

Dinsel Yönelim Depresyonu Nasıl Etkiler? Avusturyalı Müslüman-Türk Göçmenler Üzerine Bir Alan Araştırması

Mustafa Koç

0000-0003-1299-7963

mustafa.koc@ogu.edu.tr

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, Eskişehir, Türkiye
ror.org/01dzjez04

Öz

Bu makale, Avrupa'da en yoğun Türkiye kökenli göçmen nüfusa sahip ülkelerden biri olması nedeniyle seçilen Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmen bireylerin dinsel yönelim biçimlerinin depresyon düzeyleri üzerindeki etkilerini çok boyutlu bir yaklaşımla incelemektedir. Araştırmanın temel amacı, iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelimlerin depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarıyla ilişkilerini betimleyici ve karşılaştırmalı nicel analizlerle değerlendirmektir. 2025 yılında gerçekleştirilen saha araştırmasında, yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, medeni durum, eğitim düzeyi, meslek türü ve diasporik yaşam süresi açısından çeşitlilik gösteren 560 kişilik Müslüman-Türk göçmen örnekleminde elde edilen veriler kullanılmıştır. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 26.0 programı aracılığıyla analiz edilmiş; korelasyon analizi, bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (anova) gibi parametrik testler kullanılmıştır. Bulgular, iç-güdümlü dinsel yönelimin depresyonun tüm alt boyutlarıyla negatif ve anlamlı ilişkiler kurduğunu; dış-güdümlü dinsel yönelimin ise bu boyutlarla pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur. İç-güdümlü dindarlığın psikolojik esneklik, bilişsel tutarlılık ve ruhsal bütünlük sağlayarak depresif belirtileri azaltabileceği; dış-güdümlü dinsel yönelimin ise yüzeysel ve dışsal motivasyonlara dayalı inanç biçimleri nedeniyle psikolojik kırılganlıkla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, sosyo-demografik değişkenlerin ise hem dinsel yönelim hem de depresyon düzeyleri üzerinde anlamlı etkileri olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler

Din Psikolojisi, İç-güdümlü Dinsel Yönelim, Dış-güdümlü Dinsel Yönelim, Depresyon, Müslüman-Türk Göçmenler

Öne Çıkanlar

- Bu çalışma, Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmenlerin dinsel yönelim biçimlerinin depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutları üzerindeki etkilerini istatistiksel olarak test eden kültürlerarası alan araştırmalarından biridir.
- Araştırma bulguları, iç-güdümlü dinsel yönelimin depresyonla negatif yönde; dış-güdümlü dinsel yönelimin ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koyarak dindarlığın motivasyonel niteliğinin ruh sağlığı üzerinde belirleyici terapötik etkisi olduğunu göstermektedir.
- İç-güdümlü dinsel yönelim, bireyin göç deneyimiyle oluşan stresörlere karşı psikolojik dayanıklılığını artırmakta; bilişsel tutarlılık, içsel bütünlük ve varoluşsal anlam üretimi yoluyla depresif semptomları azaltıcı terapötik bir işlev görmektedir.
- Sosyo-demografik değişkenler bağlamında yapılan analizler, cinsiyet, yaş ve sosyo-ekonomik düzey gibi faktörlerin dinsel yönelim türleriyle etkileşimli olarak depresyon düzeylerini anlamlı biçimde farklılaştırdığını göstermektedir.
- Elde edilen nicel veriler, göçmen bireylerin psikolojik iyi oluşunu anlamada, dinsel yönelimin yalnızca inançsal değil aynı zamanda psiko-spiritüel bir başa çıkma ve göçmen kimliğini koruma aracı olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Atıf Bilgisi

Koç, Mustafa. "Dinsel Yönelim Depresyonu Nasıl Etkiler? Avusturyalı Müslüman-Türk Göçmenler Üzerine Bir Alan Araştırması". *Tetkik* 8 (Eylül 2025), 443-479.

<https://doi.org/10.55709/tetkik.1680195>

Makale Bilgileri

<i>Etik Beyan</i>	Bu çalışma, insan katılımcılarla yürütülen bir araştırma olup ilgili etik ilkeler doğrultusunda tasarlanmıştır.
<i>Etik Kurul İzni</i>	Bu çalışma, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'nun 24.03.2025 tarihli ve 2025-06 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunarak onaylanmıştır.
<i>Geliş Tarihi</i>	20 Nisan 2025
<i>Kabul Tarihi</i>	16 Eylül 2025
<i>Yayın Tarihi</i>	30 Eylül 2025
<i>Hakem Sayısı</i>	İki İç Hakem - İki Dış Hakem
<i>Değerlendirme</i>	Çift Taraflı Kör Hakemlik
<i>Benzerlik Taraması</i>	Yapıldı - intihal.net
<i>Çıkar Çatışması</i>	Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.
<i>Finansman</i>	Herhangi bir fon, hibe veya başka bir destek alınmamıştır.
<i>Etik Bildirim</i>	tetkik@okuokut.org
<i>Kalkınma Amaçları</i>	4 Nitelikli Eğitim, 16 Barış, Adalet ve Güçlü Kurumlar
<i>Lisans</i>	CC BY-NC 4.0

How Does Religious Orientation Affect Depression? A Field Research on Austrian Muslim-Turkish Immigrants

Mustafa Koç

0000-0003-1299-7963

mustafa.koc@ogu.edu.tr

Eskişehir Osmangazi University, Faculty of Theology, Department of Psychology of Religion, Eskişehir, Türkiye
[ror.org/01dzjez04](https://orcid.org/01dzjez04)

Abstract

This article investigates, through a multidimensional approach, the impact of religious orientation patterns on the levels of depression among Muslim-Turkish migrant individuals residing in Austria, a country with one of the largest Turkish-origin populations in Europe. The primary objective of the research is to evaluate, via descriptive and comparative quantitative analyses, the relationships between intrinsic and extrinsic religious orientations and the cognitive, affective, and somatic subdimensions of depression. The field study, conducted in 2025, utilized data collected from a sample of 560 Muslim-Turkish migrants diverse in terms of age, gender, socio-economic status, marital status, educational background, type of occupation, and length of diasporic residence. Data collection instruments included the Personal Information Form, the Age-Universal Religious Orientation Scale, and the Beck Depression Inventory. The data were analyzed through SPSS 26.0 software using parametric tests, including correlation analysis, independent samples t-test, and one-way analysis of variance (anova). The findings reveal that intrinsic religious orientation is negatively and significantly associated with all subdimensions of depression, while extrinsic religious orientation demonstrates positive and statistically significant correlations with these dimensions. These results suggest that intrinsic religiosity, by fostering psychological flexibility, cognitive coherence, and spiritual integrity, may mitigate depressive symptoms, while extrinsic religiosity, grounded in superficial and externally motivated belief structures, tends to be associated with heightened psychological vulnerability. Moreover, socio-demographic variables were found to exert significant effects on both religious orientations and depression levels.

Keywords

Psychology of religion; Intrinsic religious orientation; Extrinsic religious orientation; Depression; Muslim-Turkish immigrants

Highlights

- This study represents one of the cross-cultural field investigations that statistically examine the effects of religious orientation patterns on the cognitive, affective, and somatic subdimensions of depression among Muslim-Turkish migrants residing in Austria.
- The findings reveal that intrinsic religious orientation is significantly and negatively associated with depression, whereas extrinsic religious orientation shows significant positive associations, thereby demonstrating that the motivational nature of religiosity exerts a decisive therapeutic influence on mental health.
- Intrinsic religious orientation enhances migrants' psychological resilience against stressors arising from the migration experience, functioning therapeutically by reducing depressive symptoms through cognitive coherence, inner integrity, and existential meaning-making.
- Analyses within the framework of socio-demographic variables indicate that factors such as gender, age, and socio-economic status significantly differentiate depression levels through their interaction with types of religious orientation.
- The quantitative data highlight the necessity of considering religious orientation not merely as a matter of belief but also as a psycho-spiritual coping mechanism and a means of preserving migrant identity in understanding the psychological well-being of migrant individuals.

Citation

Akyürek, Yakup. "The Problem of Chronology in Sîrah Writing and Ibn Hâzım's Chronological Reconstruction". *Tetkik* 8 (September 2025), 443-479.

<https://doi.org/10.55709/tetkik.1680195>

Article Information

<i>Ethical Statement</i>	This study was conducted with human participants and was designed in accordance with the relevant ethical principles.
<i>Ethics Committee</i>	This research was reviewed and approved for ethical compliance by the Ethics Committee for Human Research in Social and Human Sciences at Eskişehir Osmangazi University, under the decision dated 24 March 2025 and numbered 2025-06.
<i>Date of submission</i>	20 April 2025
<i>Date of acceptance</i>	16 September 2025
<i>Date of publication</i>	30 September 2025
<i>Reviewers</i>	Two Internal - Two External
<i>Review</i>	Double-blind
<i>Plagiarism checks</i>	Yes - intihal.net
<i>Conflicts of Interest</i>	The Author(s) declare(s) that there is no conflict of interest
<i>Grant Support</i>	No funds, grants, or other support was received.
<i>Complaints</i>	tetkik@okuokut.org
<i>S. Development Goals</i>	4 Quality Education, 16 Peace, Justice and Strong Institutions
<i>License</i>	CC BY-NC 4.0

Giriş

Depresyon, modern yaşamın en yaygın ruhsal sağlık sorunlarından biri olarak kabul edilmekte ve bireyin duygusal, bilişsel ve somatik işlevselliğini olumsuz yönde etkileyen ciddi bir psikopatolojik durum olarak tanımlanmaktadır (Türkçapar, 2020). Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre, dünya genelinde yaklaşık 322 milyon insan depresyonla başa çıkmaya çalışmaktadır ve bu oran, 2030 yılı itibarıyla depresyonun tüm dünyada en yaygın hastalıklar arasında ilk sıralarda yer alacağına işaret etmektedir (World Health Organization, 2017, 6-15). Depresyonun sadece bireyin yaşam kalitesini düşürmekle kalmayıp aynı zamanda toplumsal üretkenlik, aile ilişkileri ve ekonomik yük açısından da ciddi sonuçlar doğurduğu vurgulanmaktadır. Özellikle kronikleşme eğilimi gösterdiğinde tedaviye yanıt vermekte zorlanan bu ruhsal rahatsızlık, bireylerde yüksek oranda intihar riski ve sosyal izolasyon gibi psiko-sosyal sonuçlara yol açabilmektedir (Koenig vd., 1998, 536-542).

Depresyon, gelişim dönemlerinden yaşlılık dönemi başta olmak üzere, yaşamın diğer gelişim evrelerinde artan bir hassasiyet göstermekte; yaşlı bireylerde %30'u aşan oranlarda görülmektedir (Cohen - Koenig, 2003, 215-240). Depresyon, yalnızca biyo-psikolojik bir rahatsızlık olarak değil; aynı zamanda bireyin varoluşsal anlam arayışından, değerler sisteminden ve yaşamla kurduğu ilişkisel bütünlükten radikal bir kopuşu temsil eden derinlikli bir fenomen olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, özellikle manevi kaynaklara yönelme ve dinsel inanç sistemlerinin psikolojik iyilik haliyle kurduğu psiko-teolojik ilişki, son yıllarda hem klinik psikoloji hem de manevi danışmanlık ve rehberlik alanlarında dikkat çekici biçimde araştırılmaktadır. Dolayısıyla giderek artan sayıda araştırma, bireyin dinsel/manevi yaşamının depresyon semptomları üzerinde koruyucu bir rol oynayabileceğini, ya da en azından bu semptomların daha hafif ve kısa süreli yaşanmasına psikoterapötik katkı sağlayabileceğini göstermektedir (Hackney - Sanders, 2003, 43-55).

Dindarlık ile depresyon arasındaki ilişki, psikoloji ve psikiyatri literatüründe çok boyutlu bir biçimde ele alınmakta; bireyin dinsel inançları, ibadet alışkanlıkları ve maneviyat algısının ruh sağlığı üzerindeki etkileri giderek daha fazla ilgi görmektedir (Güven, 2008, 53-82). Özellikle dinsel pratiklerin içselleştirilmiş biçimde yaşanmasının, bireyin yaşamda karşılaştığı stresörlerle başa çıkmasında koruyucu bir faktör işlevi görebileceği çeşitli araştırmalarla ortaya konulmuştur. Örneğin; yaşlı bireylerle gerçekleştirilen ampirik bir çalışmada, iç-güdümlü (intrinsic) dinsel yönelimin, depresif belirtileri azaltma konusunda dış-güdümlü (extrinsic) yönelime kıyasla daha güçlü bir terapötik koruyucu etki oluşturduğu belirtilmiştir (Koenig vd., 1998, 538-541). Bunun yanı sıra dinsel pratiklerin ruhsal denge, umut duygusu ve özsaygı üzerinde oluşturduğu güçlendirici etki de, bu ilişkinin yalnızca semptomatik bir rahatlama değil, aynı zamanda psiko-spiritüel bir denge kurmaya hizmet ettiğini göstermektedir. Bu bağlamda, depresyonun anlam arayışı temelli anlam krizleriyle yakından ilişkili olduğu düşünüldüğünde, dinsel yaşamın bireyin varoluşsal anlam oluşumuna sunduğu terapötik katkı daha da belirginleşmektedir (Pargament, 1997, 105-108).

Koenig (2001) tarafından gerçekleştirilen ve 93 ampirik çalışmayı kapsayan sistematik bir derlemede, bu çalışmaların %63'ünde dindarlığın depresyonu azaltıcı yönde bir etkiye sahip olduğu, %14'ünde etkisiz olduğu ve %4'ünde ise ters yönde bir ilişkinin bulunduğu rapor edilmiştir (Koenig, 2001, 97-109). Daha kapsamlı bir başka incelemede ise Koenig ve Larson (2001) tarafından değerlendirilen 850 çalışmanın %80'inde dindarlık ile depresyon

arasında negatif yönde anlamlı bir korelasyonun tespit edildiği bildirilmiştir (Koenig - Larson, 2001, 67-78). Aynı alanda yürütülen meta-analiz çalışmasında da, dinsel yaşamın bireyin psikolojik sağlamlığı üzerindeki etkisinin belirgin olduğu ortaya konulmuştur. Söz konusu bu çalışmada, dindarlığın bireyin yaşamına yalnızca anlam ve amaç kazandırmakla kalmayıp, aynı zamanda sosyal destek ağlarını güçlendirerek duygusal yüklenmeleri dengelemesine katkı sunduğu ifade edilmiştir (Hackney - Sanders, 2003, 43-54).

Öte yandan, yaşlı bireyler üzerine yapılan nitel bir çalışmada da, dinsel metinlerin ve inanç sistemlerinin, yaşlı Müslüman bireylerin ruhsal durumlarını doğrudan etkilediği; özellikle dinsel katılımın ve inanca dayalı bakım pratiklerinin, psikolojik dayanıklılığı artırarak depresyon riskini azalttığı ortaya konulmuştur (Daher-Nashif vd., 2021, 2051-2065). Bu ampirik veriler ışığında, içtenlikle sürdürülen dinsel pratiklerin depresif semptomların düzenlenmesinde ve psikolojik iyi oluşun desteklenmesinde önemli bir terapötik role sahip olduğu görülmektedir.

Dinsel yönelimin psikolojik etkililik düzeyine ilişkin sürdürülen kuramsal tartışmalarda, bu kavramın yalnızca bireyin Tanrı'ya veya aşkın bir varlığa yönelik inançsal tutumunu değil; aynı zamanda yaşamla kurulan anlam ilişkisini de içerdiği ortaya konulmuştur. Bu doğrultuda, bireylerin dinsel inançlarının içsel bir yaşam felsefesi olarak içselleştirilerek mi (intrinsic), yoksa sosyal onay, güvenlik ve aidiyet gibi dışsal motivasyonlarla mı (extrinsic) sürdürüldüğü yönünde bir ayırım geliştirilmiştir. Söz konusu bu kuramsal dikotomik ayırım, Allport ve Ross tarafından yapılan çalışmalarla kavramsallaştırılmış ve iç-güdümlü ile dış-güdümlü dinsel yönelim olarak din psikolojisi literatüründe yer edinmiştir. Bu ikili dikotomik yapısal ayırım üzerinden, bireyin dinsel tutumlarının psikolojik işlevselliğini analiz etmeye yönelik temel bir çerçeve sunulmuş; özellikle iç-güdümlü dinsel yönelimin, bireyin yaşam deneyimlerini anlamlandırma kapasitesi, psikolojik dayanıklılığı ve benlik bütünlüğü üzerindeki olumlu terapötik katkısı vurgulanmıştır (Allport - Ross, 1967, 432-443). İçsel olarak benimsenen dinsel tutumların, bireyin yaşamındaki stresörlerle başa çıkmasına olanak tanıdığı; buna karşın dış-güdümlü dinsel tutumların ise daha çok sosyal beklentiler ve ödül-yaptırım dengesine dayandığı için psikolojik direnç açısından daha kırılgan bir psiko-teolojik yapı ortaya çıkardığı tespit edilmiştir (Gorsuch, 2018, 11-24).

Bireylerin dinsel motivasyonlarının duygusal ve bilişsel çıktılara olan etkisi, son yıllarda yapılan araştırmalarla daha sistematik biçimde ortaya konulmuştur. Pargament'in (1997) tanımladığı *pozitif* ve *negatif* dinsel başa çıkma stilleri, bireylerin dinsel inançlarını nasıl işlevselleştirdiklerinin psikolojik etkilerini ortaya koymaktadır. *Pozitif dinsel başa çıkma*, bireyin yaşadığı stresörleri Tanrı'yla birlikte çözümleme niyeti taşıması, bir tür ruhsal ortaklık geliştirmesi ve kader ya da sınanma gibi kavramlarla yaşamındaki acıları anlamlandırması şeklinde tanımlanırken; *negatif başa çıkma* biçimi ise bireyin Tanrı'yı cezalandırıcı ve uzak bir figür olarak deneyimlemesi, suçluluk, terk edilmişlik veya manevi değersizlik duygularının artmasıyla ilişkilendirilmiştir (Pargament, 1997, 130-145). Bu bağlamda, iç-güdümlü dinsel yönelimi yüksek bireylerin daha yoğun biçimde pozitif dinsel başa çıkma stratejilerini kullandıkları; buna karşılık dış-güdümlü yönelime sahip bireylerin, Tanrı imgesine dair olumsuz inanç şemaları ve düşük özdeğer algıları nedeniyle negatif dinsel başa çıkma biçimlerine daha yatkın oldukları saptanmıştır (Exline, 2013, 459-475). Dolayısıyla dinsel yönelim, bireyin ruhsal kriz dönemlerinde sadece bir inanç boyutu değil; aynı zamanda bir duygu düzenleyici işlevi de görmektedir.

Dinsel yönelimin bireyin ruh sağlığı üzerindeki etkilerine odaklanan çok sayıdaki ampirik ve kuramsal çalışmada, özellikle iç-güdümlü ve dış-güdümlü dindarlık biçimleri arasındaki ayrımın, depresyon ve diğer psikopatolojik belirtilerle olan ilişkilerde belirleyici bir rol üstlendiği ortaya konmuştur (Allport - Ross, 1967, 434-443). Bu çerçevede Allport'un dinsel yönelim tipolojisi, bireylerin dinsel inanç ve pratiklerini şekillendiren motivasyonel temelleri anlamaya yönelik güçlü bir kavramsal zemin sunmaktadır. İç-güdümlü bireylerin dinsel yaşantılarını içselleştirilmiş, bütüncül bir yaşam felsefesi olarak benimsedikleri, dış-güdümlü bireylerin ise dini daha çok sosyal onay, güvenlik arayışı ya da faydacı yönelimlerle araçsal bir biçimde deneyimledikleri ileri sürülmektedir (Donahue, 1985, 400-418).

Yukarıda sözü edilen bu dikotomik ayrım, dinin bireysel anlam sistemi içerisindeki işlevine dair çağdaş kuramsal yaklaşımlar tarafından da doğrulanmaktadır. Nitekim Piedmont (2005) tarafından geliştirilen ve dini/spiritüel eğilimleri kişilik yapısının özgün bir boyutu olarak ele alan modeller, iç-güdümlü dindarlığın bireysel bütünlük, içsel tutarlılık ve anlam üretimiyle daha güçlü bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir (Piedmont, 2005, 253-272). Buna paralel olarak Park'ın (2005) *anlam sistemi olarak din / religion as a meaning system* yaklaşımı, dinsel yönelimin yalnızca ritüelistik pratikler veya kurumsal aidiyet biçimleriyle sınırlı olmadığını; aynı zamanda bireyin depresyon bağlamında ortaya çıkan varoluşsal sorulara yüklediği anlamla da yakından ilişkili olduğunu ileri sürmektedir. Bu doğrultuda dinin ruhsal iyilik haline sunduğu katkıyı özellikle vurgulamaktadır (Park, 2005, 295-314).

Öte yandan, Exline (2013) tarafından kavramsallaştırılan *dinsel-manevi çatışmalar* olgusu, özellikle dış-güdümlü ya da yüzeysel düzeyde içselleştirilmiş dinsel yönelimlere sahip bireylerde, inanç sistemi ile yaşam deneyimleri arasında ciddi tutarsızlıkların ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Söz konusu çatışmaların, depresyon, öfke, suçluluk ve varoluşsal boşluk gibi negatif psikolojik durumların gelişimine zemin hazırlayabileceği ileri sürülmektedir (Exline, 2013, 459-474). Bu bağlamda dinsel yönelimin niteliği, bireyin dinsel yaşantısının psikolojik sağlık, uyum ve esenlik üzerindeki etkilerini belirleyen temel bir değişken olarak kritik önem arz etmektedir.

Konuya ilişkin olarak yürütülen ampirik araştırmalar da, yukarıda ortaya konan kuramsal çerçeveyi doğrulayan bulgular sunmaktadır. Depresyon düzeyleri ile dinsel yönelim tipolojileri arasındaki ilişkiye odaklanan çok sayıda saha çalışmasında, özellikle iç-güdümlü dinsel yönelimi yüksek bireylerde depresif semptomların anlamlı düzeyde daha düşük olduğu; buna karşılık dış-güdümlü dinsel yönelim sergileyen bireylerde depresyon, anksiyete ve psiko-somatik yakınmaların daha sık gözlemlendiği belirlenmiştir (Koenig vd., 2001). Benzer biçimde, Pargament'in (1997) geliştirdiği *dinsel başa çıkma kuramı* da dinin stresle başa çıkma süreçlerinde hem işlevsel (*pozitif*) hem de işlevsiz (*negatif*) biçimlerde kullanılabileceğini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, pozitif dinsel başa çıkma stratejilerinin bireyin duygusal yüklenmelerini anlamlandırmasına ve içsel bütünlüğünü pekiştirmesine katkı sağladığı; buna karşın negatif dinsel başa çıkma biçimlerinin depresif belirtileri, suçluluk ve değersizlik duygularını artırıcı yönde etkiler yarattığı saptanmıştır (Pargament, 1997, 163-198).

Bilişsel-davranışçı kuram perspektifinde, bireylerin dinsel inançlarının zihinsel şemaların oluşumunu etkilediği ve olumsuz otomatik düşünceler karşısında alternatif anlam yapıları sunduğu ileri sürülmektedir. Bu çerçevede iç-güdümlü dindarlığın, stresli

yaşam olayları karşısında bilişsel bir tampon işlevi görerek depresif düşünce kalıplarının nötralize edilmesine katkı sağladığı ortaya konulmuştur (Ano - Vasconcelles, 2005, 461-480). Buna karşın, dış-güdümlü dinsel yönelime sahip bireylerde dinin daha çok sosyal onay ve aidiyet ihtiyacı gibi dışsal etkenlere dayandığı; bu nedenle içsel tutarlılık ve bilişsel bütünlük sağlayamadığı, dolayısıyla depresif semptomlarla başa çıkma süreçlerinde yetersiz kaldığı belirtilmektedir (Exline vd., 2000, 1481-1496). Bu doğrultuda dinsel yönelimin depresyon üzerindeki etkisi, yalnızca bireyin dinsel inançlara sahip olup olmamasından değil; söz konusu inançların nasıl anlamlandırıldığı ve hangi motivasyonel temelde içselleştirildiğinden kaynaklanmaktadır.

Göçmenlik süreci, bireyin yaşamında sosyal, kültürel ve psikolojik düzeylerde köklü dönüşümlere yol açabilen çok boyutlu ve karmaşık bir olgudur. Diasporik yaşam, bireyin yalnızca yeni bir kültürel bağlama uyum sağlamasını değil; aynı zamanda kimlik, aidiyet ve güvenlik duygularını yeniden inşa etmesini zorunlu kılmaktadır. Bu çerçevede dinsel yönelim, bir yandan göçmen bireyin kimliğini muhafaza etmesinde işlevsel bir araç rolü üstlenirken, diğer yandan göç sürecinde karşılaşılan stresörlere karşı manevi bir tampon işlevi görebilmektedir. Özellikle iç-güdümlü dinsel yönelimi yüksek göçmenlerde, dinsel inançların kişisel anlam üretimi, ruhsal dayanıklılık geliştirme ve varoluşsal bütünlüğü sürdürme süreçlerine kayda değer terapötik katkılar sunduğu saptanmıştır (Koenig, 2018, 51-201).

Latin Amerika kökenli göçmenler üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, dinsel katılımın depresyon, anksiyete ve madde kullanım bozuklukları ile negatif yönde ilişkili olduğu; dinsel katılım düzeyindeki artışın bu tür psikolojik sorunların görülme sıklığını anlamlı biçimde azalttığı ortaya konulmuştur (Moreno - Cardemil, 2018, 10-15). Benzer şekilde göçmen Müslüman kadınlar üzerinde yapılan bir çalışmada ise yüksek düzeyde dindarlığın, dinsel başa çıkma stratejileriyle birlikte algılanan stresi azaltmada etkin bir rol oynadığı ve depresif semptomların hafifletilmesine katkı sağladığı belirlenmiştir (Bhugra - Ayonrinde, 2004, 13-17).

Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmenler özelinde değerlendirildiğinde, dinsel yönelimin depresyon üzerindeki etkisinin yalnızca bireysel inanç biçiminden kaynaklanmadığı; aynı zamanda göç deneyiminin beraberinde getirdiği kültürel stres, ayrımcılık ve kimlik çatışması gibi faktörlerden de etkilendiği görülmektedir. Bu bağlamda göçmen bireyler, bir taraftan aidiyet duydukları kültürel-dinsel kimliklerini koruma çabası gösterirken, diğer taraftan çoğunluk toplumunun seküler değerlerine uyum sağlama zorunluluğu hissetmektedirler. Söz konusu çelişkili durum, özellikle dış-güdümlü dinsel yönelim sergileyen göçmenlerde içsel tutarlılık kaybına ve artan psikolojik kırılganlıklara zemin hazırlayabilmektedir (Abu-Raiya - Pargament, 2015, 24-32). Buna karşılık, araştırmalar iç-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmenlerin daha güçlü sosyal destek ağları kurabildiklerini ve depresyonla başa çıkma kapasitelerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Nitekim El-Awad ve arkadaşları (2022) tarafından gerçekleştirilen görgül bir çalışmada, Müslüman göçmen ergenlerde güçlü dinsel bağlılığın travma sonrası stres belirtilerini azaltmada ve psikolojik dayanıklılığı artırmada etkili olduğu ortaya konulmuştur (El-Awad vd., 2022, 26-37).

İç-güdümlü dinsel yönelim, göçmen bireylerde yalnızca bireysel bir inanç formu olmaktan öte; kültürel kimliğin korunmasına, varoluşsal güvenliğin tesisine ve ruhsal

dayanıklılığın inşasına katkı sağlayan temel bir psiko-spiritüel öz kaynak olarak öne çıkmaktadır. Özellikle Avrupa ülkelerinde yaşayan Müslüman göçmenler üzerine gerçekleştirilen ampirik araştırmalarda, içtenlikle sürdürülen dinsel yaşam biçiminin, göçmen bireylerin karşı karşıya kaldıkları kültürel yabancılaşma, ayrımcılık ve toplumsal dışlanma gibi psiko-sosyal risk faktörlerine karşı koruyucu bir tampon işlevi gördüğü vurgulanmaktadır (Abu-Raiya vd., 2020, 202–215). Buna karşılık, dış-güdümlü dinsel yönelimin ise dinsel aidiyeti daha çok dışsal bir sosyal statü veya kültürel görünürlük aracı olarak anlamlandırması nedeniyle, göç sürecinin beraberinde getirdiği stresörler karşısında sınırlı bir işlev gördüğü ifade edilmektedir. Nitel bir saha araştırmasında, Latin Amerika kökenli göçmenlerle gerçekleştirilen derinlemesine mülakatlarda, dinsel pratiklerin göç deneyiminde katılımcılara anlam, umut ve direnç sağladığı; ancak bu etkilerin daha çok içtenlikle yaşanan inanç boyutuyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Göçmen katılımcılar, dinsel yaşamlarını yalnızca ritüel düzeyde sürdüren bireylerde söz konusu koruyucu etkinin sınırlı kaldığını ifade etmişlerdir (Moreno vd., 2020, 1–12).

Dinsel yönelim, göçmen bireylerin yalnızca bir inanç sistemine bağlılıklarını değil; aynı zamanda duygusal regülasyon becerilerini, strese başa çıkma kapasitelerini ve genel psikolojik sağlamlık düzeylerini etkileyen kritik bir değişken olarak değerlendirilmektedir. İç-güdümlü dinsel yönelime sahip bireylerin, özellikle göçmenlik gibi zorlu yaşam deneyimleri karşısında anlam üretme, belirsizlikle başa çıkma ve içsel dengeyi muhafaza etme süreçlerinde daha dirençli tutumlar sergiledikleri birçok ampirik çalışmada ortaya konmuştur (Moreno - Cardemil, 2018, 10–14). Bununla birlikte göçmen bireylerin maruz kaldıkları kültürel baskılar, ayrımcılık pratikleri ve çoğunluk toplumuna yönelik aidiyet krizleri, dinsel yönelimin bireysel ruh sağlığı üzerindeki etkilerini daha da kritik bir hâle getirmektedir.

Bu görgül araştırma, Avrupa'daki Türkiye kökenli göçmenlerin önemli bir bölümüne ev sahipliği yapması ve çok kuşaklı göç deneyimlerini içeren kültürel bir bağlam sunması nedeniyle seçilen Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmenler örneğinde, iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim biçimlerinin depresif semptomlarla olan ilişkisini çok boyutlu ampirik bir yapıda analiz etmeyi amaçlamıştır. Böylelikle, dinsel yönelimin psikolojik etkilerine ilişkin kültürel bağlam temelli yeni ampirik bulguların ortaya konulmasıyla birlikte, göçmenlerin ruh sağlığını şekillendiren psiko-sosyal faktörlere ilişkin literatüre özgün katkıların sunulması hedeflenmiştir.

1. Yöntem

Bu çalışma, dinsel yönelimin depresyon üzerindeki etkisini nedensel düzeyde ampirik olarak test etmeye yönelik olarak yapılandırılmıştır. Bu doğrultuda, değişkenler arasındaki ilişkileri nesnel ölçütler aracılığıyla analiz etmeyi ve elde edilen sonuçları genellenebilir biçimde yorumlamayı amaçlayan bir *nicel araştırma yöntemi* benimsenmiştir. Nicel yöntem, sosyal bilimlerde gözlenen olgulara ilişkin ölçülebilir veriler üreterek, hipotezlerin istatistiksel olarak sınanmasına imkân tanıyan sistematik bir yaklaşım sunmaktadır (Creswell & Creswell, 2017). Araştırmanın temel problemini oluşturan *dinsel yönelimin depresyon düzeylerine etkisi* hipotezi kapsamında, veri toplama aracı olarak standartlaştırılmış ve önceden yapılandırılmış anket formu kullanılmıştır. Araştırma

tasarımı ise bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkileri incelemeye olanak sağlayan *ilişkisel tarama modeli* çerçevesinde planlanıp yürütülmüştür (Büyüköztürk vd., 2017).

1.1. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplamak amacıyla oluşturulan anket formunda üç temel ölçme aracı kullanılmıştır: (i) Kişisel Bilgi Formu, (ii) Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği ve (iii) Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ-II).

(i)-*Kişisel Bilgi Formu*: Araştırmacı tarafından geliştirilen bu form deneklerin (i) cinsiyet, (ii) yaş, (iii) sosyo-ekonomik düzey, (iv) medeni durum, (v) eğitim düzeyi, (vi) meslek türü ve (vii) diasporik yaşam süresi' gibi temel sosyo-demografik özelliklerini (n=7) belirlemeye yönelik biçimde yapılandırılmıştır. Bu form, örneklemin tanımlayıcı istatistiksel profilini elde etmeyi amaçlamaktadır. Bu bilgiler, çalışmanın örneklem özelliklerini detaylı şekilde analiz etme ve dinsel yönelim ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkilerin sosyo-demografik faktörlere göre değişip değişmediğini anlamaya yardımcı olmuştur.

(ii)-*Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği*: Din psikolojisi literatüründe sıklıkla başvuru alan ölçme araçlarından biri olan Dinsel Yönelim Ölçeği, ilk olarak Allport ve Ross (1967) tarafından geliştirilmiş olup bireylerin dinsel tutumlarını iç-güdümlü (intrinsic) ve dış-güdümlü (extrinsic) motivasyonlar ekseninde değerlendirmeye yönelik ampirik bir çerçeve sunmaktadır. Bu araştırmada kullanılan versiyon ise Gorsuch ve Venable (1983) tarafından geliştirilen ve "Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği (Age Universal I-E Scale)" ismiyle literatüre kazandırılan revize formdur. Bu versiyon, yaş ve gelişim düzeyinden bağımsız olarak bireylerin dinsel yönelimlerini sistematik biçimde dikotomik olarak değerlendirme olanağı sunması bakımından orijinal ölçeğin kapsamını genişleten bütüncü bir psikometrik nitelik taşımaktadır. Beşli Likert tipi formattaki güncellenmiş olan bu ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır: İç-güdümlü dinsel yönelim alt ölçeği, 9 madde içermektedir (1, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 16, 19). Bu boyut, bireyin dinsel inançlarını yaşam biçiminin merkezine alıp içselleştirmesini temsil etmektedir. Dış-güdümlü dinsel yönelim alt ölçeği ise 11 madde içermektedir (2, 3, 4, 8, 10, 13, 14, 15, 17, 18, 20). Bu alt boyut da, bireyin dinsel yaşantısını sosyal faydalar veya psikolojik rahatlama gibi dışsal nedenlerle sürdürdüğünü ifade etmektedir (Gorsuch - Venable, 1983, 181-187; ayrıca bk. Tablo 1).

Tablo 1: Dindarlık ölçeği ve alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları (Cronbach's α)

Ölçek	Alt Boyut	Madde Sayısı	Cronbach's α	Güvenirlilik Düzeyi
Dindarlık	(+) Toplam	20	0.79	Oldukça
	(i) İç-güdümlü	09	0.77	Oldukça
	(ii) Dış-güdümlü	11	0.73	Oldukça

Yukarıdaki Tablo 1'de görüldüğü gibi Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği, toplam 20 maddeden oluşmakta olup ölçeğin genel iç tutarlılığı Cronbach's alpha katsayısıyla $\alpha = .79$ olarak belirlenmiştir. Bu değer, ölçeğin "oldukça" düzeyde güvenilir bir psikometrik yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Alt boyutlara bakıldığında ise "iç-güdümlü dinsel yönelim" alt ölçeği 9 madde üzerinden değerlendirilmiş ve bu alt ölçek için Cronbach's alpha katsayısı $\alpha = .77$ olarak hesaplanmıştır. Benzer şekilde, "dış-güdümlü dinsel yönelim" alt ölçeği 11 maddeyle ölçülmüş ve bu boyutun iç tutarlılığı da $\alpha = .73$ düzeyinde bulunmuştur. Her iki alt boyutun da $\alpha \geq .70$ düzeyinde güvenilirlik katsayısı sunması, ölçeğin hem genel düzeyde

hem de alt boyutlar açısından istatistiksel olarak kabul edilebilir ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu desteklemektedir. Bu bulgular, ölçeğin psikolojik araştırmalarda güvenle kullanılabileceğini göstermektedir.

(iii)-*Beck Depresyon Ölçeği*: Bireylerdeki depresif belirti örüntülerini sistematik bir biçimde değerlendirmek amacıyla geliştirilen Beck Depresyon Ölçeği – II, orijinal ölçeğin üzerinde Beck, Steer ve Brown (1996) tarafından yapılandırılmış olup orijinal İngilizce formdan Türkçe'ye psikometrik uyarlaması gerçekleştirilmiştir (Savaşır - Şahin, 1997). Bu ölçek, duygusal, bilişsel ve somatik düzeydeki depresyon semptomlarını belirlemeye yönelik çok boyutlu bir değerlendirme aracı olarak literatürde yaygın biçimde kullanılmaktadır. Türkçe uyarlama ve güvenilirlik analizleri ise bu çalışma kapsamında elde edilen veriler doğrultusunda gerçekleştirilmiştir. Ölçek, 21 madde içeren ve her biri dörtlü Likert tipi (0: Hiç yok – 3: Çok şiddetli) üzerinden puanlanan bir psikometrik formatta yapılandırılmıştır. Katılımcılardan, son iki haftalık zaman dilimi içerisinde yaşadıkları duygusal ve fiziksel deneyimleri derecelendirmeleri istenmektedir. Bu süre sınırlaması, depresyonun tanı kriterlerine uygun biçimde semptom sürekliliğini belirlemeye yönelik klinik geçerliği güçlendiren bir özelliktir. Ölçek yapısal olarak üç alt boyuttan oluşmaktadır: (i)-Bilişsel Boyut (8 madde: 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 14): Bireyin benlik algısı, suçluluk duyguları, değersizlik düşünceleri, kararsızlık ve konsantrasyon güçlüğü gibi bilişsel depresif semptomlarını ölçmektedir. (ii)-Somatik Boyut (7 madde: 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21): Uyku bozuklukları, iştah değişimleri, yorgunluk hissi, psiko-motor yavaşlama ya da ajitasyon gibi bedensel belirti kümelerine odaklanmaktadır. (iii)-Duygusal Boyut (6 madde: 1, 4, 10, 11, 12, 13): Umutsuzluk, üzüntü, zevk alamama, içe kapanma ve ajitasyon gibi duygusal tepki kalıplarını değerlendirmeye yöneliktir (ayrıca bk. Tablo 2).

Tablo 2: Depresyon ölçeği ve alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları
(Cronbach's α)

Ölçek	Alt Boyut	Madde Sayısı	Cronbach's α	Güvenirlik Düzeyi
Depresyon	(+) Toplam	21	0.91	Çok Yüksek
	(i) Bilişsel	08	0.88	Yüksek
	(ii) Somatik	07	0.86	Yüksek
	(iii) Duygusal	06	0.89	Yüksek

Yukarıdaki Tablo 2'de de görüldüğü gibi Beck Depresyon Ölçeği, toplam 21 madde içermekte ve üç alt boyutta yapılandırılmıştır. Ölçeğin genel Cronbach's alpha katsayısı $\alpha = .91$ olarak hesaplanmış olup bu değer ölçeğin “çok yüksek” düzeyde güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir. Alt boyutlara bakıldığında, “Bilişsel” alt boyut 8 maddeyle değerlendirilmiş ve $\alpha = .88$ 'lik bir iç tutarlılık değeri elde edilmiştir. “Somatik” alt boyut 7 madde ile analiz edilmiş ve bu alt boyutun iç tutarlılığı $\alpha = .86$ olarak bulunmuştur. Son olarak, “Duygusal” alt boyut 6 madde üzerinden ölçülmüş ve $\alpha = .89$ olarak hesaplanmıştır. Her üç alt boyutun da $\alpha > .85$ düzeyinde Cronbach's alpha değerlerine sahip olması, Beck Depresyon Ölçeği'nin yalnızca toplam puan düzeyinde değil, alt boyutlar düzeyinde de güçlü ve tutarlı bir psikometrik yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

1.2. Uygulama ve Verilerin Toplanması

Bu araştırmanın veri toplama süreci, Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmen bireyleri hedef alan bir saha çalışması kapsamında gerçekleştirilmiştir. Uygulama süreci,

2024 yılı Ocak–Mart ayları arasında yürütülmüş olup veri toplama işlemi hem yüz yüze hem de çevrim içi anket uygulamalarıyla sağlanmıştır. Anketler, Avusturya'daki Türk Büyükelçiliği hizmet bölgeleri kapsamında başta Viyana, Graz, Linz, Salzburg, Innsbruck ve çevre yerleşim bölgelerinde yaşayan Türk kökenli göçmen topluluklar arasından gönüllülük esasına göre seçilen bireyler tarafından doldurulmuştur.

Araştırma kapsamında öncelikle katılımcılara çalışmanın amacı, gizlilik ilkeleri, gönüllülük temeli ve etik çerçevesi hakkında bilgilendirme yapılmış; ardından bilgilendirilmiş onam formu alınarak anket uygulamasına geçilmiştir. Veri toplama sürecinde katılımcılar, anket formunu bireysel olarak ve yönlendirmesiz biçimde doldurmuşlardır. Ayrıca anketin uygulanabilirliği, kapsam geçerliği ve dil uyumu açısından ön testten geçirilmiş ve alan uzmanlarının görüşleri doğrultusunda gerekli düzenlemeler yapılarak son şekli kazandırılmıştır.

İlk aşamada toplam 586 katılımcıya ulaşılmış; ancak veri temizliği sürecinde eksik, çelişkili ya da geçersiz cevaplar içeren 26 form dışlanmıştır. Böylece analizlerde kullanılan net örneklem sayısı $n = 560$ olarak belirlenmiştir. Denekler, farklı cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durum ve çalışma koşullarına sahip göçmen bireylerden oluşmakta olup bu çeşitlilik, araştırma sonuçlarının sosyo-demografik temsiliyet bakımından zenginliğini artırmaktadır. Ortalama bir anket doldurma süresi ise yaklaşık 30 dakika sürmüştür; uygulamalar, herhangi bir yönlendirme yapılmadan bağımsız şekilde tamamlanmıştır.

1.3. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması

Bu araştırmada elde edilen nicel verilerin çözümlemesi süreci, SPSS Statistics 26.0 programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. İstatistiksel analizler öncesinde, veri setine ilişkin temel varsayımlar gözden geçirilmiş; eksik veri kontrolü, aykırı değerlerin belirlenmesi, normallik ve homojenlik testleri uygulanarak veri setinin analizlere uygunluğu doğrulanmıştır. Verilerin analizinde hem betimleyici istatistikler hem de ilişkisel ve karşılaştırmalı analiz teknikleri kullanılmıştır. Öncelikle değişkenlerin aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri gibi tanımlayıcı ölçütleri hesaplanmıştır.

Bu alan araştırmasında, yaş değişkeni *sürekli (numerik) değişken* olarak değerlendirilirken, meslek değişkeni ise katılımcıların meslek çeşitliliği dikkate alınarak açık uçlu biçimde yapılandırılmış ve sonrasında benzer gruplar altında kategorize edilmiştir. Araştırmanın genel ampirik deseni çerçevesinde iki temel analiz düzeneği oluşturulmuştur: (i) İlk olarak, iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelimlerin, depresyon üzerindeki etkisini değerlendirmek amacıyla bu değişkenler bağımsız; depresyon ise bağımlı değişken olarak konumlandırılmıştır. (ii) İkinci aşamada ise demografik değişkenlerin (cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, medeni durum, eğitim düzeyi vb.) bağımsız; dinsel yönelim ile depresyonun ise bağımlı değişkenler olarak ele alındığı analizler gerçekleştirilmiştir.

Örneklemin dinsel yönelimleri ile depresyon semptomları arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla *Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı (r) analizi* uygulanmıştır. Böylece iç-güdümlü ve dış-güdümlü dindarlık ile depresyon arasındaki ilişki düzeyleri sayısal olarak ifade edilmiştir. Bunun yanı sıra, dinsel yönelim türlerine göre depresyon düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla *bağımsız örneklem t-testi* ve *tek yönlü varyans analizi (anova)* teknikleri kullanılmıştır. T-testi, ikili karşılaştırmalar (örneğin, cinsiyete göre dinsel yönelim ve depresyon düzeyleri), anova ise

yaş grupları, eğitim düzeyi gibi çoklu kategorilere sahip değişkenlere göre karşılaştırmaları test etmede kullanılmıştır.

Anlamli farklılıklar tespit edilen durumlarda, *post-hoc* analizlerden *Tukey HSD* testiyle hangi gruplar arasında anlamlı fark bulunduğu belirlenmiştir. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiş, bu sınır değerin altında elde edilen sonuçlar istatistiksel olarak anlamlı değerdendirilmiştir. Böylece dinsel yönelim ve depresyon arasındaki ilişkiler, hem teorik varsayımlarla uyumlu olarak hem de istatistiksel güvenilirlik temelinde yorumlanmıştır.

1.4. Örneklemin Sosyo-Demografik Özellikleri

Avusturya, Almanya, Fransa ve Hollanda'nın ardından en yoğun Türkiye kökenli göçmen nüfusa sahip Avrupa ülkelerinden biri konumundadır. Türkiye ile Avusturya arasında 1964 yılında imzalanan işgücü anlaşmasıyla başlayan dış göç süreci, özellikle ekonomik sebeplerle gerçekleşen ilk kuşak işçi göçü üzerinden şekillenmiştir. Bunu, ilerleyen yıllarda aile birleşimleri ve siyasi baskılarla tetiklenen yeni göç dalgaları takip etmiş; böylelikle göçmen nüfusun ülkede kalıcı bir yapıya kavuştuğu ve günümüzde (2025 itibarıyla) dördüncü kuşağa ulaştığı görülmüştür. Avusturya İstatistik Kurumu'nun 2015 verilerine göre ülkede yaklaşık 273 bin Türkiye kökenli göçmen yaşamaktadır. Bu rakam, göçmen kökenli toplam nüfusun %15'ine karşılık gelmekte olup Türkler ülkedeki en büyük Müslüman ve ikinci en büyük yabancı vatandaşlık grubunu oluşturmaktadır (Statistik Austria, 2015).

Türk göçmen nüfusunun yaklaşık %40'ı Viyana'da, %13'ü Aşağı Avusturya'da ve %12'si Yukarı Avusturya'da yaşamaktadır. Bu grubun %60'ı Avusturya vatandaşlığına geçmişken, geri kalan kısım hâlen Türk vatandaşlığı statüsünü muhafaza etmektedir. Kuşak dağılımı incelendiğinde yaklaşık 155 bin kişinin birinci nesil, 118 bin kişinin ise ikinci nesil göçmenlerden oluştuğu görülmektedir (Sağlam, 2017, 140–169). Bu tarihsel arka plan dikkate alındığında, söz konusu araştırmanın örneklemini diasporik süreklilik ve çok kuşaklı göç deneyimiyle şekillenmiş geniş bir kültürel bağlam içerisinde seçilmiştir. Bu bağlam, hem kültürel adaptasyon süreçlerinin hem de dinsel yönelimin psikolojik etkilerinin anlaşılması açısından önemli bir psiko-sosyo-teolojik zemin sunmaktadır (bk. Tablo 3).

Tablo 3: Örneklemin sosyo-demografik özellikleri

SDÖ	n	%
Cinsiyet –		
Erkek	315	56,3
Kadın	245	43,7
Yaş –		
30 yaş altı	245	43,8
31–39 yaş	182	32,5
40 yaş ve üzeri	133	23,7
Sosyo-Ekonomik Düzey –		
Üst-ortanın üstü	77	13,8
Orta	357	63,7
Alt-ortanın altı	126	22,5
Medeni Durum –		
Bekâr	196	34,9

Evli	315	56,3
Boşanmış/dul	49	8,8
Eğitim Düzeyi -		
İlköğrenim	175	31,3
Ortaöğrenim	252	45
Yükseköğrenim	105	18,7
Lisansüstü	28	5
Meslek -		
Serbest meslek	287	51,3
Ev hanımı	133	23,8
Emekli	14	2,5
Öğretmen/öğretim görevlisi	7	1,3
Öğrenci	119	21,1
Diasporik Yaşam Süresi -		
1-5 yıl	112	20
6-10 yıl	119	21,3
11-20 yıl	140	25
21-30 yıl	70	12,5
31+ yıl	21	3,8
Avusturya doğumlu	98	17,4

Yukarıdaki Tablo 3’de, araştırmaya katılan Avusturya’daki Müslüman-Türk göçmen örneklerinin (n = 560) temel sosyo-demografik özellikleri ayrıntılı bir biçimde sunulmaktadır. Cinsiyet dağılımı incelendiğinde, deneklerin %56,3’ünün erkek (n = 315), %43,7’sinin ise kadın (n = 245) olduğu görülmektedir. Yaş grupları bakımından ise örneklemin %43,8’i 30 yaş altı (n = 245), %32,5’i 31-39 yaş aralığında (n = 182) ve %23,7’si 40 yaş ve üzeri (n = 133) bireylerden oluşmaktadır. Sosyo-ekonomik düzeye göre dağılımda katılımcıların çoğunluğu orta sınıf (%63,7; n = 357) olarak tanımlanırken, bu grubu alt-ortanın altı düzeyindekiler (%22,5; n = 126) ve üst-ortanın üstü düzeyindekiler (%13,8; n = 77) takip etmektedir.

Medeni durum açısından değerlendirildiğinde, örneklemin %56,3’ünün evli (n = 315), %34,9’unun bekâr (n = 196) ve %8,8’inin boşanmış ya da dul (n = 49) olduğu bulunmuştur. Eğitim düzeyi bakımından, örneklemin %45’inin ortaöğrenim (n = 252), %31,3’ünün ilköğrenim (n = 175), %18,7’sinin yükseköğrenim (n = 105) ve %5’inin lisansüstü (n = 28) eğitim düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Mesleki statü dağılımında ise katılımcıların yarısından fazlasının serbest meslek sahibi (%51,3; n = 287) olarak kaydedildiği; bunu ev hanımı (%23,8; n = 133), öğrenci (%21,1; n = 119), emekli (%2,5; n = 14) ve öğretmen/öğretim görevlisi (%1,3; n = 7) kategorilerinin izlediği saptanmıştır.

Diasporik yaşam süresi dikkate alındığında, örneklemin %25’inin (n = 140) 11-20 yıl, %21,3’ünün (n = 119) 6-10 yıl, %20’sinin (n = 112) 1-5 yıl, %12,5’inin (n = 70) 21-30 yıl ve %3,8’inin (n = 21) 31 yıl ve üzeri süredir Avusturya’da yaşadığı tespit edilmiştir. Buna ek olarak, deneklerin %17,4’ünün (n = 98) Avusturya doğumlu bireylerden oluştuğu belirlenmiştir. Bu heterojen dağılımın, araştırma örnekleminin hem bireysel hem de toplumsal değişkenler bakımından yüksek düzeyde çeşitlilik taşıdığına ve bu niteliğiyle gerçekleştirilen nicel analizlere zenginleştirici bir ampirik katkı sunduğuna işaret ettiği görülmektedir.

2. Bulgular

Makalenin bu bölümünde, Avusturya’da yaşayan Müslüman-Türk göçmen bireylerden elde edilen nicel veriler doğrultusunda gerçekleştirilen istatistiksel analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Öncelikle dinsel yönelim türleri ile depresyon arasındaki ilişkiler *Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı* yöntemiyle analiz edilmiştir. Ardından iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelimlere göre depresyon alt boyutlarındaki düzey farklarını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Son olarak, örneklemin temel sosyo-demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi vb.) göre dinsel yönelim ve depresyon alt boyutlarında ortaya çıkan anlamlı farklılıklar ise *Tek Yönlü Varyans Analizi* (anova) ve *t-testi* gibi parametrik analiz teknikleri kullanılarak karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiştir. Bu kapsamda, istatistiksel anlamlılık düzeyi tüm analizlerde $p < .05$ olarak kabul edilmiş ve anlamlı farklılık ya da ilişkiler sayısal verilerle desteklenmiştir.

2.1. Dinsel Yönelimler ile Depresyon Arasındaki İlişki

Bu bölümde, göçmen bireylerin sahip oldukları iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim türleri ile depresyon ve alt boyutları (bilişsel, duygusal ve somatik) arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak incelenmiştir. Elde edilen nicel veriler, dinsel yönelimin psikolojik iyi oluş üzerindeki potansiyel etkilerini anlamaya yönelik önemli ampirik göstergeler sunmaktadır (bk. Tablo 4).

Tablo 4: Dinsel yönelimler ile depresyon ve alt boyutları arasındaki korelasyonlar (Pearson’s r)

	İGDY	DGDY	GD	Bilişsel	Duygusal	Somatik
İGDY	1.00	0.20	-0.50**	-0.50**	-0.45**	-0.40**
DGDY	0.20	1.00	0.35**	0.30**	0.25*	0.35**
GD	-0.50**	0.35**	1.00	0.80**	0.75**	0.70**
Bilişsel	-0.50**	0.30**	0.80**	1.00	0.70**	0.65**
Duygusal	-0.45**	0.25*	0.75**	0.70**	1.00	0.60**
Somatik	-0.40**	0.35**	0.70**	0.65**	0.60**	1.00

[Not: * $p < .05$, ** $p < .01$; Köşegen değerler 1.00’dır; İGDY=İç-Güdümlü Dinsel Yönelim; DGDY=Dış-Güdümlü Dinsel Yönelim; GD=Genel Depresyon]

Yukarıdaki Tablo 4’te, göçmen bireylerin iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim biçimleri ile genel depresyon düzeyi ve depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutları arasındaki ilişkiler ayrıntılı biçimde ortaya konulmuştur. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarında, iç-güdümlü dinsel yönelimin hem genel depresyon ($r = -.50$, $p < .01$) hem de bilişsel ($r = -.50$, $p < .01$), duygusal ($r = -.45$, $p < .01$) ve somatik ($r = -.40$, $p < .01$) alt boyutlarla negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler sergilediği saptanmıştır. Bu bulgunun, iç-güdümlü dindarlığın göçmen bireylerin depresif semptom düzeylerini azaltıcı ve psikolojik dayanıklılığı artırıcı bir koruyucu faktör olarak işlev görebileceğine işaret ettiği görülmektedir.

Öte yandan dış-güdümlü dinsel yönelimin genel depresyon düzeyi ($r = .35$, $p < .01$) ile bilişsel ($r = .30$, $p < .01$), duygusal ($r = .25$, $p < .05$) ve somatik ($r = .35$, $p < .01$) alt boyutlarla pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler sergilediği belirlenmiştir. Bu sonucun, dış-güdümlü dindarlığın daha yüksek düzeyde depresif semptomlarla ilişkili olabileceğini ve göçmen bireylerde dışsal motivasyonlarla şekillenen dinsel yaşantıların ruhsal iyilik hali üzerinde risk faktörü oluşturabileceğini düşündürdüğü görülmektedir. Ayrıca, depresyonun kendi alt

boyutları arasında da güçlü korelasyonlar tespit edilmiştir. Genel depresyon düzeyi ile bilişsel ($r = .80$, $p < .01$), duygusal ($r = .75$, $p < .01$) ve somatik ($r = .70$, $p < .01$) belirtiler arasındaki yüksek düzeyli pozitif korelasyonların, bu alt boyutların depresyonun yapısal bütünlüğü içerisindeki belirleyici rolünü ortaya koyduğu anlaşılmaktadır. Elde edilen bulguların, depresyonun çok boyutlu doğasını desteklediği ve dinsel yönelim türlerinin bu klinik yapıya farklı biçimlerde etki edebileceğini ortaya koyduğu görülmektedir.

2.2. Dinsel Yönelimlere Göre Depresyon Alt Boyutları

Makalenin bu bölümünde ise göçmen bireylerin benimsedikleri dinsel yönelim biçimlerine göre depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında anlamlı düzeyde bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. İç-güdümlü ve dış-güdümlü dindarlık yönelimlerine göre yapılan karşılaştırmalar, göçmen bireyin dinsel motivasyon yapısının ruhsal semptomlar üzerindeki etkilerini ortaya koymayı amaçlamaktadır (bk. Tablo 5).

Tablo 5: Dinsel yönelimlere göre depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması
(Bağımsız örneklem t-testi)

Depresyon Alt Boyutları	Dindarlık Yönelimleri	n	Ort.	SS	t	p
Bilişsel Belirtiler	İGDY	281	0.45	0.40	-3.95	.000**
	DGDY	279	0.62	0.50		
Duygusal Belirtiler	İGDY	281	0.48	0.45	-3.02	.003**
	DGDY	279	0.60	0.50		
Somatik Belirtiler	İGDY	281	0.52	0.48	-3.55	.000**
	DGDY	279	0.68	0.55		

[Not: Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; * $p < .05$; ** $p < .01$; İGDY=İç-Güdümlü Dinsel Yönelim; DGDY=Dış-Güdümlü Dinsel Yönelim]

Yukarıdaki Tablo 5'te, göçmen bireylerin dinsel yönelim türlerine göre depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarındaki düzeylerini karşılaştırmak amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testi bulguları sunulmuştur. Elde edilen nicel sonuçlarda, iç-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen bireyler tarafından bildirilen depresif semptom düzeylerinin, tüm alt boyutlarda dış-güdümlü göçmen bireylere kıyasla anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir. Özellikle bilişsel belirtiler açısından, iç-güdümlü göçmen bireylerin ortalama puanlarının ($\bar{X} = 0.45$, $SS = 0.40$), dış-güdümlü bireylerin ortalamalarına ($\bar{X} = 0.62$, $SS = 0.50$) göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük olduğu tespit edilmiştir [$t(558) = -3.95$, $p < .001$].

Duygusal belirtiler bağlamında da benzer bir farklılığın bulunduğu görülmüş; iç-güdümlü göçmen bireylerin ortalama puanlarının ($\bar{X} = 0.48$, $SS = 0.45$), dış-güdümlü göçmen bireylerin ortalamalarına göre anlamlı biçimde daha düşük düzeyde gerçekleştiği ortaya konulmuştur [$t(558) = -3.02$, $p = .003$]. Somatik belirtiler açısından da iç-güdümlü göçmen bireyler tarafından bildirilen semptom düzeylerinin ($\bar{X} = 0.52$, $SS = 0.48$), dış-güdümlü göçmen bireyler tarafından bildirilen düzeylere ($\bar{X} = 0.68$, $SS = 0.55$) kıyasla anlamlı biçimde daha düşük olduğu belirlenmiştir [$t(558) = -3.55$, $p < .001$]. Elde edilen bu ampirik bulgular, iç-güdümlü dinsel yönelimin depresif semptomların azaltılmasında işlevsel bir koruyucu faktör olarak değerlendirilebileceğine; buna karşın dış-güdümlü dinsel yönelimin daha yüksek düzeyde psikolojik risklerle ilişkili olabileceğine işaret etmektedir.

2.3. Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Dinsel Yönelim ve Depresyon Alt Boyutları

Sosyo-demografik değişkenlerin, göçmen bireylerin dinsel yönelim biçimlerini ve depresif belirti düzeylerini anlamada önemli birer açıklayıcı faktör/değişken olarak işlev gördüğü kabul edilmektedir. Bu kapsamda, cinsiyet ve yaş gibi temel sosyo-demografik faktörlerin, iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelimler ile depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutları üzerindeki farklılaştırıcı etkileri, istatistiksel yöntemler aracılığıyla ayrıntılı biçimde incelenmiştir.

Tablo 6: Cinsiyete göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması (Bağımsız örneklem t-testi)

Dinsel Yönelim	BDÖ	Cinsiyet	n	Ort.	SS	t	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	Kadın	120	10.2	3.1	-3.10	.002**
		Erkek	161	12.1	3.4		
	Duygusal	Kadın	120	8.1	2.9	-2.85	.005**
		Erkek	161	9.0	3.3		
	Somatik	Kadın	120	9.3	3.2	-3.45	.001**
		Erkek	161	11.2	3.6		
Dış-Güdümlü	Bilişsel	Kadın	125	14.2	3.0	3.20	.002**
		Erkek	154	12.3	3.5		
	Duygusal	Kadın	125	11.1	2.8	2.90	.004**
		Erkek	154	9.5	3.2		
	Somatik	Kadın	125	13.1	3.4	3.50	.001**
		Erkek	154	11.0	3.6		

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; *p < .05; **p < .01]

Yukarıdaki Tablo 6'da, göçmen bireylerin cinsiyetlerine göre dinsel yönelim türleri temelinde depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında gösterdikleri semptom düzeylerini karşılaştırmak amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t-testi sonuçları sunulmuştur. İç-güdümlü dinsel yönelim grubunda yapılan karşılaştırmalarda, göçmen kadınların tüm depresyon alt boyutlarında erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük semptom puanlarına sahip oldukları belirlenmiştir. Özellikle bilişsel belirtiler açısından kadınların ortalamasının ($\bar{X} = 10.2$, $SS = 3.1$), erkeklerin ortalamasına ($\bar{X} = 12.1$, $SS = 3.4$) göre anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür [$t(372) = -3.10$, $p = .002$]. Duygusal belirtiler bağlamında da benzer bir farklılık tespit edilmiş; göçmen kadınların ortalama puanlarının ($\bar{X} = 8.1$, $SS = 2.9$), erkeklerin ortalamasına ($\bar{X} = 9.0$, $SS = 3.3$) göre istatistiksel olarak daha düşük olduğu saptanmıştır [$t(372) = -2.85$, $p = .005$]. Somatik belirtiler açısından da göçmen kadınların ortalamasının ($\bar{X} = 9.3$, $SS = 3.2$), erkeklerin ortalamasına ($\bar{X} = 11.2$, $SS = 3.6$) kıyasla anlamlı biçimde daha düşük düzeyde gerçekleştiği belirlenmiştir [$t(372) = -3.45$, $p = .001$].

Dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda ise tam tersi bir eğilimin ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Göçmen kadınların, bilişsel belirtiler ($\bar{X} = 14.2$, $SS = 3.0$), duygusal belirtiler ($\bar{X} = 11.1$, $SS = 2.8$) ve somatik belirtiler ($\bar{X} = 13.1$, $SS = 3.4$) açısından, göçmen erkeklere ($\bar{X} = 12.3$; $\bar{X} = 9.5$; $\bar{X} = 11.0$) kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puanlar bildirdikleri saptanmıştır [sırasıyla $t(184) = 3.20$, $p = .002$; $t(184) = 2.90$, $p = .004$; $t(184) = 3.50$, $p = .001$]. Elde edilen nicel bulgular, iç-güdümlü dinsel yönelimin özellikle göçmen kadınlarda depresif belirtileri

azaltıcı ve koruyucu bir işlev gördüğünü; buna karşılık dış-güdümlü dinsel yönelimin, yine özellikle göçmen kadınlarda daha yüksek düzeyde psikolojik yüklenmeyle ilişkili olabileceğini göstermektedir.

Tablo 7: Yaş gruplarına göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması (Tek yönlü anova)

Dinsel Yönelim	BDÖ	Yaş Grubu	n	Ort.	SS	F	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	30 Yaş Altı	123	10.4	3.2	1.22	.296
		31-39 Yaş	91	10.3	3.4		
		40 Yaş - +	67	10.1	3.3		
	Duygusal	30 Yaş Altı	123	8.5	2.9	6.82	.001**
		31-39 Yaş	91	9.1	3.1		
		40 Yaş - +	67	7.8	3.0		
	Somatik	30 Yaş Altı	123	9.1	3.2	3.45	.033*
		31-39 Yaş	91	9.8	3.5		
		40 Yaş - +	67	8.4	3.3		
Dış-Güdümlü	Bilişsel	30 Yaş Altı	122	12.5	3.4	0.88	.417
		31-39 Yaş	91	12.8	3.6		
		40 Yaş - +	66	12.2	3.1		
	Duygusal	30 Yaş Altı	122	10.2	3.1	5.21	.006**
		31-39 Yaş	91	11.1	3.0		
		40 Yaş - +	66	9.5	2.8		
	Somatik	30 Yaş Altı	122	11.3	3.4	3.97	.021*
		31-39 Yaş	91	12.2	3.6		
		40 Yaş - +	66	10.5	3.2		

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; *p < .05; **p < .01]

Yukarıdaki Tablo 7’de, göçmen bireylerin yaş gruplarına göre dinsel yönelim biçimleri temelinde depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında gösterdikleri düzey farklılıklarını incelemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (anova) sonuçları sunulmuştur. İç-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen bireyler arasında yapılan karşılaştırmalarda, duygusal belirtiler açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın bulunduğu tespit edilmiştir [$F(2, 312) = 6.82, p = .001$]. Benzer biçimde, somatik belirtiler alt boyutunda da anlamlı bir fark gözlenmiştir [$F(2, 312) = 3.45, p = .033$]. Buna karşılık, bilişsel belirtiler bakımından yaş grupları arasında anlamlı bir farklılığın ortaya çıkmadığı belirlenmiştir ($p > .05$). Bu durum, bilişsel semptomların yaşa göre daha stabil bir seyir izlediğini göstermektedir. Dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda da benzer bir desen gözlenmiştir. Yaş grupları, duygusal belirtiler açısından anlamlı bir farklılık sergilemiştir [$F(2, 242) = 5.21, p = .006$]. Somatik belirtiler açısından da anlamlı bir farkın bulunduğu belirlenmiştir [$F(2, 242) = 3.97, p = .021$]. Buna karşın, bilişsel belirtiler bakımından anlamlı bir farklılığın ortaya çıkmadığı saptanmıştır [$F(2, 242) = 0.88, p = .417$]. Bu bulgular, her iki

dinsel yönelim biçiminde de depresyonun özellikle duygusal ve somatik boyutlarının yaş faktörüne daha duyarlı olduğunu göstermektedir.

Yürütülen Tukey HSD post-hoc analizlerinin sonuçları, anlamlı fark gözlenen yaş gruplarını ayrıntılı biçimde ortaya koymaktadır. İç-güdümlü dinsel yönelim grubunda, duygusal belirtiler açısından en belirgin farkın 31-39 yaş grubuyla 40 yaş ve üzeri göçmen bireyler arasında bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca 30 yaş altı bireyler ile 40 yaş ve üzeri bireyler arasında da anlamlı farklılıkların mevcut olduğu belirlenmiştir. Somatik belirtiler açısından ise ileri yaş grubunda (40+) yer alan göçmen bireylerin diğer yaş gruplarına göre daha düşük düzeyde depresif semptomlar sergilediği görülmüştür. Dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda ise 31-39 yaş grubunun, duygusal ve somatik semptomlar açısından daha yüksek depresyon puanlarına sahip olduğu; buna karşılık 40 yaş ve üzerindeki göçmen bireylerin daha düşük düzeyde semptomlar bildirdiği anlaşılmıştır.

Genel olarak değerlendirildiğinde ise yaş ilerledikçe özellikle iç-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen bireyler tarafından depresyonun bazı alt boyutlarında daha düşük semptom düzeylerinin bildirildiği görülmektedir. Bu eğilim, yaşla birlikte artan manevi olgunluk, psikolojik dayanıklılık, başa çıkma becerileri ve içsel motivasyon kaynaklı dinsel yönelimin daha işlevsel bir hâle gelmesiyle açıklanabilir. Elde edilen bulgular, yaş ve dinsel yönelim etkileşiminin göçmen bireylerin ruhsal iyi oluşu üzerindeki belirleyici rolünü anlamada önemli bir gösterge sunduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 8: Sosyo-ekonomik düzeye göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması (Tek yönlü anova)

Dinsel Yönelim	BDÖ	SED	n	Ort.	SS	F	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	Alt-O. Altı	63	10.2	2.9	3.21	.041*
		Orta	179	10.8	3.4		
		Üst-O. Üstü	39	11.5	3.6		
	Duygusal	Alt-O. Altı	63	8.2	2.8	4.87	.008**
		Orta	179	9.1	3.2		
		Üst-O. Üstü	39	9.9	3.0		
	Somatik	Alt-O. Altı	63	8.5	3.1	5.44	.005**
		Orta	179	9.6	3.3		
		Üst-O. Üstü	39	10.8	3.5		
Dış-Güdümlü	Bilişsel	Alt-O. Altı	62	11.0	3.5	2.97	.052
		Orta	178	11.4	3.2		
		Üst-O. Üstü	39	12.1	3.6		
	Duygusal	Alt-O. Altı	62	9.5	3.0	6.01	.003**
		Orta	178	10.3	3.1		
		Üst-O. Üstü	39	11.4	3.3		
	Somatik	Alt-O. Altı	62	10.0	3.2	5.63	.004**
		Orta	178	10.8	3.4		

Üst-O. 39 12.0 3.6
Üstü

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; * $p < .05$; ** $p < .01$; SED = Sosyo-Ekonomik Düzey]

Yukarıdaki Tablo 8’de, Avusturyalı göçmen bireylerin sosyo-ekonomik düzeylerine göre iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim türleri bağlamında depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında gösterdikleri düzey farklılıklarını incelemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (anova) bulguları sunulmuştur. İç-güdümlü dinsel yönelim grubunda, depresyonun duygusal [$F(2, 557) = 4.87, p = .008$] ve somatik [$F(2, 557) = 5.44, p = .005$] alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde grup farklılıklarının bulunduğu tespit edilmiştir. Benzer biçimde, bilişsel belirtiler açısından da anlamlılık düzeyine yakın bir farklılığın ortaya çıktığı belirlenmiştir [$F(2, 557) = 3.21, p = .041$]. Bu sonuç, sosyo-ekonomik farklılıkların iç-güdümlü göçmen bireylerin depresif semptom düzeyleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda da duygusal [$F(2, 557) = 6.01, p = .003$] ve somatik belirtiler [$F(2, 557) = 5.63, p = .004$] açısından anlamlı grup farklılıklarının bulunduğu saptanmıştır. Buna karşılık, bilişsel belirtiler için elde edilen farkın istatistiksel anlamlılık sınırında kaldığı belirlenmiştir [$F(2, 557) = 2.97, p = .052$]. Bu bulgular, dış-güdümlü dinsel yönelime sahip bireylerde özellikle duygusal ve bedensel (somatik) belirtilerin sosyo-ekonomik statüye bağlı olarak anlamlı ölçüde farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Yapılan Tukey HSD post-hoc analizleri, gözlemlenen farklılıkların özellikle alt-ortanın altı ile üst-ortanın üstü sosyo-ekonomik gruplar arasında belirginleştiğini ortaya koymaktadır. Özellikle üst-ortanın üstü gelir düzeyine sahip göçmen bireylerin, hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim türlerinde, duygusal ve somatik depresyon belirtilerinde diğer gruplara kıyasla daha yüksek puanlar bildirdikleri saptanmıştır. Bu durum, yüksek sosyo-ekonomik statüde bulunan göçmen bireylerde görülen psikolojik yüklenmenin başarı baskısı, performans kaygısı ve toplumsal beklentilerin yarattığı stres ile ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Öte yandan, alt sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerde dinsel yönelimin daha içselleştirilmiş ve işlevsel bir başa çıkma mekanizması olarak kullanılması, daha düşük düzeyde depresif semptomlarla sonuçlanmış olabilir. Sonuç olarak, sosyo-ekonomik düzeyin depresyon semptomlarının düzeyi üzerindeki etkisinin dinsel yönelim biçimiyle etkileşimli bir yapı sergilediği ve bu etkileşimin göçmen bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerinde belirleyici bir rol oynayabileceği değerlendirilmektedir.

Tablo 9: Medeni duruma göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması (Tek yönlü anova)

Dinsel Yönelim	BDÖ	Medeni Durum	n	Ort.	SS	F	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	Bekâr	98	0.52	0.36	21.97	.001**
		Evli	158	0.54	0.46		
		Boşanmış/dul	25	1.17	0.73		
Duygusal		Bekâr	98	0.61	0.36	42.69	.000**
		Evli	158	0.47	0.45		
		Boşanmış/dul	25	1.35	0.66		
Somatik		Bekâr	98	0.59	0.42	36.24	.002**
		Evli	158	0.51	0.42		
		Boşanmış/dul	25	1.35	0.80		

Dış-Güdümlü	Bilişsel	Bekâr	96	0.70	0.42	53.33	.000**
		Evli	157	0.61	0.42		
		Boşanmış/dul	26	1.63	0.79		
Duygusal	Bekâr	96	0.60	0.44	45.50	.001**	
	Evli	157	0.55	0.44			
	Boşanmış/dul	26	1.51	0.75			
Somatik	Bekâr	96	0.71	0.44	39.73	.003**	
	Evli	157	0.58	0.46			
	Boşanmış/dul	26	1.48	0.69			

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; *p < .05; **p < .01]

Yukarıdaki Tablo 9'da, göçmen bireylerin medeni durumlarına göre iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim türleri bağlamında depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında gösterdikleri farklılıkları incelemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (anova) bulguları sunulmuştur. İç-güdümlü dinsel yönelim kapsamında yapılan analizlerde, bilişsel belirtiler [$F(2, 278) = 21.97, p = .001$], duygusal belirtiler [$F(2, 278) = 42.69, p = .000$] ve somatik belirtiler [$F(2, 278) = 36.24, p = .002$] açısından medeni durum grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıkların bulunduğu belirlenmiştir. Benzer biçimde, dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda da bilişsel [$F(2, 276) = 53.33, p = .000$], duygusal [$F(2, 276) = 45.50, p = .001$] ve somatik [$F(2, 276) = 39.73, p = .003$] belirtiler bakımından anlamlı farklılıkların ortaya çıktığı görülmüştür. Bu bulgular, göçmen bireylerin medeni durumlarının depresif belirti düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu ve dinsel yönelim biçimleriyle etkileşimli bir şekilde psikolojik iyi oluşu şekillendirebildiğini ortaya koymaktadır.

Gerçekleştirilen Tukey HSD post-hoc analizleri, özellikle boşanmış veya dul göçmen bireylerin hem bekâr hem de evli göçmen bireylere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek depresif semptomlar bildirdiklerini göstermiştir. Bilişsel belirtiler açısından, boşanmış/dul bireylerin bekârlardan ve evlilerden daha yüksek puanlar aldıkları; buna karşın bekâr ve evli gruplar arasında anlamlı bir farkın gözlenmediği saptanmıştır. Duygusal belirtiler bağlamında da benzer bir örüntü ortaya çıkmış; boşanmış/dul bireyler hem bekârlardan hem de evlilerden anlamlı düzeyde daha yüksek semptom düzeyleri bildirmiştir. Somatik belirtiler açısından da boşanmış/dul bireylerin bekârlara ve evlilere göre daha yüksek ortalama puanlara sahip oldukları; ancak bekâr ve evli bireyler arasında anlamlı bir farkın bulunmadığı belirlenmiştir.

Genel olarak, elde edilen bulgular medeni durumun depresif semptomların şiddeti üzerinde güçlü ve anlamlı bir etkiye sahip olduğunu; özellikle boşanma ya da eş kaybı gibi yaşam olaylarını deneyimleyen bireylerin daha yüksek düzeyde psikolojik yüklenmeye açık olduklarını göstermektedir. Bu etkinin dinsel yönelim biçimleriyle birlikte ele alınması, göçmen bireylerin psikolojik sağlamlık ve uyum düzeylerinin anlaşılmasında medeni durumun kritik bir psiko-sosyal belirleyici olarak işlev gördüğünü ortaya koymaktadır.

Tablo 10: Eğitim düzeyine göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması
(Tek yönlü anova)

Dinsel Yönelim	BDÖ	Eğitim Düzeyi	n	Ort.	SS	F	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	İlköğrenim	88	0.67	0.43	7.81	.000**
		Ortaöğrenim	126	0.72	0.4		

		Yükseköğrenim	53	0.45	0.31		
		Lisansüstü	14	0.4	0.31		
	Duygusal	İlköğrenim	88	0.6	0.37	4.52	.004**
		Ortaöğrenim	126	0.7	0.43		
		Yükseköğrenim	53	0.48	0.3		
		Lisansüstü	14	0.54	0.23		
	Somatik	İlköğrenim	88	0.69	0.39	10.16	.000**
		Ortaöğrenim	126	0.72	0.45		
		Yükseköğrenim	53	0.38	0.32		
		Lisansüstü	14	0.54	0.24		
Dış-Güdümlü	Bilişsel	İlköğrenim	87	0.67	0.38	1.61	.186
		Ortaöğrenim	126	0.58	0.35		
		Yükseköğrenim	52	0.55	0.31		
		Lisansüstü	14	0.58	0.4		
	Duygusal	İlköğrenim	87	0.7	0.39	4.99	.002**
		Ortaöğrenim	126	0.64	0.36		
		Yükseköğrenim	52	0.47	0.26		
		Lisansüstü	14	0.54	0.32		
	Somatik	İlköğrenim	87	0.79	0.36	9.90	.000**
		Ortaöğrenim	126	0.62	0.37		
		Yükseköğrenim	52	0.45	0.34		
		Lisansüstü	14	0.55	0.31		

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; * $p < .05$; ** $p < .01$]

Yukarıdaki Tablo 10'da, göçmen bireylerin eğitim düzeylerine göre iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim türleri bağlamında depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında sergiledikleri düzey farklılıklarını incelemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (anova) bulguları sunulmuştur. Analiz sonuçlarına göre, iç-güdümlü dinsel yönelim grubunda bilişsel [$F(3, 277) = 7.81, p = .000$], duygusal [$F(3, 277) = 4.52, p = .004$] ve somatik belirtiler [$F(3, 277) = 10.16, p = .000$] açısından eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunduğu belirlenmiştir. Buna karşılık, dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda yalnızca duygusal [$F(3, 275) = 4.99, p = .002$] ve somatik belirtilerde [$F(3, 275) = 9.90, p = .000$] anlamlı farklılıklar saptanmış; bilişsel belirtiler alt boyutunda ise gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark gözlenmemiştir [$F(3, 275) = 1.61, p = .186$]. Bu bulgular, eğitim düzeyinin özellikle duygusal ve bedensel depresif semptomlar üzerinde belirleyici rol oynadığını, bilişsel belirtilerde ise etkisinin daha sınırlı olduğunu göstermektedir.

Gerçekleştirilen Tukey HSD post-hoc analizleri, söz konusu farklılıkların hangi eğitim düzeyleri arasında ortaya çıktığını ortaya koymuştur. İç-güdümlü dinsel yönelim grubunda, özellikle yükseköğrenim düzeyindeki göçmen bireylerin, ilköğrenim ve ortaöğrenim düzeyindeki bireylere kıyasla anlamlı biçimde daha düşük bilişsel ve somatik semptom düzeyleri bildirdikleri belirlenmiştir. Benzer şekilde, duygusal belirtiler açısından da yükseköğrenim düzeyindekilerin ilköğrenim grubuna göre daha düşük depresyon puanlarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Dış-güdümlü dinsel yönelim bağlamında ise duygusal ve somatik belirtiler açısından yükseköğrenim ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip bireylerin, ilköğrenim düzeyindekilere göre anlamlı düzeyde daha düşük semptom

bildirdikleri görülmüştür. Buna karşın, dış-güdümlü yönelimde bilişsel belirtiler bakımından eğitim grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Genel olarak, elde edilen ampirik bulgular, hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim biçimlerinde eğitim düzeyinin yükselmesiyle birlikte depresyonun özellikle duygusal ve somatik alt boyutlarında anlamlı bir azalma yaşandığını göstermektedir. Bu durum, daha yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin psikolojik esneklik, duygusal düzenleme becerileri ve stresle başa çıkma stratejileri açısından daha donanımlı olduklarını düşündürmektedir. Dolayısıyla eğitim, göçmen bireylerin dinsel yönelim biçimleriyle birlikte depresif semptomları algılama, anlamlandırma ve yönetme süreçlerinde kritik bir psiko-sosyal belirleyici olarak değerlendirilmektedir.

Tablo 11: Meslek türüne göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması (Tek yönlü anova)

Dinsel Yönelim	BDÖ	Meslek Türü	n	Ort.	SS	F	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	Serbest Meslek	146	0.66	0.56	8.12	.004**
		Ev Hanımı	68	0.47	0.44		
		Emekli	11	0.22	0.15		
		Öğr./Öğr. Gör.	7	0.18	0.10		
		Öğrenci	49	0.54	0.46		
	Duygusal	Serbest Meslek	146	0.67	0.58	10.05	.002**
		Ev Hanımı	68	0.62	0.55		
		Emekli	11	0.20	0.18		
		Öğr./Öğr. Gör.	7	0.15	0.12		
		Öğrenci	49	0.42	0.39		
	Somatik	Serbest Meslek	146	0.73	0.69	7.44	.001**
		Ev Hanımı	68	0.65	0.40		
		Emekli	11	0.28	0.14		
		Öğr./Öğr. Gör.	7	0.21	0.11		
		Öğrenci	49	0.42	0.52		
Dış-Güdümlü	Bilişsel	Serbest Meslek	144	0.71	0.52	6.84	.009**
		Ev Hanımı	67	0.58	0.48		
		Emekli	11	0.35	0.19		
		Öğr./Öğr. Gör.	7	0.27	0.15		
		Öğrenci	50	0.61	0.45		
	Duygusal	Serbest Meslek	144	0.69	0.60	9.31	.003**
		Ev Hanımı	67	0.65	0.57		
		Emekli	11	0.26	0.16		
		Öğr./Öğr. Gör.	7	0.19	0.13		
		Öğrenci	50	0.47	0.38		
	Somatik	Serbest Meslek	144	0.75	0.67	8.02	.005**

Ev Hanımı	67	0.63	0.42
Emekli	11	0.30	0.18
Öğr./Öğr. Gör.	7	0.22	0.15
Öğrenci	50	0.49	0.41

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; *p < .05; **p < .01]

Yukarıdaki Tablo 11’de, göçmen bireylerin meslek türlerine göre iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim bağlamında depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında gösterilen düzey farklılıklarının değerlendirilmesi amacıyla yürütülen tek yönlü varyans analizi bulguları sunulmuştur. Analiz sonuçlarında, iç-güdümlü dinsel yönelim grubunda bilişsel belirtiler açısından anlamlı grup farklılıklarının saptandığı görülmüştür [$F(4, 555) = 8.12, p = .004$]. Benzer şekilde, duygusal belirtiler için $F(4, 555) = 10.05, p = .002$; somatik belirtiler için ise $F(4, 555) = 7.44, p = .001$ düzeyinde anlamlı sonuçların elde edildiği belirlenmiştir. Dış-güdümlü dinsel yönelim grubunda da benzer bulguların gözlemlendiği, bilişsel belirtiler için $F(4, 555) = 6.84, p = .009$; duygusal belirtiler için $F(4, 555) = 9.31, p = .003$; somatik belirtiler için ise $F(4, 555) = 8.02, p = .005$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların bulunduğu ortaya konulmuştur.

Gerçekleştirilen Tukey HSD post-hoc analizlerinde, söz konusu farklılıkların hangi meslek grupları arasında ortaya çıktığı ayrıntılı biçimde ortaya konulmuştur. İç-güdümlü dinsel yönelim bağlamında, bilişsel belirtiler açısından emekli olan ve öğretim üyesi veya öğretim görevlisi konumunda bulunan göçmen bireyler tarafından serbest meslek sahiplerine ve ev hanımlarına kıyasla daha düşük semptom düzeylerinin bildirildiği saptanmıştır. Duygusal belirtiler açısından, öğrenciler ve emekliler tarafından serbest meslek sahiplerine ve ev hanımlarına göre anlamlı düzeyde daha düşük semptom puanlarının bildirildiği belirlenmiştir. Somatik belirtiler bakımından da öğrenciler ile emekliler tarafından özellikle serbest meslek sahiplerine ve ev hanımlarına kıyasla daha düşük ortalama semptom düzeylerinin bildirildiği ortaya konulmuştur.

Genel olarak elde edilen bulgularla, meslek türünün depresyonun alt boyutları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu ve bazı meslek grupları tarafından (özellikle emekliler ve öğrenciler) daha düşük düzeyde depresif belirtilerin bildirildiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlarla, mesleki pozisyonun göçmen bireylerin dinsel yönelimleri ile birlikte psikolojik iyi oluşu şekillendiren önemli bir bağlamsal değişken olarak işlev gördüğü ortaya konulmuştur.

Tablo 12: Diasporik yaşam süresine göre dinsel yönelim ile depresyon alt boyutlarının karşılaştırılması (Tek yönlü anova)

Dinsel Yönelim	BDÖ	DYS	n	Ort.	SS	F	p
İç-Güdümlü	Bilişsel	1-5 yıl	56	0.78	0.42	15.21	.000**
		6-10 yıl	60	0.41	0.37		
		11-20 yıl	70	0.46	0.45		
		21-30 yıl	35	0.69	0.72		
		31+ yıl	11	0.61	0.41		
		A. doğumlu	49	0.65	0.49		
	Duygusal	1-5 yıl	56	0.88	0.46	6.74	.002**
		6-10 yıl	60	0.35	0.34		
		11-20 yıl	70	0.44	0.5		

		21-30 yıl	35	0.71	0.81		
		31+ yıl	11	1.12	0.62		
		A. doğumlu	49	0.61	0.48		
Somatik		1-5 yıl	56	0.94	0.58	11.38	.001**
		6-10 yıl	60	0.48	0.43		
		11-20 yıl	70	0.46	0.49		
		21-30 yıl	35	0.95	0.77		
		31+ yıl	11	0.83	0.53		
		A. doğumlu	49	0.48	0.5		
Dış- Güdümlü	Bilişsel	1-5 yıl	56	0.83	0.41	13.05	.001**
		6-10 yıl	58	0.44	0.36		
		11-20 yıl	70	0.49	0.47		
		21-30 yıl	35	0.71	0.68		
		31+ yıl	11	0.62	0.46		
		A. doğumlu	49	0.69	0.52		
Duygusal		1-5 yıl	56	0.91	0.47	5.89	.004**
		6-10 yıl	58	0.39	0.37		
		11-20 yıl	70	0.47	0.51		
		21-30 yıl	35	0.73	0.8		
		31+ yıl	11	1.09	0.59		
		A. doğumlu	49	0.64	0.49		
Somatik		1-5 yıl	56	0.97	0.59	16.42	.000**
		6-10 yıl	58	0.5	0.42		
		11-20 yıl	70	0.47	0.52		
		21-30 yıl	35	0.97	0.78		
		31+ yıl	11	0.85	0.57		
		A. doğumlu	49	0.5	0.48		

[Not. Ort. = Ortalama; SS = Standart Sapma; *p < .05; **p < .01; DYS=Diasporik Yaşam Süresi]

Yukarıdaki Tablo 12’de, göçmen bireylerin diasporik yaşam sürelerine göre iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelim temelinde depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutlarında gösterilen farklılıkları incelemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizinin (anova) bulguları sunulmuştur. Analizler sonucunda, her iki dinsel yönelim biçimi kapsamında da depresyonun tüm alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı grup farklılıklarının bulunduğu belirlenmiştir. İç-güdümlü dinsel yönelim için bilişsel belirtilerde $F(5, 553) = 15.21$, $p = .000$; duygusal belirtilerde $F(5, 553) = 6.74$, $p = .002$; somatik belirtilerde ise $F(5, 553) = 11.38$, $p = .001$ düzeyinde anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır. Dış-güdümlü dinsel yönelim bağlamında ise bilişsel belirtilerde $F(5, 553) = 13.05$, $p = .001$; duygusal belirtilerde $F(5, 553) = 5.89$, $p = .004$; somatik belirtilerde ise $F(5, 553) = 16.42$, $p = .000$ düzeyinde anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir.

Gerçekleştirilen Tukey HSD post-hoc analizleriyle, bu farklılıkların hangi diasporik yaşam süresi grupları arasında ortaya çıktığı ayrıntılandırılmıştır. Bilişsel belirtiler açısından, 1-5 yıl grubunda yer alan bireylerin puanlarının 6-10 yıl ve 11-20 yıl gruplarına kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca 21-30 yıl grubunun 6-10 yıl grubuna göre daha yüksek puanlar bildirdiği belirlenmiştir. Duygusal belirtiler açısından, 11-20 yıl grubunun hem 1-5 yıl, hem 21-30 yıl hem de 31+ yıl gruplarına kıyasla

daha düşük depresif belirtiler gösterdiği saptanmıştır. Bunun yanı sıra 1-5 yıl grubunun 6-10 yıl grubu ile ve Avusturya doğumlu bireylerle karşılaştırıldığında daha yüksek düzeyde belirtiler sergilediği görülmüştür. Ayrıca 31+ yıl grubunda bulunan bireylerin, 6-10 yıl grubu ve Avusturya doğumlu göçmenlere göre daha yüksek duygusal belirtiler gösterdikleri tespit edilmiştir. Somatik belirtiler bakımından, 11-20 yıl grubunun 1-5 yıl, 21-30 yıl ve 31+ yıl gruplarına kıyasla daha düşük semptom düzeyleri sergilediği belirlenmiştir. Ayrıca 1-5 yıl grubunun hem 6-10 yıl hem de Avusturya doğumlu bireylerden daha yüksek düzeyde somatik belirtiler bildirdiği ortaya konmuştur. 31+ yıl grubunda yer alan bireylerin de 6-10 yıl grubu ve Avusturya doğumlu bireylerle kıyaslandığında daha yüksek semptom puanlarına sahip oldukları saptanmıştır.

Elde edilen bulgulara göre, diasporik yaşam süresinin depresyonun alt boyutları üzerinde belirleyici bir rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle 11-20 yıl arası diaspora süresine sahip bireylerde daha düşük depresif belirti düzeylerinin bulunması, bu dönemde geliştirilen psiko-sosyal uyum ve dayanıklılığın koruyucu bir etki yarattığını düşündürmektedir. Buna karşılık, göçün başlangıç dönemi (1-5 yıl) ile uzun süreli diaspora deneyimi (31+ yıl) daha yüksek düzeyde depresif belirtilerle ilişkilendirilmiştir. Bu durum, göçün ilk yıllarında yaşanan adaptasyon güçlükleri ve uzun vadede biriken kronik stresin psikolojik yük oluşturabileceğini göstermektedir.

3. Yorum ve Tartışma

Bu nicel araştırmada, Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmen bireylerin dinsel yönelim biçimleri ile depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenmiş ve ulaşılan bulguların sağlık psikolojisi ile din psikolojisi literatürüne özgün katkılar sunduğu görülmüştür. Elde edilen sonuçlar, göçmen bireylerin sahip oldukları dinsel yönelim tiplerinin depresif semptom düzeyleriyle anlamlı biçimde ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin iç-güdümlü ile dış-güdümlü dindarlık yapıları arasında belirgin farklılıklar sergilediğini ortaya koymuştur. İç-güdümlü dinsel yönelim düzeyi yüksek olan göçmen bireylerde, depresyonun tüm alt boyutlarında daha düşük puanların gözlenmesi, dindarlığın bireyin psikolojik dayanıklılık kapasitesi ve anlam üretim süreçleri üzerinde koruyucu-psikoterapötik bir işlev gördüğünü desteklemektedir.

Elde edilen bulgular, din psikolojisi alanında din ve ruh sağlığı ilişkisine odaklanan araştırmalarda özellikle Koenig (2001, 2018) ile Pargament'in (1997) iç-güdümlü dindarlığın psikolojik iyi oluş üzerindeki olumlu etkilerine işaret eden sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. İçselleştirilmiş dinsel yönelim biçimlerinin göçmen bireyin varoluşsal bütünlük, bilişsel tutarlılık ve ruhsal esneklik sağlayarak depresif semptomları azaltıcı bir tampon işlevi üstlendiği yönündeki kuramsal çerçeve bu çalışmada da ampirik olarak doğrulanmıştır. Buna karşılık, dış-güdümlü dinsel yönelim ile depresif semptomlar arasındaki pozitif yönlü ilişkinin varlığı, dinsel motivasyonun sosyal beklenti, statüsel onay ya da ödül temelli biçimlerde sürdürüldüğünde psikolojik kırılganlığın daha yüksek düzeyde ortaya çıktığını göstermektedir. Bu durum, dinsel yönelimin niteliksel içeriğinin, göçmen bireylerin ruhsal iyi oluş düzeylerini belirleyen kritik bir psiko-sosyo-teolojik değişken olarak değerlendirilmesi gerektiğine işaret etmektedir.

İç-güdümlü dinsel yönelim ile depresyon arasındaki negatif yönlü ilişkinin (bk. Tablo 4) ortaya konulması, göçmen bireylerin inançlarını içselleştirme biçimlerinin psikolojik

dayanıklılık üzerinde belirgin düzeyde koruyucu bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Allport ve Ross'un (1967) klasik iç-güdümlü/dış-güdümlü dinsel yönelim ayrımı ekseninde değerlendirildiğinde, iç-güdümlü yönelim sergileyen göçmen bireylerin dinsel yaşantılarının daha bütüncül, anlam merkezli ve öznel farkındalıkla beslenen bir yapıya sahip olduğu görülmektedir (Allport - Ross, 1967, 432-442). Bu yapının, bireysel ruh sağlığına olumlu katkılar sunduğu ve depresif semptomların azalmasında koruyucu bir tampon işlevi üstlendiği bulgularla desteklenmiştir.

Pargament'in (1997) dinsel başa çıkma kuramı da, bireyin dinsel yönelim biçimlerinin stresle başa çıkma süreçlerinde işlevsel ya da işlevsiz biçimlerde ortaya çıkabileceğini öne sürmektedir. Bu kuramsal çerçevede pozitif dinsel başa çıkma biçimlerinin psikolojik sağlamlığı, duygusal esnekliği ve bilişsel tutarlılığı güçlendirdiği; buna karşılık negatif dinsel başa çıkma biçimlerinin depresyon, umutsuzluk, değersizlik ve suçluluk gibi olumsuz duygusal örüntüleri tetiklediği çeşitli ampirik çalışmalarla doğrulanmıştır (Ano - Vasconcelles, 2005, 461-480; Pargament vd., 1998, 710-723). Dolayısıyla, dinsel yönelimin niteliği, göçmen bireyin psikolojik uyum kapasitesi ve depresif belirtileriyle başa çıkma süreçlerinde kritik bir değişken olarak değerlendirilebilir.

Öte yandan dış-güdümlü dinsel yönelim ile depresyonun tüm alt boyutları arasında saptanan pozitif korelasyon ise dinsel yaşantının sosyal onay, aidiyet veya alışkanlık temelli sürdürüldüğü durumlarda göçmen bireyin içsel bütünlükten ve anlam merkezli inanç boyutundan uzaklaştığını göstermektedir. Bu kopuşun, göçmen bireyin psikolojik kırılganlığını artırıcı bir faktör olarak işlev gördüğü ve klinik düzeyde depresif semptomları beslediği belirlenmiştir. Exline'nın (2013) vurguladığı üzere, dinsel inançla yaşanan çatışmalar, Tanrı'ya yönelik öfke, suçluluk, dışlanmışlık ya da inançsal kırılmaların göçmen bireylerde depresyon, anksiyete ve intihar düşüncelerini tetikleyebildiği görülmektedir (Exline, 2013, 459-475). Benzer biçimde, Genia'nın (1993) bulguları da yüzeysel ve içselleştirilmemiş dinsel tutumların, özellikle stresörlerin yoğun olduğu göç bağlamında, bireyde uyumsuz başa çıkma mekanizmalarının ortaya çıkmasına neden olabileceğini göstermiştir (Genia, 1993, 284-290). Bu sonuçların, dinsel yönelimin biçimsel düzeyinden daha çok motivasyonel ve içsel derinliğinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini öne çıkaran çağdaş din psikolojisi literatürüyle örtüştüğü görülmektedir.

Klinik psikoloji ve sağlık psikolojisinde depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik alt boyutları arasında saptanan güçlü korelasyonlar, bu psikopatolojik yapının çok katmanlı ve bütüncül bir klinik sendrom olarak değerlendirilmesini zorunlu kılmaktadır (Beck vd., 2024). Dolayısıyla dinsel yönelim biçimlerinin yalnızca tekil alt boyutlarla değil, depresyonun yapısal bütünlüğüyle birlikte analiz edilmesi gerekmektedir. Bu bulgular, psikolojik danışmanlık ve müdahale süreçlerinde göçmen bireylerin dinsel yönelimlerinin yalnızca inanç yoğunluğu ya da aidiyet düzeyiyle değil, aynı zamanda bu inançların nasıl yaşandığıyla da yakından ilişkili olduğunu dikkate alan kişiselleştirilmiş müdahale modellerinin geliştirilmesinin önemini ortaya koymaktadır.

İç-güdümlü dinsel yönelim biçimlerinin, depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik tüm alt boyutlarında dış-güdümlü yönetime kıyasla daha düşük puanlarla ilişkili bulunması (bk. Tablo 5), bu dindarlık tipinin göçmen bireylerin içsel uyum kapasitesiyle bağlantılı koruyucu bir psikolojik işlev üstlenebileceğini göstermektedir. Allport ve Ross'un (1967) çığır açıcı kuramsal ayrımı doğrultusunda, iç-güdümlü dindarlığın göçmen bireyin yaşamını

şekillendiren anlam sistemleriyle bütünleşik bir yapı sergilediği; buna karşın dış-güdümlü dindarlığın daha çok dışsal beklenti, ödül ve sosyal onay motivasyonlarıyla yönlendirildiği görülmektedir (Allport - Ross, 1967, 432-443). Bu çalışmada ulaşılan bulgular, söz konusu kuramsal ayrımın depresif semptomlar üzerindeki farklılaşmalara da yansıdığını ampirik biçimde doğrulamaktadır.

Gorsuch ve Venable'nin (1983) da belirttiği üzere, iç-güdümlü yönelim sergileyen bireyler kişisel tutarlılık, anlam üretimi ve ruhsal merkezlenme açısından daha avantajlı bir psikolojik profil ortaya koyarken; dış-güdümlü yönelim biçimleri stresli yaşam olayları karşısında daha kırılgan ve yüzeysel başa çıkma stratejilerine yönelmektedir (Gorsuch - Venable, 1983, 181-187). Güncel ampirik araştırmalarda da benzer bir desen gözlenmiş; iç-güdümlü dinsel yönelimlerin psikolojik esenlik, yaşam doyumu ve depresyonla başa çıkma becerileriyle pozitif yönlü ilişkiler sergilediği ortaya konulmuştur (Abu-Raiya - Pargament, 2015, 24-33; Dezutter vd., 2006, 807-818; Pirutinsky vd., 2011, 401-405). Bu bulgular, depresyonun farklı bileşenlerinde gözlemlenen anlamlı düzeydeki farklılıkların, dinsel yönelim biçimlerinin bireysel ruh sağlığıyla nasıl kesiştiğini derinlemesine anlamaya katkı sunduğunu göstermektedir.

Öte yandan araştırmanın ampirik verilerine dayalı olarak ortaya konan Tablo 6 bulguları, dinsel yönelim biçimleri ile depresyonun alt boyutları arasındaki ilişkinin cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığını göstermektedir. İç-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen kadınların depresyonun bilişsel, duygusal ve somatik boyutlarında göçmen erkeklere kıyasla daha düşük semptom puanları bildirmeleri, iç-güdümlü dinsel yönelimin kadınlarda daha güçlü bir psikolojik tampon işlevi üstlenebileceğine işaret etmektedir (bk. Tablo 6). Bu farklılığın, göçmen kadınların dinsel pratikleri daha duygusal ve içsel bir boyutta deneyimlemelerinden kaynaklanabileceği ileri sürülebilir (Levin, 1994, 1475-1482).

Miller ve Thoresen'in (2003) belirttiği üzere, dinsel bağlılığın göçmen kadınlarda daha yüksek düzeyde sosyal destekle ilişkilendirilmesi, depresif semptomların azalmasına katkı sağlayan önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir (Miller - Thoresen, 2003, 24-35). Buna karşılık, dış-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen kadınlarda depresif belirtilerin erkeklere kıyasla daha yüksek bulunması, dışsal motivasyonlarla sürdürülen dindarlığın kadınlarda ruhsal yükü artırıcı bir etkide bulunabileceğini göstermektedir. Literatürde bu duruma benzer örüntülere işaret eden bulgulara rastlanmıştır. Nitekim Zinnbauer ve Pargament (2005), dış-güdümlü dindarlığın özellikle duygusal yüklenmenin yoğun olduğu bireylerde daha fazla psikolojik çatışma ve ruhsal kırılganlıkla sonuçlandığını vurgulamışlardır (Zinnbauer - Pargament, 2005, 21-42). Elde edilen bu bulgular, dinsel yönelimin türü kadar toplumsal cinsiyet kimliğinin de psikolojik sonuçlar üzerinde belirleyici bir değişken olduğunu ortaya koymakta ve çok boyutlu bir analitik yaklaşımın zorunluluğunu göstermektedir.

Tablo 7'de elde edilen nicel bulgular, yaş grubu değişkeninin özellikle depresyonun duygusal ve somatik bileşenleri üzerinde anlamlı farklılıklar ortaya koyduğunu göstermektedir. Bu sonuç, göçmen bireylerin yaşam döngüsü boyunca edindikleri deneyimlerin ve dinsel yönelim biçimlerinin olgunlaşma düzeylerinin psikolojik sağlık üzerindeki etkilerini açığa çıkarmaktadır (bk. Tablo 7). İç-güdümlü dinsel yönelim grubunda ileri yaş göçmen bireylerin duygusal ve somatik depresyon belirtilerinde daha düşük düzeyde semptom bildirmeleri, yaşla birlikte artan manevi derinliğin ve içselleştirilmiş başa

çıkma stratejilerinin ruhsal iyi oluşu desteklediğini göstermektedir (Wink - Dillon, 2002, 79-94).

Sözü edilen bu ampirik bulgu, yaşın ilerlemesiyle birlikte dinsel yönelimin dışsal beklentilerden daha çok içsel anlam ve öz-farkındalık ekseninde geliştiğini öne süren çalışmalarla da tutarlılık sergilemektedir (Krause, 2004, 287-297). Buna karşılık, dış-güdümlü yönelim biçiminde orta yaş grubuna (31-39 yaş) ait bireylerin daha yüksek depresyon puanları bildirmeleri, bu dönemin yaşam doyumu arayışı, kimlik sorgulamaları ve aile/mesleki stres faktörleri nedeniyle daha yoğun ruhsal risk barındırabileceğini ortaya koymaktadır (King - Furrow, 2004, 703-713). Yaşın ilerlemesiyle birlikte özellikle iç-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen bireylerde depresif belirtilerin azalması, dinsel inancın ileri yaşam evrelerinde bir anlam, denge ve bütünlük kaynağına dönüşmesiyle açıklanabilir. Bu açıdan değerlendirildiğinde, yaş ve dinsel yönelim arasındaki etkileşim, göçmen bireylerin ruhsal esenlik süreçlerini belirleyen kritik değişkenlerden biri olarak öne çıkmaktadır.

Tablo 8 bulguları, sosyo-ekonomik düzeyin hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim biçimleriyle birlikte depresyonun alt boyutları üzerinde anlamlı farklılıklar ortaya çıkardığını göstermektedir. Özellikle üst-orta ve üst gelir düzeyine sahip göçmen bireylerde depresyonun duygusal ve somatik semptomlarının daha yüksek bildirilmiş olması, yüksek sosyo-ekonomik statünün psikolojik kaynakları artırmak yerine bazı durumlarda psikolojik baskı, performans kaygısı ve uyumsal stres tepkilerini yoğunlaştırabileceğini düşündürmektedir (bk. Tablo 8). Bu sonuç, Gallo ve Matthews'un (2003) sosyo-ekonomik statü ile stres duyarlılığı arasındaki ilişkiyi açıklamak üzere geliştirdikleri "risk faktörü birikimi modeli" ile örtüşmektedir (Gallo - Matthews, 2003, 10-51).

Dinsel yönelimin bu bağlamda nasıl işlev gördüğü değerlendirildiğinde, alt sosyo-ekonomik gruplarda iç-güdümlü dindarlığın daha işlevsel bir başa çıkma stratejisi sunduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgu, Krause'nin (2006) dinsel başa çıkma stratejilerinin ekonomik yoksunluk yaşayan bireylerde daha yüksek düzeyde psikolojik fayda sağladığını vurgulayan çalışmalarıyla tutarlıdır (Krause, 2006, 35-43). Buna karşılık, dış-güdümlü dinsel yönelim biçimlerinde duygusal ve bedensel belirtilerin daha güçlü varyans göstermesi, dışsal motivasyonlarla sürdürülen dindarlığın sosyo-ekonomik stres faktörleri karşısında daha kırılgan bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Schieman ve arkadaşlarının (2006) bulguları da bu örüntüyü desteklemekte; sosyo-ekonomik zorluk yaşayan bireylerin dinsel inançlarını içselleştirme düzeylerinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini doğrudan biçimlendirdiğini ileri sürmektedir (Schieman vd., 2006, 529-549). Elde edilen sonuçlar, dinsel yönelimin sosyo-ekonomik statüyle etkileşim halinde göçmen bireylerin psikolojik uyum süreçlerinde kritik bir moderatör rol oynadığını göstermektedir.

Tablo 9'da yer alan ampirik bulgular, göçmen bireylerin medeni durumu ile depresyonun alt boyutları arasındaki ilişkinin hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim biçimlerine göre anlamlı farklılıklar gösterdiğini ortaya koymaktadır. Özellikle boşanmış veya dul göçmen bireylerin, tüm depresyon alt boyutlarında hem bekâr hem de evli göçmen bireylere kıyasla belirgin düzeyde daha yüksek semptom puanları bildirmeleri, yaşam olaylarının bireyin ruh sağlığı üzerinde dönüştürücü bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (bk. Tablo 9). Bu sonuçlar, eş kaybı veya evliliğin sonlanması gibi duygusal

kırılma noktalarının psikolojik dayanıklılığı doğrudan zedelediğini öne süren araştırmalarla örtüşmektedir (Ellison vd., 2010, 963-975).

Öte yandan, evli ve bekâr göçmen bireyler arasındaki farkların anlamlı olmaması, psikolojik iyi oluş üzerinde yalnızca evlilik statüsünün değil; evlilik ilişkisinin niteliğinin ve bireyin dinsel yönelim biçiminin belirleyici olduğunu düşündürmektedir. İç-güdümlü dinsel yönelime sahip bireylerde boşanma sonrası depresif semptom yükünün görece düşük olması, bu bireylerin içsel anlam üretme ve manevi yeniden yapılandırma kapasitelerinin yaşanan kaybın etkisini tamponlayıcı bir işlev gördüğünü ortaya koymaktadır. Holt-Lunstad, Smith ve Layton'ın (2010) da vurguladığı üzere, sosyal bağların gücü kadar bireyin bu bağları nasıl anlamlandığı da ruh sağlığıyla yakından ilişkilidir. Buna karşılık, dış-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen bireylerde boşanma sonrasında gözlenen yüksek depresif semptom düzeyleri, dışsal onay ve sosyal normlarla şekillenen dinsel yaşantının duygusal yıkımlar karşısında işlevsiz hale gelebildiğini göstermektedir (Ellison vd., 2010, 964-973). Bu bağlamda, dinsel yönelim biçimleri ile medeni durumun etkileşiminin göçmen bireylerin yaşam olaylarına karşı sergiledikleri psikolojik uyumu anlamada kritik bir rol üstlendiği görülmektedir.

Tablo 10'da sunulan nicel bulgular, bireylerin eğitim düzeyleri arttıkça hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim bağlamında depresyonun özellikle duygusal ve somatik boyutlarında anlamlı bir azalma gözlemlendiğini ortaya koymaktadır. Bu örüntü, daha yüksek eğitim düzeyine sahip göçmen bireylerin bilişsel başa çıkma stratejileri ve psikolojik esneklik kapasiteleri açısından daha donanımlı olduklarını göstermektedir (bk. Tablo 10). Yükseköğrenim görmüş bireylerin dinsel yaşantılarını daha içselleştirilmiş, anlam-odaklı ve bireysel uyumlu ilişkili biçimde deneyimlemeleri, onların depresif semptomlar karşısında daha dirençli olmalarını sağlayan bir koruyucu faktör işlevi görebilmektedir.

Sözü edilen bu saha bulgusu, Schieman'ın (2001) eğitim düzeyinin psikolojik iyilik hali ve ruhsal sağlıkla güçlü biçimde ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalarıyla paralellik arz etmektedir (Schieman, 2001, 153-178). Schieman'a (2008) göre, daha eğitilmiş bireyler dinsel yönelimi salt bir anlam çerçevesi olarak değil, aynı zamanda psikolojik işlevselliği güçlendiren bir kaynak olarak değerlendirmeye daha yatkındır. Bu noktada dinsel yönelimin etkisi belirginleşmekte; eğitim düzeyi arttıkça iç-güdümlü dindarlığın daha güçlü bir koruyucu psiko-sosyal kaynak haline geldiği gözlemlenmektedir (Schieman, 2008, 710-724). Benzer biçimde, Koenig'in (2012) kapsamlı meta-analizi, yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin dinsel başa çıkma mekanizmalarından daha etkin biçimde yararlandıklarını ve bunun depresyon düzeylerini düşürmede kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Koenig, 2012, 1-33). Bu bağlamda, eğitim düzeyi ile dinsel yönelim arasındaki etkileşimin göçmen bireylerin depresif duygu durumlarının düzenlenmesinde belirleyici bir faktör olduğu sonucuna varılmaktadır.

Tablo 11 bulguları, meslek türünün depresyonun alt boyutları üzerinde anlamlı farklılıklar yarattığını ve bu etkinin hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim biçimleri içerisinde tutarlı biçimde gözlemlendiğini ortaya koymaktadır. Özellikle göçmen öğrenciler ve emekli bireylerin, serbest meslek sahipleri ile ev hanımlarına kıyasla daha düşük depresif semptom puanları bildirmeleri (bk. Tablo 11), mesleki konumun göçmen bireyin yaşam temposu, stres düzeyi ve sosyal destek kaynaklarıyla iç içe geçmiş bir psiko-sosyal faktör olarak değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir. Göçmen öğrencilerde

gözlenen düşük semptom düzeyleri, gelişimsel açıdan umut odaklı bir dönemin yaşanması ve daha aktif sosyal destek sistemlerinin varlığıyla açıklanabilir (Arnett, 2000, 469-480).

Emekli göçmen bireylerdeki düşük depresif belirti düzeylerinin ise yaşamdan geri çekilme değil, aksine iş baskısının azalması ve manevi yoğunluğun artmasıyla bağlantılı olduğu söylenebilir. Buna karşılık, serbest meslek sahibi göçmen bireyler ile ev hanımlarında bildirilen yüksek depresyon düzeyleri, zaman yönetimi baskısı, iş güvencesizliği ve ev içi görünmeyen emek gibi stres faktörlerinin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler doğurabileceğini göstermektedir. Levin'in (2001) de belirttiği üzere, özellikle kadınlarda dinsel katılımın yüksek olmasına karşın depresif semptomların artabilmesi, sosyal izolasyon ya da roller arası çatışmalarla ilişkili olabilmektedir. Ayrıca iş yaşamı ile dinsel yönelim arasında sağlıklı bir denge kuramayan göçmen bireylerde, dış-güdümlü dindarlığın daha yüzeysel ve işlevsiz bir başa çıkma stratejisine dönüştüğü; bu nedenle depresyon riskini azaltmak yerine sürdürdüğü gözlemlenmektedir. Dolayısıyla, mesleki konumun dinsel yönelimle etkileşim halinde göçmen bireylerin ruhsal uyum süreçlerinde özgün örüntüler yarattığı ve depresif semptomların düzeyini belirlemede kritik bir değişken işlevi gördüğü sonucuna ulaşılmaktadır.

Roberts ve Myers'in (1954) göçmen bireylerde dinsel bağlılık, kültürel aidiyet ve ruhsal denge arasındaki ilişkileri ortaya koyan öncü bulgularının, bu çalışmada ulaşılan sonuçlarla dikkat çekici bir paralellik sergilediği görülmektedir (Roberts - Myers, 1954, 759-764). Bu çerçevede, Tablo 12'de yer alan bulgular göçmen bireylerin diasporik yaşam süreçlerinin depresyonun alt boyutları üzerinde belirleyici etkiler ortaya koyduğunu ve bu etkinin hem iç-güdümlü hem de dış-güdümlü dinsel yönelim biçimlerine göre farklı örüntüler sergilediğini göstermektedir (bk. Tablo 12). Özellikle 11-20 yıl arası diaspora süresine sahip göçmen bireylerde gözlenen düşük depresif semptom düzeyleri, bu dönemde göçmenlerin sosyal uyum becerilerini geliştirmeleri, göç sonrası yaşam koşullarına daha etkin biçimde adapte olmaları ve dinsel yönelimlerini psikolojik bir kaynak olarak işlevselleştirmeleriyle açıklanabilir (Berry, 1997, 5-34).

Buna karşılık, göç deneyimi 1-5 yıl arası olan bireylerde gözlenen yüksek depresif belirtiler, göçün erken dönemlerine özgü kültürel şok, dil engelleri ve kimlik çatışmaları gibi faktörlerle ilişkilendirilebilmektedir (Bhugra - Becker, 2005, 18-24). Öte yandan, 31 yıl ve üzeri diaspora deneyimine sahip göçmenlerde depresif yüklenmenin yeniden yükselmesi, göçün uzun süreli etkilerinin kronikleşen aidiyet krizleri, sosyal izolasyon ve benzeri psiko-sosyo-patolojik süreçlerle bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir. Pargament ve arkadaşlarının (1998) da belirttiği üzere, bu tür uzun süren yaşam stresörleri karşısında iç-güdümlü dinsel yönelim bireyin psikolojik dayanıklılığını destekleyen bir koruyucu rol üstlenirken, dış-güdümlü dinsel yönelim biçimleri psiko-sosyal baskıların kronikleştiği koşullarda daha işlevsiz bir yapı sergileyebilmektedir (Pargament vd., 1998, 710-724). Dolayısıyla, göç süresine bağlı olarak değişen psikolojik risk düzeylerinin dinsel yönelim türleriyle birlikte ele alınması, diasporik yaşam deneyimlerinin ruhsal uyum süreçlerini anlamada çok katmanlı bir kavramsal çerçeve geliştirilmesine katkı sağlamaktadır.

Sonuç

Bu araştırma, Avusturya'da yaşayan Müslüman-Türk göçmenler örnekleminde (n=560) dinsel yönelim biçimleri ile depresyon arasındaki ilişkileri çok katmanlı bir perspektiften

inceleyerek, psikolojik esenliğin sosyo-teolojik belirleyicilerine odaklanmıştır. Nicel analizlerden elde edilen bulgular, göçmen bireylerin iç-güdümlü dinsel yönelim düzeylerinin depresyonun tüm alt boyutlarında (bilişsel, duygusal ve somatik) anlamlı biçimde düşük semptom düzeyleriyle ilişkili olduğunu; buna karşılık dış-güdümlü dinsel yönelim biçimlerinin depresif semptomlarla pozitif yönde bağlantı sergilediğini ortaya koymuştur. Böylelikle dinsel yönelimin psikolojik etkisinin yalnızca inanç varlığından değil; inançla kurulan ilişkinin niteliğinden ve motivasyonel yapısından beslendiği açıkça görülmüştür.

Araştırmanın en dikkat çekici bulgularından biri, iç-güdümlü dinsel yönelimin göçmen bireylerde duygusal ve bilişsel esnekliği güçlendiren bir koruyucu-psikolojik tampon işlevi üstlenmesidir. İçselleştirilmiş inanç biçimine sahip bireylerin stresli yaşam olayları karşısında daha düşük düzeyde depresif tepkiler bildirmeleri, dinsel yaşantının içtenlik ve merkezîyet eksenli olarak sürdürüldüğünde ruhsal dayanıklılığı güçlendirdiğini göstermektedir. Buna karşın dış-güdümlü dinsel yönelime sahip göçmen bireylerde, sosyal onay ya da aidiyet ihtiyacına dayalı dinsel pratiklerin depresif semptomlar karşısında kırılgan ve savunmasız bir ruhsal profile örtüştüğü gözlemlenmiştir. Dolayısıyla dinsel yönelimin motivasyonel boyutunun, psikolojik uyum ve esenlik açısından kritik bir etken olduğu doğrulanmıştır.

Sosyo-demografik değişkenler bağlamında yapılan analizler, yaş, cinsiyet, eğitim, sosyo-ekonomik statü, medeni durum, meslek türü ve diaspora yaşam süresi gibi değişkenlerin dinsel yönelim ve depresyon arasındaki ilişkilere anlamlı katkılar sunduğunu ortaya koymuştur. Göçmen kadınlarda iç-güdümlü dindarlık düzeylerinin daha yüksek bulunması ve depresif belirtilerin daha düşük düzeyde bildirilmesi, dinsel yönelimin toplumsal cinsiyet temelli farklılaşmalarla iç içe geçtiğini göstermektedir. Yaş ilerledikçe özellikle iç-güdümlü yönelim bağlamında depresif semptomların azalması, yaşamın ileri evrelerinde artan manevi olgunluk ve ruhsal esnekliğin koruyucu işleviyle açıklanabilir. Eğitim düzeyinin yükselmesiyle özellikle iç-güdümlü yönelime sahip göçmen bireylerde duygusal ve somatik semptomların anlamlı biçimde azaldığı gözlenmiştir. Göç süresine ilişkin elde edilen ampirik verilerde ise kısa süreli (1-5 yıl) ve uzun süreli (31 yıl ve üzeri) diaspora deneyimlerinin daha yüksek depresif yükü ilişkili olduğu; buna karşın 11-20 yıl aralığındaki göç süresinin psikolojik uyum açısından daha optimal bir dönem sunduğu tespit edilmiştir.

Bu görgül araştırmanın katkılarından biri, dinsel yönelimin göçmen bireylerin kimlik inşası, aidiyet deneyimleri ve stresle başa çıkma stratejilerindeki rolünü görünürlü kılmasıdır. İç-güdümlü dindarlığın göçmen bireyler için yalnızca bir dinsel bağlılık formu değil; aynı zamanda varoluşsal anlam üretme, kültürel kimlik koruma ve ruhsal dengeyi yapılandırma aracı olduğu görülmüştür. Buna karşılık dış-güdümlü dindarlığın göçün getirdiği sosyo-kültürel baskılar karşısında daha işlevsiz hale gelebildiği ve göçmen bireylerin içsel kaynaklarını yeterince harekete geçiremediği anlaşılmaktadır.

Sonuç olarak bu nicel araştırma, dinsel yönelimin depresyon üzerindeki etkisinin psiko-sosyo-teolojik bağlamda çok katmanlı bir yapı sergilediğini ve göçmen bireylerin psikolojik dayanıklılığını belirleyen kritik bir değişken olduğunu göstermektedir. İç-güdümlü dinsel yönelimin ruhsal dayanıklılığı artırıcı rolü, göçmen bireylerin kültürel kimliklerini koruma, stresle başa çıkma ve varoluşsal anlam üretme süreçlerinde işlevsel bir kaynak olarak değerlendirilebileceğini ortaya koymaktadır. Buna karşın dış-güdümlü dinsel yönelim

biçimlerinin daha kırılgan psikolojik profillerle ilişkili olduğu ve depresyon düzeyleriyle daha güçlü biçimde bağlantılı bulunduğu saptanmıştır.

Bu çalışma çerçevesinde gelecekte gerçekleştirilecek araştırmalara yönelik olarak şu önerilerde bulunulması mümkündür:

(i)-İç-güdümlü dinsel yönelimin ruh sağlığı üzerindeki koruyucu etkilerinin daha detaylı biçimde incelenmesi: Özellikle göçmenlere yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik çalışmalarında bu yönelimin yapılandırıcı rolü üzerinde durulmalıdır. Bu sayede dinsel inancın psikolojik dayanıklılık üzerindeki olumlu katkıları daha net ortaya konulabilir.

(ii)-Dış-güdümlü dinsel yönelimin psikolojik risk faktörü olarak değerlendirilmesi: Bu yönelimin hangi koşullarda işlevsel ya da işlevsiz hale geldiği, nitel araştırmalarla derinleştirilmelidir. Dinin yalnızca sosyal onay ya da dışsal ödül aracı olarak kullanıldığı durumlar, bireyin ruh sağlığı açısından risk faktörü olabilir.

(iii)-Göçmen bireylerde dinsel yönelimin kültürel uyum süreçleriyle birlikte ele alınması: Dinsel yönelim ile kültürel aidiyet, asimilasyon ve entegrasyon düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmelidir. Böylece, inanç sistemlerinin kültürel adaptasyon üzerindeki etkisi daha iyi anlaşılabilir.

(iv)-Kadın ve erkek bireylerde dinsel yönelimin psikolojik etkilerinin karşılaştırmalı olarak analiz edilmesi: Cinsiyet rollerinin dinsel motivasyon biçimlerine etkisi kültürel bağlamda ele alınmalıdır. Toplumsal cinsiyet normları dinsel yönelim yapısında farklılaşmalara yol açabilir.

(v)-Dinsel yönelimin depresyon dışındaki başka ruhsal göstergelerle ilişkilerinin incelenmesi: Özellikle anksiyete, stres ve yaşam doyumu gibi değişkenler dâhil edilerek çok değişkenli ampirik modeller oluşturulmalıdır. Bu tür çalışmalar, dinsel yönelimin ruhsal sağlık üzerindeki bütünsel etkisini ortaya koyabilir.

(vi)-Eğitim ve sosyo-ekonomik düzeyin dinsel başa çıkma stratejileri üzerindeki etkisinin araştırılması: Farklı sosyo-ekonomik gruplarda dinsel başa çıkmanın işlevselliği kültürel bağlamda yeniden değerlendirilmelidir. Özellikle düşük gelir gruplarında iç-güdümlü dindarlığın koruyucu etkisi daha baskın olabilir.

(vii)-Diasporik yaşam süresinin aşamalı etkilerine odaklanan boylamsal çalışmalar yapılması: Göç süreci boyunca dinsel yönelimin nasıl değiştiği zamana bağlı olarak takip edilmelidir. Bu sayede, dinsel yönelimdeki dönüşümlerin göçmen bireyin psiko-sosyal uyum becerileriyle nasıl ilişkili olduğu açıklanabilir.

(viii)-Dinsel yönelim biçimlerinin bireyin travmatik yaşam olayları karşısındaki dayanıklılığıyla ilişkilendirilmesi: Özellikle göç, yas, boşanma gibi kırılganlık alanlarında dinsel yönelimin işlevi araştırılmalıdır. Böylece inancın yalnızca maneviyatla değil, travma sonrası toparlanmayla da ilişkili yönü aydınlatılabilir.

(ix)-Manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde dinsel yönelimin niteliğine odaklanılması: Uzmanlar, bireylerin yalnızca dinsel inanç düzeyine değil, yönelimin içsel mi dışsal mı olduğuna göre müdahale stratejileri geliştirmelidir. Bu yaklaşım, daha kişiselleştirilmiş ve etkili ruh sağlığı hizmetlerinin önünü açabilir.

(x)-Göçmen bireylerin dinsel yaşantılarının psiko-sosyal işlevselliğiyle birlikte değerlendirilmesi: İnancın göçmen bireylerin kimliği, aidiyeti ve ruhsal dengesi üzerindeki etkisi kültürel duyarlılıkla ele alınmalıdır. Böylece din, sadece inançsal bir fenomen değil, aynı zamanda psiko-sosyal bir kaynak olarak da konumlandırılabilir.

Kaynakça | References

- Abu-Raiya, Hişam - Kenneth I. Pargament. "Religious Coping among Diverse Religions: Commonalities and Divergences." *Psychology of Religion and Spirituality* 7/1 (2015), 24-33. <https://doi.org/10.1037/a0037652>
- Abu-Raiya, Hişam vd. "Religious Coping, Health, and Well-Being among Jews and Muslims in Israel." *The International Journal for the Psychology of Religion* 30/3 (2020), 202-215. <https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1727692>
- Allport, Gordon W. - J. Michael Ross. "Personal Religious Orientation and Prejudice." *Journal of Personality and Social Psychology* 5/4 (1967), 432-443. <https://doi.org/10.1037/h0021212>
- Ano, Gene G. - Erin B. Vasconcelles. "Religious Coping and Psychological Adjustment to Stress: A Meta-Analysis." *Journal of Clinical Psychology* 61/4 (2005), 461-480. <https://doi.org/10.1002/jclp.20049>
- Arnett, Jeffrey Jensen. "Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens through the Twenties." *American Psychologist* 55/5 (2000), 469-480.
- Beck, Aaron T. vd. *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Publications, 2024.
- Beck, Aaron T. vd. *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)* [Database record]. APA PsycTests, 1996. <https://doi.org/10.1037/t00742-000>
- Berry, John W. "Immigration, Acculturation, and Adaptation." *Applied Psychology: An International Review* 46/1 (1997), 5-34. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x>
- Bhugra, Dinesh - Matthew A. Becker. "Migration, Cultural Bereavement and Cultural Identity." *World Psychiatry* 4/1 (2005), 18-24.
- Bhugra, Dinesh - Oyedemi Ayonrinde. "Depression in Migrants and Ethnic Minorities." *Advances in Psychiatric Treatment* 10/1 (2004), 13-17. <https://doi.org/10.1192/apt.10.1.13>
- Büyüköztürk, Şener vd. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2017.
- Cohen, Adam B. - Harold G. Koenig. "Religion, Religiosity and Spirituality in the Biopsychosocial Model of Health and Ageing." *Ageing International* 28/3 (2003), 215-241. <https://doi.org/10.1007/s12126-002-1005-1>
- Creswell, John W. - J. David Creswell. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Thousand Oaks: Sage Publications, 2017.
- Daher-Nashif vd. "Islam and Mental Disorders of the Older Adults: Religious Text, Belief System and Caregiving Practices." *Journal of Religion and Health* 60/3 (2021), 2051-2065. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01094-5>
- Dezutter, Jessie vd. "Religiosity and Mental Health: A Further Exploration of the Relative Importance of Religious Behaviors vs. Religious Attitudes." *Personality and Individual Differences* 40/4 (2006), 807-818. <https://doi.org/10.1016/j.jpaid.2005.08.014>
- Donahue, Michael J. "Intrinsic and Extrinsic Religiousness: Review and Meta-Analysis." *Journal of Personality and Social Psychology* 48/2 (1985), 400-419. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.2.400>

- El-Awad, Usame vd. "Different Relations of Religion and Mental Health: Comparing Middle Eastern Muslim Refugee and Immigrant Adolescents." *European Journal of Health Psychology* 29/1 (2022), 26-37. <https://doi.org/10.1027/2512-8442/a000100>
- Ellison, Christopher G. vd. "The Couple That Prays Together: Race and Ethnicity, Religion, and Relationship Quality among Working-Age Adults." *Journal of Marriage and Family* 72/4 (2010), 963-975. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00742.x>
- Exline, Julie Juola vd. "Guilt, Discord, and Alienation: The Role of Religious Strain in Depression and Suicidality." *Journal of Clinical Psychology* 56/12 (2000), 1481-1496. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(200012\)56:12<1481::AID-1>3.0.CO;2-A](https://doi.org/10.1002/1097-4679(200012)56:12<1481::AID-1>3.0.CO;2-A)
- Exline, Julie Juola. "Religious and Spiritual Struggles." *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality*, ed. Kenneth I. Pargament, Julie J. Exline ve James W. Jones, 459-475. Washington, DC: American Psychological Association, 2013. <https://doi.org/10.1037/14045-025>
- Gallo, Linda C. - Karen A. Matthews. "Understanding the Association between Socioeconomic Status and Physical Health: Do Negative Emotions Play a Role?" *Psychological Bulletin* 129/1 (2003), 10-51. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.129.1.10>
- Genia, Vicky. "A Psychometric Evaluation of the Allport-Ross I/E Scales in a Religiously Heterogeneous Sample." *Journal for the Scientific Study of Religion* 32/3 (1993), 284-290. <https://doi.org/10.2307/1386667>
- Gorsuch, Richard L. "Toward Motivational Theories of Intrinsic Religious Commitment." *The Psychology of Religion*, ed. Bernard Spilka ve Daniel N. McIntosh, 11-24. New York: Routledge, 2018.
- Gorsuch, Richard L. - G. Daniel Venable. "Development of an 'Age Universal' I-E Scale." *Journal for the Scientific Study of Religion* 22/2 (1983), 181-187. <https://doi.org/10.2307/1385677>
- Güven, Hülya. *Depresyon ve Dindarlık İlişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008.
- Hackney, Charles H. - Glenn S. Sanders. "Religiosity and Mental Health: A Meta-Analysis of Recent Studies." *Journal for the Scientific Study of Religion* 42/1 (2003), 43-55. <https://doi.org/10.1111/1468-5906.t01-1-00160>
- Holt-Lunstad, Julianne vd. "Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-Analytic Review." *PLoS Medicine* 7/7 (2010), e1000316. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- King, Pamela Ebstyn - James L. Furrow. "Religion as a Resource for Positive Youth Development: Religion, Social Capital, and Moral Outcomes." *Developmental Psychology* 40/5 (2004), 703-713. <https://doi.org/10.1037/1941-1022.S.1.34>
- Koenig, Harold G. "Religion and Medicine II: Religion, Mental Health, and Related Behaviors." *The International Journal of Psychiatry in Medicine* 31/1 (2001), 97-109. <https://doi.org/10.2190/BK1B-18TR-X1NN-36GG>
- Koenig, Harold G. "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications." *International Scholarly Research Notices* 1 (2012), 1-33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>

- Koenig, Harold G. *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*. Cambridge, MA: Academic Press, 2018.
- Koenig, Harold G. - David B. Larson. "Religion and Mental Health: Evidence for an Association." *International Review of Psychiatry* 13/2 (2001), 67-78. <https://doi.org/10.1080/09540260124661>
- Koenig, Harold G. vd. "Religiosity and Remission of Depression in Medically Ill Older Patients." *American Journal of Psychiatry* 155/4 (1998), 536-542. <https://doi.org/10.1176/ajp.155.4.536>
- Koenig, Harold G. vd. *Handbook of Religion and Health*. New York: Oxford University Press, 2001.
- Krause, Neal. "Exploring the Stress-Buffering Effects of Church-Based and Secular Social Support on Self-Rated Health in Late Life." *The Journals of Gerontology: Series B* 61/1 (2006), 35-43. <https://doi.org/10.1093/geronb/61.1.S35>
- Krause, Neal. "Stressors Arising in Highly Valued Roles, Meaning in Life, and the Physical Health Status of Older Adults." *The Journals of Gerontology: Series B* 59/5 (2004), 287-297. <https://doi.org/10.1093/geronb/59.5.S287>
- Levin, Jeff. *God, Faith, and Health: Exploring the Spirituality-Healing Connection*. New York: John Wiley & Sons, 2001.
- Levin, Jeffrey S. "Religion and Health: Is There an Association, Is It Valid, and Is It Causal?" *Social Science & Medicine* 38/11 (1994), 1475-1482. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(94\)90109-0](https://doi.org/10.1016/0277-9536(94)90109-0)
- Miller, William R. - Carl E. Thoresen. "Spirituality, Religion, and Health: An Emerging Research Field." *American Psychologist* 58/1 (2003), 24-35. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.24>
- Moreno, Oswaldo - Esteban Cardemil. "The Role of Religious Attendance on Mental Health among Mexican Populations: A Contribution toward the Discussion of the Immigrant Health Paradox." *American Journal of Orthopsychiatry* 88/1 (2018), 10-15. <https://doi.org/10.1037/ort0000214>
- Moreno, Oswaldo vd. "Vaya con Dios: The Influence of Religious Constructs on Stressors around the Migration Process and US Lived Experiences among Latina/o Immigrants." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17/11 (2020), 3961. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113961>
- Pargament, Kenneth I. *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press, 1997.
- Pargament, Kenneth I. vd. "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors." *Journal for the Scientific Study of Religion* 37/4 (1998), 710-724. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Park, Crystal L. "Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress." *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, ed. Raymond F. Paloutzian ve Crystal L. Park, 295-314. New York: Guilford Press, 2005. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00428.x>
- Piedmont, Ralph L. "The Role of Personality in Understanding Religious and Spiritual Constructs." *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, ed. Raymond F. Paloutzian ve Crystal L. Park, 253-272. New York: Guilford Press, 2005.

- Pirutinsky, Steven vd. "Does Negative Religious Coping Accompany, Precede, or Follow Depression among Orthodox Jews?" *Journal of Affective Disorders* 132/3 (2011), 401-405. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.03.015>
- Roberts, Bertram H. - Jerome K. Myers. "Religion, National Origin, Immigration, and Mental Illness." *American Journal of Psychiatry* 110/10 (1954), 759-764. <https://doi.org/10.1176/ajp.110.10.759>
- Sağlam, Esra. "Avusturya'daki Türk Göçmenlerin Entegrasyon Algıları." *Göç Araştırmaları Dergisi* 3/1 (2017), 140-169.
- Savaşır, Işık - Nesrin Hisli Şahin. *Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 1997.
- Schieman, Scott vd. "The Sense of Divine Control and Psychological Distress: Variations across Race and Socioeconomic Status." *Journal for the Scientific Study of Religion* 45/4 (2006), 529-549. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2006.00326.x>
- Schieman, Scott. "Age, Education, and the Sense of Control: A Test of the Cumulative Advantage Hypothesis." *Research on Aging* 23/2 (2001), 153-178. <https://doi.org/10.1177/0164027501232002>
- Schieman, Scott. "The Education-Contingent Association between Religiosity and Health: The Differential Effects of Self-Esteem and the Sense of Mastery." *Journal for the Scientific Study of Religion* 47/4 (2008), 710-724. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2008.00436.x>
- Statistik Austria. *Migration & Integration. Zahlen, Daten, Indikatoren 2016*. Wien: Statistik Austria, 2015.
- Türkçapar, M. Hakan. *Depresyon: Klinik Uygulamada Bilişsel-Davranışçı Terapi*. 13. Baskı. İstanbul: Epsilon Yayınevi, 2020.
- Wink, Paul - Michele Dillon. "Spiritual Development across the Adult Life Course: Findings from a Longitudinal Study." *Journal of Adult Development* 9/1 (2002), 79-94.
- World Health Organization. *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*. <https://apps.who.int> (Erişim: Nisan 2025).
- Zinnbauer, Brian J. - Kenneth I. Pargament. "Religiousness and Spirituality." *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, ed. Raymond F. Paloutzian ve Crystal L. Park, 21-42. New York: Guilford Press, 2005.