

Gençlerde Umutsuzluk ile Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkide Dindarlığın Rolü

The Role of Religiosity in the Relationship Between Hopelessness and Meaning in Life Among Young Adults

Fatma BAYNAL

ORCID: [0000-0002-6705-4340](https://orcid.org/0000-0002-6705-4340) | ROR ID: <https://ror.org/01x18ax09> |

E-Posta: fatmayogurtcu@gmail.com

Yalova Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi, Din Psikolojisi,

Yalova, Türkiye

Yalova Üniversitesi, Faculty of Islamic Sciences, Psychology of Religion,

Yalova, Türkiye

Rumeysa BİÇER

ORCID: [0000-0001-9603-7032](https://orcid.org/0000-0001-9603-7032)

E-Posta: rumeysabicerr@gmail.com

Bağımsız Araştırmacı, İstanbul, Türkiye

Independent Researcher, İstanbul, Türkiye

Atıf Bilgisi | Citation

Baynal, Fatma. Biçer, Rumeysa. "Gençlerde Umutsuzluk ile Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkide Dindarlığın Rolü". Dini Araştırmalar 69 (Aralık 2025), 537-582. <https://doi.org/10.15745/da.1761796>

Baynal, Fatma. Biçer, Rumeysa. "The Role of Religiosity in the Relationship Between Hopelessness and Meaning in Life Among Young Adults". Religious Studies 69 (December 2025), 537-582. <https://doi.org/10.15745/da.1761796>

Makale Bilgileri

Geliş Tarihi | Date of Submission: 10.08.2025

Kabul Tarihi | Date of Acceptance: 16.11.2025

Yayın Tarihi | Date of Publication: 31.12.2025

Değerlendirme: Double anonymized - Two External

İki Dış Hakem / Çift Taraflı Körlme

Benzerlik Taraması: Plagiarism Checks:

Yapıldı - İntihal.net Yes - İntihal.net

Etik Beyan: Ethical Statement:

Bu makale Yalova Üniversitesi Felsefe ve Din Bilimleri Din Psikolojisi Anabilim Dalında Doç. Dr. Fatma Baynal danışmanlığında yüksek lisans tezi olarak 2024 yılında tamamlanan "Gençlerde Gelecek Kaygısı ve Hayatın Anlamı İlişkisinde Dindarlığın Rolü" adlı tezden türetilmiştir. Bu araştırma, Yalova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri (BAP) Koordinasyon Birimi tarafından 2022/YL/0020 numaralı proje kapsamında desteklenmiştir.

Yapay Zekâ Bildirimi:

Yazar, bu çalışmayı oluştururken yapay zekâ destekli teknolojileri kullanmadığını beyan etmiştir.

Çıkar Çatışması:

Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.

Finansman:

Bu çalışmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır.

Telif Hakkı & Lisans:

Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmalarını CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Etik Bildirim:

diniarastirmalar98@gmail.com

Yazar Katkıları:

This article is derived from the master's thesis titled 'The Role of Religiosity in the Relationship Between Future Anxiety and Meaning in Life Among Youth,' completed in 2024 at Yalova University, Department of Philosophy and Religious Sciences, Psychology of Religion, under the supervision of Assoc. Prof. Dr. Fatma Baynal. This research was supported by the Yalova University Scientific Research Projects (BAP) Coordination Unit under project number 2022/YL/0020

Declaration of AI Use:

The author declared that no AI-assisted technologies were used in the creation of this article.

Conflicts of Interest:

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

Grant Support:

The author(s) acknowledge that they received no external funding in support of this research.

Copyright & License:

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

Complaints:

diniarastirmalar98@gmail.com

Author Contributions:

Öz

Günümüzde yaşanan eğitim ve istihdam piyasasındaki rekabet ile sosyokültürel beklentilerin yoğunlaşması veya ekonomik dalgalanmalar gibi hızlı toplumsal dönüşümler ve dönemsel belirsizlikler bireyleri psikolojik açıdan olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Evlilik ve meslek edinme gibi eşiklerin bulunduğu gençlik çağında ise bu gibi olgular daha fazla etki etmekte ve geleceğe yönelik umutsuzluğu artırmaktadır. Bu evrede bireyin hayatı anlamlandırma gereksinimi belirginleşmekte, aidiyet, yön bulma ve umut gibi psikolojik ihtiyaçlar daha görünür hale gelmektedir. Bu çalışma, Türkiye’de 15–24 yaş aralığındaki gençlerde dindarlığın umutsuzluk ve yaşamın anlamı ile nasıl ve hangi yönde ilişkili olduğunu incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada nicel yöntem tercih edilmiştir. Değişkenler arası ilişkileri belirlemeye elverişli ilişkisel tarama deseni benimsenmiştir. Örneklem, İstanbul ve Yalova’da ikamet eden ve yaş aralığı 15-24 olan 459 gençten oluşmaktadır. Veriler, geleceğe ilişkin olumsuz beklenti ve umutsuzluk boyutlarını değerlendiren Beck Umutsuzluk Ölçeği; bireyin dinî tutum ve yönelimlerine ilişkin eğilimlerini ölçen Dini Tutum Ölçeği; yaşamda amaç ve anlam atfetmeye dönük eğilimleri değerlendiren Yaşamın Anlamı Ölçeği ve Kişisel bilgi formu ile toplanmıştır. İstatistiksel çözümlemelerde SPSS 22 programı kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin yön ve büyüklüğünü belirlemek üzere korelasyon analizleri, dindarlığın yordayıcı etkisini sınamak üzere çoklu doğrusal regresyon analizleri uygulanmıştır. Ek olarak yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenlerle olan ilişkiler ayrı ayrı ele alınmış olup alt gruplar arasında ilişki örüntülerinin nasıl farklılaşabildiği değerlendirilmiştir. Bulgular, dindarlık ile umutsuzluk arasında anlamlı ve negatif, dindarlık ile yaşamın anlamı arasında ise anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, dindarlık düzeyindeki artış, geleceğe yönelik umutsuzlukta azalma ve yaşamda anlam bulma eğiliminde yükselişle birlikte. Bununla birlikte, ilişkinin yönü ve gücü demografik alt gruplara göre değişebilmektedir. Elde edilen sonuçlar, dinî tutumun bireyin umut duygusunda ve yaşama anlam vermede olumlu etkileri olduğunu ortaya koymaktadır.

Umutsuzluk faktörünün ise anlam kaybına bağlı olarak anlam arayışını arttırabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Böylelikle çalışma, gençlik döneminde karşılaşılan belirsizlikler karşısında dindarlığın koruyucu ve destekleyici niteliğini ortaya koymaktadır. Bulgular, genç bireylerle ilgili olarak yapılacak olan kuramsal ve uygulamalı araştırmalara katkı sunacaktır.

Anahtar Kelimeler

Din Psikolojisi, Umutsuzluk, Anlam, Gelecek Kaygısı, Dindarlık, Gençlik

Abstract

In contemporary society, rapid social transformations and recurring uncertainties—such as heightened competition in education and the labor market, intensified sociocultural expectations, and economic fluctuations—can adversely affect individuals' psychological well-being. These factors particularly impact youth, a developmental stage marked by critical life decisions such as marriage and career selection, often exacerbating feelings of hopelessness about the future. During this period, the need to derive meaning from life becomes increasingly pronounced, with psychological needs for belonging, direction, and hope gaining visibility. This study aims to explore the relationship between religiosity, hopelessness, and meaning in life among young people aged 15 to 24 in Türkiye. Employing a quantitative research design with a correlational survey model, the research involved a sample of 459 young individuals from Istanbul and Yalova. Data were collected using the Beck Hopelessness Scale, which assesses negative expectations regarding the future; the Religious Attitude Scale, which evaluates individuals' religious orientations; and the Meaning in Life Scale, which measures the inclination to attribute purpose to one's life, along with a demographic information form. Statistical analyses were conducted via SPSS 22, using correlation analyses to examine the direction and strength of relationships among variables, as well as multiple linear regression analyses to test the predictive effects of religiosity. Additionally, the study investigated how these relationships varied by demographic factors such as age, gender, marital status, and educational level. The findings revealed a significant negative correlation between religiosity and hopelessness, alongside a positive correlation between religiosity and meaning in life. Specifically, higher levels of religiosity were associated with lower levels of hopelessness and a greater propensity to find meaning in life. However, the strength and direction of these correlations varied among demographic subgroups. Ultimately, the results suggest that religious attitudes positively influence individuals' sense of hope and ability to

find meaning, indicating that hopelessness—often stemming from a loss of meaning—can intensify the search for purpose. Overall, this study underscores the role of religiosity as a protective and supportive factor for young individuals confronting uncertainty during this transitional phase of life, thereby contributing to both theoretical and practical discourses on the psychological well-being of youth.

Keywords

Psychology of Religion, Despair, Meaning of Life, Anxiety About the Future, Religiosity, Youth

Giriş

İnsan dünyaya gelişiyle birlikte yaşamına anlam bulma isteği de insanla birlikte var olmaktadır. İnsan var oluş nedenini ve yaşamın anlamını daima merak etmektedir. Yaşamın anlamını keşfetmek ve ona tutunmak bireyler için her zaman temel bir ihtiyaç olmuştur. ‘Anlam’ kavramı yaşamın özü niteliğinde olup herkes için önemli olduğu söylenebilir. Modernite insanlara olanaklar sunsa ve hayat kalitesini geliştirse de insanların yaşamda derinlik bulmalarına ve yaşamın anlamı sorularına cevap üretememektedir. Böylelikle ortaya çıkan anlamsızlık duygusu kişilerde ruhsal problemlerin oluşumuna yol açabilmektedir.¹ Geleceğe yönelik yoğun kaygı da anlam arayışının sekteye uğramasıyla bağlantılı psikolojik bir sorun olarak öne çıkmaktadır.

Bireyin geleceğe dair olumlu beklentilerinin azalması veya tamamen yok olması anlamında ele alınan umutsuzluk kavramı gelecek kaygısı ile de ilişkilendirilmektedir. Gençlerde sıklıkla görülen gelecek kaygısı, bireysel kafa karışıklığı ile toplumsal yönsüzlük duygusu şeklinde tanımlanmaktadır bir kaygı türüdür.² Bu kaygı, kişinin henüz yaşanmamış zamana dair duyduğu sürekli kaygı halini ifade etmektedir. Kaygı yaşayan kişi korktuğu olasılıkların gerçekleşme ihtimalini olduğundan yüksek tahayyül ederek kronik stres yaşayabilir. Ayrıca zamanla bu kaygı düzeyi artabilir ve söz konusu duyguyla baş etmekte kişi zorlanabilir.³ Bu durum özellikle 15-24 yaş aralığını kapsayan gençlik döneminde davranışsal ve bilişsel değişimlerin sık görüldüğü bir evrede daha da belirginleşmektedir.⁴

Gelecekteki yaşama ilişkin karamsarlıklar gençler arasında sıkça yoğun kaygı durumuna ayol açarak gelecek kaygısı biçiminde kendini göstermektedir. Bu tür kaygı yaşayan bireylerin psikolojik iyilik halleri kaygının tesiriyle olumsuz yönde etkilenmektedir. Sürekli

¹ Habil Şentürk- Selahattin Yakut, “Hayatın Anlamı ve Din”, *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 33 (2014), 16.

² Rasim Bakırcıoğlu, *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü* (Ankara: Anı Yayıncılık, 2012).

³ Stein - Eric Hollander (ed.), *The American Psychiatric Publishing Textbook of Anxiety Disorders* (Washington, DC: American Psychiatric Pub, 2002).

⁴ Remzi Öncül, *Eğitim ve Eğitim Bilimleri Sözlüğü* (İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, 2000).

halde olumsuz duygu durumları yaşayan öğrencilerde çalışma motivasyonu düşmekte ve akademik başarı gerilemektedir.⁵ Bu gibi olumsuz duygular gençlerde geleceğe dair umutsuzluğa kapılmalarına neden olabilmektedir. Modern toplumlarda gençlerin dini öğelere başvurarak anlam bulma çabası içine girebilmekte ve bu süreçte popüler dini unsurlar umutsuzluk duygusunu azaltabilmektedir.⁶ Tarihsel veriler doğumla başlayan ve ömür boyu devam etmesiyle kesintisiz bir süreç olan insanın yaşamı anlamlandırma ihtiyacına en kapsamlı yanıtları, dinî geleneklerin sağladığını ve insanın olumlu düşünmesini teşvik ederek ruhsal esenliğe katkıda bulunduğunu göstermektedir.⁷ Nitekim araştırmalar dindarlığın yalnızca kaygı düzeyini değil, depresyon, bağımlılık ve fobi gibi farklı psikolojik sorunları da azalttığını ve buna karşılık iyimserlik ve umut gibi olumlu duygulanımları artırdığını ortaya koymuştur.⁸ Bu çalışma, dindarlığın gençlerde görülen umutsuzluk ile yaşamın anlamı arasındaki ilişki üzerindeki etkisini farklı ölçme araçlarıyla incelemektedir. Özellikle gençlik döneminde yoğun seyreden gelecek kaygısının dinî yönelimle bağlantısını değerlendirmek alanyazın açısından önem taşımaktadır. Alandaki çalışmalar incelendiğinde gelecek kaygısını ele alan araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Konu ile ilgili literatür incelendiğinde, gençlerin gelecek kaygısı ve umutsuzluk düzeylerinin çeşitli sosyodemografik değişkenlerle birlikte ele alındığı çok sayıda araştırma bulunduğu görülmektedir. Saraç'ın⁹ “Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi” adlı çalışmasında üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı ve umutsuzluk düzeylerinin cinsiyet, fakülte, bölüm ve aile tutumlarına göre farklılık gösterdiğini araştırmış; Aygün¹⁰ “Öğrencilerin Yaşam Amaçlarıyla Gelecek Kaygısı Arasındaki İlişki” adlı çalışmasında ise ortaöğretim öğrencilerinde içsel yaşam

⁵ Bakırcıoğlu, *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*.

⁶ Kader Ayhan, “Ortaya Çıkan Yeni Popüler Dini Öğeler ve Gençlerin Anlam Arayışı Arasındaki İlişki” (Bingöl: Bingöl Belediyesi Kültür Yayınları, 2019).

⁷ Nancy M. Martin vd., *Dünya dinlerinde Hayatın Anlamı = The Meaning of Life in the World Religions* (İstanbul: Say, 2002).

⁸ Harold Koenig vd., *Handbook of Religion and Health* (Oxford University Press, 2001).

⁹ Turan Saraç, “Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi” (Kırşehir: Ahi Evran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans, 2015).

¹⁰ Metin Aygün, *Öğrencilerin Yaşam Amaçlarıyla Gelecek Kaygısı Arasındaki İlişki* (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2014).

amaçlarıyla gelecek kaygısı arasında negatif bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Bayrak¹¹ “Ergenlerde Umutsuzluğun Benlik Saygısı ve Gelecek Kaygısı ile İlişkisi” adlı araştırmasında ergenlerde umutsuzluk, benlik saygısı ve gelecek kaygısı arasında anlamlı ilişkiler bulurken; Tekeli¹², “Gelecek Kaygısının Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Romantik İlişkilere Etkisinin İncelenmesi” üniversite öğrencilerinde gelecek kaygısının yaşam doyumu ve romantik ilişki kalitesini olumsuz etkilediğini göstermiştir. Uyanık¹³, “Büyükşehirde Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Güncel Ekonomik Durumdan Endişelenme, Gelecek Kaygısı, Anksiyete ve Depresyon İlişkisinin Değerlendirilmesi” adlı araştırmasında ekonomik endişelerin kaygı, depresyon ve anksiyeteye pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Özkan¹⁴, “Genç Yetişkinlerde Gelecek Kaygısı ve Bu Dönemde Algılanan Sosyal Desteğin Depresyona Etkisi” algılanan sosyal desteğin yüksek olmasının gelecek kaygısı, umutsuzluk ve depresyon düzeylerini azalttığını saptamıştır. Usta¹⁵, “Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ile Umut ve Azim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmasında umut ve azim düzeylerinin gelecek kaygısını anlamlı biçimde yordadığını ortaya koymuştur. Akgül ve arkadaşları¹⁶ yapmış oldukları “Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluğunu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi: İzmir Demokrasi Üniversitesi Örneği” adlı çalışmalarında, üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi; ekonomik, akademik ve çevresel koşullardan güçlü biçimde etkilendiği bulgulanmıştır. Duran’ın¹⁷ “Umutsuzluk ve Dindarlık Konusunda Türkiye’de Yapılan Lisansüstü Tezler (1998–2023) Üzerine Bir Değerlendirme” adlı çalışmasında 1998–2023

¹¹ S.B. Bayrak. “Ergenlerde Umutsuzluğun Benlik Saygısı ve Gelecek Kaygısı ile İlişkisi”. (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2018).

¹² Tilbe Naz Tekeli, Gelecek Kaygısının Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Romantik İlişkilere Etkisinin İncelenmesi (İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2022)

¹³ Haşım Berkay Uyanık, “Büyükşehirde Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Güncel Ekonomik Durumdan Endişelenme, Gelecek Kaygısı, Anksiyete ve Depresyon İlişkisinin Değerlendirilmesi” (Antalya: Antalya Bilim Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023).

¹⁴ Özenç Özkan, “Genç Yetişkinlerde Gelecek Kaygısı ve Bu Dönemde Algılanan Sosyal Desteğin Depresyona Etkisi” (İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023)

¹⁵ Usta, S. N. (2024). “Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ile Umut ve Azim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yüksek Lisans, Gazi Üniversitesi, 2023).

¹⁶ Özge Akgül, Yılmaz Orhun Gürlük, Barış Çağırkan, “Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluğunu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi: İzmir Demokrasi Üniversitesi Örneği”, Uluslararası Akademik Düşünce Dergisi 8/1 (20 Mart 2025), 54–64. <https://doi.org/10.32329/uad.1556984>.

¹⁷ Mehmet Emrullah Duran, “Umutsuzluk ve Dindarlık Konusunda Türkiye’de Yapılan Lisansüstü Tezler (1998–2023) Üzerine Bir Değerlendirme”, Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi 8/2 (2024), 145–161.

yılları arasında Türkiye’de umutsuzluk ve dindarlık konularında yapılmış toplam 38 lisansüstü tez incelenmiştir. İçerik açısından incelenen tezlerde umutsuzluk kavramı çoğunlukla kaygı (n=15), depresyon (n=7) ve yaşam doyumu (n=5) kavramlarıyla ilişkilendirilmiştir. Gerçekleştirilen araştırmalarda kişilerin dindarlık düzeyleri yükseldikçe kaygı duygularının azaldığı ve böylece umutsuzluk düzeylerinin de düştüğü tespit edilmiştir. Ayrıca, Smith ve Denton¹⁸ ile Shreve-Neiger ve Edelstein¹⁹ tarafından yapılan araştırmalar, dini inanç ve uygulamaların gençlerde kaygı düzeyini azalttığını göstermiştir. Tüm bu bulgular, dindarlığın ve manevi yönelimin bireylerin ruh sağlığı üzerinde koruyucu bir etkiye sahip olabileceğini düşündürmektedir. Ancak mevcut literatürde, yaşamın anlamı ve gelecek kaygısı ilişkisini dindarlık bağlamında ele alan çalışmaların yeterli olmadığı görülmüştür. Bu nedenle bu araştırma, literatürdeki bu boşluğu doldurma potansiyeli açısından önem taşımaktadır. Dolayısıyla bu çalışma, din psikolojisi literatürüne özgün bir katkı sunmayı hedeflemektedir.

Araştırmanın örneklemi 15-24 yaş aralığındaki gençler oluşturmaktadır. İçinde bulundukları gelişim döneminin etkisiyle gençler geleceğe dair kaygılar taşıyabilmektedir.²⁰ Bu durum gençleri umutsuzluğa sürükleyebilmektedir. Araştırmada umutsuzluğun dindarlığa etkisi ve rolünün anlaşılması da amaçlanmaktadır. Bu bağlamda dindarlığın umutsuzluk ve hayatı anlamlandırmada rolünün değişkenlere etkisinin ne yönde olduğu incelenmektedir. Çalışmada şu problemlere yanıt aranmaktadır:

- Demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi) incelenen değişkenlerle olan ilişkileri hangi yönde ve düzeyde etkilemektedir?
- Dindarlık bireylerin yaşamı anlamlandırma süreçlerini ne şekilde etkilemektedir?
- Dindarlık düzeyindeki artış umutsuzluk düzeyini ne şekilde değiştirmektedir?

¹⁸ C. Smith, M.L. Denton, *Soul Searching: The Religious And Spiritual Lives Of American Teenagers.*, Oxford University Press (2005).

¹⁹ A.K. Shreve-Neiger, B.A. Edelstein, "Religion and Anxiety: A Critical Review of The Literature", *Clinical Psychology Review*, 24/4 (2004), 379-397. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.02.003>.

²⁰ Bakırcıoğlu, *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*.

- Gençlerde umutsuzluk ile yaşamın anlamına yönelik olarak dindarlığın etkisi nasıldır?

Araştırmanın ana hipotezi “gençlerde umutsuzluk ve hayatın anlamı ilişkisinde dindarlığın etkili bir role sahip olduğu”dur. Alt hipotezler ise;

H1: Dindarlık, umutsuzluk ile hayatın anlamı arasındaki ilişkiyi anlamlı biçimde etkilemektedir.

H2: Dindarlık ve umutsuzluk arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır.

H3: Hayatın anlamı ile dindarlık arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki vardır.

H4: Dindarlık, umutsuzluk ve yaşamın anlamı değişkenleri ile demografik özellikler anlamlı bir farklılık göstermektedir.

1. Yöntem

İlişkisel tarama deseniyle yürütülen çalışmada İstanbul ve Yalova’da yaşayan 459 genç (15–24 yaş) üzerinde gelecek kaygısı, dindarlık ve yaşamın anlamı değişkenleri incelenmiştir. Araştırma verileri Beck Umutsuzluk Ölçeği, Dini Tutum Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği kullanılarak gençler ile yüz yüze çalışılan bir anket çalışması ile toplanmıştır. SPSS ortamında betimsel istatistiklerin ardından Pearson korelasyonu ve çoklu regresyon analizleri gerçekleştirilmiş, ölçeklerin yapı geçerliliğini doğrulamak için faktör analizleri uygulanmış ve güvenirlik katsayıları kabul edilebilir sınırlar içinde belirlenmiştir. Araştırmanın yöntemsel yapısı dindarlığın umutsuzluk ve yaşamın anlamına etkilerini bilimsel geçerlik ve güvenirlik ilkeleri çerçevesinde değerlendirmeye imkân sağlamıştır.

1.2. Araştırma Modeli: Gençlerin umutsuzluk, yaşamın anlamı algısı ve ilişkisinde dindarlığın rolünü belirlemek üzere ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Nicel yöntem niteliğindeki bu model iki ya da daha fazla değişken arasındaki yön ve düzeyi eşzamanlı olarak incelemeye ve olası nedensel bağlantıları istatistiksel olarak sorgulamaya imkan vermek-

tedir.²¹ Verilerin anket tekniğiyle tek seferde toplanmış olması çalışmayı kesitsel desen kapsamına dahil etmektedir.²² Araştırma için seçilmiş olan bu yaklaşım ile uzun vadeli değişimleri izlemekten ziyade belirli bir zaman dilimindeki ilişkileri saptayarak gençlerin geleceğe ilişkin düşünce ve duygularının, yaşam anlamı değerlendirmelerinin ve dinî yönelimlerinin karşılıklı etkileşimini bütüncül biçimde ortaya koymayı amaçlanmıştır.

1.3. Örneklem: Örneklem, ergenlikten erken yetişkinliğe geçiş dönemini temsil eden ve gelecek kaygısı, umut, umutsuzluk ve anlam arayışı gibi psikolojik değişkenlerin en yoğun yaşandığı 15-24 yaş aralığında 459 genç bireyden oluşmaktadır. Araştırma için rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak örneklem oluşturulmuştur. İstanbul ve Yalova illeri, sosyoekonomik, kültürel ve eğitimsel çeşitlilik göstermeleri sebebiyle örneklem İstanbul ve Yalova illerinden seçilmiştir. Araştırmaya katılan örneklem %55'i kadın, %45'i erkektir. Yaş ortalaması 19.3 olan katılımcıların %60'ı lise, %40'ı ise üniversite öğrencisidir. Sosyoekonomik düzey dağılımı ise %30 düşük, %50 orta ve %20 yüksek olarak tespit edilmiştir. Örneklem, temsil gücünü arttırması ve örneklem yanlılığını azaltması açısından rastgele örnekleme (simple random sampling) yöntemiyle belirlenmiştir.

1.4. Veri Toplama Araçları: Araştırmanın anket formunda cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, meslek, gelir düzeyi ve öznel dindarlık algısını ölçmek üzere yedi adet kişisel bilgi sorusu yer almaktadır. Araştırmada Beck Umutsuzluk Ölçeği, Dini Tutum Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği uygulanmıştır.

1.4.1. Beck umutsuzluk ölçeği: Bu araştırmada Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. 1974'te Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen 15 maddelik ölçek, bireylerin geleceğe yönelik umutsuzluk seviyelerini duygusal, motivasyonel ve bilişsel boyutlarda değerlendirmektedir. Geçerlik çalışmaları yüksek korelasyon değerleriyle ölçeğin güvenilirliğini desteklemektedir. Örneğin, depresyon tanısı konulmuş kişiler üzerinde yapılan analizler geçerlik

²¹ Şener Büyükoztürk vd., *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Pegem Akademi, 2021).

²² John J. Shaughnessy vd., *Psikolojide Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016).

durumunu doğrulamaktadır. Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .86, Pearson momentler çarpımı korelasyonu ise .73'tür. Faktör analizi sonucunda ölçek üç ana faktörden oluşmaktadır: “Gelecek ile ilgili duygu ve beklentiler”, “Motivasyon kaybı” ve “Umut.” BUÖ, geleceğe yönelik endişelerin araştırılması, depresif belirtilerin tespit edilmesi ve özkıyım riskinin değerlendirilmesi konularında güvenilir bir ölçüm aracı olarak işlev görmektedir. Bu ölçek, aynı zamanda bahsi geçen psikolojik sorunlara yönelik müdahale stratejilerinin planlanması sürecinde kritik veriler sağlamaktadır.²³

1.4.2. Dini tutum ölçeği: İslami kültür kapsamında dindarlık düzeyini belirlemeye yönelik olarak Prof. Dr. Üzeyir Ok tarafından 2011 senesinde Dini Tutum Ölçeği tasarlanmıştır. Söz konusu ölçüm aracı 8 sorudan oluşmakta ve bilişsel, duygusal, davranışsal ile ilişkisel kategorilerinde dört farklı alt boyut içermektedir. Gerçekleştirilen analizler neticesinde ölçeğin 0.81 ve 0.91 değerlerinde yüksek düzeyde iç tutarlılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yapılan güvenilirlik ve geçerlilik testleri sonucunda DTÖ'nün sosyal bilimler alanında dini eğilimin değişken olarak ele alındığı çalışmalarda güvenle kullanılabilecek psikometrik özelliklere sahip bir araç olduğu kanıtlanmıştır.²⁴

1.4.3. Yaşamın anlamı ölçeği: Steger, Fraizer, Oishi ve Kaler tarafından 2006 senesinde Yaşamın Anlamı Ölçeği oluşturulmuştur. Bu ölçeğin temel hedefi, katılımcıların yaşamın anlamı algı seviyelerini değerlendirmektir. Ölçek toplam 10 sorudan meydana gelmekte ve iç tutarlılık güvenilirlik değerleri mevcut anlam alt ölçeği için 0.81, aranmakta olan anlam alt ölçeği için ise 0.85 olarak belirlenmiştir. Test-yeniden test bulguları da ölçeğin güvenilirliğini onaylamıştır. YAÖ, yaşamın anlamını kavramak ve anlam arayışı konularında geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kabul edilmektedir.²⁵

²³ Ayşegül Durak - Refia Palabıyıklıoğlu, “Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik Çalışması”, *Kriz Dergisi* 2/2 (1994), 311-319.

²⁴ Üzeyir Ok, “Dini Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması”, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2 (2011), 528-549.

²⁵ Seyithan Demirdağ - Sezai Kalafat, “Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 16/2 (2015).

1.5. Veri Toplama Süreci ve Analizi : Araştırma verilerinin elde edilmesi, hem yüz yüze anket formu dağıtılarak hem de dijital anket platformu kullanılarak yürütülmüştür. Anket formu, katılımcıların demografik özellikleri ile umutsuzluk seviyelerini, yaşam anlamı bakımış açılarını ve dini yönelim düzeylerini belirlemeye yönelik daha önce doğrulanmış çeşitli ölçekleri kapsamaktadır. Anket formundaki sorular, önceden geçerlilik ve güvenilirlik testleri tamamlanmış ölçüm araçlarından uyarlanmıştır. Araştırmanın etik açıdan uygunluğu için Yalova üniversitesinin "İnsan Araştırmaları Etik Kurul Kararı" onay belgesi 22.11.2022 tarihinde temin edilmiştir. Araştırmaya dahil olan 15-18 yaş grubundaki bireyler için ebeveyn/vasi rıza formu çalışmaya entegre edilerek gerekli izin bu kişilerin ebeveynlerinden elde edilmiştir. Toplanan veriler SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistikler (frekans, yüzde, ortalama) ile ilişkisel analizler (korelasyon ve regresyon) uygulanmıştır. Betimsel istatistikler katılımcıların demografik özelliklerini ve ana değişkenlerin genel eğilimlerini tanımlamak için; ilişkisel analizler ise dindarlık, umutsuzluk ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkileri incelemek için kullanılmıştır. Hipotezleri test etmek amacıyla iki grup arasındaki farkları belirlemek için t-testi, birden fazla grup arasındaki farkları saptamak için ise ANOVA testi yapılmıştır. Ayrıca normallik ve varyans homojenliği gibi ön analizler gerçekleştirilmiştir. Kullanılan ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik düzeyleri Cronbach alfa katsayıları ile değerlendirilmiş ve tüm ölçeklerin 0.70'in üzerinde güvenilirlik katsayısına sahip olduğu tespit edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi ile yapı geçerliği, benzer ölçeklerle yapılan korelasyon analizleriyle de kriter geçerliği doğrulanmıştır. Bu sonuçlar, ölçeklerin ölçmek istedikleri yapıları geçerli ve güvenilir biçimde ölçtüklerini göstermektedir.

2. Bulgular ve Yorum

Araştırmanın bu kısmında istatistiksel çözümlemelerin sonuçları sunulmuştur. Bu bağlamda öncelikle araştırmada yer alan ölçüm araçlarının ortalama puanları değerlendirilerek tanımlayıcı çözümlemeler yapılmış, çarpıklık ve basıklık değerleri aracılığıyla normallik

kontrolü sağlanmış ve bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Ölçme Araçlarının Skor Ortalamaları, Normallik ve Güvenilirlik İncelemeleri

Ölçme Aracı	Ort±Ss	Alt-Üst	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alpha
Umutsuzluk Düzeyi	6.70±4.12	1-18	0.914	0.042	.816
Dini Tutum	3.32±0.65	1.5-5	-1.100	1.111	.741
Yaşamda Anlam Varlığı	25.75±7.29	7-35	-0.710	-0.273	.737
Yaşamda Anlam Arayışı	21.97±8.40	5-35	-0.60	-0.535	.726

Çalışmanın normallik incelemesi kapsamında araştırmanın hipotez testlerinde kullanılacak ölçme araçlarının çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Bu kapsamda -3 ve +3 arasında elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri verilerin normal dağıldığını ifade etmekte²⁶ Bu değerlerin normallik sınırları içinde olması, hipotez testlerinde parametrik testlerin kullanılmasını sağlamaktadır. Yukarıda yer alan Tablo1.'de araştırmanın ölçme araçlarının çarpıklık ve basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri sunulmaktadır. Elde edilen bulgular incelendiğinde ölçek ve ölçek alt boyutlarının çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ile +1 arasında yer almakta ve bu nedenle verilerin normal dağıldığı ifade edilmekte ve hipotez testlerinde parametrik testlerin kullanılması kararlaştırılmıştır. Son olarak da güvenilirlik analizleri kapsamında Cronbach's Alpha katsayıları incelenmiştir. Yukarıda verilen bulgulara göre ölçme araçlarının tümünün .7 üzerinde yeterli güvenilirliğe sahip olduğu ve hipotez testlerinde kullanılmalarının önünde istatistiksel bir engel bulunmadığı belirtilmektedir.

Ortalama puanlar çerçevesinde ulaşılan sonuçlar değerlendirildiğinde; katılımcıların ümitsizlik seviyesi ortalaması 6.70 (ss=4.12) olarak saptanmıştır. Bu puan düşük seviyede bir

²⁶ J. F. Hair, W. C. Black, B. J. Babin, R. E. Anderson ve R. L. Tatham, Multivariate Data Analysis, 6th ed. (Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall, 2005)

ümitsizlik durumunu göstermektedir. Dini yaklaşım ortalaması 3.32 (ss=0.65) olarak hesaplanmış ve bu sonuca göre; katılımcılar kendilerini dini açıdan yönelimli olarak değerlendirmektedir. Yaşamın anlamı ölçek boyutlarından yaşamda anlammevcudiyeti ortalaması 25.75'tir (ss=7.29) bu puanlara göre bireyler ortalama seviyenin üzerinde bir yaşam anlam farkındalığına sahiptir. Son olarak Yaşamda anlam arayışı boyutu bakımından elde edilen bulguya göre ise erkek katılımcıların yaşamda anlam arayışı puanları (Ort=23.66, Ss=8.01), kadın katılımcıların (Ort=20.74, Ss=8.47) yaşamda anlam arayışı puanlarından istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksektir.

2.1. Demografik değişkenlere ilişkin bulgular: Bu bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim düzeyi gibi demografik özelliklerinin, dindarlık, umutsuzluk ve hayatın anlamı değişkenleri üzerindeki etkileri incelenmiştir.

2.2. Cinsiyet ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıklar:

Tablo 2. Cinsiyet ve Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Cinsiyet	N	Ort ± Ss	T	p
Umutsuzluk Düzeyi	Kadın	266	6.82 ± 4.09	0.684	0.494
	Erkek	193	6.55 ± 4.16		
Dini Tutum	Kadın	266	3.38 ± 0.54	2.428	0.016*
	Erkek	193	3.23 ± 0.77		
Yaşamda Anlam Varlığı	Kadın	266	25.79 ± 7.17	0.117	0.907
	Erkek	193	25.70 ± 7.48		
Yaşamda Anlam Arayışı	Kadın	266	20.74 ± 8.47	-3.738	0.000*
	Erkek	193	23.66 ± 8.01		

*=p<.05

Tablo 2'de sunulan veriler, araştırmada cinsiyet faktörü ile ölçüm araçları arasındaki

anlamli ortalama farklılıklarını belirlemek üzere uygulanan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarını göstermektedir. Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, cinsiyet değişkeni ile dini tutum ölçeği arasında istatistiksel açıdan anlamli bir farklılaşma saptanmıştır ($t(457)=2.428$, $p=0.016$). Bu farklılaşmanın detayları ele alındığında; dini tutum açısından kadın katılımcıların ortalama puanları (Ort=3.38, Ss=0.54), erkek katılımcıların ortalama puanlarından (Ort=3.23, Ss=0.77) istatistiksel olarak anlamli düzeyde yüksek çıkmıştır. Öte yandan, umutsuzluk seviyesi ve yaşamda anlam bulma konusunda kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel bakımdan anlamli bir farklılık görülmemiştir ($p>.05$). Akgül'ün (2023) gençlerle gerçekleştirdiği araştırma bulgularında da cinsiyet ile umutsuzluk arasında anlamli bir bağlantı tespit edilmemiştir.²⁷ Benzer şekilde Işık'ın araştırmasında cinsiyetin psikolojik dayanıklılık üzerinde doğrudan belirleyici bir role sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Işık, ergenlerde sosyal dışlanma ve sosyal kaygı unsurlarının psikolojik dayanıklılığı olumsuz yönde etkilediğini; fakat bu etkinin cinsiyete bağılı olarak anlamli bir değişim sergilemediğini ifade etmiştir. Ancak dini tutum ve psikolojik dayanıklılık gibi bazı psikolojik değişkenlerde kadınların yüksek skorlar elde etmesinin toplumsal ve kültürel unsurlarla bağlantılı olabileceği öne sürülmektedir. Cinsiyetin belirleyici rol oynamadığı konularda dahi toplumsal rollerin bireylerin ruhsal dayanıklılığı üzerindeki etkisi vurgulanmıştır.²⁸

Gençleri kapsayan beş farklı çalışmada ise kadınların erkeklere kıyasla daha yoğun gelecek kaygısı deneyimledikleri bulgusuna rastlanmıştır.²⁹ Baltacı ve arkadaşlarının yürüttüğü çalışmada ise erkek öğrencilerin gelecekle ilgili kaygı seviyelerinin kadınlardan anlamli

²⁷ Nuran Akgül, *Üniversite Sinavına Hazırlanan Dershane Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı* (Elazığ: Fırat Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023).

²⁸ Yakup Işık, *Ergenlerde Psikolojik Sağlamlığın Sosyal Dışlanma, Sosyal Kaygı, Cinsiyet ve Sınıf Düzeyi Açısından İncelenmesi* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans, 2019).

²⁹ Ceren Bolat, *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Adaylarının Spora Bağlılıklarının Gelecek Kaygısı Üzerindeki Etkisi* (Sakarya: Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023); Esengül Özer, *Lise Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı ve Okul Tükenmişliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yozgat İli Boğazlıyan İlçesi Örneği* (Girne: Girne Amerikan Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2022); Özenç Özkan, *Genç Yetişkinlerde Gelecek Kaygısı ve Bu Dönemde Algılanan Sosyal Desteğin Depresyona Etkisi* (İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023); Fatime Parlak, *Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ile Sigara Kullanımının Değerlendirilmesi* (Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2023); Turan Saraç, *Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi* (Kırşehir: Ahi Evran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans, 2015).

şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir.³⁰ Kadınlarda gelecek kaygısı düzeyinin yüksekliği toplumsal ve ailevi açıdan daha fazla yükümlülük üstlenmesi ve yaşam beklentilerinin yüksek seviyede olmasıyla açıklanırken, erkeklerde ise ekonomik sorumluluklardan kaynaklanan hissiyatın bu kaygıyı tetikleyebileceği şeklinde değerlendirmeler yapılmıştır.

Kadınların etik yaklaşımlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu ve dindarlığın etik eğilimleri güçlendirdiği, Albaum ve Peterson'ın araştırmasında ortaya konulmuştur. Mevcut çalışma da kadınların dini tutum puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğunu göstererek bu bulgularla örtüşmektedir. Kadınların dini ve etik değerlere karşı daha hassas olmalarının, toplumsal ve kültürel rollerden etkilendiği düşünülmektedir. Bu çerçevede, bireylerin dini tutumları ve etik yaklaşımlarındaki farklılıklara toplumsal faktörlerin önemli ölçüde katkıda bulunduğu ileri sürülebilir.³¹

Genel olarak, cinsiyetin belirli psikolojik ve dini tutumlar üzerinde etkili olabileceği, ancak tüm ölçme araçlarında belirleyici bir unsur olmadığı ifade edilebilir. Kadınların dini yaklaşımlarının genel olarak daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir ve bu durum, toplumsal roller ile sosyalizasyon süreçlerinin etkisiyle açıklanmaktadır. Özellikle kadınların aile içindeki konumları ve çocuk yetiştirme sorumluluklarının, dini değerleri daha fazla benimsemelerine neden olduğu vurgulanmaktadır. Bunun yanı sıra, bazı kültürlerde kadınların dini ritüellere ve topluluk etkinliklerine aktif katılımının, sosyal destek mekanizmalarını güçlendirdiği ve aidiyet hissiyi pekiştirdiği belirtilmektedir.³² Öte yandan, umutsuzluk düzeyi ve yaşamın anlamı açısından cinsiyetler arasında belirgin bir farklılık olmadığı görülmüştür.

2.3. Eğitim Düzeyi ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıklar: Eğitim düzeyi değişkeni ile Umutsuzluk dini tutum, yaşamın anlamı arasındaki istatistiksel anlamlı

³⁰ Furkan Baltacı vd., “Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Eğitim Memnuniyetlerinin ve Geleceğe Yönelik Bakış Açılarının Belirlemesine Yönelik Bir Araştırma”, Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi 4/1, (2012).17-25.

³¹ Gerald Albaum - Robert A. Peterson, “Ethical Attitudes of Future Business Leaders: Do They Vary by Gender and Religiosity?”, *Business & Society* 45/3 (Eylül 2006), 300-321.

³² Carol R. Ember - Melvin Ember (ed.), *Encyclopedia of Sex and Gender: Men and Women in The World's Cultures* (New York: Kluwer Academic/Pleum Publishers, 2003).

ortalama farklılıkların analizleri bu bölümde sunulmaktadır.

Tablo 3. Eğitim Düzeyi Değişkeni ve Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Eğitim Düzeyi	N	Ort ± Ss	F	p
Umutsuzluk Düzeyi	Önlisans ve altı	99	8.26 ± 4.93	10.408	0.000*
	Lisans	339	6.20 ± 3.71		
	Lisansüstü	21	7.48 ± 4.48		
Dini Tutum	Önlisans ve altı	99	2.86 ± 0.67	37.046	0.000*
	Lisans	339	3.45 ± 0.59		
	Lisansüstü	21	3.32 ± 0.58		
Yaşamda Anlam Varlığı	Önlisans ve altı	99	23.62 ± 7.63	6.809	0.001*
	Lisans	339	26.19 ± 7.04		
	Lisansüstü	21	28.76 ± 7.77		
Yaşamda Anlam Arayışı	Önlisans ve altı	99	22.78 ± 7.92	0.783	0.458
	Lisans	339	21.68 ± 8.27		
	Lisansüstü	21	22.86 ± 12.05		

Araştırmanın eğitim düzeyi değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkları belirlemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA analizinin bulguları 2’de sunulmaktadır. Bulgular incelendiğinde, eğitim düzeyinin umutsuzluk düzeyi ($F(2,456)=10.408$, $p=0.000$), dini tutum ($F(2,456)=37.046$, $p=0.000$) ve yaşamda anlam varlığı ($F(2,456)=6.809$, $p=0.001$) boyutlarıyla istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gösterdiği tespit edilmiştir.

Umutsuzluk düzeyi açısından, ön lisans ve altı eğitim seviyesindeki katılımcıların umutsuzluk puanlarının (Ort=8.26, Ss=4.93), lisans düzeyindeki (Ort=6.20, Ss=3.71) ve lisansüstü düzeyindeki (Ort=7.48, Ss=4.48) katılımcılara kıyasla anlamlı derecede daha yüksek ol-

duğu belirlenmiştir. Dini tutum açısından ise lisans düzeyindeki katılımcıların dini tutum puanlarının (Ort=3.45, Ss=0.59) en yüksek seviyede olduğu, buna karşın ön lisans ve altı seviyesindeki bireylerin (Ort=2.86, Ss=0.67) en düşük puanlara sahip olduğu görülmektedir. Yaşamda anlam varlığı boyutunda ise, lisansüstü eğitim seviyesine sahip bireylerin puanlarının (Ort=28.76, Ss=7.77), lisans (Ort=26.19, Ss=7.04) ve ön lisans ve altı seviyesindeki (Ort=23.62, Ss=7.63) katılımcılara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Eğitim düzeyinin bireylerin bazı psikolojik ve dini tutumlarıyla ilişkili olduğu söylenebilir. Özellikle, daha düşük eğitim düzeyine sahip bireylerin umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu, lisans eğitim seviyesinde dini tutumların en güçlü olduğu ve lisansüstü düzeye erişen bireylerin yaşamda anlam bulma düzeylerinin belirgin şekilde daha yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır. Eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin umutsuzluk düzeylerinin azaldığı ve yaşamın anlamını daha fazla içselleştirdiği dikkat çekmektedir. Literatürde benzer bulgulara rastlanmakta olup, eğitim düzeyinin bireylerin gelecek kaygısını azaltıcı etkisini destekleyen çalışmalar bulunmaktadır.³³ Üniversite öğrencileriyle yürütülen güncel araştırmalar da eğitim düzeyinin artışının gelecek kaygısını düşürdüğünü göstermektedir.³⁴

2.4. Meslek ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıklar: Meslek değişkeni ile umutsuzluk düzeyi, dini tutum, yaşamın anlamı arasındaki istatistiksel anlamlı ortalama farklılık sonuçları bu bölümde sunulmaktadır.

³³ Osman Türköz vd., "Lisansüstü Eğitim Alan Bireylerde Gelecek Kaygısı", *Bucak İşletme Fakültesi Dergisi* 4/2 (2021), 132-152. Betül Yalçın ve Zeynep Şimşir Gökarp, "Eğitim Fakültesi Mezunlarında Umut ve Yaşamda Anlam Arasındaki İlişki: Azmin Aracı Rolü," *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science* 14, no. 1 (2024): 55-65, <https://dergipark.org.tr/en/pub/higheredusci/issue/84450/1302467>.

³⁴ Mert Karacan, *Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Öfke ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023); Haşim Berkay Uyanık, *Büyükşehirde Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Güncel Ekonomik Durumdan Endişelenme, Gelecek Kaygısı, Anksiyete ve Depresyon İlişkinin Değerlendirilmesi* (Antalya: Antalya Bilim Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023).

Tablo 4. Meslek Değişkeni ve Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Meslek	N	Ort ± Ss	F	p
Umutsuzluk Düzeyi	Öğrenci	302	6.64 ± 4.07	3.881	0.009*
	Memur	95	5.95 ± 3.91		
	Serbest Meslek	29	8.28 ± 4.55		
	Diğer	33	8.12 ± 4.25		
Dini Tutum	Öğrenci	302	3.32 ± 0.64	12.748	0.000*
	Memur	95	3.54 ± 0.56		
	Serbest Meslek	29	2.76 ± 0.67		
	Diğer	33	3.13 ± 0.72		
Yaşamda Anlam Varlığı	Öğrenci	302	25.97±7.14	1.755	0.155
	Memur	95	26.31±7.79		
	Serbest Meslek	29	23.45±6.62		
	Diğer	33	24.18±7.56		
Yaşamda Anlam Arayışı	Öğrenci	302	21.76±8.42	1.277	0.282
	Memur	95	23.00±9.10		
	Serbest Meslek	29	19.83±5.16		
	Diğer	33	22.79±8.15		

*= $p < .05$

Araştırmanın meslek değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel farklılıkları belirlemek amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü ANOVA analizinin bulguları Tablo 4'te sunulmaktadır. Bulgular incelendiğinde, meslek değişkeninin umutsuzluk düzeyi ($F(3,455)=3.881$, $p=0.009^*$) ve dini tutum ($F(3,455)=12.748$, $p=0.000^*$) ile anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir.

Umutsuzluk düzeyi açısından, serbest meslek sahipleri (Ort=8.28, Ss=4.55) en yüksek, memurlar (Ort=5.95, Ss=3.91) ise en düşük puana sahiptir. Dini tutum açısından, memurlar (Ort=3.54, Ss=0.56) en yüksek puanı alırken, serbest meslek sahipleri (Ort=2.76, Ss=0.67) en düşük seviyededir. Meslek değişkeni ile yaşamda anlam varlığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>.05$). Yaşamda anlam arayışı boyutunda ise çok düşük gelir düzeyine sahip katılımcılar (Ort=25.12, Ss=8.06) en yüksek yaşamda anlam arayışına sahipken, çok iyi gelir düzeyine sahip katılımcılar (Ort=12.57, Ss=9.37) en düşük yaşamda anlam arayışına sahip olmaktadır. Genel olarak, meslek değişkeni umutsuzluk düzeyi ve dini tutumlar üzerinde belirgin bir etkiye sahipken, yaşamda anlam bulma düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi görülmemektedir. Serbest meslek sahiplerinin daha yüksek umutsuzluk yaşaması iş koşullarının belirsizliğiyle, memurların daha yüksek dini tutum sergilemesi ise sosyal ve kurumsal yapıyla ilişkilendirilebilir.

Mesleğin ve meslek seçiminin bireylerin kaygı düzeyleri üzerinde belirgin etkileri olabilmektedir. Mevcut literatürde yer alan araştırmalar, bireyin kendi isteğiyle seçtiği mesleği icra etmesinin kaygı düzeyini düşürdüğünü, buna karşın zorunlu olarak yapılan bir mesleğin kaygıyı artırdığını göstermektedir.³⁵

2.5. Gelir Düzeyi ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıklar:

Gelir düzeyi değişkeni ile umutsuzluk düzeyi, dini tutum, yaşamın anlamı arasındaki istatistiksel anlamlı ortalama farklılıkları aşağıda açıklanmaktadır.

³⁵ İsmail Feyzioğlu, *Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı ve Kariyer Seçimleri* (Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2023); Dilek Kaya, *Tıp Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Kariyer Planları ile Gelecek Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi* (Ankara: Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2023).

Tablo 5. Gelir Düzeyi Değişkeni ve Araştırma Ölçme Araçları Ortalama Farklılıkları

Değişken	Gelir Düzeyi	N	Ort ± Ss	F	p
Umutsuzluk Düzeyi	Çok Düşük	17	8.59 ± 5.72	4.966	0.001*
	Düşük	72	7.46 ± 3.36		
	Orta	249	6.98 ± 4.27		
	İyi	98	5.49 ± 3.66		
	Çok İyi	23	5.09 ± 3.63		
Dini Tutum	Çok Düşük	17	2.99 ± 0.92	11.777	0.000*
	Düşük	72	3.05 ± 0.75		
	Orta	249	3.37 ± 0.57		
	İyi	98	3.29 ± 0.63		
	Çok İyi	23	3.99 ± 0.45		
Yaşamda Anlam Varlığı	Çok Düşük	17	24.00 ± 6.82	1.873	0.114
	Düşük	72	24.57 ± 7.36		
	Orta	249	25.75 ± 7.09		
	İyi	98	26.19 ± 7.28		
	Çok İyi	23	28.87 ± 8.95		
Yaşamda Anlam Arayışı	Çok Düşük	17	25.12 ± 8.06	10.101	0.000*
	Düşük	72	23.28 ± 6.68		
	Orta	249	22.75 ± 8.03		
	İyi	98	20.68 ± 8.79		
	Çok İyi	23	12.57 ± 9.37		

*= $p < .05$

Yukarıda yer alan tablo 5'te ise araştırmanın gelir düzeyi değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı ortalama farklılıklarının tespiti amacıyla gerçekleştirilen tek

yönlü ANOVA bulgularına yer verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde gelir düzeyi ile ölçme araçlarından umutsuzluk düzeyi ($F(4,454)=4.966$, $p=0.001^*$), dini tutum ($F(4,454)=11.777$, $p=0.000^*$) boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ortalama farklılığı tespit edilmiştir.

Araştırmanın gelir düzeyi değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkları belirlemek amacıyla gerçekleştirilen analizlerin bulguları incelendiğinde, gelir düzeyinin umutsuzluk düzeyi ve dini tutumlar üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu, ancak yaşamda anlam varlığı üzerinde belirgin bir etkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Umutsuzluk düzeyi açısından değerlendirildiğinde, çok düşük gelir düzeyine sahip katılımcıların ($Ort=8.59$, $Ss=5.72$) en yüksek umutsuzluk puanına sahip olduğu, buna karşın çok iyi gelir düzeyine sahip katılımcıların ($Ort=5.09$, $Ss=3.63$) en düşük umutsuzluk seviyesine sahip olduğu gözlemlenmiştir. Dini tutum boyutunda ise çok iyi gelir düzeyine sahip bireylerin ($Ort=3.99$, $Ss=0.45$) en yüksek dini tutum puanlarını aldığı, buna karşılık düşük gelir seviyesine sahip katılımcıların ($Ort=3.05$, $Ss=0.75$) en düşük puanlara sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca gelir düzeyinin yaşamda anlam varlığı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmadığı ($p>.05$); yaşamda anlam arayışı ile umutsuzluk düzeyi arasında ise pozitif ve anlamlı bir ilişki ($r = .112$, $p < .05$) olduğu görülmektedir.

Bu bulgular, gelir düzeyinin bireylerin psikolojik iyi oluşu üzerindeki çok boyutlu etkisini vurgulayan önceki araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Örneğin, üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalar, düşük gelir düzeyinin artan umutsuzlukla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.³⁶ Araştırmalarda ekonomik kaygıların bireylerin umut düzeyini ve psikososyal dayanıklılıklarını zayıflatabileceği belirtilmiştir.³⁷ Benzer şekilde, Aktaş'ın ilahiyat fakültesi öğrencilerinde popüler dindarlık ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği

³⁶ Saraç, Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi; Uyanık, Büyükşehirde Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Güncel Ekonomik Durumdan Endişelenme, Gelecek Kaygısı, Anksiyete ve Depresyon İlişkisinin Değerlendirilmesi.

³⁷ Aysun Ceyhan, Suriyeli Çocukların Yaşamış Olduğu Psikososyal Sorunlar ve Gelecek Kaygısı: Ümraniye Örneği (İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023); Sevi Baloğlu, Gelecek Kaygısının Çevreci ve Teknolojik Tüketime Etkisinin X, Y, Z Kuşakları Açısından İncelenmesi Üzerine Bir

araştırmasında ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin umutsuzluk seviyelerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir.³⁸ Ekonomik eşitsizliğin bireyler üzerinde yalnızca maddi etkiler yaratmakla kalmayıp, sosyal etkileşim eksikliği, motivasyon kaybı ve umutsuzluk gibi psikolojik faktörleri de şekillendirdiği görülmektedir. Mistry ve Elenbaas'ın araştırması, ebeveynlerin yaşadığı ekonomik baskının gençlerde depresif belirtilerle güçlü bir ilişki sergilediğini ve akademik başarı üzerinde doğrudan olumsuz etkiler oluşturduğunu vurgulamaktadır.³⁹ Şehirleşmenin yoğun olduğu bölgelerde, gençlerin iş bulma olasılıklarının mekânsal ayrımcılık ve bilgiye erişim eksikliği nedeniyle daha düşük olduğu da ifade edilmiştir.⁴⁰ Bu araştırma, gelir düzeyinin bireylerin umutsuzluk ve dini tutumları üzerindeki belirgin etkisini ortaya koyarken, yaşamda anlam bulma sürecinin ekonomik koşullardan bağımsız olarak gelişebileceğini göstermektedir. Bulgular, psikolojik ve sosyal iyi oluşun, ekonomik dezavantajlarla birlikte değerlendirildiğinde karmaşık ve dinamik bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, ekonomik eşitsizliğin bireylerin yalnızca maddi koşullarını değil, psikososyal dayanıklılıklarını da etkilediği anlaşılmaktadır.⁴¹

Bulgulara genel olarak bakılacak olursa dindarlık düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyinin azaldığı ve yaşamda anlam düzeylerinin yükseldiği görülmektedir. Bulgular araştırma hipotezlerini (H2 ve H3) doğrulamaktadır.

Araştırmanın bulgularına göre, düşük gelir seviyesine sahip bireylerin daha yüksek umutsuzluk yaşadığı, bununla birlikte yüksek gelir düzeyine sahip bireylerde dini tutumların daha güçlü olduğu ortaya çıkmaktadır. Ancak bireylerin yaşamda anlam arayışının umutsuz-

Araştırma (İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Doktora, 2022); Feyzioğlu, Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı ve Kariyer Seçimleri.

³⁸ Hamza Aktaş, “İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Popüler Dindarlık ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki”, Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi 9/1 (2025), 405-428.

³⁹ Rashmita S. Mistry - Laura Elenbaas, “It’s All in the Family: Parents’ Economic Worries and Youth’s Perceptions of Financial Stress and Educational Outcomes”, *Journal of Youth and Adolescence* 50/4 (Nisan 2021), 724-738.

⁴⁰ Katherine M. O’Regan - John M. Quigley, “Where Youth Live: Economic Effects of Urban Space on Employment Prospects”, *Urban Studies* 35/7 (Haziran 1998), 1187-1205.

⁴¹ Nicola Banks, “Youth Poverty, Employment and Livelihoods: Social and Economic Implications of Living with Insecurity in Arusha, Tanzania”, *Environment and Urbanization* 28/2 (Ekim 2016), 437-454.

lukla pozitif ilişkili çıkmış olması yaşamda anlam arayışında kişinin her zaman anlamı bulduğu şeklinde algılanmaması gerektiğini; umutsuzluğun yaşamda anlam arayışına daha çok yöneltebileceğini göstermektedir. Genel olarak demografik değişkenlere bakıldığında araştırma hipotezinin (H4) desteklendiği; araştırma değişkenleri ile demografik özellikler arasında anlamlı farklılıklar bulgulanmıştır.

2.6. Öznel Dindarlık Algısı ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıklar: Araştırmanın öznel dindarlık algısı değişkeni ile ölçme araçları arasındaki istatistiksel anlamlı farklılıkları belirlemek amacıyla gerçekleştirilen analizlerin sonuçlarına göre, dindarlık düzeyinin umutsuzluk düzeyi, dini tutum ve yaşamın anlamı üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Öznel Dindarlık Algısı Dini Tutum Düzeyi ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki Ortalama Farklılıklar

Öznel Dindarlık	Umutsuzluk (Ort ± Ss)	Dini Tutum (Ort ± Ss)	Yaşamda Anlam Varlığı (Ort ± Ss)	Yaşamda Anlam Arayışı
Dindar olm.	11.35 ± 4.92	1.86 ± 0.37	18.41 ± 6.76	
Dindar	5.96 ± 3.35	3.99 ± 0.45	23.42 ± 7.94	
Çok Dindar	-	-	28.10 ± 7.84	18.15 ± 10.58

Umutsuzluk düzeyi açısından değerlendirildiğinde, dindar olmayan katılımcıların (Ort=11.35, Ss=4.92) en yüksek umutsuzluk seviyesine sahip olduğu, buna karşılık dindar bireylerin (Ort=5.96, Ss=3.35) en düşük umutsuzluk düzeyine sahip olduğu gözlemlenmiştir. Dini tutum açısından ise, çok dindar katılımcılar (Ort=3.99, Ss=0.45) en yüksek dini tutum puanına sahipken, dindar olmayan veya dine ilgisiz bireylerin (Ort=1.86, Ss=0.37) en düşük dini tutum seviyesine sahip olduğu görülmektedir. Yaşamda anlam varlığı boyutunda ise dindar katılımcıların (Ort=28.10, Ss=7.84) en yüksek yaşamda anlam varlığına sahip olduğu, buna karşılık dindarlık düzeyi düşük bireylerin (Ort=18.41, Ss=6.76) en düşük seviyeye sahip olduğu

belirlenmiştir. Yaşamda anlam arayışı boyutunda çok dindar katılımcılar (Ort=23.42, Ss=7.94) en yüksek yaşamda anlam arayışına sahipken, çok dindar katılımcılar (Ort=18.15, Ss=10.58) en düşük anlam arayışına sahip olmaktadır.

Bulgulara göre öznel dindarlık düzeyi düşük olduğunda umutsuzluk artarken, dindar bireylerin daha düşük umutsuzluk seviyelerine ve yüksek dini tutumlara sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca dindarlık arttıkça yaşamda anlam bulma düzeyi yükselmektedir. Konuyla ilgili yapılan araştırmalarla benzer olarak bulgular⁴², öznel dindarlığın manevi ve psikolojik destek sağladığını, umutsuzluk düzeylerini azalttığını ve dini tutumları, yaşamda anlam varlığını artırıcı bir rol oynadığı görülmektedir. Bununla birlikte bu çalışmada ortaya çıkan bulgulara çok dindar bireylerin dindar bireylere oranla daha az anlam arayışına yöneliyor oldukları tespit edilmiştir. Bu durumun nedeni olarak çok dindar bireylerin anlam arayışına yönelik olarak sorgulamalarını dini bir yanıtla tamamlamış olmaları söylenebilir. Nitekim yaşamın anlamını Yalom⁴³ kozmik ve dünyevi olarak ikiye ayırmıştır. Dünyevi anlam, bireyin hayatı, yaşadığı dünya ile anlamlandırılması; kozmik anlam ise Tanrı'nın buyruklarına göre hayatını anlamlandırması ve bu şekilde yaşamasıdır. Bu bağlamda dindarlık düzeyi yüksek birey açısından yaşamın anlamı, Tanrı kaynaklı olmasından dolayı bu arayış tamamlamıştır, denilebilir.

2.7. Yaş Durumu ve Araştırma Ölçme Araçları Arasındaki İlişkiler : Analiz sonucunda, yaş durumu değişkeni ile umutsuzluk düzeyi), dini tutum, yaşamın anlamı arasındaki istatistiksel anlamlı ortalama farklılıklar belirtilmiştir.

⁴² Mehmet Emrullah Duran, "Umutsuzluk ve Dindarlık Konusunda Türkiye'de Yapılan Lisansüstü Tezler (1998-2023) Üzerine Bir Değerlendirme", Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi 8/2 (2024), 145-161; Ayşe Şentepe Lokmanoğlu ve Esma Yılmaz Bursalı, "Z Kuşağı Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlık ve Maneviyat ilişkisi / The Relationship Between Psychological Resilience and Spirituality in Generation Z University Students," EUROASIA Journal of Social Sciences & Humanities, Cilt 11, Sayı 41 (2024): 25-39, <http://doi.org/10.5281/zenodo.14599594>.

⁴³ Fatma Baynal, Ateizm ve Hayatın Anlamı, Nobel Yayıncılık, 2024, s.20

Tablo 5. Yaş ve Araştırma Ölçme Araçları Korelasyon Analizi Bulguları

Değişkenler	Yaş	Umutsuzluk Düzeyi
Dini Tutum	,298**	-,409**
Yaşamda Anlam Varlığı	,089	-,525**
Yaşamda Anlam Arayışı	,035	,112*

**=p<.01, *= p<.05

Yukarıda yer alan Tablo 5'te araştırmanın yaş değişkeni ve ölçme araçlarının birbirleri arasındaki istatistiksel anlamlı ilişkilerinin tespiti amacıyla gerçekleştirilen pearson korelasyon analizi bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgular incelendiğinde, yaş ile dini tutum ($r = ,298$, $p < .01$) ve umutsuzluk düzeyi ($r = -,193$, $p < .01$) arasında anlamlı korelasyonlar olduğu görülmektedir. Yaş ile yaşamda anlam arasında ilişki çıkmamıştır. Yaş arttıkça dini tutum puanlarının arttığı ve umutsuzluk düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir. Ayrıca, umutsuzluk düzeyi ile yaşamda anlam varlığı ($r = -,525$, $p < .01$) ve dini tutum ($r = -,409$, $p < .01$) arasında negatif korelasyonlar bulunmuştur. Bu da umutsuzluk düzeyi arttıkça yaşamda anlam varlığı ve dini tutum puanlarının azaldığını göstermektedir. Yaşamda anlam arayışı ile umutsuzluk düzeyi arasında ise pozitif ve anlamlı bir ilişki ($r = ,112$, $p < .05$) olduğu görülmektedir.

Bulgulara göre yaşın bireylerin dini tutumları, umutsuzluk düzeyleri ve yaşamda anlam bulma süreçleri üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde, yakın dönemde yapılan iki araştırma yaş ile umutsuzluk arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Daha genç bireylerde kaygı seviyeleri daha yüksek olarak tespit edilmiştir.⁴⁴ Bununla birlikte, ortaöğretim ve tıp fakültesi öğrencileri ile yürütülen iki ayrı çalışmada, yaş küçüldükçe umutsuzluğun azaldığı yönünde bulgular elde edilmiştir.⁴⁵

⁴⁴ Baloğlu, *Gelecek Kaygısının Çevreci ve Teknolojik Tüketime Etkisinin X, Y, Z Kuşakları Açısından İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma*; Karacan, *Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Öfke ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.

⁴⁵ Özer, *Lise Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı ve Okul Tükenmişliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yozgat İli Boğazlıyan İlçesi Örneği*.

Mezuniyete yaklaştıkça bireylerin gelecek kaygısı açısından umutsuzluk düzeyinde artış yaşaması, bu durumun olası nedenlerinden biri olarak değerlendirilmektedir.

Erikson'un psikososyal gelişim teorisine göre, gençlik dönemi kimlik kazanma ve rol karmaşası ile karakterize edilen kritik bir evredir. Bu süreçte bireyler, içsel arzularını toplumsal beklentilerle dengeleyerek kimlik oluşturma çabasına girerler.⁴⁶ Marcia ise kimlik statüleri kuramıyla bu süreci detaylandırmış ve kimlik gelişiminin bireylerin yaşamda anlam arayışları ile doğrudan ilişkili olduğunu vurgulamıştır.⁴⁷ Arnett, 18-25 yaş aralığında bireylerin ilk yetişkinlik evresinde kimliklerini keşfetme sürecinin yoğunlaştığını ifade etmiş ve bu dönemde bireylerin sosyal beklentilerle kişisel hedefler arasında denge kurmaya çalıştıklarını belirtmiştir.⁴⁸

Bilişsel gelişim açısından, Piaget'nin teorisi gençlerin soyut düşünme kapasitelerinin arttığını ve bunun kimlik arayışlarında kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.⁴⁹ Soyut düşünme yetisi, bireylerin yaşamın anlamını sorgulamalarına ve geleceğe dair derinlemesine bir bakış açısı geliştirmelerine olanak tanımaktadır. Kohlberg ise ahlaki gelişim kuramında bireylerin ahlaki kararlarının kimlik oluşum süreçlerinden etkilendiğini ve bu durumun bireylerin dini ve etik tutumlarıyla ilişkilendirildiğini ortaya koymuştur.⁵⁰ Vygotsky'nin sosyal gelişim kuramı ise, bireylerin kimlik arayışlarında sosyal etkileşimlerin ve çevresel faktörlerin belirleyici olduğuna dikkat çekmektedir. Sosyal çevre, bireylerin dini tutumlarını, umutsuzluk düzeylerini ve yaşamda anlam bulma süreçlerini şekillendiren temel unsurlar arasında yer almaktadır.⁵¹ Bu bağlamda, gençlik dönemi hem psikososyal hem de bilişsel gelişim süreçleri açısından bireylerin kimlik, dini tutum ve yaşam algılarını doğrudan etkileyen dina-

⁴⁶ Erik H. Erikson, *Identity: Youth And Crisis* (New York: W. W. Norton & Company, 1994).

⁴⁷ James E. Marcia, *Ego Identity: A Handbook for Psychosocial Research* (New York: Springer New York, 1993).

⁴⁸ Jeffrey Jensen Arnett (ed.), *Encyclopedia of Children, Adolescents and The Media* (Thousand Oaks, Calif.: Sage Publ, 2007).

⁴⁹ Jean Piaget, *The Psychology of Intelligence* (London: Routledge, 1999).

⁵⁰ Lawrence Kohlberg, *The Philosophy of Moral Development: Moral Stages and The Idea of Justice* (San Francisco, Calif: Harper and Row, 1981).

⁵¹ Lev Semenoviç Vygotsky - Michael Cole, *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes* (Cambridge, Mass.: Harvard Univ. Press, 1981).

mik bir süreç olarak ele alınmalıdır. Yaş ilerledikçe bu süreçlerin bireylerin geleceğe dair kaygılarını azalttığı ve umut seviyelerini artırdığı literatürde de desteklenmektedir.⁵² Bu bağlamda bireyin yaşına bağlı olarak geliştirdiği kimlik, toplumsal etkileşimleri ve bilişsel gelişimi, yaşamda anlam bulma sürecinde önemli bir rol oynadığı söylenebilir.

Genel olarak bulgulara bakıldığında yaş ilerledikçe dini tutumların güçlendiği, umutsuzluk seviyelerinin azaldığı ve bireylerin yaşamlarında anlam varlığı düzeylerinin yükseldiği gözlemlenmektedir. Ayrıca bireylerin dini tutumları arttıkça umutsuzluk düzeyi düşmekte; umutsuzluk arttıkça yaşamda anlam arayışı seviyesi yükselmektedir. Bu bulgular yaşın ilerlemesiyle bireylerin yaşları ilerledikçe dini açıdan daha hassasiyet sahibi olduklarını göstermektedir. Umutsuzluk açısından ise birey dini sorgulamalara yönelebilir, hayatı kötümser bir bakış açısıyla değerlendirebilir. Frankl⁵³, mutlu olamayan bireylerin anlamsızlık yaşadıklarında varoluşsal boşluğa düşebileceklerini ve ruhsal rahatsızlıklar yaşayabileceklerini belirtmiştir. Geleceğe yönelik umutsuzluk, genç bireyin boşluğa düşümesine ve anlam yitimine neden olabilir. Umutsuzluğa düşen birey bu süreçte farklı anlam arayışlarına yönelebilir. Bu bağlamda bulgular, umut, din ve anlam değişkenlerinin insan açısından karşılıklı etkileşimi olduğunu göstermektedir.

⁵² Baloğlu, *Gelecek Kaygısının Çevreci ve Teknolojik Tüketime Etkisinin X, Y, Z Kuşakları Açısından İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma*; Karacan, *Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Öfke ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.

⁵³ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm*,16

2.8. Umutsuzluk Değişkeninin Yaşamın Anlamı Değişkeni Üzerindeki Etkisine

Dair Bulgular :

Tablo 6. Umutsuzluk Düzeyinin Yaşamda Anlam Varlığını Yordayıcılığına Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız Değişken	B	SH	β	%95 Güven Aralığı		p	Çoklu Doğrusallık	
							İstatistikleri	
				Alt Sınır	Üst Sınır		Tolerans	VIF
Umutsuzluk Düzeyi	-0,929	0,071	-0,525	-1,068	0,791	0.000*	1.000	1.000

Bağımlı Değişken: Yaşamda Anlam Varlığı, * = $p < .05$, $R^2 = \%27,5$

Yukarıda yer alan tablo 6’da umutsuzluk düzeyinin yaşamda anlam varlığını yordayıcılığının tespitine yönelik gerçekleştirilen basit doğrusal regresyon testinin bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre umutsuzluk düzeyinin, yaşamda anlam varlığının ($\beta = -0.525$, $t(457) = -13.174$, $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre umutsuzluk düzeyindeki bir birimlik artış, yaşamda anlam varlığını %52.5 oranında azaltmaktadır. Ayrıca bu regresyon modelinin varyansı açıklama gücü ise %27.5 olmaktadır.

Umutsuzluk düzeyi, yaşamda anlam varlığının anlamlı ve negatif bir yordayıcısıdır. Umutsuzluk arttıkça, bireylerin yaşamlarında anlam varlığı düzeyleri azalmaktadır. Bulgular, umutsuzluk düzeyinin yüksek olmasının, bireylerin hayatlarını anlamlandırma açısından olumsuz etkilediğini göstermektedir. Umutsuzluğun yaşamın anlamı üzerindeki etkisine ilişkin bulgular, bu iki değişken arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır ($\beta = -0.525$, $p < .05$).

Regresyon modelinin varyans açıklama gücü %27,5 olup, umutsuzluk düzeyinin yaşamda anlam varlığı üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu, ancak yaşamın anlamını etkileyen

diğer faktörlerin de dikkate alınması gerektiğini göstermektedir.

Umutsuzluk ve yaşamda anlam arasındaki ilişkiye dair literatürde yer alan bulgular, mevcut araştırmayı destekler niteliktedir. Ortaöğretim öğrencileriyle yaptığı çalışmada, yaşamda anlam ile umutsuzluk arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.⁵⁴ Benzer şekilde gençlerin geleceğe yönelik hedefleriyle ilgili başka bir araştırmada, belirli bir hedefe sahip olan bireylerin umutsuzluk düzeylerinin daha düşük olduğu ve umutsuzluk puanlarının daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre umutsuzluğun yükselmesi, yalnızca yaşam doyumunu değil, bireylerin genel yaşam kalitesini de olumsuz etkileyebilmektedir.⁵⁵ Ayhan'ın gençlerin dini inanışları ve popüler dini öğelere yönelimini incelediği çalışmasında ise umutsuzluk düzeyinin yaşamda anlam bulma süreçleri üzerindeki etkisi vurgulanmaktadır.⁵⁶ Bu durum, dini öğelerin bireylerin anlam arayışlarında önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Umutsuzluk ve dini tutum arasındaki ilişki, bireylerin yaşamı anlamlandırma süreçlerinin bir parçası olarak değerlendirilebilir.

Aydoğan'ın Düzce'deki İmam Hatip Lisesi öğrencileriyle yaptığı araştırma, dini eğitimin ergenlerin gelecek kaygılarını azaltarak yaşamda anlam süreçlerini desteklediğini ortaya koymaktadır. Bu çalışmada, moral değerlerin ve toplumsal bağların bireylerin anlam arayışlarında dengeleyici bir rol oynadığı belirlenmiştir.⁵⁷ Benzer şekilde, Akıncı, dini değerlerin bireylerin içsel tatmin ve huzur duygularını güçlendirdiğini, aynı zamanda anlam arayışlarını destekleyerek bireylerin yaşadıkları boşlukları doldurmalarına yardımcı olduğunu ifade etmektedir. Din eğitimi, bireyin içsel dengelerini korumasında ve yaşamına yön vermesinde

⁵⁴ Metin Aygün, *Öğrencilerin Yaşam Amaçlarıyla Gelecek Kaygısı Arasındaki İlişki* (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2014).

⁵⁵ Tilbe Naz Tekeli, *Gelecek Kaygısının Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Romantik İlişkilere Etkisinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2022); David Martínez-Iñigo vd., "Emotional Labour and Emotional Exhaustion: Interpersonal and intrapersonal Mechanisms", *Work & Stress* 21/1 (Ocak 2007), 30-47.

⁵⁶ Kader Ayhan, "Ortaya Çıkan Yeni Popüler Dini Öğeler ve Gençlerin Anlam Arayışı Arasındaki İlişki" (Bingöl: Bingöl Belediyesi Kültür Yayınları, 2019).

⁵⁷ Zühal Aydoğan, *Ergenlere Yönelik Din Eğitiminde Hayatın Anlamı (İmam Hatip Liseleri Düzce Örneği)* (Çorum: Hitit Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2019).

önemli bir işleve sahiptir.⁵⁸ Bu sonuçlar, Frankl'ın anlam arayışını insanın temel güdüsü olarak ele alan yaklaşımıyla da örtüşmektedir. Frankl, bireylerin dini öğeler gibi anlam kaynaklarına yönelerek yaşamlarına tutarlılık kazandırabileceklerini vurgulamaktadır.⁵⁹

2.9. Umutsuzluk Değişkeninin Dini Tutum Değişkeni Üzerindeki Etkisine Dair Bulgular:

Tablo 7. Umutsuzluk Düzeyinin Dini Tutumu Yordayıcılığına Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız Değişken	B	SH	β	%95 Güven Aralığı		p	Çoklu Doğrusallık İstatistikleri	
				Alt Sınır	Üst Sınır		Tölerans	VIF
Umutsuzluk Düzeyi	-0,065	0,007	-0,409	-0,078	-0,052	0.000*	1.000	1.000

Bağımlı Değişken: Dini Tutum, * = $p < .05$, $R^2 = \%16.8$

Umutsuzluk düzeyinin dindarlık durumunu ne ölçüde yordadığına ilişkin bulgular bu bölümde ele alınmaktadır. Tablo 7'de ise analizin ikinci aşaması olarak umutsuzluk düzeyinin dini tutumu yordayıcılığının tespitine yönelik gerçekleştirilen basit doğrusal regresyon testinin bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre umutsuzluk düzeyinin, dini tutumun ($\beta = -0.409$, $t(457) = -9.595$, $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre umutsuzluk düzeyindeki bir birimlik artış, dini tutumu %40.9 oranında azaltmaktadır. Ayrıca bu regresyon modelinin varyansı açıklama gücü ise %16.8 olmaktadır.

Umutsuzluk düzeyinin dini tutum üzerindeki etkisinin negatif ve anlamlı olduğu belirlenmiştir. Umutsuzluk arttıkça dini tutumların azaldığı görülmekte, bu da bireylerin yük-

⁵⁸ Adem Akıncı, "Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü", *Değerler Eğitimi Dergisi* 3/9 (2005).

⁵⁹ Viktor E. Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, çev. Selçuk Budak (İstanbul: Okuyan Us, 2016).

sek düzeyde umutsuzluk yaşadıklarında dini inanç ve bağlılıklarının zayıflayabileceğini göstermektedir. Umutsuzluk düzeyinin dindarlık üzerindeki etkisini inceleyen regresyon analizi sonuçları, bu iki değişken arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır ($\beta = -0.409$, $p < .05$). Umutsuzluk düzeyindeki her bir birimlik artış, dini tutumu %40.9 oranında azaltmakta, bu da bireylerin dini bağlılıklarının psikolojik durumlarından doğrudan etkilenebileceğini göstermektedir.

Elde edilen bulgular, psikolojik faktörlerin bireylerin dini tutumları üzerindeki etkisini anlamak açısından önemlidir. Gelecek kaygısı ve dindarlık arasındaki ilişkiyi ele alan Karakaş'ın araştırması, düz lise öğrencilerinin gelecek kaygılarının imam hatip lisesi öğrencilerine kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.⁶⁰ Bu sonuçlar, umutsuzluk ve dindarlık arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu desteklemektedir. Benzer şekilde, Yılmaz'ın umre ibadetini gerçekleştirmekte olan bireylerin yaşam anlamı düzeylerinin yüksek; umutsuzluk düzeyinin ise düşük olduğu bulgulanmıştır.⁶¹ Bu bulgular, dinin bireyler için bir anlam kaynağı olduğunu ve umutsuzluğu azaltıcı bir rol oynayabileceğini ortaya koymaktadır.

2.10. Umutsuzluk ve Dini Tutumun Yaşamın Anlamına Olan Etkisine İlişkin Bulgular: Umutsuzluk düzeyinin ve dini tutumun yaşamın anlamını ne ölçüde yordadığına dair çoklu regresyon analizi bulguları aşağıda açıklanmıştır.

⁶⁰ Ahmet Canan Karakaş, "Paylaşma Tutumlarının Sınav Kaygısı-Gelecek Kaygısı ile ilişkisi (Sakarya İli Örneği)", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 2/1 (2013).

⁶¹ Sema Yılmaz, "Umre İbadetinin Hayatın Anlamı ve Umutsuzlukla ilişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma". *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 22/1 (June2018), 543-570. <https://doi.org/10.18505/cuid.417623>.

Tablo 8. Umutsuzluk Düzeyi ve Dini Tutumun Yaşamın Anlamını Yordayıcılığına Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız Değişken	B	SH	β	%95 Güven Aralığı		p	Çoklu Doğrusallık İstatistikleri	
				Alt Sınır	Üst Sınır		Tölerans	VIF
Umutsuzluk Düzeyi	-0,813	0,076	-0,459	-0,963	-0,663	0.000*	0,832	1.201
Dini Tutum	1,795	0,481	0,161	0,851	2,74	0.000*	0,832	1.201

Bağımlı Değişken: Yaşamda Anlam Varlığı, * = $p < .05$, $R^2 = \%29.7$

Yukarıda yer alan Tabloda ise umutsuzluk düzeyinin ve yaşamda anlam varlığını yordayıcılığında dini tutumun aracılık etkisinin tespitine yönelik gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon testinin bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre umutsuzluk düzeyi ($\beta = -0.459$, $t(456) = -10.658$, $p < .05$) ve dini tutum ($\beta = 0.161$, $t(456) = 3.735$, $p < .05$) yaşamda anlam varlığının istatistiksel olarak anlamlı yordayıcılarıdır.

Bireyin kendisine dönük hedefler haricinde anlam arayışına yönelmesi daha faydalı olabilir. Bu nedenle, dini ve toplumsal unsurların bireylerin anlam bulma süreçlerine katkı sağladığı ileri sürülmektedir.⁶² Bireylerin anlam arayışlarında çevresel faktörlerin belirleyici bir etkisi olduğu görülmektedir. Pulat'ın çalışması, ebeveynlerin uyguladığı psikolojik kontrolün ergenlerde düşük benlik saygısı ve olumsuz öz değerlendirme ile sonuçlandığını, bunun da yaşamda anlam arayışını olumsuz etkilediğini ortaya koymaktadır.⁶³ Kaygı ve depresyonun bireylerin akademik ve sosyal yaşamlarına etkilerini inceleyen Tosun ve Zorlu'nun çalışması

⁶² Alfred Adler, *Yaşamın Anlamı ve Amacı* (İstanbul: Say Yayınları, 2014).

⁶³ Nalan Pulat, *Ebeveynlerin Uyguladığı Psikolojik Kontrolün Ergenlerin Depresyon, Kaygı ve Öfke Belirtileri Üzerindeki Etkisi: Mükemmeliyetçiliğin Aracı Rolü* (Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2011).

ise, bu tür ruhsal durumların bireylerin anlam bulma süreçlerini zorlaştırdığını göstermektedir. Bununla birlikte, dini desteğin bu olumsuz etkileri dengeleyebileceği ileri sürülmektedir.⁶⁴ Bulgular, bireylerin manevi destek sağlayan kaynaklara yönelmelerinin, umutsuzluk hissini azaltarak anlam arayışlarını güçlendirebileceğini göstermektedir.

Aşağıda yer alan Tablo 12’de umutsuzluk düzeyinin yaşamda anlam arayışını yordayıcılığının tespitine yönelik gerçekleştirilen basit doğrusal regresyon testinin bulguları yer almaktadır.

Tablo 1. Umutsuzluk Düzeyinin Yaşamda Anlam Arayışını Yordayıcılığının Tespitine Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız Değişken	B	SH	β	%95 Güven Aralığı		p	Çoklu Doğrusallık İstatistikleri	
				Alt Sınır	Üst Sınır		Tölerans	VIF
Umutsuzluk Düzeyi	0,228	0,095	0,112	0,041	0,414	0.017*	1.000	1.000

Bağımlı Değişken: Yaşamda Anlam Arayışı, * = $p < .05$, $R^2 = \%1.2$

Elde edilen bulgulara göre umutsuzluk düzeyinin, yaşamda anlam arayışının ($\beta = 0.112$, $t(457) = 2.402$, $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre umutsuzluk düzeyi düzeyindeki bir birimlik artış, yaşamda anlam arayışını %11.2 oranında arttırmaktadır. Ayrıca bu regresyon modelinin variansı açıklama gücü ise %1.2 olmaktadır. Sonuç olarak, umutsuzluk düzeyi, bireylerin hem dini tutumlarını hem de yaşamda anlam arayışını etkilemektedir. Geleceğe yönelik kaygı ve umutsuzluk yaşayan birey, varoluşsal bir sorgulama sürecine girerek yaşamının anlamını ye-

⁶⁴ Ülkü Tosun - Aziz Zorlu, “İlkokul 3. Sınıf Öğrencilerinin Kaygı ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi”, *Folklor/ Edebiyat Dergisi* 25/97 (2019).

niden tanımlama ve umut bulma çabası içerisine girebilir. Buna göre hayata yönelik umutsuzluk içerisinde olunan süreçte bireyler, yeniden anlam arayışına girme çabasına yönelebirlirler.

Aşağıda yer alan Tablo 13'te ise umutsuzluk düzeyinin dini tutumu yordayıcılığının tespitine yönelik gerçekleştirilen basit doğrusal regresyon testinin bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre umutsuzluk düzeyinin, dini tutumun ($\beta = -0.409$, $t(457) = -9.595$, $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre umutsuzluk düzeyindeki bir birimlik artış, dini tutumu %40.9 oranında azaltmaktadır. Ayrıca bu regresyon modelinin varyansı açıklama gücü ise %16.8 olmaktadır.

Tablo 9. Umutsuzluk Düzeyinin Dini Tutumu Yordayıcılığının Tespitine Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız Değişken	B	SH	β	%95 Güven Aralığı		p	Çoklu Doğrusallık İstatistikleri	
				Alt Sınır	Üst Sınır		Tölerans	VIF
Umutsuzluk Düzeyi	-0,065	0,007	-0,409	-0,078	-0,052	0.000*	1.000	1.000

Bağımlı Değişken: Dini Tutum, * = $p < .05$, $R^2 = \%16.8$

Tablo 9'da umutsuzluk düzeyi ve dini tutumun yaşamda anlam arayışını yordayıcılığının tespitine yönelik gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon testinin bulgularına göre umutsuzluk düzeyinin, yaşamda anlam arayışının ($\beta = 0.125$, $t(456) = 2.460$, $p < .05$) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Dini tutumun yaşamda anlam arayışını yordayıcılığı ise istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($\beta = 0.034$, $t(456) = 0.659$, $p > .05$). Bu regresyon modelinin varyansı açıklama gücü ise %1.3'tür.

Dini tutumun, umutsuzluk düzeyinin yaşamda anlam arayışı üzerindeki aracılık etkisi çerçevesinde gerçekleştirilen regresyon analizlerinin bulguları incelendiğinde; umutsuzluk düzeyinin yaşamda anlam arayışı üzerindeki etkisinin bir kısmının dini tutum

aracılığıyla gerçekleştiği, ancak dini tutumun doğrudan bir aracılık etkisi olmadığı görülmektedir. Elde edilen verilerden yola çıkılarak umutsuzluğun dini tutumlarda azalmaya neden olabileceği söylenebilir.

Tablo 10. Umutsuzluk Düzeyi ve Dini Tutumun Yaşamda Anlam Arayışını Yordayıcılığının Tespitine Yönelik Gerçekleştirilen Regresyon Analizi Bulguları

Bağımsız Değişken	B	SH	p	%95 Güven Aralığı		Çoklu Doğrusallık İstatistikleri	Tolerans	VIF
				Alt Sınır	Üst Sınır			
Umutsuzluk Düzeyi	0,256	0,104	0,125	0,051	0,460	0,000*	0,832	1,201
Dini Tutum	0,432	0,655	0,034	-0,856	1,720	0,000*	0,832	1,201

Bağımlı Değişken: Yaşamda Anlam Arayışı, * = $p < .05$, $R^2 = \%1.3$

Bulgulara göre model istatistiksel olarak anlamlı olsa da açıklayıcılığı düşüktür ($R^2 = \%1.3$). Buna göre umutsuzluk düzeyinin anlam arayışını artırmakla birlikte dini tutum bu süreçte doğrudan etkili olmamaktadır. Bu bağlamda bireylerin umutsuzluk durumunda anlam arayışı, psikolojik açıdan baş etme yolu olarak kullanabileceklerini göstermektedir. Araştırmalar, bireylerin yaşamda anlam bulma süreçlerinin umutsuzluk ve dini tutumlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Wunk'un çalışmasında olumlu dini başa çıkmayı kullanan bireylerde pozitif duygulanımın yoğun olduğu ve yaşamda anlamın desteklendiği tespit edilmiştir.⁶⁵ Krok ise araştırma sonucunda olumlu dini başa çıkma hem anlamın varlığı hem de arayışıyla pozitif ilişkili çıkmıştır.⁶⁶ Koçak ise COVID-19 pandemisi sırasında dini tutumlar ve depresyonla ilgili araştırmasında yaşamda anlamın varlığı ve yaşamda anlam arayışının, dini

⁶⁵ Mariusz Wnuk, "The Mechanisms Underlying Religious Coping and Hopelessness: Role of Meaning in Life and Affectivity," *Pastoral Psychology* (2024), <https://doi.org/10.1007/s11089-024-01181-4>

⁶⁶ Dariusz Krok, "Striving for Significance: The Relationships Between Religiousness, Spirituality, and Meaning in Life", *Implicit Religion* 18/2 (2015), 233-257. <https://doi.org/10.1558/imre.v18i2.20446>.

tutum ile depresyon arasındaki ilişkide aracılık (mediatör) rolü oynadığını bulgulamıştır. Buna göre dini tutum, yaşamda anlam ile pozitif bir ilişkiye sahipken yaşamda anlam, depresyon ile negatif ilişkilidir.⁶⁷ Bu çalışmada yapılan üçüncü regresyon analizi, umutsuzluk düzeyinin hem doğrudan hem de dini tutum aracılığıyla dolaylı olarak yaşamda anlamı etkilediğini ortaya çıkartmıştır. Buna göre umutsuzluk düzeyi ve dini tutum, yaşamı anlamlandırma da anlamlı yordayıcı etkiye sahiplerdir.

Umutsuzluk, anlam hissini azaltırken, dini tutumlar bu hissi güçlendirmektedir. Bireyler, umutsuzluklarını yönetip dini inançlarını geliştirerek yaşamlarına daha fazla anlam katabilirler. Ayrıca, dini tutumların umutsuzluk ile anlam arayışı arasındaki ilişkide kısmi aracılık ettiği görülmektedir. Ceylan'ın yaptığı araştırmada, bireylerin ölümlülük bilincinin, dini başa çıkma mekanizmaları ve Tanrı algısı ile ilişkisinin psikolojik dayanıklılık üzerinde etkili olduğu ifade edilmektedir.⁶⁸ Dua ve ibadet gibi dini pratiklerin, ölüm kaygısını hafifletmede ve bireylerin psikolojik iyilik halini güçlendirmede önemli bir rol oynadığı gösterilmektedir. Benzer şekilde, Halıcı Kurtulan ve Karairmak'ın çalışmasında, ölüm kaygısı ve varoluşsal kaygı arasında negatif bir ilişki olduğu belirtilmektedir.⁶⁹ Ayrıca, dini inanışların bireylerin varoluşsal sorgulamalarını destekleyerek, anlam arayışına pozitif katkıda bulunduğu ortaya konmuştur.

Bu bulgular, Jim ve arkadaşlarının zorlayıcı durumlarda bireylerin anlam arayışı üzerine yaptığı çalışmalarla uyum göstermektedir.⁷⁰ Yaşamın anlamı, bireylerin yaşam amacını, psikolojik uyumlarını ve tatmin duygularını kapsayan çok yönlü bir kavram olarak ele alınmaktadır. Bireylerin anlam arayışı ve bu anlamı bulmaları, onların psikolojik zorluklara karşı

⁶⁷ Orhan Koçak, "How Religious Attitudes Are Associated with Depression in Turkish Society during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Meaning in Life", *Religions* 13/10 (2022), 956. <https://doi.org/10.3390/rel13100956>.

⁶⁸ Ummahan Esra Ceylan, *Ölümlülük Bilincinin Dini Başa Çıkma, Tanrı Algısı, Ölüm Kaygısı ve Psikolojik İyi Olma ile İlişkisi* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Doktora, 2018).

⁶⁹ Merve Halıcı Kurtulan - Özlem Karairmak, "Ölüm Kaygısı, Tinsellik, Dindarlık Eğilimi ve Varoluş Kaygısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", *Spiritual Psychology and Counseling* 1/2 (2016), 163-187.

⁷⁰ Heather S. Jim vd., "Measuring Meaning in Life Following Cancer", *Quality of Life Research* 15/8 (2006), 1355-1371.

direnç geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Özellikle stresli yaşam koşullarında manevi tutumların güçlendirilmesi, bireylerin temel inançları ile yaşadıkları durumları daha uyumlu hale getirmelerine ve böylece psikolojik iyilik hallerini desteklemelerine katkı sağlayabilir.

Polonyalı öğrenciler üzerinde yapılan araştırmalardan biri, dini bağlılık ile bağışlama arasındaki ilişkinin bireylerin yaşamın anlamını keşfetmelerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Glaz'ın çalışması, bireylerin kendilerini affetme, başkalarını affetme ve Yaratan'ın affını hissetme kapasitelerinin yaşamda anlam bulmalarına önemli bir katkı sağladığını göstermektedir.⁷¹ Bu bağlamda, dini tutumların zorlayıcı yaşam olayları karşısında bireylerin başa çıkma mekanizmalarını geliştirdiği görölmektedir. Benzer şekilde Halama'nın çalışması, dini inançların psikolojik dayanıklılığı artırarak bireylerin anlam arayışlarını güçlendirdiğini ifade etmektedir.⁷²

Gençler arasında yapılan sınav kaygısı ve özgüven ilişkisine dair araştırmalar, bu tür kaygıların bireylerin kendilik algısını ve psikolojilerini etkilediğini göstermektedir. Başoğlu'nun bulguları, sınav kaygısı ile özgüven arasında negatif bir korelasyon olduğunu ve yüksek sınav kaygısının bireylerin akademik başarılarını olumsuz etkilediğini ortaya koymaktadır.⁷³ Özgüven düzeyi yüksek bireylerin sınav kaygısını daha iyi yönettikleri ve bu bireylerin yaşamlarına anlam katma potansiyelinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Baynal'ın araştırması, ateist bireylerin anlam arayışlarını bireysel mutluluk, aile ilişkileri, topluma fayda sağlama ve çevresel sorumluluk gibi faktörlerle şekillendirdiğini göstermektedir.⁷⁴ İnançsızlık süreçlerinin travmatik yaşam deneyimleri ve dini doktrinlere yönelik eleştirilerden etkilendiği vurgulanmaktadır. Bu bulgular, bireylerin anlam arayışlarının,

⁷¹ Stanisław Glaz, "The Relationship of Forgiveness and Values with Meaning in Life of Polish Students", *Journal of Religion and Health* 58/5 (Ekim 2019), 1886-1907.

⁷² Peter Halama, "On The Relationship Between Religiosity and Life Meaningfulness", *Archiv für Religionspsychologie / Archive for the Psychology of Religion* 24 (2002), 218-233.

⁷³ Sezin Turan Başoğlu, *Sınav Kaygısı ile Özgüven Arasındaki İlişkinin Erinlik Döneminde İncelenmesi* (İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2007).

⁷⁴ Fatma Baynal, "Erinlik (Ön Ergenlik) Dönemi Korku, Kaygı ve Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Bilimname* 45 (2021), 261-299.

inançlı ya da inançsız olmalarına bağlı olarak çevresel ve kişisel faktörlere göre farklılaşabileceğini ortaya koymaktadır. Canoğulları'nın çalışması, ergenlerde internet bağımlılığı, sosyal kaygı ve aile desteği arasındaki bağlantıları inceleyerek, düşük aile desteğinin ve yüksek sosyal kaygının internet bağımlılığı riskini artırdığını göstermektedir.⁷⁵ Bu sonuçlar, Halama ve Glaz'ın dini inançların bireylerin psikolojik dayanıklılığını güçlendirdiğine dair bulgularıyla ilişkilendirilebilir. Manevi inançların sosyal kaygıyı azaltıcı etkisi ve bireylerin sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirmesine olan katkısı, internet bağımlılığının önlenmesinde önemli bir rol oynayabilir. Kaya ve Varol'un yaptığı çalışmada, ekonomik belirsizlikler ve iş bulma kaygısının bireylerin genel kaygı düzeyini artırdığı ve hem sosyal hem de akademik yaşamlarını olumsuz etkilediği belirtilmektedir.⁷⁶ Bu bulgular, bireylerin yaşamlarına anlam katabilmeleri için ekonomik ve sosyal güvence sağlayan ortamların önemini ortaya koymaktadır.

Sonuç

Bu araştırma, gençlerde umutsuzluk ve yaşamda anlam algısı üzerindeki dindarlık etkisini inceleyerek önemli bulgular ortaya koymuştur. Çalışmada ilk olarak değişkenlerin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı test edilmiştir. Bu bağlamda gençlerin demografik özelliklerine göre umutsuzluk, yaşamın anlamı ve dindarlık açısından farklılıklar ortaya çıkmıştır. Araştırma bulgularına göre gençlerde yaş değişkeninin etkili olduğu; yaş ilerledikçe dindarlığın arttığı ve umutsuzluğun azaldığı görülmüştür. Gelir düzeyi azaldıkça umutsuzluğun arttığı ve dindarlığın da azaldığı bulgulanmıştır. Bu durumun aksine bireylerde gelir düzeyi yükseldikçe dindarlığın arttığı ve umutsuzluğun azaldığı tespit edilmiştir. Cinsiyet ve meslek değişkenlerinin de dindarlık üzerinde etkili olduğu; kadınların erkeklere oranla dini tutum düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin umutsuzluk düzeylerinin azaldığı; dini tutumun ve yaşamda anlam bulma düzeyinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

⁷⁵ Özge Canoğulları, *İnternet Bağımlılık Düzeyleri Farklı Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Psikolojik İhtiyaçları, Sosyal Kaygıları ve Anne Baba Tutum Algılarının İncelenmesi* (Adana: Çukurova Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2014).

⁷⁶ Mevlüt Kaya - Kübra Varol, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk-Süreklilik Kaygı Düzeyleri ve Kaygı Nedenleri (Samsun Örneği)", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17/17 (2004), 31-63.

Çalışmadan elde edilen bulgular, bireylerin dini yönelimlerdeki artışın, yaşamın anlamını güçlendirdiğini ve umutsuzluğu azaltmada önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Umutsuzluk düzeyi yükseldikçe dini tutumlarda azalma olmakta, yaşamda anlam arayışı ise yükselmektedir. Bu durum genç bireyin artan umutsuzluğunun sonucunda anlamsızlaşan hayatında yeni bir anlam arayışına yönelttiğini göstermektedir. Bununla birlikte dini tutumların güçlenmesi, yaşamın anlamına ilişkin doyumu arttırmaktadır. Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, dini tutumlar arttıkça umutsuzluk düzeyinin azaldığı, buna karşılık umutsuzluk arttıkça anlam arayışının güçlendiği görülmektedir. Bu durum, hayatında önemli tercihler yapacağı bir döneminde olan genç birey açısından dini yönelimlerin psikolojisini destekleyici bir unsur olarak işlev gördüğünü göstermektedir.

Bu araştırmada dindarlığın bireyin psikolojisi üzerinde koruyucu bir işlev üstlendiği ve yaşam anlamlandırma süreçlerini desteklediği sonucuna ulaşılmıştır. Çalışma, gençlik döneminde umutsuzluk ve yaşamı anlamlandırma gibi psikolojik süreçlerde dini tutumların olumlu yönde destek sağladığını ortaya koyarak, alanyazına katkı sağlamaktadır. İlerleyen araştırmalarda, gençler açısından farklı kültürel ve sosyoekonomik gruplar arasında dindarlık, umutsuzluk ve anlam arayışı ilişkilerinin daha geniş çapta incelenmesi önerilmektedir.

Kaynaklar | References

- Adler, Alfred. *Yaşamın Anlamı ve Amacı*. İstanbul: Say Yayınları, 11. Basım, 2014.
- Akgül, Nuran. *Üniversite Sınavına Hazırlanan Dershane Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı*. Elazığ: Fırat Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023.
- Akgül, Ö., Gürlük, Y. O., & Çağırkan, B. Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluğunu Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi: İzmir Demokrasi Üniversitesi Örneği. *Journal of University Research*, 8/1,(2025) 54-64. <https://doi.org/10.32329/uad.1556984>
- Akıncı, Adem. “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”. *Değerler Eğitimi Dergisi* 3/9 (2005).
- Aktaş, Hamza. “İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Popüler Dindarlık ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki.” *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 9/1 (2025): 405–428.
- Albaum, Gerald - Peterson, Robert A. “Ethical Attitudes of Future Business Leaders: Do They Vary by Gender and Religiosity?” *Business & Society* 45/3 (Eylül 2006), 300-321. <https://doi.org/10.1177/0007650306289388>
- Arnett, Jeffrey Jensen (ed.). *Encyclopedia of Children, Adolescents, and The Media*. Thousand Oaks, Calif.: Sage Publ, 2007.
- Aydoğan, Zühal. *Ergenlere Yönelik Din Eğitiminde Hayatın Anlamı (İmam Hatip Liseleri Düzce Örneği)*. Çorum: Hitit Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2019.
- Aygün, Metin. *Öğrencilerin Yaşam Amaçlarıyla Gelecek Kaygısı Arasındaki İlişki*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Ayhan, Kader. “Ortaya Çıkan Yeni Popüler Dini Öğeler ve Gençlerin Anlam Arayışı Arasındaki İlişki”. Bingöl: Bingöl Belediyesi Kültür Yayınları, 2019.
- Bahadır, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din: [Logoterapik Bir Araştırma]*. İstanbul: İnsan Yayınları, 5. Basım, 2021.
- Bakırcıoğlu, Rasim. *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Anı Yayıncılık, 1. Basım, 2012.
- Baloğlu, Sevi. *Gelecek Kaygısının Çevreci Ve Teknolojik Tüketime Etkisinin X, Y, Z Kuşakları Açısından İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Doktora, 2022.
- Baltacı, Furkan vd., “Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Eğitim Memnuniyetlerinin ve Geleceğe Yönelik Bakış Açılarının Belirlemesine Yönelik Bir Araştırma”, *Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi* 4/1, (2012).17-25.
- Banks, Nicola. “Youth Poverty, Employment and Livelihoods: Social and Economic Implications of Living with Insecurity in Arusha, Tanzania”. *Environment and Urbanization* 28/2 (Ekim 2016), 437-454. <https://doi.org/10.1177/0956247816651201>
- Başoğlu, Sezin Turan. *Sınav Kaygısı ile Özgüven Arasındaki İlişkinin Erinlik Döneminde İncelenmesi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2007.

- Baynal, Fatma. “Erinlik (Ön Ergenlik) Dönemi Korku, Kaygı ve Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”. *Bilimname* 45 (2021), 261-299. <https://doi.org/10.28949/bilimname.937540>
- Bayrak, S. B. (2018). Ergenlerde Umutsuzluğun Benlik Saygısı ve Gelecek Kaygısı İle İlişkisi [Yüksek Lisans]. Üsküdar Üniversitesi.
- Büyükoztürk, Şener vd. *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi, 31. Basım, 2021.
- Canogulları, Özge. *İnternet Bağımlılık Düzeyleri Farklı Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Psikolojik İhtiyaçları, Sosyal Kaygıları Ve Anne Baba Tutum Algılarının İncelenmesi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Ceyhan, Aysun. *Suriyeli Çocukların Yaşamış Olduğu Psikososyal Sorunlar Ve Gelecek Kaygısı: Ümraniye Örneği*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023.
- Ceylan, Ummahan Esra. *Ölümlülük Bilincinin Dini Başa Çıkma, Tanrı Algısı, Ölüm Kaygısı Ve Psikolojik İyi Olma İle İlişkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Doktora, 2018.
- Demirdağ, Seyithan - Kalafat, Sezai. “Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması”. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 16/2 (2015). <https://doi.org/10.17679/iuefd.16250801>
- Durak, Ayşegül - Palabıyıklıoğlu, Refia. “Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik Çalışması”. *Kriz Dergisi* 2/2 (1994), 311-319.
- Duran, Mehmet Emrullah. “Umutsuzluk ve Dindarlık Konusunda Türkiye’de Yapılan Lisansüstü Tezler (1998–2023) Üzerine Bir Değerlendirme”. *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 8/2 (2024), 145–161.
- Ember, Carol R. - Melvin Ember (ed.). *Encyclopedia of Sex and Gender: Men and Women in The World’s Cultures*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers, 2003.
- Erikson, Erik H. *Identity: Youth And Crisis*. New York: W. W. Norton & Company, Reissued as Norton paperback 1994., 1994.
- Feyzioğlu, İsmail. *Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ve Kariyer Seçimleri*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2023.
- Frankl, Viktor E. *İnsanın Anlam Arayışı*. çev. Selçuk Budak. İstanbul: Okuyan Us, 28. Basım, 2016.
- Forouhari, S., Hosseini Teshnizi, S., Ehrypoush, M. H., Malzomy Mahmoodabad, S. S., Fallahzadeh, H., Tabei, S. Z., Nami, M., Mirzaei, M., Namavar Jahromi, B., Ghani Dehkordi, J., & Kazemitabae, M. (2019). Relationship between Religious Orientation, Anxiety, and Depression among College Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Iranian Journal of Public Health*, 48(1), 43-52. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6401585/>
- Głaz, Stanisław. “The Relationship of Forgiveness and Values with Meaning in Life of Polish Students”. *Journal of Religion and Health* 58/5 (Ekim 2019), 1886-1907. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00860-4>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. *Multivariate Data Analysis*.

- 6th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall, 2005.
- Halama, Peter. "On The Relationship Between Religiosity and Life Meaningfulness". *Archiv für Religionspsychologie / Archive for the Psychology of Religion* 24 (2002), 218-233. <http://www.jstor.org/stable/23912411>
- Halıcı Kurtulan, Merve - Kararımak, Özlem. "Ölüm Kaygısı, Tinsellik, Dindarlık Eğilimi ve Varoluş Kaygısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". *Spiritual Psychology and Counseling* 1/2 (2016), 163-187.
- Işık, Yakup. *Ergenlerde Psikolojik Sağlamlığın Sosyal Dışlanma, Sosyal Kaygı, Cinsiyet Ve Sınıf Düzeyi Açısından İncelenmesi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans, 2019.
- Jim, Heather S. vd. "Measuring Meaning in Life Following Cancer". *Quality of Life Research* 15/8 (2006), 1355-1371. <https://doi.org/10.1007/s11136-006-0028-6>
- Karacan, Mert. *Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Öfke Ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023.
- Karakaş, Ahmet Canan. "Paylaşma Tutumlarının Sınav Kaygısı-Gelecek Kaygısı İle İlişkisi (Sakarya İli Örneği)". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 2/1 (2013).
- Kaya, Dilek. *Tıp Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Kariyer Planları İle Gelecek Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*. Ankara: Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2023.
- Kaya, Mevlüt - Varol, Kübra. "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri Ve Kaygı Nedenleri (Samsun Örneği)". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17/17 (2004), 31-63.
- Koçak, Orhan. 2022. "How Religious Attitudes Are Associated with Depression in Turkish Society during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Meaning in Life" *Religions* 13, no. 10: 956. (2022). <https://doi.org/10.3390/rel13100956>.
- Koenig, Harold vd. *Handbook of Religion and Health*. Oxford University Press, 2001. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195118667.001.0001>
- Kohlberg, Lawrence. *The Philosophy of Moral Development: Moral Stages and The Idea of Justice*. San Francisco, Calif: Harper and Row, 1981.
- Krok, Dariusz. "Striving for Significance: The Relationships Between Religiousness, Spirituality, and Meaning in Life". *Implicit Religion* 18/2 (2015), 233-257. <https://doi.org/10.1558/imre.v18i2.20446>.
- Marcia, James E. *Ego Identity: A Handbook for Psychosocial Research*. New York: Springer New York, 1st ed., 1993.
- Martin, Nancy M. vd. *Dünya dinlerinde hayatın anlamı = The meaning of life in the world religions*. İstanbul: Say, 2002.

- Martínez-Iñigo, David vd. "Emotional Labour and Emotional Exhaustion: Interpersonal and Intrapersonal Mechanisms". *Work & Stress* 21/1 (Ocak 2007), 30-47. <https://doi.org/10.1080/02678370701234274>
- Mistry, Rashmita S. - Elenbaas, Laura. "It's All in the Family: Parents' Economic Worries and Youth's Perceptions of Financial Stress and Educational Outcomes". *Journal of Youth and Adolescence* 50/4 (Nisan 2021), 724-738. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01393-4>
- Ok, Üzeyir. "Dini Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması". *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2 (2011), 528-549.
- O'Regan, Katherine M. - Quigley, John M. "Where Youth Live: Economic Effects of Urban Space on Employment Prospects". *Urban Studies* 35/7 (Haziran 1998), 1187-1205. <https://doi.org/10.1080/0042098984556>
- Öncül, Remzi. *Eğitim ve Eğitim Bilimleri Sözlüğü*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, 2000.
- Özer, Esengül. *Lise Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı ve Okul Tükenmişliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yozgat İli Boğazlıyan İlçesi Örneği*. Girne: Girne Amerikan Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2022.
- Özkan, Ö. (2023). Genç Yetişkinlerde Gelecek Kaygısı ve Bu Dönemde Algılanan Sosyal Desteğin Depresyona Etkisi [Yüksek Lisans]. Üsküdar Üniversitesi.
- Piaget, Jean. *The Psychology of Intelligence*. London: Routledge, Repr. [d. Ausg.] 1950., 1999.
- Pulat, Nalan. *Ebeveynlerin Uyguladığı Psikolojik Kontrolün Ergenlerin Depresyon, Kaygı Ve Öfke Belirtileri Üzerindeki Etkisi: Mükemmeliyetçiliğin Aracı Rolü*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2011.
- Saraç, Turan. *Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı Ve Umutsuzluklarının İncelenmesi*. Kırşehir: Ahi Evran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans, 2015.
- Shaughnessy, John J. vd. *Psikolojide Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 10. Basım, 2016.
- Shreve-Neiger, A. K., & Edelstein, B. A. (2004). Religion and Anxiety: A Critical Review of The Literature. *Clinical Psychology Review*, 24/4,(2004) 379-397. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.02.003>.
- Smith, C., & Denton, M. L. . *Soul Searching: The Religious And Spiritual Lives Of American Teenagers*. Oxford University Press, 2005.
- Stein - Eric Hollander (ed.). *The American Psychiatric Publishing Textbook of Anxiety Disorders*. Washington, DC: American Psychiatric Pub, 1. Basım, 2002.
- Şentepe Lokmanoglu, A., & Yılmaz Bursalı, E. "Z Kuşağı üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ve maneviyat ilişkisi / The relationship between psychological resilience and spirituality in Generation Z university students." *EUROASIA Journal of Social Sciences & Humanities*, 11/41, 2024, 25-39. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14599594>

- Şentürk, Habil - Yakut, Selahattin. “Hayatın Anlamı ve Din”. Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 33 (2014), 16.
- Tekeli, Tilbe Naz. *Gelecek Kaygısının Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Ve Romantik İlişkilere Etkisinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2022.
- Tosun, Ülkü - Zorlu, Aziz. “İlkokul 3. Sınıf Öğrencilerinin Kaygı ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi”. Folklor/ Edebiyat Dergisi 25/97 (2019). <https://doi.org/10.22559/folklor.978>
- Türköz, Osman vd. “Lisansüstü Eğitim Alan Bireylerde Gelecek Kaygısı”. Bucak İşletme Fakültesi Dergisi 4/2 (2021), 132-152.
- Usta, S. N. (2024). *Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı İle Umut Ve Azim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans]. Gazi Üniversitesi.
- Uyanık, Haşim Berkay. *Büyükşehirde Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Güncel Ekonomik Durumdan Endişelenme, Gelecek Kaygısı, Anksiyete Ve Depresyon İlişkisinin Değerlendirilmesi*. Antalya: Antalya Bilim Üniversitesi, Yüksek Lisans, 2023.
- Wnuk, M. The Mechanisms Underlying Religious Coping and Hopelessness: Role of Meaning in Life and Affectivity. *Pastoral Psychol* (2024). <https://doi.org/10.1007/s11089-024-01181-4>
- Vygotsky, Lev Semenovič - Cole, Michael. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, Mass.: Harvard Univ. Press, Nachdr., 1981.
- Yalçın, Betül, ve Zeynep Şimşir Gökalep. "Eğitim Fakültesi Mezunlarında Umut ve Yaşamda Anlam Arasındaki İlişki: Azmin Aracı Rolü." *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi/Journal of Higher Education and Science* 14, no. 1 (2024): 55–65. Erişim: <https://dergipark.org.tr/en/pub/higheredusci/issue/84450/1302467>.
- Yılmaz, Sema. “Umre İbadetinin Hayatın Anlamı Ve Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 22/1 (June2018), 543-570. <https://doi.org/10.18505/cuid.417623>.