hayati. *Ölüm, Ölüm Ötesi Psikolojisi ve Din*. İstanbul: Dem Yayınları, 2008.

- İlk, Gülnur- Bilici, Mustafa. "Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat". *Çekmece İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 8/17 (Aralık 2020), 45-62.
- Kansu, Merve. *Benlik Saygısı ile Dini Tutumu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Karaca, Faruk. *Din Psikolojisi*. Trabzon: Kişisel Yayınlar, 2015.
- Karaca, Faruk. *Ölüm Psikolojisi*. İstanbul: Beyan Yayınları, 2000.
- Karaca, Faruk. *Dini Gelişim Psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset, 2016.
- Karasar, Niyazi. *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları, 2005.
- Karayel, Fatih. *Mevlit İle İlgili İnanç ve Tutumlar- İstanbul Avcılar Örneği*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Karl, Jaspers. *Felsefe Nedir?* çev. İsmet Zeki Eyüboğlu. İstanbul: Say Yayınları, 1986.
- Karslı, Necmi. "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 48 (Haziran 2020), 169-201. <https://doi.org/10.17120/omuifd.718108>
- Kartol, Aslı. "Hayatın Anlamı". *Pozitif Psikoloji*. ed. Sefa Bulut. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2020.
- Kartopu, Saffet. "Sorumluluk Duygusu ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma". *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi* 11/58(Ağustos2018),465-488. <http://dx.doi.org/10.17719/ijisr.2018.2560>
- Kazak, Mehmet. *Yapay Zekâ Kaygısı, Yabancılaşma ve Dindarlık İlişkisi*. Denizli: Pamukkale Üniversitesi, İslami İlimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.
- Kazel, Yasin Samet. "Orta Yetişkinlik Döneminde Sorumluluk ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Nicel Bir Araştırma". *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 7 (Haziran 2023), 43-69. <https://doi.org/10.59379/tdpd.1265346>
- Kıraç, Ferdi. *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 2007.
- Kıraç, Ferdi. "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu". *Mukaddime* 7. (Temmuz 2013), 165-178.
- Kızılgeçit, Muhammed. *Din Değerler ve Sağlık*. ed. Hayati Hökelekli. İstanbul: dem Yayınları, 1. Baskı, 2017.
- Kızılgeçit, Muhammed. *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. Ankara: Gece Kitaplığı Yayınları, 2015.
- Kızılgeçit, Muhammed. *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık İlişkisi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Doktora Tezi, 2011.
- Kierkegaard, Soren. *Kaygı Kavramı*. çev. Vefa Taşdelen. Ankara: Hece Yayınları, 1.Basım, 2004.
- Kierkegaard, Soren. *Kaygı Kavramı*. çev. Türker Armaner. İstanbul: İş Bankası Yayınevi, 2016.
- Koçak, Orhan. "How Religious Attitudes are Associated with Depression in Turkish Society during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Meaning in Life". *Religions* 13/10 (Ekim 2022).
- Kourou, Ourchan. *Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinin Ait Olma ile Varoluşsal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Köftegöl, Özlem. *Yetişkin Bireylerde Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*. Çanakkale: Onsekiz Mart Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.

Kula, Tahsin- Erden, Müslime. "Varoluşsal Kaygı ve Din". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 17/2 (2017), 21-41.

Kurt, Müge. *Yetişkinlerde Varoluşsal Kaygının, Bağlanma Stilleri ve Umutsuzluk ile Olan İlişkisinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.

Kuzu, Hatice – Doğan, Mebrure. "Dini Tutum ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişki: Tasavvufa İntisabı Olan Bireylerle Olmayanların Karşılaştırmalı Bir Araştırması". *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 7/2 (Aralık 2024), 486-510.

Manav, Faruk. "Kaygı Kavramı". *Toplum Bilimleri Dergisi* 5/9 (2011), 201-211. <http://hdl.handle.net/20.500.11787/1422>

May, Rollo. *Kendini Arayan İnsan*. İstanbul: Okyanus Yayınları, 21. Baskı, 2021.

May, Rollo. *Özgürlük ve Kader*. İstanbul: Okyanus Yayınları, 6. Baskı, 2021.

May, Rollo. *Varoluşun Keşfi*. İstanbul: Okyanus Yayınları, 8. Baskı, 2021.

Ok, Üzeyir. "Dini Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması". *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2 (2011), 529-549.

Onay, Ahmet. *Dindarlık, Etkileşim ve Değişim*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2004.

Öcal, Oğuz. "Varoluşsal Sorunlar, Birey ve Yeni Hayat". *Türklük Bilimi Araştırmaları* 28 (Şubat 2010), 313-324.

Özer, A. Kadir. *Kaygı: Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme*. İstanbul: Sistem Yayınları, 4. Baskı, 2008.

Özköse, Ahsen Şeyma. *Varoluşçu Felsefenin Özgürlük Anlayışı*. Yozgat: Bozok Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.

Pamuk, Mustafa vd. "Türkiye’de Yalnızlık Üzerine Yapılan Tezlerin Cinsiyet Bağlamında İncelenmesi: Meta Analitik Bir Çalışma". *Eğitimde Kuram ve Uygulama* 11/4, (Mayıs 2015), 1392-1414.

Rank, Otto. *Doğum Travması*. çev. Sabir Yücesoy. İstanbul: Metis Yayınları, 2001.

Rokach, Ami Neto F.- Orzeck, Tricia, "Coping With Loneliness in Old Age: A Cross-Cultural Comparison, *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality Social* 23/2 (2004), 24-137.

Sarı, Murat. "The Impacts Of The Age Factor On Religiosity". *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 27/2 (2017), 257-264.

Sartre, Jean-Paul. *Varoluşçuluk*. çev. Asım Bezirci. İstanbul: Say Yayınları, 2021.

Şahan, Sena. *Çocuklar Özel Eğitim Desteği Alan Ailelerin Yaşamda Anlamlılık, Varoluşsal Kaygılar ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi*. Lefkoşa: Yakın Doğu Üniversitesi, Yurtdışı Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.

Şentürk, Habil- Yakut, Selahattin. "Hayatın Anlamı ve Din". *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 33, (Aralık 2014), 33-45.

Tanrıkulu, İbrahim. *Dindarlık ve Evlilikte Mutluluk İlişkisi- Özvatan Örneği*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri, 2022.

Tepe, Filiz. *Varoluşsal Bir Sorun Olarak Ölüm Kaygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. İstanbul: Biruni Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.

Tillich, Paul. *Var Olmak Cesareti*. çev. F. Cihan Dansuk. İstanbul: Okyanus Yayınları, 2014.

Turan, Yahya. "Yalnızlıkla Başa Çıkma: Yalnızlık, Dini Başa Çıkma, Dindarlık, Hayat Memnuniyeti ve Sosyal Medya Kullanımı". *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 22/1 (Haziran 2018), 395-434.

Vural, Muhammet Enes – Ayten, Ali. “Dindarlık ve Depresyon İlişkisinde Anlamsızlığın Aracı Rolü” *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 55 (Haziran 2021), 379-395.

Yakut, Selahattin. *Öğretmenlerde Yabancılaşma, Yalnızlık ve Dindarlık İlişkisi: Polatlı Örneği*. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2016.

Yakut, Selahattin- Certel, Hüseyin. “Öğretmenlerde Yalnızlık Düzeyinin Çeşitli Değişkenler Açısında İncelenmesi”. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi* 6/1 (Eylül 2016), 69-94.

Yalom, Irvin D. *Varoluşçu Psikoterapi*. çev. Zeliha İyidoğan Babayigit. İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 1999.

Yalom, Irvin D. *Varoluşçu Psikoterapi*. çev. Zeliha Babayigit. İstanbul: Pegasus Yayınları, 2018.

Yaparel, Recep. *Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dini Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 1987.

Yapıcı, Asım. “Cinsiyete Göre Farklılaşan Dindarlık ve Kadınlarda Dinsel Yaşamın Farklı Görüntüleri”. *Dini Araştırmalar* 19/49 (Kasım 2016), 131-161. <https://doi.org/10.15745/da.268813>

Yapıcı, Asım. “Gençlerde Dindarlığın Farklı Görüntüleri ile Yalnızlık Arasındaki İlişkiler: Çukurova Üniversitesi Örneği”. *Değerler Eğitimi Dergisi* 9/22 (Aralık 2011), 181-208.

Yapıcı, Asım. “Türk Toplumunda Cinsiyete Göre Dindarlık Farklılaşması: Bir Meta-Analiz Denemesi”. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17/2 (Aralık 2012), 1-34.

Yıkılmaz, Murat. *Üniversite Öğrencilerinde Varoluşsal Kaygı: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Kontrol Odağı ve Travma Sonrası Gelişimin Yordayıcılığı*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2016.

Yıldız, Murat. *Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*. İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, 2.Baskı, 2014.

Yıldız, Murat. “Ölüm Kaygısıyla Dindarlık Arasındaki İlişki Üzerine Bir Yorum”. *Düşünen Siyaset* 1 (1999), 105-119.

Yılmaz, Sema. *Irvin D. Yalom’un Psikoterapi Yaklaşımında Varoluşsal Kaygı ve Din*. Ankara: Grafiker Yayınları, 1.Baskı, 2023.

Younger, J.B. “The Alienation of the Sufferer”. *Advanced Nursing Science* 17/4 (1995), 53-72.

Yücel, Nur. *Ergenlerin Akran İlişkileri ve Yalnızlık Düzeylerinde Evde İnternet Kullanımının Etkisinin İncelenmesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009.