



Ondokuzmayıs Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

DİNDARLIK VE MUTLULUK İLİŞKİSİ (İLK YETİŞKİNLİK DÖNEMİ)

Hazırlayan:
Rüveyda Efdal AYDEMİR

Danışman:
Doç. Dr. Ali Rıza AYDIN

Yüksek Lisans Tezi

Samsun, 2008

Ondokuzmayıs Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

**DİNDARLIK VE MUTLULUK İLİŞKİSİ
(İLK YETİŞKİNLİK DÖNEMİ)**

Hazırlayan:
Rüveyda Efdal AYDEMİR

Danışman:
Doç. Dr. Ali Rıza AYDIN

Yüksek Lisans Tezi

Samsun, 2008

KABUL VE ONAY

Rüveyda Efdal AYDEMİR tarafından hazırlanan “Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi (İlk Yetişkinlik Dönemi) ” başlıklı bu çalışma, __ / __ / __ tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından _____ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: _____

Üye : _____

Üye : _____

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

__ / __ / __

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya, kullandığım başka yazarlara ait her özgün fikre kaynak gösterdiğimi bildiririm.

__ / __ / __

İmza

Rüveyda Efdal AYDEMİR

ÖNSÖZ

Din, insan yaşamında daima önemini korumuş bir olgudur. İnsanın karşılaştığı birtakım problemlerde kendisinden üstün bir varlığa yönelerek sığınması, kişinin güven ve huzur içinde olma isteğiyle yakından ilişkilidir. Öte yandan mutlu olmak, bireylerin elde etmek istedikleri bir ruh hâli olup kişinin eylemlerine yön veren önemli bir amaçtır.

İlk yetişkinlik dönemi, kişinin hayatıyla ilgili birtakım kararlar alabilecek olgunluğa erişmiş olmasıyla birlikte dinî yaşam açısından da tutarlı davrandığı bir evredir.

Bu araştırmanın amacı, ilk yetişkinlik döneminde bireyin mutluluğunda dinin bir etkisinin olup olmadığını ortaya koymak, dindarlık ve mutluluk arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Çalışmanın, konuyla ilgili yapılacak olan diğer araştırmalar için faydalı olmasını temenni ediyoruz.

Bu araştırmanın plânlanıp hazırlanmasında her zaman bana yardımcı olan ve yapıcı eleştirileri ile yol gösteren danışman hocam Doç. Dr. Ali Rıza AYDIN'a, araştırma sonuçlarının değerlendirilmesinde yardımını esirgemeyen Prof. Dr. Mevlüt KAYA'ya, yabancı kaynaklardan yararlanmada kendisinden faydalandığım Prof. Dr. Mustafa KÖYLÜ'ye, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalındaki diğer tüm hocalarıma, bana daima destek veren aileme ve ankete katılanlara teşekkürlerimi sunarım.

Rüveyda Efdal AYDEMİR

ÖZ

[AYDEMİR, Rüveyda Efdal]. *[Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi (İlk Yetişkinlik Dönemi)]*, [Yüksek Lisans Tezi], Samsun, [2008].

Bu araştırmanın amacı, ilk yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin dindarlık ve mutluluk düzeylerinin bazı bağımsız değişkenler açısından incelemek ve aralarındaki ilişkiyi açıklamaktır.

Araştırma, 2007 yılında Samsun İlinin Bafra İlçesinde, 20-35 yaş grubunda bulunan ve tesadüfî olarak seçilen 254 yetişkin üzerinde yapılmıştır. Araştırmada bireylerin dindarlık ve mutluluk düzeyleri üzerinde etkili olduğu düşünülen cinsiyet, yaş, medenî durum, meslek grubu, gelir seviyesi, öğrenim durumu ve yerleşim yeri olmak üzere yedi bağımsız değişken ele alınmıştır. Araştırmada bağımlı değişkenleri oluşturan bireylerin dindarlık ve mutluluk düzeylerini ölçmek için düzenlenen “Dindarlık Envanteri” ve “Mutluluk Envanteri” ile “Kişisel Bilgi Anketi” kullanılmıştır.

Araştırma dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmanın amacı, problem ve alt problemler, hipotezler, temel kavramlar ve ilgili çalışmalar; ikinci bölümde yetişkinlerin fiziksel, psikolojik, sosyal, dinî, ahlâkî özellikleri ile dindarlık ve mutluluk ilişkisi; üçüncü bölümde yöntem ve uygulama; dördüncü bölümde bulgular ve yorum kısmı bulunmaktadır. Sonuç kısmında ise, araştırmada elde edilen bulgular ile ilgili genel bir değerlendirme yapılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde SPSS (Statistical Package for Social Sciences) paket programı, hipotezlerin test edilmesinde ise varyans analizi (ANOVA- F testi) kullanılmıştır. Sonuçların önemlilik düzeyinde en çok 0.05 hata payı olarak kabul edilmiştir.

Sonuç olarak, yaş, medenî durum, gelir düzeyi, öğrenim durumu ve yerleşim yerinin dindarlık düzeyini etkilediği ortaya çıkmıştır. Mutluluk düzeyini ise, medenî durum, gelir ve öğrenim düzeyi etkilemiştir. Dindarlığın, mutluluğun artmasında önemli bir etken olduğu görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: İlk Yetişkinlik Dönemi, Din, Dindarlık, Mutluluk, Ruh Sağlığı.

ABSTRACT

[AYDEMİR, Rüveyda Efdal]. *[The Relationships Between Religiosity and Happiness: The Case of the First Adulthood]*, [Master's Thesis], Samsun, [2008].

The main purpose of this study is to examine the levels of religiosity and happiness of the people being the first adulthood in terms of some independent variables and to set forth the relationship between them.

This study was done over 254 adults who were chosen by randomly from age group 20-35 in Bafra, Samsun, in 2007. In the study, seven independent variables that were thought to be effective on the levels of religiosity and happiness of individuals were used. These independent variables were included the following: Sex, age, marital status, occupation, level of income, level of education, and place of living. In order to test the levels of religiosity and happiness of people, three questionnaires were used: These were “the Inventory of Religiosity,” the Inventory of Happiness,” and “Personal Questions.”

The study consists of four chapters: The first chapter includes the aim of the study, the problem and sub-problems of the study, hypothesis, some basic concepts and related studies. The second chapter is related to the physical, psychological, social, religious and moral aspects of adulthood and the relationship between religiosity and happiness. The third chapter is about the method and application of the study. The last and fourth chapter deals with findings and their implications. The conclusion summarizes the findings and gives some advices for the future studies.

In the study, SPSS (Statistical Package for Social Sciences) programme was used for the statistical analysis. In addition, in order to test hypothesis, a multifactor analysis of variance was used. For the level of significance of the results, as an error rate at the most level, 0.05 error rate was accepted.

It was found that while some independent variables such as age, marital status, and level of income, education and living place affected on the levels of religiosity of people, marital status, levels of income and education affected on the levels of happiness. It was seen that religiosity was an important factor in the increase of the happiness.

Key Words: First adulthood, Religion, Religiosity, Happiness, Mental health.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZ.....	ii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar DİZİNİ.....	ix
KISALTMALAR.....	xi

BÖLÜM 1 GİRİŞ.....1

A. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	1
B. Problem, Alt Problemler ve Hipotezler.....	2
C. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
D. Temel Kavramlar.....	5
E. İlgili Yayın ve Araştırmalar.....	7

BÖLÜM 2 KURAMSAL AÇIKLAMALAR.....11

A. İLK YETİŞKİNLİK DÖNEMİ.....	11
1. Fiziksel Özellikler.....	11
2. Psikolojik Özellikler.....	12
3. Sosyal Özellikler.....	13
4. Dinî ve Ahlâkî Özellikler.....	14
B. DİNDARLIK ve MUTLULUK İLİŞKİSİ.....	16

BÖLÜM 3 ARAŞTIRMADA YÖNTEM ve UYGULAMA.....34

A. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	34
B. Araştırmada Bilgi Toplama Araçları.....	34
1. Kişisel Bilgi Anketi.....	35
2. Dindarlık Envanteri.....	35
2.1 Dindarlık Envanterinin Geçerliliği.....	36
2.2 Dindarlık Envanterinin Güvenirliği.....	38
3. Mutluluk Envanteri.....	39
3.1 Mutluluk Envanterinin Geçerliliği.....	39
3.2 Mutluluk Envanterinin Güvenirliği.....	41
C. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	41

BÖLÜM 4 BULGULAR ve YORUM.....42

A. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERLE İLGİLİ	
GENEL BİLGİLER.....	42
1. Cinsiyet Durumu.....	42
2. Yaş Durumu.....	43
3. Medenî Durumu.....	43
4. Meslek Durumu.....	44
5. Gelir Düzeyi.....	44
6. Öğrenim Düzeyi.....	45
7. Yerleşim Yeri.....	46
B. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERİN DİNDARLIK	
DÜZEYLERİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	46
1. Cinsiyete Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	46
2. Yaşa Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	47
3. Medenî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	48
4. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	50
5. Gelir Seviyesine Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	51
6. Öğrenim Seviyesine Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	52
7. Yerleşim Yeri Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri.....	53
C. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERİN MUTLULUK	
DÜZEYLERİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	54
1. Cinsiyete Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	54
2. Yaşa Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	55
3. Medenî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	56
4. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	57
5. Gelir Seviyesine Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	58
6. Öğrenim Seviyesine Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	59
7. Yerleşim Yeri Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri.....	60
D. BİREYLERİN DİNDARLIK ve MUTLULUK PUAN ORTALAMALARININ	
KARŞILAŞTIRILMASI.....	61
 SONUÇ.....	 64
KAYNAKÇA.....	66

EKLER.....	77
EK 1: Kişisel Bilgi Anketi.....	77
EK 2: Dindarlık Envanteri.....	79
EK 3: Mutluluk Envanteri.....	81
EK 4: Özgeçmiş.....	83

TABLOLAR DİZİNİ

TABLÖLAR

Tablo: 1. Cinsiyete Göre Bireylerin Dağılımları.....	42
Tablo: 2. Yaş'a Göre Bireylerin Dağılımları.....	43
Tablo: 3. Medenî Duruma Göre Bireylerin Dağılımları.....	43
Tablo: 4. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Dağılımları.....	44
Tablo: 5. Gelir Düzeyine Göre Bireylerin Dağılımları.....	44
Tablo: 6. Öğrenim Düzeyine Göre Bireylerin Dağılımları.....	45

Tablo: 7. Yerleşim Yeri Göre Bireylerin Dağılımları.....	46
Tablo: 8. Cinsiyete Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi...46	
Tablo: 9. Yaş Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi.....47	
Tablo: 10. Medenî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	48
Tablo: 11. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	50
Tablo: 12. Gelir Düzeyine Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	51
Tablo: 13. Öğrenim Düzeyine Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	52
Tablo: 14. Yerleşim Yeri Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	53
Tablo: 15. Cinsiyete Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	54
Tablo: 16. Yaş Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	55
Tablo: 17. Medenî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	56
Tablo: 18. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	57
Tablo: 19. Gelir Düzeyine Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	58
Tablo: 20. Öğrenim Düzeyin Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	59
Tablo: 21. Yerleşim Yeri Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi.....	60
Tablo: 22. Dindarlık ve Mutluluk Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.....	61

KISALTMALAR

C.	: Cilt
Çev.	: Çeviren
Der.	: Derleyen
M.Ü.İ.F.V	: Marmara Üniversitesi İlâhiyât Fakültesi Vakfı
pp.	: Page
Pub.	: Publish

s.	: Sayfa
S.	: Sayı
ss.	: Sayfa aralığı
Sad.	: Sadeleştiren
TDK	: Türk Dil Kurumu
TDV	: Türk Diyanet Vakfı
v.d.	: ve diğerleri
Vol.	: Volume

BÖLÜM 1 GİRİŞ

A. Araştırmanın Amacı ve Önemi

İnsan varlıklar âleminde özel bir yere sahiptir. Yaşadığı dünyayı ve varlığını anlamlandırmak da yalnızca insana özgüdür. İnsanın yaşamını anlamlı kılma çabası beraberinde inanma ihtiyacını da ortaya çıkarmıştır. Yani insan, anlamsız yaşayamadığı gibi (Adler 1998: 7) inanma gereksinimini de karşılamak zorundadır. İşte bu noktada din, fertler ve toplumlar için yol gösterici olmuş, hatta denebilir ki, tarihte dinsiz yaşayan bir topluma rastlanmamıştır (Pazarlı 1968: 37).

Mutluluk ise, kişinin ruhen huzur ve sükûnet içinde olduğu bir duygu durumudur. İnsan tabiatı gereği kendisine elem ve acı veren şeylerden kaçınmaya, kendisini huzura ulaştıracak olanı yakalamaya çalışır (Necati 2000: 29). İnsanın en belirgin özelliği, bir anlam arayışı içinde olmasıdır. Bu anlam arayışı, aynı zamanda mutluluğun da en temel kaynağıdır (Prager 1998: 125).

İnsan yaşamı boyunca gelişmekte ve bu zaman içerisinde farklı özellikler göstermektedir. İnsanın doğumundan ölümüne kadar belli dönemler süresince ön plâna çıkan özellikleri gelişim dönemleri olarak kabul edilmektedir. Gelişim dönemleri arasında kesin bir ayrım olmamakla beraber, bu evreler konusunda bugün bile herkes tarafından benimsenmiş bir görüş yoktur (Köylü 2000: 36). Bu farklılık tarihsel olaylar, değişik sosyo-ekonomik sınıfların, ulusların, kültürlerin koşulları ve kişilik farklılıklarından kaynaklanmaktadır (Onur 2006: 102).

Araştırmamızda inceleyeceğimiz bireyler ilk yetişkinlik döneminde olup, 20-35 yaş grubunu oluşturmaktadır. Yetişkinlik döneminde kişi, fiziksel ve psikolojik açıdan olgunlaşmış sayılır (Onur 2006: 56). İlk yetişkinlik evresi, kişinin hayatında önemli tercihler yapmaya, onları anlamlandırmaya ve bu çerçevede bir yaşam tarzı kurmaya çalıştığı bir dönem (Onur 2006: 80) olarak dinî yaşam açısından da önemli bir evredir. Bu dönemde birey, çocukluk ve ergenlikten farklı

olarak kendi inancını oluşturmuş, (Köylü 2000: 139) dini yaşama konusunda kendisine bir yön belirlemiştir.

Bu açıklamalar doğrultusunda araştırmamızın amacı, dinin ve mutlu olmanın insan yaşamında önemli bir yere sahip olması, dinin insana sunduğu yaşam tarzı, dünya görüşü ile bireyin mutluluğunu hedeflemesinden hareketle ilk yetişkinlik döneminde dindarlık ve mutluluk arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

B. Problem ve Alt Problemler

Araştırmamızın temel problemi ilk yetişkinlik dönemi bireylerinin dindarlık ve mutluluk durumlarının bazı sosyo-ekonomik değişkenler göz önüne alınarak ortaya konulması ve aralarındaki ilişkinin tespit edilmesidir. Temel probleme bağlı olarak belirlenen alt problemler ise şunlardır:

1. Cinsiyet faktörüne göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?
2. Yaş faktörüne göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?
3. Medenî duruma göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?
4. Meslek grubuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?
5. Gelir durumuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?
6. Öğrenim durumuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

7. Yaşamlarını en uzun geçirdikleri yerleşim yerine göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

8. Cinsiyet faktörüne göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

9. Yaş faktörüne göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

10. Medenî duruma göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

11. Meslek grubuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

12. Gelir durumuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

13. Öğrenim durumuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

14. Yaşamlarını en uzun geçirdikleri yerleşim yerine göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark var mıdır?

Hipotezler

1. Cinsiyet faktörü açısından bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.

2. İleri yaşlarda olan bireylerin dindarlık düzeyleri, alt yaşlarda olan bireylerin dindarlık düzeylerine göre daha yüksektir.

3. Medenî duruma göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
4. Meslek grubuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
5. Gelir durumuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
6. Öğrenim durumu yüksek olan bireylerin dindarlık düzeyleri daha düşüktür.
7. Yaşamlarını büyük ölçüde köy ve kasabada geçiren bireylerin dindarlık düzeyleri, şehirde yaşayan bireylere göre daha yüksektir.
8. Cinsiyet faktörü açısından bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
9. Yaş faktörü açısından bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
10. Medenî duruma göre evli olan bireylerin mutluluk düzeyleri diğerlerine göre daha yüksektir.
11. Meslek grubuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
12. Gelir durumuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.
13. Öğrenim durumuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.

14. Yaşamlarını en uzun geçirdikleri yerleşim yerine göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.

C. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma 2007 yılında Bafra ilçe merkezinde bulunan yetişkinleri kapsamaktadır.
2. Araştırma, 20-35 yaş grubunda bulunan 254 bireye uygulanan anket sonuçlarını içermektedir.
3. Araştırmada bağımlı değişkenle ilgili olduğu düşünülen yedi bağımsız değişken incelenmiştir.
4. Bu araştırmada elde edilen bulgular, araştırmanın yapıldığı dönemle sınırlıdır.

D. Temel Kavramlar

Din : Din kelimesi, Latince “religare” kökünden gelmekte olup Tanrı’ya saygı ve korku ile birlikte bir bağlılığı ifade eder (Adıvar 1980: 13-14). Arap dili üzerinde çalışan lügatçiler ise, din kelimesinin içerdiği manaları göstermek için nazım veya nesir şeklindeki çeşitli ifadelerle yer vermektedirler. Lisânü’l-Arab sözlüğünde din kelimesinin hüküm veren, borç, ceza, mükâfat, hesap, taat, âdet, ibadet gibi anlamlara geldiği açıklanmıştır (Lisânü’l-Arab: 1043-1045).

İnsanoğlu dili öğrenmeye başladığı günden beri tanımlama süreci ile iç içedir. Bu anlamda karşılaşılan en büyük problem dinin tanımı konusunda yaşanmıştır. Dinin tanımında yaşanan bu zorluk, din olgusunun çok yönlü ve kompleks bir yapı içermesinden kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla, tek yönlü bakarak tam anlamıyla doğru bir din tanımı mümkün olmamaktadır (Yaparel 1987a: 404-405). Ancak bütün dinleri içerebilecek bir din tanımı, din kavramının sınırlarının kesin olarak belirlenmesiyle mümkün olabilir (Tümer 1986: 226).

Bütün bu zorluklara karşın yapılan din tanımlarından bazıları şu şekilde ifade edilebilir:

el-İsfehânî'ye göre din, “Allah’a kulluk, ilâhî kanuna kendini teslim etmedir.” (İsfehânî 1986: 253).

Yazır ise dini şöyle tarif eder: “Akıl sahiplerini kendi güzel arzuları ile bizzat iyilikleri yapmaya sevk eden bir ilâhî nizamdır.” (Yazır 1992: 92-93).

James’a göre din, “İnsanların ilâhî olarak inandıkları varlıklarla, huzurunda bulunduklarını düşündükleri sürece tek başına edindikleri tecrübeler, faaliyetler ve duygulardır.” (James 1936: 31-32).

Pratt ise dini şöyle tanımlar: “Fert veya toplumların kendi mukadderatları ve menfaatleri üzerinde mutlak kontrole sahip olduğunu düşündükleri güçlülere karşı takındıkları ciddî ve sosyal bir tavidir.” (Pratt 1948: 2).

Dindarlık: Dinin tanımında ortaya çıkan belirsizlik ve çeşitlilik dindarlık kavramı için de geçerlidir. Tanımlamadaki bu zorluk dindarlığın, dinselliğin öznel dünyasında kullanılan göreceli bir kavram olmasından kaynaklanmaktadır (Subaşı 2002: 19).

Doğan, dindarlık kavramını “Dinin yapılmasını emrettiklerini yapma, yasaklarından kaçınma hâli” (Doğan 1990: 262) olarak tarif eder.

Holm ise, dindarlığı kendisini dinî düşünme ve kanaatler, dinî tutum ve davranışlar ile dinî tecrübeler olmak üzere üç boyutta gösteren dinsel yaşamın bireyde ortaya çıkan yönü olarak tanımlar (Holm 2004: 24).

Mutluluk: Türk Dil Kurumu sözlüğünde mutluluk kelimesi “Bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, ongunluk, kıt, saadet, bahtiyarlık” (TDK 2005: 1425) şeklinde tanımlanır.

Arapça ‘saide’ kökünden türetilen saadet kelimesi, mutlu ve uğurlu olmak gibi anlamlara gelir. Mutluluk, hayra nail olma, bahtiyar ve mesut olma, insanın haz duyacağı bir durum içinde olma olarak da değerlendirilebilir. Yıldız’a göre mutluluk, ilâhî yardımla gerçekleşen huzurlu bir ruh hâlini ifade eder (Yıldız 1997: 1-4).

Cevizci ise mutluluğu şöyle tarif eder: “İnsanın kendi potansiyel güçlerini gerçekleştirmesinin, ödevlerini yapmasının, erdemli oluşunun, doğa yasalarına uygun yaşamasının, kendi yazgısını özgürce belirlemesinin sonucu olan yetkinlik hâlidir.” (Cevizci 2002: 733).

Akarsu, mutluluğu “Genellikle insanların kendilerine en yüksek erek olarak ortaya koydukları değer, istek ve eğilimlerin tam bir uyum ve doyumluğu” (Akarsu 1998: 129) olarak ifade eder.

E. İlgili Yayın ve Araştırmalar

Ülkemizde din ve dinin insan yaşamına etkisi üzerinde araştırmalar yapılmış olup bize yol gösterebilecek çalışmalar şunlardır:

a) Ülkemizde Yapılan Çalışmalar

Bahadır (1999), “Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din” adlı çalışmada Selçuk Üniversitesine bağlı tüm fakülte ve yüksekokullarda bulunan 634 kişiyi incelemiştir. Araştırmaya göre yüksek dindarlık düzeyinde bulunanlar aynı zamanda yüksek anlamlılık düzeyinde bulunanlardır. Buna göre, psiko-sosyal motivasyon faktörleri ile dindarlık arasında ve dindarlık düzeyi ile hayatla mücadele arasında olumlu ilişki tespit edilmiştir.

Ünal (1998), “Dinî İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi” isimli çalışmada Dokuz Eylül ve Ege Üniversitesi öğrencilerinden oluşan 406 kişiyi incelemiştir. Buna göre, İlâhiyat Fakültesi öğrencilerinin dindarlık seviyesi daha yüksek bulunmuştur. Araştırma sonucuna göre dindarlık ve umut arasında pozitif

bir ilişki tespit edilmiş, bağımsız değişkenler içinde dindarlığın tek başına umut üzerinde etkili olduğu görülmüştür.

Yaparel (1987b), “Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma” adlı çalışmasında Ankara İlâhiyat Fakültesi öğrencileri ve mezunlarından seçilmiş 120 erkek öğrenci üzerinde araştırma yapmıştır. Araştırma sonucuna göre, 23-28 yaş grubunda depresyon ile ibadete katılma arasında ve 17-22 yaş grubunda ise dua ile durumluk kaygı (bireyin içinde bulunduğu stresli durumdan dolayı hissettiği subjektif korku) arasında olumsuz bir ilişki bulunmuştur.

Hayta (1993), “Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler” adlı çalışmasında Bursa İlâhiyat Fakültesi öğrencilerinden oluşan 408 kişi üzerinde yaptığı araştırmaya göre, öğrencilerin dinî pratikleri yerine getirme oranı yüksektir. Ayrıca dinî pratik boyutları olan namaz, oruç, dua ve tövbe ile psiko-sosyal uyum boyutları arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki tespit edilmiştir (2002: 117-147).

Ekşi (2001), “Başa Çıkma , Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma” isimli çalışmasında Marmara Üniversitesinin Eğitim, İlâhiyat ve Mühendislik Fakültelerinde okuyan öğrencileri incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre, olumlu ve olumsuz dinî başa çıkmayı en fazla İlâhiyat Fakültesi öğrencileri kullanıyor olup olumlu dinî başa çıkma ile ruh sağlığı arasında olumlu ilişki gözlemlenmiştir.

Yapıcı (2007), “Ruh Sağlığı ve Din, Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık” adlı araştırmasında Çukurova Üniversitesinde okuyan ve 17-32 yaş grubunda bulunan 634 üniversite öğrencisini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, Allah ile içsel temas kuran, O’na sığınan ve güvenen kişilerin ruh sağlığı daha iyi düzeydedir.

Acaboğa (2007), “Din-Mutluluk İlişkisi” isimli çalışmasında Kahramanmaraş İl Müftülüğüne bağlı Kur’an Kurslarında öğrenim gören 240 kadın üzerinde yaptığı

incelemede, dinin mutluluğun artmasında etkili bir faktör olduğu sonucuna varmıştır.

b) Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Bu konuda pek çok araştırması bulunan Koenig, dinî katılım derecesiyle depresyon arasındaki ilişkiyi araştıran toplam 93 araştırmasından 59’unda dinî ibadetlere katılan kişilerin daha az depresyonel semptomlar gösterdiklerini belirtmektedir. Dinle kaygı arasındaki ilişki ile ilgili toplam 76 çalışma sonuçlarını değerlendiren Koenig, bu çalışmalardan 35’inde dindarlık derecesi yüksek olan kişilerde daha az kaygı ve korku unsuru bulunduğunu, 17’sinde herhangi bir ilişkinin olmadığını, yedisinin karışık ilişkiler içerdiğini, 10 çalışmada ise dindarlık seviyesi yüksek olan kişilerdeki kaygının, dindarlık seviyesi düşük olan kişilere oranla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (2001/2002: 100).

İbadet sıklığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi araştırmak üzere Kanada’da 37 bin kişide yapılan çalışma sonucunda ibadete devam eden bireylerde daha düşük seviyede depresyon, psikiyatrik düzensizlikler bulunmuştur. Yine araştırmaya göre, günlük yaşamın sıkıntılarıyla başa çıkmada, hayatın anlamını bulmada dindarlığın önemli bir yerinin olduğu tespit edilmiştir (Baetz v.d. 2006: 654-657).

Kennedy ve arkadaşları ABD’nin Kuzey Bronx bölgesinde 1,855 yaşlı Katolik, Yahudi ve diğer din mensuplarına ilişkin yapmış oldukları çalışmalarında dindarlık ve depresyon arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonucuna göre tüm dinî gruplarda ibadetlerini yerine getirmeyen kişilerdeki depresyon oranı, ibadetlerini yerine getirenlere oranla iki kat daha yüksektir (1996: 301-308).

Gartner, Larson ve Allen (1991), 200 psikiyatrik çalışma analizinde dinin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisini gösteren sonuçlara ulaşmışlardır (2001: 216).

Birçok sosyal araştırma, dinî cemaat üyelerinin diğer insanlara göre genel olarak hayatlarından daha memnun olduklarını göstermiştir. On dört Avrupa ülkesinden 160 bin kişi üzerinde yapılan anket çalışmasında haftada bir veya daha fazla kiliseye giden grubun (% 85), hiç gitmediğini belirtenlere (% 77) göre daha mutlu oldukları tespit edilmiştir (Hallahmi-Argyle 2000: 453).

Bu araştırmalar ışığında çalışmamızın, bu alana önemli yararlar sağlayacağı ümit edilmektedir.

BÖLÜM 2

A. İLK YETİŞKİNLİK DÖNEMİ

Bireyin zihinsel ve bedensel özelliklerinin gelişme dönemi olan ergenliğin bitiminden, hayatının sonuna kadar geçirdiği zamana yetişkinlik denir (Armaner 1980: 111). Yetişkinlik döneminin ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik ve yaşlılık olmak üzere üç farklı safhası vardır.

Bu bölümde araştırma örneklemini temsil edeceği düşünülen ilk yetişkinlerin fiziksel, psikolojik, sosyal, dinî ve ahlâkî özellikleri incelenmektedir.

1.Fiziksel Özellikler

İlk yetişkinlik yıllarını oluşturan 20-35 yaş grubundaki genç yetişkinler, fiziksel gelişimlerinin doruğundadırlar. Özellikle 20-30 yaşları arasında görme ve kas gücü en üst seviyededir (Onur 2006: 114). Kemik gelişimine bağlı olarak kızlar genelde 18 yaşına kadar uzadıkları halde, erkeklerde yavaş dahi olsa boy uzaması 22 yaşına kadar devam etmektedir (Selçuk 2000: 36). Sinir sistemi, kaslar, kemikler, salgı bezleri, diğer doku ve organlar yetişkinlik çağına girmiş bireyde olgunluğa erişmiştir. Güç ve sağlıkta zirvede olunan bu dönemde enerji fazladır. Bundan ötürü genç insan çok çalışır, az yorulur ve çabuk dinlenir (Kurt 2000: 93).

Genç yetişkinlik yılları yalnızca biyolojik açıdan değil zihinsel kapasite açısından da zirve bir dönemdir (Köylü 2000: 47). Birey fizikî açıdan olduğu gibi zihinsel yönden de bir olgunluğa ulaşmış olup çevresinde olup bitenleri anlamlandırarak bir dünya görüşü kazanmıştır.

Shock, insan bedeninin en verimli çalışma devresini 25-30 yaşları arası göstermekle birlikte 30 yaşından sonra bireysel faaliyetlerde yavaşlama başlar (Cüceloğlu 2004: 364). İlk yetişkinlik döneminde fiziksel gerileme az da olsa kendini göstermektedir. Öte yandan 30 yaşın sonunda kişi, hâlâ biyolojik açıdan en yüksek kapasitelere yakındır (Köylü 2000: 48).

2. Psikolojik Özellikler

İnsanın bebeklikten yetişkinliğe uzanan gelişim sürecinde, kişilik duygusal ve zihinsel yönden sürekli olgunlaşma gösterir (Geçtan 1997: 32). Bu dönemde kişi, kendini psikolojik açıdan yetişkin gibi hisseder ve kazandığı kimliğe uygun bir davranış sergiler. Kendisine bir kimlik kazandırmış olan yetişkin, enerjisini kendinden bekleneni gerçekleştirme uğrunda harcar (Karaca 2000: 215). Bu çaba sıkıntılı ve yoğun olmakla birlikte, yaşamın zorluklarına uyum sağlama ve bu zorluklarla başarılı bir şekilde baş etme yeteneğini de bireye kazandırır (Onur 2006: 104).

Erikson'a göre bu dönemde ön plâna çıkan özellikler kişilik kazanmanın yanı sıra, bağımsızlık, dostluk ve yakın ilişki ihtiyacıdır (Erikson 1987: 595-610). Genç yetişkinin bağımsız olması, her şeyden önce psikolojik bir bağımsızlıktır. Birey, artık ailesine bağımlı olmadan hayatına yön verebilir ve kendi kararlarını uygulayabilir. Diğer yandan dostluk, sevgi ve cinsiyet ilişkileri çerçevesinde evlilik kişi için önem taşır. Meslek, arkadaş ve eş seçiminde başarısız olan bireyler kendilerini yalnız hissederler (Selçuk 2000: 65).

Yakın ilişkiler kurma ihtiyacının ortaya çıktığı 20'li yaşların sonunda ve 30'lu yaşların başında kişi, kendisinin ve hayatının genel bir değerlendirmesini yapar. Önceki amaçları ile kendi durumu arasındaki uçurumu keşfeder ve daha aزیyla tatmin olmayı öğrenir (Allport 2004: 111). 30-35 yaşlarında kişide görülen olgunluk, bilgi ve tecrübenin artmasıyla meydana gelen psikolojik bir olgunluktur (Şentürk 1997: 117).

Öte yandan ilk yetişkinlik dönemi, kişinin yeteneklerini ortaya çıkardığı ve üretken olarak kullandığı bir dönemdir (Cüceloğlu 2004: 366). Yaratıcı ve üretici olma ve bunlara sevgiyle bağlılık gösterme gerçekleşmezse, kişi durağanlaşır ve verimsiz olur (Aytaç 2000: 52).

Bireyin bu dönemde psikolojik olarak tatmin olması, doğru bir arkadaş, meslek ve eş seçimiyle birlikte, üretkenliğini ortaya koyarak yaşam tarzını oluşturmaya bağlıdır.

3. Sosyal Özellikler

Yetişkinlik, kişinin kendisini psikolojik olarak hazır hissetmesiyle ilgili olmakla birlikte aynı zamanda toplumsal bir olgudur. Toplumun değişik kesimleri için farklılık gösterse de genelde yetişkinliğin başlangıcı öğrenim yaşamını bitirme, işe girme ve evlenme olarak kabul edilmektedir (Onur 2006: 56). Yaşam döngüsünün doruk yılları olan 20'li ve 30'lu yıllar, toplumda saygın bir yer edinme, iş, ev, yaratıcılık ve hedefler konusunda zengin bir doyuma ulaşma zamanıdır (Onur 2006: 76).

Genç yetişkin, çocukluk ve ergenlik dönemlerinden farklı olarak bağımsız bir kişi olmasına rağmen, kendi içinden gelen gerçek hislerini terk etmeye zorlanıp toplumda kabul gören düşünce ve duygulara uygun davranış kalıplarına sokulmak istenir (Fromm 2003a: 112). Birey bu dönemde arkadaşlık, sevgi ve cinsiyet ilişkilerini içinde yaşadığı toplumun koşullarına ve beklentilerine göre düzenlemek zorundadır (Baymur 1972: 59).

İlk yetişkinlik döneminde ortaya çıkan gelişim ödevleri, eş seçme, evlenme, anne-baba olma, çocuk yetiştirme, iş sahibi olma ve sosyal gruba katılmadır (Binbaşıoğlu 1990: 79; Baymur 1972: 66). Yetişkinlik yıllarının başlangıcında birey eğitim sürecini tamamlar. Toplumsal görev ve sorumluluklarının farkındalığıyla bir iş ve aile kurmaya yönelir (Aytaç 2000: 52).

Kişinin hayatında verdiği önemli kararlardan biri de meslek seçimidir. Bu dönemde meslek seçiminde bireysel özellikler, rol modelleri, deneyim ve ilgi etkili olabilmektedir (Onur 2006: 167). Bir iş sahibi olmak, bireyi ekonomik açıdan bağımsız kılar. Diğer yandan çalışmak, toplumsal etkileşim fırsatlarının yaratılmasını, kişinin toplumda statü ve yetki kazanmasını sağlar, bireye önemli olma duygusu verir (Onur 2006: 159).

Evlenmek, anne-baba olmak ve çocuk yetiştirmek 20-35 yaşları arasında bulunan ilk yetişkinin sosyalleşmesi, arkadaş çevresini genişletmesi açısından önemli girişimlerdir. Yetişkin evlenmekle zamanının ve enerjisinin çoğunu ailesine ayırmıştır (Onur 2006: 135). Öte yandan genç yetişkin, bireyleşme çabaları ile toplum normları arasında uzlaşma sağlama gereği eşi, çocukları, işi ve sosyal hayatı arasında dengeyi korumak zorundadır (Geçtan 1997: 160).

4. Dinî ve Ahlâkî Özellikler

İlk yetişkinlik döneminde ortaya çıkan dinî özellikler, kişinin geçmişteki dinî davranışlarını yansıtır. Öyle ki, kişiliğin hiçbir bölgesinde yetişkinlerin dinî tavırları kadar çocukluk izlerinin kolaylıkla bulunabileceği başka bir alan yoktur. Bu durum, bireylerin çocukluk dinlerini, küçüklüklerinin diğer güzel birliktelikleriyle beraber korumaya çalışmasıyla ilgilidir (Allport 2004: 71).

Yetişkinlik çağında kişinin psikolojik durumu, dindarlığını daha belirgin ve tutarlı olarak ortaya koyar (Şentürk 2000: 56). Genç yetişkin, çocukluk ve ergenlik dönemlerine ait olan dinî inançlardan uzaklaşarak kendi dinî inanç anlayışını oluşturmaya başlar. Öyle ki, kendi anne ve babalarının dinî yaşayışlarından memnun olmayıp onları eleştirebilirler (Elias 1986: 101-103). Öte yandan birey, hayatın anlam ve amacını sorgulamaya, kendi yaşamını yeniden gözden geçirmeye başlar. Bu dönem bireyleri, dini, yaşamlarının bir parçası olarak görebildikleri gibi bu anlayıştan tamamen yoksun da olabilirler. Dine olan dönüşte ya da dinî ilgisizlikte kişinin bir yakını kaybetme gibi yaşadığı anî ve önemli olayların etkisi görülebilmektedir (Köylü 2000: 139).

Dönemin başında, din birinci derecede öneme sahip bir ilgi alanı olmaktan uzaklaşmakta, kişilerde dinî ilgi azalabilmektedir (Hökelekli 1993: 282). 20'li yaşlar dinden uzaklaşılan zamanlar olsa da, 20'li yaşlardan sonra birey daha önce isteyerek ve özgürce reddettiği kurumsal dinî formlara tekrar dönmektedir (Allport 2004: 64). 30-35 yaşlarından sonra insanlarda dindarlaşma ve öte dünya inancına inanma eğilimi yaşa bağlı olarak artmaktadır (Argyle 1978: 272-273). Diğer yandan, ilk yetişkinlikte kişinin dine olan ilgisizliği evlenince çocuklarına

iyi örnek olma ve aile kurmanın sorumluluğuyla ilgili olarak dinî terbiye kazandırma düşüncesinden ötürü kaybolur (Armaner 1980: 283).

Öte yandan ahlâk kavramı dinle yakından ilişkilidir. Ahlâk olgusu, insanlık tarihi boyunca zeka, estetik ve dine bağlı olarak var olmaya devam etmiştir (Carrel 2005: 86). Manevî sistemlerin en ilerisi olan dinler aynı zamanda ahlâk sistemleridir. Bu, insanların Tanrı ve başkalarıyla ilişkilerini düzenleyen, neyin iyi, neyin kötü olduğunu belirleyen bir yapıdır (Güngör 1998: 19).

Yetişkinlikteki ahlâk gelişimi, kişiliğin ve karakterin olgunlaşması ile ilgilidir. Çünkü olgun bir kişilik, ahlâkî ilkelerin özümsemişi, bireylerin davranışlarını etkili bir şekilde düzenlemeyi gerektirir (Onur 2006: 175). Karakterin gelişmesiyle ortaya çıkan ahlâkî olgunluk ise vicdana uygun davranma, söz-davranış tutarlılığı, empati kurma, başkalarına karşı hoşgörülü olma, doğru ve yanlış birbirinden ayırma olarak tanımlanabilir (Binbaşoğlu 1990: 202). Bireyin bu ahlâkî gelişime ulaşması daha önce kazanılmış ahlâk yapılarının bütünleşmesi ve yaşamda pratik olarak uygulanması ile elde edilebilir (Onur 2006: 175).

Kohlberg'in ahlâkî gelişim kuramına göre, 20 yaş sonrası evrensel ahlâkî ilkeler dönemidir. Doğruluk, eşitlik, sevgi, saygı, adalet gibi temel ahlâkî kavramlar bütün insanlarda aynıdır. Bu dönemde empati yeteneği de gelişmiş olup (Selçuk 2000: 115) bireyler kendi ahlâkî değerlerini, ilkeleri çerçevesinde tanımlayabilir ve bunları akılcı yollarla oluşturabilirler (Onur 2006: 173). Öte yandan yetişkinler, ahlâkî ilkeleri garanti altına almak için bir Tanrı'nın var olması gerektiğine inanırlar (Allport 2004: 53).

Öyle anlaşıyor ki, alınan sağlıklı ve yeterli bir din eğitimi, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylere, yaşamlarında sağlam bir ahlâkî zemin hazırlamaktadır.

B. DİNDARLIK ve MUTLULUK İLİŞKİSİ

Din tabiatüstü kutsal bir varlık ile ilişkili olan birtakım işaretlerin, duyguların, davranışların ve dilin bütünüdür (Vergote 1999: 15). Duyular ötesi gerçekliğe, her şeyden üstün olarak kabul edilene inanma, bağlanma sonucu ortaya çıkan fikir ve davranışlar (Holm 2004: 12) dinsel yaşamı tanımlar. Öte yandan insanın içten bağlılık hissettiği bu yüce varlığa duyduğu saygı ve sevgi onun davranışlarını da düzenler. Din, bu anlamda bireylerin kendilerini adayabilecekleri bir hedef sunan, onlara bir davranış biçimi veren sistemdir (Fromm 2003b: 45).

Dinî hayat da kutsal bir varlığa duyulan hayranlık ve insanın tavırlarını biçimlendiren saygı dolu tavır ile ilişkilidir. Dinsel tecrübeler ise, bireysellik yönü ön plânda olan, inanan kişiyi duyular ötesi güçlü bir gerçeklikle bağlantılı kılan, farklı yoğunluklara sahip içsel dinî yaşantılardır (Holm 2004: 24). Diğer yandan dinî tecrübe mükemmelliğin hissedilmesi, yücelmiş duygular içerisinde yaşamın ve insan varlığının özünün kavranması, evrenle bireyin bir oluşunun farkına varılması gibi deneylerle süslüdür (Holm 2004: 43).

Psikolojik açıdan bakıldığında ise, dinin bireysel ve içsel yaşanması şeklinde tanımlanabilecek dindarlığın (Yapıcı 2007: 22) iki ana temele dayandığı söylenebilir. Din bir taraftan bilgi sahibi olma, düşünme, anlamlandırma gibi etkinliklerin ağırlıkta olduğu bilişsel süreçlere; diğer yandan bağlanma, teslim olma, ümitlenme gibi etkinliklerin ön plâna çıktığı duygusal süreçlere dayanmaktadır (Kayıklık 2006: 495).

Din duygusu gibi dindarlık da insanların doğasında var olan bir durum olarak kabul edilebilir. Kişiler arasında belirgin olarak bulunan özellikleri ölçebilmek için araştırma yapan psikologlar, bireyleri ekonomik, sosyal, politik açıdan olduğu gibi dindarlık bakımından da değişik eğilimler içinde görmüşlerdir. Kişiden kişiye farklılık gösterse de dindarlık eğilimi, bireylerde temel özelliklerden biri olarak kabul edilmiştir (Armaner 1980: 72).

Bununla birlikte din duygusu, insanın yüce bir varlık karşısında hissettiği duygu yüklü hislerdir. Dinsel gerçekliğin içinde ortaya çıkan dindarlık kavramında, Tanrı'nın varlığına inanma ve O'na gönülden bağlılık duyma vardır. Dindar insanın belli bir Tanrı tasavvuruna sahip olması, duygular vasıtasıyla günlük yaşamın dışında ve ötesinde görülmez bir gerçekliği kavramasıyla ilgilidir (Vergote 1999: 116).

Dinsel bir tutum ve davranışı benimseyen birey onu kendine özgü gerekçelerle tatbik eder. Bireyin o dinî davranışı benimsemesi, onun kendi özel hayatı içinde önemli olan unsurlarla uygunluk taşıması nedeniyledir (Allport 2004: 45). Kişinin dinî eğiliminde kendi yaşamını anlamlı ve değerli kılan bir yöneliş vardır. Öte yandan bazı insanlarda dinî yöneliş ve bilinç, hayatın yalnızca kritik dönemlerinde, isteklerin yoğun olduğu zamanlardadır. Yani sadece kriz dönemlerinde dindar olan insanlar vardır (Allport 2004: 30).

Dindarlık kendisini söz, düşünce, tutum ve davranışlar olarak göstermekle birlikte insanın gerçek inançlarını daha açık bir şekilde ortaya koyan onun eylemleridir (Clark 2004: 65). İnanç ve kanaatler, gözlenebilen gerçekliği içinde bireyin davranışlarına yansımaktadır. Diğer yandan kişi, dinî davranışlarında kendisiyle tutarlıdır (Allport 2004: 20). Eylemsel düzeyde bakıldığında ibadetlerini eksiksiz olarak yerine getirenler dindar olarak düşünülebilir. Ancak dinsel yaşantı kişinin söz, düşünce ve ahlâkî düzeyde de dine uygun olmasını gerektirir. Yani kişi, insanlar için kötü düşünmemeli, dürüst olmalı ve güzel ahlâka yönelik davranışlar sergilemelidir. Bununla birlikte ibadetini yaptığı halde ticaret ahlâkı olmayan birinin mi, yoksa ibadeti olmayıp yardımsever, güvenilir birinin mi daha dindar olduğu (Köylü 2000: 96) ise tartışmaya açık bir durumdur.

Allport, olgunlaşmakta olan bireyde yavaş yavaş gelişen dindarlığı olgunlaşmamış ve olgunlaşmış dindarlık olarak ele alır. Olgunlaşmış dinî yaşantı için bazı kriterler ortaya koyar. Bu kriterlere göre, dinî his zengin bir yapı içerip eleştirel olarak kendisine ulaşılmıştır. Olgunlaşmış dinî hayatın bizzat kendisi bir motivasyon faktörü olup hayata hâkim bir tavır içindedir. Diğer yandan bu yaşam

biçiminde bir dindarlık, ahlâkî açıdan tutarlı olmayı gerektirdiği gibi bireye bütüncül ve başkalarıyla uyumlu bir hayat felsefesi sunar (Allport 2004: 76-92). Öte yandan, Allport bu tanımlamalar yerine sonradan iç güdümlü-dış güdümlü dindarlıktan bahseder. Bu kavramları ön yargılar ve dinî yönelimle ilgili yaptığı bir araştırmayla birlikte benimser. Allport'a göre, kendilerini güvende hissetmeyen kişiler, içselleştirilmemiş bir din şekliyle teselli bulmak isterler. Dış güdümlü bir insan tipi için din, korkuyu hafifletir ve böylece araç haline gelir. Buna karşın iç güdümlü dindar, inancını içselleştirmek ister ve dinini zevkle yaşar. Böyle dindarlarda din, kişinin diğer ihtiyaçları üzerinde temel güdü olma özelliğini kazanarak amaç haline gelir (Holm 2004: 115-116).

Dindar insanlar, kendilerinin dindar olduklarını düşünmezler; çünkü kendilerini dindar olmaktan başka bir durumda düşünmezler (Idinopulos 1999: 162). Dinin onlar için taşıdığı önemi sözlerinde de sıklıkla dile getirirler. Dindar bireyler için dinin olmaması demek, varlıklarının dayandığı temelin büyük bir bölümünün yok olması anlamına gelir (Allport 2004: 41).

Öte yandan, insanın yaşamını anlamlandırma çabası, hayatında temel bir güdüdür. Bu anlam, yalnızca kişinin kendi gayreti ile keşfedilebilir. Fransa'da yapılan bir araştırmaya göre, insanların %89'u insanın kendini adayacağı ve uğruna yaşayabileceği bir şeye ihtiyaç duyduğunu kabul etmişlerdir (Frankl 1998: 95). Öyle ki, insanın bu dünyada varoluş sebebiyle ilgili birtakım sorularına cevap verebilen din, insana hayata farklı bir pencereden bakmayı sağlayacak bakış açısı kazandırır. Bu anlamda dinin en belirgin özelliği, tabiatüstü bir kuvvetin varlığını kabul ederek ve onunla kurulacak ilişkinin yollarını göstererek bireye, hayatın manasını sunmaktır (Güngör 1982: 212).

İnanma ihtiyacı olarak ortaya çıkan din olgusu, insanoğlu ile ilgili mânevî olguların en başta gelenidir. Belli bir kültüre ulaşıp tarihte yer alan bütün milletlerin mânevî dünyaları bir dinî inançla şekillenmiştir (Tümer 1986: 220). Dinin toplumların da bir parçası konumunda olması, insanlar için zarurî bir ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu ihtiyaç, bireyin yaşadığı dünyayı anlamlı hale

getirme isteğinin yanı sıra kendini güvende hissetmek istemesinden de kaynaklanabilir. Öyle ki, güvenlik arayışı kişinin doğumuyla birlikte başlayan ve hayatı boyunca doyurmak istediği bir gereksinimdir. İnsan kendisinden güçlü bir kudretin varlığına inanarak bu gereksinimini karşılamış olmakta (Alper 2002: 99) ve kontrol altına alamadığı bazı kuvvetlere karşı din aracılığıyla kişisel bir güvenlik mekanizması kurmaktadır (Mardin 2003: 157).

Yüce bir varlığa içtenlikle inanma ve ona bağlanma olarak iman, kişinin yaşamı için gerekli olan tüm motivasyon formlarına etki eden derin bir psikolojik durumdur (Alawneh 2004: 117). Bu manada, imanın, bireyin içsel yaşantısındaki boşluğu dolduracak psikolojik bir gereksinim olduğu ifade edilebilir. Mânevî çerçevede insan, içindeki Tanrı imajını yaşamak (Fordham 2001: 93) ve ruhunun bu yöndeki arzusunu tatmin etmek ister. Diğer yandan, kişi Tanrı'nın varlığını kabul ederek böylesine yüce bir kudretin var olduğunu düşünmeye olan ihtiyacını da ortaya koymuş olmaktadır (Allport 2004: 124).

Hayatı sorgulama ve yaşamda önemi olan değerlere ulaşma arzusu yalnızca insana özgü bir çabadır. Bu çaba, kişinin dünyadaki kendi varlığını da anlamlandırma isteğinden farklı değildir. Öyle ki, Tanrı'ya ve dine inanma insana, açıklanması zor olaylara karşı dünyayı, öte bir şey olarak görmesini sağlayacak entelektüel bir temel oluşturmaktadır (Prager 1998: 24).

Açıkça anlaşıyor ki, insan aklının en yaygın ve eski uğraşlarından biri olarak din (Jung 1998a: 3) bireyin mânevî yaşantısının vazgeçilmezi durumundadır. İnsanların ruhsal yaşamlarını şekillendiren din, insanın, hayatı üzerinde düşünmeye devam ettiği sürece inkâr edilemeyecek bir gerçekliktir; çünkü dinde söz konusu olan, bizzat insanın kendisidir (Chevalier 1986: 90). Öte yandan, insanlığın kişisel dinî duyguları zamanımızda olduğu gibi gelecekte de canlılığını korumaya devam edecektir (Allport 2004: 23).

İnsan yaşamında bir diğer vazgeçilmez olgu olan mutluluk ise, insanoğlu için daima önemini korumuş bir amaç olup, bireylerin yaşamları boyunca yakalamaya

çalıştıkları bir ruh hâlidir. Mutluluğun ne olduğu, bir formülünün olup olmadığı ya da nasıl mutlu olunacağı çok öteden beri insanların kafalarını meşgul eden sorulardır (Sayar 2006: 19). Mutluluğun tüm insanlığın ortak ilgi alanı olmasına karşın, birey ve toplumlara göre değişebilen, göreceli bir kavram olduğu ifade edilebilir. Öyle ki, dünyada yaşayan bütün kişilerin mutlu olmakla ilgili söyleyebilecekleri bir sözünün olması, bu konuda kesin bir formülün ve tanımın olmadığını bize göstermektedir.

Öte yandan, hayatta sürekli devam edebilecek bir mutluluk durumu olmayıp (Sayar 2006: 24) bütünüyle mutlu olan bir kişi de yoktur (Jung 2003: 45). Zaman zaman bireyler mutsuz olsalar da, kendi çabalarıyla iyi bir ruh haline ulaşabilirler. Bu anlamda iyi bir ruh haline sahip olmak, bilinçli olarak istenebilen bir tercih, gayret gösterilerek öğrenilebilecek bir yetidir (Klein 2004: 46). Bu, bir sanatçının enstrüman çalmayı öğrenmesi, bir sporcunun alanında çalışması gibi doğru teknikler kullanılarak geliştirilebilecek bir yeteneğe benzer (Tarhan 2006: 18).

Mutluluğa giden pek çok yol olsa da, mutlu olmanın ilk şartı kişinin kendi yararına ve zararına olan şeyi bilmesidir (Lama-Cutler 2003: 39; Tarhan 2005: 33). Bu, bir anlamda insanın kendini bilmesidir. Kendini bilmeyi öğrenmek insana, kendini sevmeyi, çevreyle ve dünyayla barışık olmayı öğretir (Merter 2006: 147). Bununla birlikte hayata olan bakış açısı, kişiye mutlu olma yönünde önemli kapılar açar. Kişinin sahip olduğu yaşam felsefesi, varoluşla ilgili kaygıları azaltır, hayatta karşılaşılan problemlerin bir mana süzgecinde değerlendirilmesini sağlar.

İnsanoğlu acıdan ve üzüntüden uzaklaşıp mutluluğa ulaşmayı isteyen, kaygıdan kaçınmak amacıyla hayatını yapılandıran bir organizmadır (Arkonaç 1999: 32). İfade edildiği gibi bütünüyle mutlu bir insanın olmaması, herkesin mutsuzluğu yaşadığı bir anının olduğunu bize gösterir. İnsanın başına üzücü birtakım olaylar gelse de, mutsuzluğun ölçüsü, bu olaylara olan bakış açısı ile ilgilidir. Hayatta karşılaşılan problemlerin, insanı ne derece etkileyeceği kişinin bir anlamda iradesine bağlıdır. Diğer yandan, üzüntü veren olaylar, bizde ruhsal sıçrama

yaşatabilecek ve bizim daha üst bilinç düzeylerine geçmemizi sağlayacak enerji şoklamaları olabilir (Saraç 2007: 31). Bununla birlikte üzüntü ve acı dediğimiz durumlar, mutlu geçirilen zamanın değerini daha iyi anlamamızı sağlar.

Mutluluk kişinin sahip olduğu şeylerde değil, yaptıklarındadır. Bu, bireyin geliştirdiği kişilik özellikleriyle birlikte iç enerjisini, doğru iş alışkanlıklarına ve çevresiyle etkili ilişkilere dönüştürebilmesidir (Link 1979: 162). Sürekli olarak sahip olma isteği içinde olmak, insanı daha açgözlü ve tatminsiz bir varlık haline getirir. Almaya alışmış bir insanın ise elde etmenin hırsıyla huzur içinde olması zordur.

Bir öyküye göre, kral bir gezinti esnasında bir dilenciye rastlar ve: “Dile benden, ne dilersen.” der. Dilenci gülerek: “Sanki dileğimi gerçekleştirebilecekmiş gibi soruyorsunuz.” diye yanıtlar. Kral bu söze alınır: “Ben güçlü bir kralım. Ne istersen verebilirim. Yerine getiremeyeceğim hiçbir dileğin olamaz.” der. Bunun üzerine dilenci: “Şu çanağı herhangi bir şeyle doldurabilir misiniz?” diye sorar. Kral kahkaha atar ve vezirine çanağı altınla doldurmasını emreder. Çanak dolup taşmakta fakat anında boşalmaktadır. Kral artık yenik düşer ve dilenciye çanağın neden yapılmış olduğunu itiraf etmesini ister. Dilenci: “Bu çanak, insanın arzu ve isteklerinden yapılmıştır. Yani, doymak bilmez oluşu bundandır.” diye cevap verir.

Öyküden de anlaşılacağı üzere, insanın isteklerinin yerine gelmesi, diğer arzular için kişiyi harekete geçirir. Gerçekleşen istekler ise, daha çok doyumsuzluk yaratır. Fromm, bireyin sahip olmaktan öte ‘olmak’ ilkesine göre hareket etmesi gerektiğini savunur. Bu ilkeye göre mutluluk, benliğin dar sınırlarını aşarak diğer insanlara yönelmek, (Fromm 2003a: 124) paylaşmak ve vermektir (Fromm 2003a: 115). Bu anlamda insanlara iyilik yapmak, kişinin bencillikten kurtularak paylaşmayı öğrenmesini sağlar, insanlar arasında olumlu bir enerji oluşturur. Öyle ki, Amerikan üniversitelerinde verilen mutluluk derslerinde iyilik yapmak, ödev olarak öğrencilere verilmektedir. Bu öğrenciler, öncelikle kendilerini mutlu eden herhangi bir şey yapmakta, ödevin diğer kısmında kan bağışında bulunmak, ihtiyaç sahibi bir insanı doyurmak ya da ona bahşış vermek gibi karşılıksız iyilikte

bulunmaktalar. Öğrenciler bu ödevle, mutlu olmanın, başkalarını mutlu etmekten geçtiğini yaşayarak tecrübe etmiş olmaktadır (Zaman 2007: 2).

Mutlu olmak, yaşanan anın önemini fark etme hissiyle yakından ilişkilidir. Bu farkındalık, en olumsuz koşullarda bile kişinin yaşama sevinci duymasına neden olur. Yaşadığımız zamanın bir daha geri gelmeyecek oluşunun bilinci, bizi, anı en iyi şekilde geçirmeye yöneltir ve yaşamdan tat almamızı sağlar. Öte yandan iyimser bir bakış açısına sahip olmak, stres verici durumlara karşı dayanma gücünü belirgin bir şekilde artırır (Tarhan 2005: 109). Bununla birlikte hayata olumlu bakarak bardağın dolu tarafını görmek gerekir. Olumlu düşünce, insana elde edemediklerine üzülme yerine sahip olduklarını düşündürerek (Carlson 2004: 151) içimizde iyi hislerin uyanmasına yardımcı olur.

Kendini mutlu hissetmek, iç huzura sahip olmakla birlikte, dış koşullarla çok fazla ilgili değildir. MTV Networks International'ın yaptığı bir araştırmaya göre, az gelişmiş bir ülkede yaşıyor olmalarına karşın Hintliler en mesut insanlar olarak görülmüştür. Gelişmiş bir ülke olan Japonya'da ise, insanların mutsuz olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, az gelişmiş ülkelerin mutlu insanları aynı zamanda dinî inançları da güçlü olan kimselerdir (Zaman 2006: 32). Anlaşılabileceği üzere maddî imkânların iyi olması, insanların daha huzurlu yaşamasına yetmemekte, inanç ve yaşama gücü de etkili olabilmektedir.

Mutlu bir insan bedensel olarak canlı, enerjik gözüktüğü gibi, ruhsal olarak da sevinçli, iyimser, huzurlu, kendisi ve çevresiyle uyumlu özellikler sergiler (Tarhan 2006: 17). Bununla birlikte modern yaşamın, insanları hızlı yaşamaya alıştırmaması, bireylerin fiziksel şikayetlerini artırdığı gibi ruhen de yetersizlik duygusuna neden olmaktadır (Sayar 2007: 48). Modern yaşamın olumsuz etkilerine karşı, sosyal ilişkiler mutluluğu sağlamada önemlidir (Sayar 2007: 76). İnsanlara değer verme, güven duyma ve dostluk ilişkileri, yalnızlık duygusunu giderir, insanlar arasında olumlu hisler oluşturur.

Mutluluğun önündeki bir engel de, insanın kendini başkalarıyla kıyaslamasıdır (Prager 1998: 35). Kişinin, kendinden daha iyi durumda olanlarla bu karşılaştırmayı yapması mutsuzluğa neden olur. Yaşadığımız dünyada herkesin aynı refah seviyesi içinde olmadığı bir gerçekliktir. Bu gerçeklikle birlikte insan daima, kendisinden daha zor durumda bulunanların olduğunu fark etmeli ve sahip olduğu nimetler için şükran duymalıdır. Diğer yandan, insanın istek ve arzularının bir sınırı yoktur. Sahip olduğumuz güzellikleri hissetmeye çalışmak ve kanaatkâr bir tutum sergilemek bize, mutlu olmanın gerekçelerini görmeyi sağlayacak bir farkındalık kazandırır.

Mutluluk, kendini gerçekleştirmeye doğru gidişin getirdiği duygulardır (Maltz-Barker 1995: 96). Birey, uzun ve güzel bir yaşam geçirmek istiyorsa manevî yaşama önem vermeli, iyimser ve güler yüzlü olmalı, üzülmeye alışkanlığını değiştirmeli, (Tarhan 2005: 159) severek yapacağı bir işle meşgul olmalıdır. Mutluluğu sağlayan bu şartlar bir anlamda, insanın olgunlaşmasına yardımcı olan unsurlardır. Kendini gerçekleştirmiş kişiler, aynı zamanda yaşamlarını da anlamlı gören kişilerdir (Cüceloğlu 2004: 206).

Açıkça anlaşıyor ki, mutlu olmak dış koşulların oluşturduğu bir durum olmayıp içsel hoşnutluğu yaşamamızla ilgilidir. İç huzura ulaşmak için sorunlarımıza ve yaşadığımız dünyaya farklı bir bakış açısı ile bakmamızı sağlayan manevî yaşantımızın güçlü olması gerekir.

Bununla birlikte bize mutluluk hissi verecek bir yaşantıyı yakalamak için, maddî ve manevî sağlık son derece önemlidir. Beden sağlığı için vücuttaki organların sağlıklı bir şekilde çalışması gerekiyorsa, ruh sağlığı için de ruh sağlığını oluşturan unsurlar arasında denge ve uyumun olması gerekir (Köylü 2007: 76-77). Fiziksel ihtiyaçların giderilmesi maddî, ruhsal gereksinimlerin karşılanması ise manevî yönden bireyin tatmin olmasını sağlar. İnsanoğlu bu anlamda, yalnızca bedensel istekleri olan bir varlık olmayıp sonsuza doğru gelişme potansiyeli taşıyan, çok katlı ilâhî bir yapının temsilcisidir (Merter 2006: 165).

Bireylerin ruhen sağlıklı olması, toplumsal huzurun sağlanması açısından önemlidir. Öyle ki, tıbbî gelişmeler sonucu, pek çok ağır hastalıklara çare bulunması, ruhsal problemlerin yoğunluk kazanmasını engellememiştir. Depresyon, toplumları içten içe kuşatmıştır (Merter 2006: 402). Yaşadığımız toplumda ruhsal sıkıntıların yaygınlaşması, insanın manevî yönüne verilmesi gereken değeri ön plâna çıkarmıştır.

Ruhen sağlıklı olmakla hasta olmak arasında kesin bir ayırımıda bulunmanın güçlüğü ile bu durumun toplumlara göre değişebileceğini göz önünde bulundurarak ruhî yönden sağlıklı bir bireyin taşıdığı nitelikler olarak şunlar ifade edilebilir:

- Kendisiyle barışık, üretken ve kendini gerçekleştirmiş olmak
- Çevresine karşı içten ve sevgi dolu olmak
- Gerçekleri doğru biçimde algılayabilmek
- Mantıklı hareket edip insanlara güven duymak (Aytaç 2000: 91).

Bununla birlikte, problemlerini gerçekçi bir gözle ve toplumun da isteklerini göz önünde bulundurarak çözebilmek, geleceğe umutla bakmak, (Baymur 1972: 105) yaşadığı çevrede insanlarla uyum içinde olmak da kişinin normal sınırlar içinde olduğunu gösteren özelliklerdir.

Manevî yönden sağlıklı bir bireyin ruhsal ihtiyaçlarının karşılanması gerekir. Bu açıdan insanın en önemli gereksinimlerinden biri anlam merkezli bir hayat yaşamasıdır. Öyle ki, kişinin yaşamında amaç ve hedefler bulabilmesini sağlayan logoterapi, anlam yoluyla hareket eden bir terapidir. Bu anlayışta, insanı eyleme geçiren bütün güdüler, temel güdü olan ‘anlam’ın hedefine ulaşmasında hizmet eder (Bahadır 2000: 472). Logoterapinin yaşamı anlamlandırma düşüncesiyle tedavi edici bir rol üstlenmesi, anlamsız ve amaçsız yaşamın ruhsal sıkıntılara neden olabileceğini akla getirmektedir. İşte bu noktada, psikoterapi yöntemlerinin en gelişmişisi olarak dinler, bireye kazandırdığı hayat felsefesi ile ruhsal tedavi sistemleridir (Jung 1998b: 214).

İnsan doğasında var olan inanma ihtiyacının göstergesi olan din, bireyin mutluluğu yakalamasında ve ruh sağlığını korumada önemli bir işleve sahiptir. Bu işlevi sağlayan en dikkate değer öge, dinin de özünü oluşturan unsur olarak yüce bir varlığa inanmaktır. İnsanın güçsüz ve âciz olduğunu hissettiği zor durumlarda güçlü bir kudrete yönelmesi, Tanrı'nın varlığına duyulan gereksinimi gösterir. Tanrı'ya inandığını ifade eden kişi, O'na karşı tutumuna da anlamlı bir form verir (Vergote 1999: 235). Her şeyden öte, insan bu dünyada yalnız olmadığını bilmekte, kendini güvende hissetmektedir. Bu, çocuğun korktuğu anda annesine sığınmasıyla korku ve kaygılarının azalmasına benzer. Kişi, çaresizlik içinde yüce yaratıcıya yöneldiğinde güvenli bir ruh hâline kavuşur (Tarhan 2005: 141). Diğer yandan, bir Tanrı düşüncesine inanan kişi karşılaştığı zorlukları, Tanrı'nın yarattığı şeyin bir parçası olduğunu bilerek kabullenebilir. O'nun her şeye gücü yettiğine inandığından ve olayların görünmeyen yönlerinin olabileceğini düşündüğünden, (Lama-Cutler 2003: 138) yaşanan olumsuzluklarla daha kolay mücadele edebilir.

Tanrı'ya olan bağlılık, yalnızca zorluklarla karşılaşıldığında güven ihtiyacını tatmin etmek için değil, mutlu zamanlarda şükran duygularının da sunulması içindir. Öte yandan kutsal kabul edilen bir varlığa inanma olarak iman, kişinin yaşamına anlam katar. Bireyin varoluşunu anlamlandırmada ve ona yaşama gücü vermede imanın üzerinde olan bir değer yönelimi yoktur (Clark 2004: 81). İnsanın eylemlerine amaç tayin etmesi, onu birtakım manevî sıkıntılardan kurtarır.

Yaratıcıya inanma ve bir dine bağlı olma duygusu, bedensel birtakım rahatsızlıklarda bile gözle görülebilir iyileşmeler sergilemektedir. Amerika'da alkolikleri tedavi eden Alcoholics Anonymous (AA) adındaki kurumda 12 basamaklı bir program uygulanmakta ve kurumun uyguladığı yöntem, çok sık kullanılan bir müdahale şekli olarak karşımıza çıkmaktadır (Hopson: 533-560). Bu program, manevî geleneklere dayalı olarak devam etmektedir. Hastalara yüce bir varlığın yardımına güvenmeleri telkin edilmekte hatta ateist alkoliklerin bile bu tedaviden faydalandıkları ifade edilmektedir (Clark 1958: 231).

Link, ruhen bunalımda olan hastalarına Tanrı'ya inanmanın iç huzur ve güven vereceğini, bu anlamda dinle kıyaslanabilecek bir şey olmadığını söylemiştir (Link 1979: 69). Kur'an-ı Kerim'de "...Bilin ki, kalpler gerçekten de ancak Allah'ı anarak huzura erişir." (Kur'an: 13/28) ayetiyle bu gerçek dile getirilmiştir. Açıkça anlaşılıyor ki, yüce bir gücün varlığını içtenlikle benimseme bir terapi sayılabileceği gibi, Tanrı düşüncesinin kaybedilmesi, ruhsal rahatsızlıklara neden olabilecektir.

Tarihteki bütün insan toplulukları, karşılaştıkları durumlarda ilk yardım teknikleri, tıbbî bitkiler gibi bilimsel çözümler kullanmışlar ama bununla birlikte dinsel bir yardımı da elde etmeyi istemişlerdir (Allport 2004: 39). Bilim ve teknolojinin ilerlemesine karşın insanların manevî problemlerinin azalmayıp, ilâhî bir yardımı zorunlu kılmıştır. Bu çerçevede Tanrı düşüncesiyle yakından ilişkili olan dua, kişinin yetersizliğini kabul ederek yüce bir varlığa arzularını iletmesidir. Öyle ki, "Eğer kullarım sana benim hakkımda sorular sorarlarsa (bilsinler ki) ben çok yakınım, dua edenin yakarışına her zaman karşılık veririm..." (Kur'an: 2/186) ayetiyle birey, isteklerinin işitildiğini ve bunlara karşılık verileceğini bilir. Bu düşünce ise insanı rahatlatır.

İnsanın dua etmesi ya da ayin yapması Tanrı'nın insana verdiklerine karşı bir tepkidir. Bunun da ötesinde duada büyümlü bir birleşme sağlamak amacı vardır. Bu amaca ulaşmak amacıyla harekete geçen kişi, Tanrı ve biz düşüncesinin verdiği huzuru yaşar (Jung 2002: 260). Diğer yandan birey hiçbir vasıta olmadan yüce yaratıcıyla iletişime geçmekte ve O'nun yakınlığını ruhunda hissetmektedir.

Kutsal güçle dua yoluyla kurulan ilişkide samimiyet önemlidir. İçtenlikle yapılan yakarışların etkileri gözle görülebilir ölçüdedir. Fransa'da Lourdes adlı yerde bulunan sağlık merkezinde, bedensel ve ruhsal rahatsızlıkların şaşırtıcı derecede iyileştiği gözlemlenmektedir. Bu durum ise, hasta insanlar için dua eden insanların varlığına bağlanmaktadır (Peker 2003: 130). İnsanın bir başkası için yaptığı dua, kendisi için yaptığından daha etkili olabildiği gibi ruhen de mutluluk verebilmektedir.

Duanın ruh sağlığını korumadaki bir işlevi de insana güven içinde olduğunu hissettirmesidir. Nasıl ki, çocuk yanında kendisini koruyacak büyüğünün olduğunu bilirse rahatlar, dua da kişiye öyle cesaret verir. İnsanı ümitsizlikten, ruhsal çöküntüden kurtarır. Sağladığı manevî destek ile insanın yaşama gücünü ve enerjisini artırır (Carnegie 1998: 261).

İnsan, günlük yaşamında sık sık zorluklarla karşılaşır. Bu zorluklarla başa çıkabilmek için etkin yöntemler geliştirmeye çalışır (Geçtan 1997: 149). Yaşanan sıkıntılara karşı başa çıkma yollarından biri olarak şu dua örnek verilebilir: “Tanrım, bana değiştiremeyeceğim şeyleri kabul için sükûnet, değiştirebileceğim şeyler için cesaret ve bunu ayırt etmek için akıl ver.” (Carnegie 1998: 261).

Öte yandan kişi, her sıkıntısını insanlarla paylaşamayabilir. Böyle bir durumda birey, başkalarıyla konuşamadığı derdini yüce yaratıcıya dua ederek iletir. Kutsal güçle kurulacak sağlam bir iletişim, manevî huzur açısından önemlidir. Hz. İbrahim’in bir anlamda Tanrı tasvirini yansıtan, “Beni yaratan da bana doğru yolu gösteren de O’dur. Beni yediren de içiren de O’dur ve hasta olduğum zaman beni iyileştiren ve beni öldürecek olan ve sonra diriltecek olan (hep) O’dur. Ve hesap gününde hatalarımı bağışlamasını umduğum kimse de O’dur. Ey Rabbim! Bana (doğruyla eğrinin ne olduğuna) hükmedebilme bilgisi ve yeteneği bağışla, beni dürüst ve erdemli insanlar arasına kat.” (Kur’an: 26/78-83) duası terapi etkisi yapabilecek özelliktedir.

İnsanın manevî gereksinimlerinden biri de, yüce yaratıcıya sevgi, saygı, bağlılık ve şükran duygularını ifade etmek amacıyla yaptığı ibadetlerdir (Şentürk 2000: 133). Dinin unsurlarından olan ibadetler, inancın gereği olarak ortaya çıkan eylemlerdir. Bu dinî faaliyetler, bireye içsel huzur kazandırmada önemli bir işleve sahiptir. Diğer yandan dinsel yaşantı, kutsal güç ile insan arasında bir bağ oluşturup, bu bağ canlı tutar (Aydın 2004: 33). Bu ilişkinin işlevselliği ise ibadetlerin içtenlikle yapılmasına bağlıdır.

Birtakım dinî ritüellerin yerine getirilmesi, insanı ruhsal gerilimden uzaklaştırır. Kişiyi ruh sağlığını bozucu etkenlerden korumakla birlikte manevî rahatsızlıklara karşı tedavi edici bir rol üstlenir. Karşılaşılan zorluklara karşı bireye sağlam bir kişilik kazandırır (Hökelekli 1993: 249; Peker 2003: 119). Özel dinî pratikler olarak ibadetler, sıkıntılı zamanlarda içsel bunalımdan kurtulmayı sağlar. Tam bir teslimiyetle yaratıcıya bağlanan birey, büyük bir ruhsal destek elde eder. Bu dayanakla hayata karşı olumlu bir yaşam felsefesi geliştirir (Hayta 2000: 491).

İbadetler psiko-sosyal uyumu sağlamada ve bireyin mutluluğunda rol oynarlar. On dört Avrupa ülkesinden 160 bin kişiyle yapılan bir anket çalışmasında, haftada bir veya daha fazla süreyle kiliseye gidenlerin gitmeyenlere göre daha mutlu olduğu tespit edilmiştir. Dinî cemaat üyelerinin, yaşamlarından daha memnun olduğu gözlenmiştir (Hallahmi-Argle 2000: 453). Diğer taraftan Hristiyan Batı dünyasında, özellikle İncil okuma, dua, günah çıkarma gibi dinî uygulamalar akıl sağlığı açısından tedavi edici uygulamalar olarak kabul edilmektedir (Holm 2004: 141). Link, tedavi altına aldığı kişilere kiliseye ya da bir dinî kuruma gitmeyi ve dinî faaliyetlere yardımcı olmayı tavsiye etmektedir (Link 1979: 13). Bununla birlikte, New York'ta bulunan sosyal uyum sürecinin on bin kişiye uyguladığı test sonucunda, bir dine inanan ya da bir mezhebin kilisesine devam edenlerin daha sağlam bir kişilik yapısı sergilediği ortaya çıkmıştır (Link 1979: 19-20).

Dinî pratiklerin faydasını özel olarak inceleyecek olursak namaz ibadeti, kutsalla olan ilişki sonucu bireye tutum ve davranışlarında bilinçli olmayı öğretir. Öyle ki, "...Namaz, insanı çirkin fiillerden, akla ve sağduyuya aykırı olan her şeyden alıkoyar..." (Kur'an: 29/45) ayetinde namazın insanın kendine ve başkalarına zarar verebilecek etkenlerden koruyucu etkisi vurgulanmaktadır. Kişi yüce yaratıcının huzuruna çıkacağı için yaşamını gözden geçirir, insanlara karşı sevgi dolu, duyarlı ve sorumluluk sahibi olarak davranır. Öte yandan ibadetlerin belli bir disiplin kazandırması sonucu, namaz insana hayatın zorluklarına karşı sabır göstermekte yardımcı olur.

Günde beş vakit olarak kılınan namaz, bir anlamda değişik bilinç halleri festivalidir (Merter 2006: 257). Gün içerisinde farklı zamanlarda Allah'a dua eden kişi manevî yönden huzur duyar. Hayatın kaygı ve endişelerinden insanın uzaklaştırarak (Pazarlı 1968: 110) kişiye yaşam için gerekli enerji ve morali verir. Bununla birlikte camide kılınan namazların insanı yalnızlık duygusundan kurtararak sosyal dayanışma ve destek sağladığı ifade edilebilir.

Bir dinî fenomen olarak oruç, insanın maddî ve manevî yapısını bütünüyle kavrayan bir ibadettir (Uysal 1994: 22). Bedenen aç ve susuz kalan birey, sabrı ve iradesine hâkim olmayı öğrenir. Ruhsal anlamda ise, ihtiyaç sahibi kimselerin durumunu anlayacak bir empati yeteneği kazanır. İnsanın başkalarını düşünüp onlara yardım etmesi, toplumda sosyal dayanışma sağlar. Oruç bu bağlamda, kişiyi birtakım olumsuz davranışlardan koruyan ve insanları yararlı işler yapmaya yönelten bireysel ve toplumsal bir ibadettir.

İnsanlar arasındaki bağı güçlendiren bir diğer dinî uygulama olarak zekat ve sadaka ise kişideki merhamet duygusunu güçlendirir. Fakirler, bu zekat ve sadaka sayesinde kendilerini toplumdan dışlanmış hissetmezler (Peker 2003: 122). Öte yandan kan dökme, vurma, kırma gibi insanda bulunan saldırganlık içgüdüsünü dengeleyen bir ibadet olarak nitelenen kurban ibadeti de başka bir yardımlaşma örneğidir (Daryal 1999: 169).

Öyle anlaşıyor ki, ibadetlerin belli bir düzen içinde yapılması, kişiye zamanı daha etkin kullanarak yaşam disiplini kazandırmaktadır. İbadetlerini düzenli olarak yerine getirmeyi alışkanlık haline getiren birey, Tanrı'yla olan bağını daima canlı tutarak huzuru yakalar.

İnsanın ruh sağlığını koruyan dinî unsurlardan biri de öte dünya inancıdır. Sonsuz bir yaşamın varlığına inanmak, bireyi varoluşu ile ilgili kaygılardan kurtarır. Ölüm ve sonrasını anlamlandıran insan, ölümün yaratacağı korku ve endişeden uzaklaşır, yaşamın değerini anlar. Diğer yandan sevdiklerini kaybeden kişiler,

onlarla nihaî olarak yeniden kavuşma düşüncesiyle teselli bulurlar (Yalom 2006: 41).

Öte dünya inancı, insanın başına gelen birtakım sıkıntılara olan sabrını kolaylaştırır. Öyle ki kişi, bu dünyada olumsuzluklara sabrettiğinde, karşılığını ahirette alacağını bilir. Ayrıca “Allah hiç kimseye taşıyabileceğinden daha fazlasını yüklemez...” (Kur’an: 2/286) ayeti insana zorluklara dayanma noktasında yol göstermektedir. Bununla birlikte bu dünya yaşamında tatmin olunmamış isteklerin oluşturacağı huzursuzluk da, ölümden sonraki hayata inanmakla engellenir.

Diğer taraftan kişi, ölümle beraber yeni bir hayata doğduğuna, Allah’a kavuşacağına inanır. Yapıp etmelerinden dolayı sorguya çekileceğini bilir. Bu düşünce insanı kendisine ve çevresine zarar verici eylemlerden uzak tutarak, davranışlarında bilinçli olmaya yöneltir.

Bireyin ruhsal bunalımdan korunmasını ve huzura kavuşmasını sağlayan faktörlerden biri de kader inancıdır. İnsanın yaşadıklarında kendisi ve çevresi ile birlikte yüce yaratıcının da takdiri olduğuna inanmak, (Peker 2003: 249) ilâhî gücün varlığını hissederek elinden geleni yapmak, kişiye manevî açıdan büyük bir güven ve rahatlık verir.

Kişinin işlediği hata ve günahlar, vicdanen rahatsız edici bir etki oluşturur. Bu duygu, insanın kendisini stres ve ümitsizlik içinde hissetmesine neden olabilir. İşte bu noktada, bireyi karamsarlıktan kurtarmada ve ona günahlardan kurtulmak için yeni bir fırsat sunmada etkin olan faktör tövbedir. Öyle ki “De ki: Ey kendilerine karşı haddi aşan kullarım! Allah’ın rahmetinden umudunuzu kesmeyin. Allah bütün günahları bağışlar; çünkü yalnız O çok bağışlayıcıdır, rahmet kaynağıdır.” (Kur’an: 39/53) ayetiyle kişi, hatalarının affedilebileceğini bilerek ümitsizliğe düşmez.

Tövbe, kişinin olumlu bir değişim süreci yaşamasıdır. Bu dönüşümde, farkındalık, kendini affetme, başkalarına yararlı eylemler üretme, kararlılık ve kalıcılık olmak üzere dört aşama vardır (Özdoğan 2005: 88-96). Değişim sürecinde öncelikle bireyin günahlarının farkında olması ve onları kabullenmesi gerekir. İnsan olarak hata yapabileceğine ve bu hataların bağışlanabileceğine inanan kişi, vicdanını huzursuz eden duygudan kurtulur. Kişinin manevî dünyasında gerçekleşen bu arınma, bireyi başkaları için faydalı davranışlarda bulunmaya yöneltir. Tövbede gösterilen kararlılık, insanın kendine karşı iyimser ve olumlu bakmasını sağlayan bir benlik anlayışı kazandırır.

Dinde psikoterapik etki uyandırabilecek etkenlerden bir diğeri de, insana sahip olduklarıyla mutlu ve kanaatkâr olmayı tavsiye etmesidir. Elde ettiklerimizin değerini bilmek, bizi daha fazlasına sahip olma isteğinin yaratacağı gerilimden korur. Tüm dinlerin insanlara manevî yaşantılarında huzura kavuşmalarını sağlayan mutluluk reçeteleri sundukları ifade edilebilir. Öyle ki Hz. Muhammed “Sizden biriniz, günlük yiyeceğini bulur ve vücudu sıhhatte olduğu halde emin olursa dünya kendisine verilmiş gibidir.” (Seçme Hadisler 1992: 121) sözüyle mutlu olmanın ipuçlarını bize sunmaktadır. Kişinin sağlık, afiyet ve güven içinde olması memnuniyet hissi duyması için önemli gerekçelerdir.

Dinin yaşanan olaylara hayır penceresinden bakmayı öğretmesi, insanda olumlu duyguların uyanmasına neden olur. Görünen her şeyde bir hayır olduğu düşüncesi, kişinin başına gelenleri farklı bir açıdan değerlendirmesini sağlar. Öte yandan, din yalnızca düşünce düzeyinde değil, davranış olarak da olumlu özellikler kazandırır. Kişiyi bedensel ve ruhsal zararlardan koruyacak, dengeli bir yaşam modeli öngörür.

Bireyin mutluluğunda rol alan etkenlerden iyilik yapmak, dinin de temelinde olan bir olgudur. Bundan dolayı insanın acı ve kaygılardan kurtulması için verme frekansına geçmesi gerekir (Merter 2006: 193). Maddî ve manevî olarak başkaları için yararlı işler yapmak insana huzur verir. Bir iyiliğin karşılık beklemeden

yapılmasının en büyük ödülü, kişide oluşan gönül sıcaklığıdır (Carlson 2004: 33). Bir anlamda mutlu olmanın yolu başkalarını mutlu etmekten geçmektedir.

Diğer yandan hayır yapmak, ruhsal rahatsızlıkların düzelme döneminde, belli bir süreç içinde yapılan terapi amaçlı bir uygulamadır. İlk aşamada, uzman terapi ekibi, mağdur durumda olan bir ailenin durumunu kişiye, özel bir seansta izletir. Kişi gösterilen resim üzerinde düşünceye dalar, hissettiklerini terapistle tarif eder ve yazar. İkinci aşamasında ise kişi, terapi ekibinden biri ile muhtaç kişileri ziyaret eder. Hasta elinden ne geliyorsa onu verir. Bu, para olabileceği gibi şefkat ve sabır da olabilir. Ziyaretten sonra kişi, yapıp yapmadıklarını ve duygularını yazarak terapist ile bunları paylaşır. Böyle bir hayır çalışması, insanın yaşayamadığı latif duyguları yeniden hissetmesini ve varoluş tarzında etkili bir değişim gerçekleştirerek ruhen aydınlanmasını sağlar (Merter 2006: 372-375).

Belirtmek gerekir ki, dinî inanç ve uygulamalar bireyin yaşamını anlamlandırmada işlevsel olan etkenlerdir. Birtakım dinî faaliyetler bireysel olmasının yanı sıra toplumsal faydalar da içerir. Öyle ki, dinlerdeki cemaat olayı, bir gruba ait olmanın verdiği güvenle sosyal destek sağlar.

Dinin kişiye kazandırdığı hoşgörü, iyiliksever ve barışçıl olmak gibi kişilik özellikleri ile olumlu bakış açısı depresyon gibi birtakım ruhsal rahatsızlıklardan korunmada ve onlarla başa çıkmada insana yardımcı olan unsurlardır. Buna ilave olarak din, James'in de ifade ettiği gibi insan yaşamını zenginleştirip ona neşe kattığından dolayı insanın ulaşabileceği en kutsal ve mutlu hayatı kişiye sunar. Öyle görünüyor ki, bu fonksiyonu yerine getirmede dinden daha etkin olan bir kurum yoktur (Ayten 2006: 463).

Öte yandan psikoterapik yöntemler olarak sufi kültüründeki uygulamalar dikkat çekicidir. Sufizm, İslam mistisizmi olarak Tanrı'da bütünüyle huzura ermektir (Allport 2004: 81). Tasavvuf ise, Allah'a yakın olma, O'nun sevgi ve rızasını kazanma yoludur. Bu yolda amaç, kişinin iradesini kontrol altına alması ve nefesine hâkim olmasıdır (Peker 2003: 186).

İnsan nefsi en alt ve en yüksek katlar arasında bulunan çift kutuplu bir yapıdır. İnsan ruhu bu anlamda, karanlığın ve aydınlığın savaş alanı gibidir. Bu kutbun üst tarafında, tasavvufta ‘can’ diye tanımlanan olgun insan potansiyeli, alt kısmında ise nefs-i emmare yer alır (Merter 2006: 420). Bundan ötürü herkesin temel arzusu, sıkışıp kaldığı nefs yapısının alt katlarından daha ferah, dünyevî kaygıların azaldığı üst katlara yükselerek güzel haller yaşamaktır (Merter 2006: 275). Öte yandan, kişinin bulunduğu nefs katından yükselmesi, depresyon gibi birtakım ruhsal rahatsızlıklara karşı en etkili ilaçtır (Merter 2006: 225).

Sufilerin amacı, bireylerin iç dünyalarında huzurlu, mutlu olmalarını sağlayacak bir rönesansı gerçekleştirmektir (Sayar 2000: 43). Sufilere göre, insanlar kendi benliklerinin farkında değildirler. Kendini keşfedemeyen, tanımayan biri huzursuzluğa neden olan şeylerin de farkına varamaz. Sufilerin, insanın kendini bilerek ruhunu arındırması için kullandıkları yöntemler vardır. Bu yöntemler, kişinin ruh sağlığını korumak ve terapi amaçlı kullanılabilecek tekniklerdir. Bu çerçevede, sufi ruh biliminin, İslam geleneğinin ilkelerini içeren, psikolojik bir tedavi yöntemi olduğu ifade edilebilir (Nasr 1999: 135).

Sufilikte insanın olgunlaşması için yedi makam vardır. Bunlar, tövbe, vera, zühd, fakr, sabır, tevekkül ve rızadır. Birey tövbe ile başkalarına açıklayamadığı durumları kendisine itiraf ederek rahatsız edici duygulardan kurtulmayı amaçlar. Vera aşamasında kişi, umut ve korku arasındadır. Bu aşamaya eşlik eden kendini kınayan nefis kavramı süper ego ifadesiyle benzerlik gösterir. Bir anlamda, insanın aşırı isteklerini dizginleyen kontrol mekânizması olarak düşünülebilir. Zühd ise, dünyalık şeylere önem vermemektir. Dördüncü aşama olarak fakr, insanın zarar verici hırs ve arzularından kurtulmasıdır. Sabır ve tevekkül, sıkıntılara dayanma gücü ile birlikte Allah’a olan teslimiyettir. Son aşama olan rızada ise, kişi yaşamındaki her şeyden tam anlamıyla hoşnuttur (Sayar 2000: 20-26).

Sufi yolu, insanı endişe ve tasalardan kurtararak huzura kavuşturan bir yoldur. Sufizmin düşünce sistemi ve yöntemleri ruh sağlığının korunması ve psikoterapi anlamında göz ardı edilemeyecek uygulamalardır.

BÖLÜM 3 ARAŞTIRMADA YÖNTEM ve UYGULAMA

A. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini 2007 yılında Samsun İlinin Bafra İlçesinde bulunan yetişkinler oluşturmaktadır.

Örneklem olarak Bafra'nın seçilme nedeni, görev yerimin Bafra olmasından dolayı deneklere daha kolay ulaşabilme düşüncesidir.

Araştırmanın örneklemini ise, 20-35 yaş grubunda bulunan 254 kişi temsil etmektedir. Araştırma örneklemine giren bireyler cinsiyet, yaş, medenî durum, meslek grubu, gelir durumu, öğrenim durumu ve hayatın büyük çoğunluğunun geçirildiği yer bakımından farklı özelliklerde olup random (tesadüfî) örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir.

B. Araştırmada Bilgi Toplama Araçları

Araştırmamızda bireyi tanıma ve veri toplama araçlarından biri olan anket yöntemi seçilmiştir. Anket, araştırmalarda kullanılan yaygın bir teknik olup bilgi edinilmesi istenilen kişilerin doğrudan okuyup cevaplandırabilecekleri bir soru listesinin hazırlanması esasına dayanır. Anket soruları postayla gönderilebileceği gibi doğrudan anketi uygulayan kişi tarafından da yapılabilir. Günümüzdeki teknolojik gelişmeler, anket uygulamalarının internet üzerinden de yapılabilmesine imkân tanımaktadır (Seyidoğlu 2003: 37).

Anket tekniğinin araştırmacıya kolaylık sağlayan yönlerinden birisi geniş kitlelere ulaşma olanağı sağlamasıdır. Diğer bilgi toplama yöntemlerine göre kolay ve ekonomik olarak veri toplanabilmektedir. Anket yöntemiyle grubun evreni temsil etme gücü ve araştırmanın objektifliği yüksektir (Kaptan 1993: 139). Öte yandan kişi yazılı olarak ve kimseden çekinmeden anket sorularını cevaplayabildiğinden güvenilir bir yöntemdir (Arlı-Nazik 2003: 47).

Anketin avantajlarının yanı sıra dezavantajları da bulunmaktadır. Bunlar, okuma-yazma bilmeyenlerin anket sorularını cevaplamada çekingenlik gösterebileceği,

cevaplanmamış soru bırakılabileceği ve cevaplamanın gecikebileceği olarak sayılabilir (Arılı-Nazik 2003: 48). Ayrıca, kişinin gerekli gördüğü durumlarda anket sahibine soru sormaması (Kaptan 1993: 139) da bu yöntemin zayıf yönü olarak kabul edilebilir.

Araştırmamızda örnekleme oluşturan deneklerin dindarlık ve mutluluk ilişkisini belirlemek amacıyla kişisel bilgi anketi, dindarlık envanteri, mutluluk envanteri kullanılmıştır.

1. Kişisel Bilgi Anketi

Kişisel bilgi anketi bireylerin dindarlık ve mutluluk durumlarıyla ilişkili olduğu düşünülen yedi bağımsız değişkenden oluşmaktadır. Düzenlenen anket, araştırma örneklemini temsil etmesi hedeflenen yetişkinlerle ilgili genel bilgiler içermektedir.

2. Dindarlık Envanteri

Araştırmamızdaki amacımız konuyla ilgili bir envanter geliştirme olmadığından çalışmamıza kaynak olabilecek çalışmalar incelenmiştir. Bununla ilgili olarak araştırmada kullanılan dindarlık envanteri Naci Kula'nın ergenler üzerine yaptığı 'Kimlik ve Din' adlı doktora çalışmasından alınmıştır.

Dindarlık envanterinin 6. maddesi olan 'Cuma namazı kadın, erkek, çocuk, büyük her müslümana farzdır.' ile 12. maddesinde yer alan 'Cuma namazlarına sürekli gidemiyorum.' ifadeleri, bu cümlelerin daha çok erkeklere hitap ettiği düşüncesiyle çıkarılmıştır. Bu maddelerin yerine dinin bilgi boyutunu içeren "Hac ibadeti, maddî ve bedenî durumu müsait olanların yerine getirmesi gereken bir dinî görevdir." ile "İnsan, kazancının bir kısmını fakirlere zekat ve sadaka olarak vermelidir." maddeleri eklenmiştir.

Dindarlık ölçeğinde belirtilen boyutlarla ilgili maddeler şu şekildedir:

İnanç boyutu ile ilgili maddeler: 1, 5, 8, 15.

İnancın kişi açısından önemini ifade eden maddeler: 2, 16, 17, 21.

İbadet boyutu ile ilgili maddeler: 4, 9, 13, 24.

Duygu boyutu ile ilgili maddeler: 7, 19, 22.

Bilgi boyutu ile ilgili maddeler: 3, 6, 11, 12, 23, 25.

Etki boyutu ile ilgili maddeler: 10, 14, 18, 20 (Kula 2001: 30).

Dindarlık envanterinde 21 ve 22. maddeler olumsuz, diğer maddeler olumlu olarak ifade edilmiştir. Cevap şıkları her maddenin karşısına “Kesinlikle katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kararsızım”, “Katılmıyorum”, “Kesinlikle Katılmıyorum” şeklinde yerleştirilmiştir. Deneklerden, bu ifadelerden kendilerine en uygun gördüklerini işaretlemeleri istenmiştir.

Dindarlık envanterinin puanlanmasında olumlu maddelerde “Kesinlikle katılıyorum” seçeneğine 5, “Katılıyorum” seçeneğine 4, “Kararsızım” seçeneğine 3, “Katılmıyorum” seçeneğine 2, “Kesinlikle katılmıyorum” seçeneğine 1 puan verilmiştir. Olumsuz maddelerde ise “Kesinlikle katılıyorum” seçeneğine 1, “Katılıyorum” seçeneğine 2, “Kararsızım” seçeneğine 3, “Katılmıyorum” seçeneğine 4, “Kesinlikle katılmıyorum” seçeneğine 1 puan verilerek hesaplama yapılmıştır.

Dindarlık envanterinden alınabilecek en yüksek puan (25x5) 125 iken, en düşük puan ise (25x1) 25’tir.

2.1 Dindarlık Envanterinin Geçerliği

Geçerlik, ölçme aracının bireyin ölçmek istenen özelliğini ne derece doğru ölçtüğüyle ilgili bir kavramdır (Büyüköztürk 2005: 167). Ölçme aracının geçerliğini kontrol eden yöntemlerden biri de faktör analizidir. Faktör analizi, aynı niteliği ölçen değişkenleri bir araya getirerek az sayıda faktör ile açıklamayı amaçlayan bir istatistiksel tekniktir (Büyüköztürk 2005: 123).

Dindarlık envanteri üzerinde yapılan faktör analizi sonucunda “ İslam’da kadınların başlarını örtmeleri gerekli değildir.”, “Ancak bir sıkıntıyla karşılaştığımda dua ederim.”, “Allah’ı hatırladıkça içimde bir sıkıntı ve isyan

uyanıyor.”, “ ‘Merhamet etmeyene, merhamet olunmaz.’ esasını dikkate alarak arkadaşlarımla iyi geçinmeye çalışırım.”, “Hz. Ali’nin ‘Bana bir harf öğretenin kırk yıl kölesi olurum.’ sözü bana saçma geliyor.” maddelerinin faktör yüklerinin birinci faktörde toplanmadığı görülmüş ve başka özellikleri ölçtüğü anlaşıl原因 olarak envanterden çıkarılmıştır.

Dindarlık envanteri üzerinde yapılan faktör analizi sonucunda bulunan birinci faktör yükleri aşağıda verilmiştir:

DİNDARLIK ENVANTERİ		1. Faktör Yükü
1.	Allah’ın varlığına kesinlikle inanıyor ve bu konuda hiç şüphe duymuyorum.	0.69
2.	Çağdaş dünyada insanlığın karşılaştığı önemli sorunların çoğu, dinî inançların ciddiye alınmamasından kaynaklanmaktadır.	0.60
3.	Müslümanların kutsal kitabı Kur’an-ı Kerim ayet ve surelerden meydana gelmiştir.	0.59
4.	Beş vakit namazımı düzenli olarak kılıyorum.	0.43
5.	Hiz. Muhammed’in Allah’ın kulu ve peygamberi olduğuna inanıyor ve bu konuda hiç kuşku duymuyorum.	0.78
6.	Hac ibadeti, maddî ve bedenî durumu müsait olanların yerine getirmesi gereken bir dinî görevdir.	0.50
7.	Namaz kılarken, dua ederken, oruçlu iken Allah’a yakın olduğumu düşünerek bir ürperti ve heyecan duyarım.	0.56
8.	Kur’an-ı Kerim’in Allah’ın kelamı olup ayetlerin hepsinin gerçek olduğuna ve değişmeden günümüze ulaştığına inanıyorum.	0.70
9.	Dua hayatımda önemli bir yere sahiptir.	0.70
10.	Günlük hayatımda, yapacağım işlerde Allah’ın nasıl davranmamızı istediğini düşünerek karar veriyorum.	0.59
11.	Hiz. Peygamberin arkadaşlarına “Ashab”, ondan sonra devlet idaresinin başına geçen kimselere de “Halife” denir.	0.35
12.	İnsan, kazancının bir kısmını fakirlere zekat ve sadaka olarak vermelidir.	0.66
13.	Orucumu aksatmadan tutarım.	0.65

14.	“Cennet annelerin ayakları altındadır.” sözü bana anlamlı geliyor.	0.58
15.	Ahiret gününe ve öldükten sonra tekrar dirileceğime inanıyor ve bu konuda hiç şüphe duymuyorum.	0.68
16.	Dinî kuralların tam uygulanması halinde toplumdaki bütün haksızlıkların ve adaletsizliklerin ortadan kalkacağına inanıyorum.	0.69
17.	Dinî inançları olmayan bir kimse bana göre organlarından biri eksik olan insan gibidir.	0.47
18.	Allah’ın beni her yerde gördüğüne inandığımdan günah işlemekten kaçınıyorum.	0.53
19.	Bizim Allah’tan geldiğimizi ve tekrar O’na döneceğimizi hatırladıkça ölümden pek korkmuyorum.	0.30
20.	Dinî inanç ve düşüncelerim olmasaydı hayat biçimim şimdikinden daha kötü olurdu.	0.56
21.	Dinî inançları olmayan insanların da ahlaklı bir hayat sürdürebileceklerine inanıyorum.	0.34
22.	“Dua ve ibadet olmasaydı, çoktan çıldırdırdım!” sözü bana çok anlamsız görünüyor.	0.30
23.	İçki, kumar, faiz, falcılık, büyücülük ve domuz eti yemek büyük günahlardandır.	0.55
24.	Düzenli olarak Kur’an okurum.	0.45
25.	İbadetlerimi tam olarak yerine getirebilecek kadar bilgiye sahibim.	0.41

2.2 Dindarlık Envanterinin Güvenirliği

Güvenirlik, bireylerin test maddelerine verdikleri cevaplar arasındaki tutarlılık olarak tanımlanabilir. Bir diğer ifadeyle testin ölçmek istediği özelliği ne derece doğru ölçtüğüdür (Büyüköztürk 2005: 169).

Araştırmamızda dindarlık envanterinin güvenilirliği test-yarı test yöntemi ile kontrol edilmiş olup güvenilirlik katsayısı 0.84’tür. Envanter üzerinde yapılan çalışmada Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ise 0.86 olarak hesaplanmıştır.

3. Mutluluk Envanteri

Martin Seligman'ın geliştirmiş olduğu 29 maddelik "Oxford Happiness Inventory" adlı mutluluk ölçeği uzmanlardan yararlanılarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Çeviri, envanterdeki ifadelerle yakın anlama gelecek şekilde 25 madde olarak düzenlenmiştir. Anketin düzenlenmesi safhasında konunun uzmanlarından görüş olarak istifade edilmiştir.

Mutluluk envanterindeki 25 madde olumlu ifade edilmiştir. Cevap şıkları her bir maddenin karşısına "Tam benim gibi" , "Benim gibi" , "Kararsızım" , "Benim gibi değil" , "Hiç benim gibi değil" şeklinde yerleştirilmiştir. Yetişkinlerden kendileri için en uygun ifadeyi işaretlemeleri istenmiştir.

Mutluluk envanterinin puanlanmasında "Tam benim gibi" seçeneğine 5, "Benim gibi" seçeneğine 4, "Kararsızım" seçeneğine 3, "Benim gibi değil" seçeneğine 2, "Hiç benim gibi değil" seçeneğine 1 puan verilerek hesaplama yapılmıştır.

Mutluluk envanterinden alınabilecek en yüksek puan (25x5) 125 iken, en düşük puan ise (25x1) 25'dir.

3.1 Mutluluk Envanterinin Geçerliği

Mutluluk envanteri üzerinde yapılan faktör analizi sonucunda bulunan birinci faktör yükleri aşağıda verilmiştir:

MUTLULUK ENVANTERİ		1. Faktör Yüğü
1.	Gelecek konusunda ümitliyim.	0.58
2.	Yaşamımdaki her şeyden oldukça memnunum.	0.63
3.	Hayatımın kontrolüm altında olduğuna inanıyorum.	0.53
4.	Hayatın ödüllere dolu olduğunu düşünüyorum.	0.42

5.	Yaşam tarzımdan memnunum.	0.54
6.	Olaylar üzerinde her zaman olumlu bir etki gücüne sahibim.	0.47
7.	Hayatı seviyorum.	0.56
8.	Başkalarına karşı oldukça ilgiliyim.	0.47
9.	Tüm kararlarımı rahatlıkla alabilirim.	0.39
10.	Kendimi sorumluluk alabilecek güçte hissediyorum.	0.54
11.	Daima dinlenmiş olarak uyanırım.	0.51
12.	Oldukça enerjik bir insanım.	0.58
13.	Tüm dünya bana güzel görünür.	0.58
14.	Zihinsel olarak kendimi zinde hissedirim.	0.62
15.	İnsanları severim.	0.50
16.	Geçmişteki olaylar bana son derece hoş gözüktür.	0.30
17.	Daima keyifliyim	0.58
18.	Her zaman istediklerim olmuştur.	0.49
19.	Arzuladığım bir şeyi yapmak istediğimde ona zaman ayırabilirim.	0.57
20.	Başkalarıyla birlikte olmaktan daima zevk alırım.	0.45
21.	Hayatımın bir amacı ve anlamı var	0.44
22.	Başkalarına karşı daima neşeli ve olumlu bir etkiye sahibim.	0.50
23.	Dünyanın harika bir yer olduğunu düşünüyorum.	0.57
24.	Güler yüzlü bir insanım.	0.41
25.	Kendimi çekici buluyorum.	0.42

Mutluluk envanteri üzerinde yapılan faktör analizi sonucu, maddelerin faktör yüklerinin birinci faktörde toplanması “Mutluluk Envanterinin” geçerliğini ortaya koymuştur.

3.2 Mutluluk Envanterinin Güvenirliği

Araştırmamızda mutluluk envanterinin guvenirliği test- yarı test yontemi ile kontrol edilmiş olup guvenirlik katsayısı 0.84'tur. Envanter uzerinde yapılan calışmada Cronbach Alpha guvenirlik katsayısı 0.87 olarak hesaplanmıştır. Guvenirlik katsayılarının bire yakınlığı, envanterin guvenirliğini gostermektedir.

C. Verilerin Toplanması ve Analizi

Veri toplamak amacıyla hazırlanan Kişisel Bilgi Anketi, Dindarlık Envanteri ve Mutluluk Envanteri 2007 yılında Mart, Nisan ve Mayıs aylarında Samsun'un Bafra ilçesinde ilk yetişkinlerden 254 kişiye uygulanmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen bilgiler, bireylerin verdikleri cevaplarla sınırlıdır. Uygulama esnasında araştırmacı tarafından anketlerin eksiksiz ve doğru olarak doldurulmasını sağlayacak gerekli ačíklamalar yapılmıştır.

Anket uygulandıktan sonra incelenmiş, eksik cevaplanan anketler değerlendirme dışında bırakılmıştır. Kişisel Bilgi Anketi, Dindarlık Envanteri ve Mutluluk Envanterinden elde edilen veriler, bilgisayar ortamında SPSS paket programı ile istatistiksel işleme sokulmuştur. Bilgilerin analizinde ve hipotezlerin test edilmesinde varyans analizi (ANOVA-F) kullanılmıştır.

BÖLÜM 4 BULGULAR VE YORUM

Bu bölüm temel olarak iki kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısımda, ankete katılan yetişkinlerle ilgili kişisel bilgilere yer verilirken ikinci kısımda, bireylerin dindarlık ve mutluluk düzeyleri belirlenerek bağımsız değişkenler açısından karşılaştırma ve değerlendirmeler yapılmıştır.

A. ANKETE KATILAN BİREYLERLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER

Çalışmamızın bu bölümünde, örneklem olarak belirlediğimiz yetişkinlerle ilgili kişisel bilgiler tablolar halinde verilecektir.

1. Cinsiyet

Tablo-1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Cinsiyete Göre Dağılımları

Cinsiyet	N	%
1. Erkek	118	46.5
2. Kadın	136	53.5
Genel Toplam	254	100

Tablo-1'e göre, araştırmaya katılan bireylerin % 46.5'i erkek, % 53.5'i kadınlardan oluşmaktadır.

2. Yaş Durumu

Tablo-2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Yaşa Göre Dağılımları

Yaş	N	%
1. 20-25	91	35.8
2. 26-30	76	29.9
3. 31-35	87	34.3
Genel Toplam	254	100

Tablo-2'ye bakıldığında örneklemin çoğunu % 35.8'lik bir oranla 20-25 yaş grubu oluşturmaktadır. Bunu, % 34.3 ile 31-35 yaş grubu, % 29.9 ile de 26-30 yaş grubu takip etmektedir.

3. Medenî Durum

Tablo-3. Araştırmaya Katılan Bireylerin Medenî Duruma Göre Dağılımları

Medenî Durum	N	%
1. Evli	123	48.4
2. Bekar	127	50
3. Diğer	4	1.6
Genel Toplam	254	100

Tablo-3'e göre araştırmaya katılan bireylerin medenî durumuna bakıldığında % 50'lik bir oranla bekarlar çoğunluktadır. Bu durumu % 48.4 ile evliler izlemektedir. Son sırada ise % 1.6'lık dilimle diğer grup bulunmaktadır.

4. Meslekî Durum

Tablo-4. Araştırmaya Katılan Bireylerin Meslekî Duruma Göre Dağılımları

Meslekî Durum	N	%
1. İşçi	53	20.9
2. Memur	81	31.9
3. Esnaf	21	8.3
4. Diğer	99	39
Genel Toplam	254	100

Tablo-4'te görüldüğü gibi bireylerin meslek gruplarına bakıldığında örneklemin çoğunluğunu işçi, esnaf ve memur gruplarının dışında kalan diğer grup oluşturmaktadır. Genellikle bu bölümü işletleyenler kendilerini herhangi bir mesleğe dahil görmemektedirler. Bunların büyük bir kısmı öğrenci ve ev hanımıdır. Bu durumu, % 31.9 ile memur sınıfı ve % 20.9 ile de işçi sınıfı takip etmektedir. Son sırada ise, % 8.3'lük bir oranla esnaf sınıfı yer almaktadır.

5. Gelir Durumu

Tablo-5. Araştırmaya Katılan Bireylerin Gelir Durumuna Göre Dağılımları

Gelir Durumu	N	%
1. Çok İyi	11	4.3
2. İyi	92	36.2
3. Orta	124	48.8
4. Düşük	20	7.9
5. Çok Düşük	7	2.8
Genel Toplam	254	100

Tablo-5'ten anlaşılabacağı gibi, % 48.8'lik bir oranla bireylerin çoğunluğu ekonomik olarak orta seviyede bulunduklarını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan yetişkinlerin % 36.2's, kendilerini iyi, % 7.9'u düşük, % 4.3'ü çok iyi ve % 2.8'i çok düşük olarak nitelendirmiştir.

6. Öğrenim Durumu

Tablo-6. Araştırmaya Katılan Bireylerin Öğrenim Durumuna Göre Dağılımları

Öğrenim Durumu	N	%
1. Üniversite/ Yüksekokul	140	55.1
2. Lise ve dengi okul	62	24.4
3. Ortaokul	16	6.3
4. İlkokul	36	14.2
Genel Toplam	254	100

Tablo-6'ya göre, araştırmaya katılan bireyler arasında okur-yazar olmayan bulunmamaktadır. Ankete katılan bireylerin çoğunluğunu % 55.1'lik dilimle üniversite ya da yüksekokul mezunları oluşturmaktadır. Bu durumu % 24.4 ile lise mezunları izlemektedir. Örneklemin % 14.2'lik kısmını ilkököl, % 6.3'lük kısmını ise ortaokul mezunları temsil etmektedir.

7. Yerleşim Yeri

Tablo-7. Araştırmaya Katılan Bireylerin Yaşamlarını En Uzun Geçirdikleri Yerleşim Yerine Göre Dağılımları

Yerleşim Yeri	N	%
1. Köy	25	9.8
2. Kasaba	4	1.6
3. İlçe	176	69.3
4. İl	49	19.3
Genel Toplam	254	100

Tablo-7’de görüldüğü gibi, % 69.3’lük bir oranla bireylerin büyük çoğunluğu yaşamlarının en uzun dönemini ilçede geçirmiştir. Bunu % 19.3 ile il, % 9.8 ile köy ve % 1.6 ile de kasaba izlemektedir. Araştırmaya katılan bireylerin büyük kısmının ilçede yaşamlarını geçirmiş olması, örneklem olarak Samsun ilinin Bafra ilçesinin seçilmesiyle de yakından ilişkilidir.

B. ANKETE KATILAN BİREYLERİN DİNDARLIK DÜZEYLERİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

1. Cinsiyete Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri

Tablo-8. Cinsiyete Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi

Cinsiyet	N	%	X	S	SD	t	p
1. Erkek	118	46.5	109.70	10.5	252	-1.408	p>0.05 önemsiz
2. Kadın	136	53.5	111.61	10.9			
Genel Toplam	254	100	110.65	10.7			

Tablo-9'a göre araştırmaya katılan bireylerden 31-35 yaş grubu bireylerin dindarlık puan ortalaması, 20-25 ve 26-30 yaş grubuna göre daha yüksektir. Yaş arttıkça ortalamanın yükseldiği görülmektedir.

Yaş değişkenine göre dindarlık puan ortalamaları arasındaki farkın önemli olup olmadığını tespit etmek amacıyla varyans analizi yapılmış, bunun sonucunda gruplar arasındaki farkın önemli olduğu görülmüştür. ($p < 0.01$) Farklılaşmanın hangi gruplar arasında oluştuğunu görmek amacıyla Scheffe testi uygulanmıştır. Buna göre farklılaşma 1 ve 3. (20-25 / 31-35 yaş) gruplar arasındadır.

Elde edilen sonuç, “İleri yaşlarda olan bireylerin dindarlık düzeyleri, alt yaşlarda olan bireylerin dindarlık düzeylerine göre daha yüksektir.” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır.

Mehmedoğlu tarafından yapılan araştırmada dindarlık ve yaş arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmaya göre 21-30 yaş grubunda dindar olmayanların daha fazla olduğu görülmüştür (1999: 121).

Yaparel yaptığı araştırma sonucu dinî duygunun 23-28 yaş grubunda 34-40 yaş grubuna göre daha düşük olduğunu görmüş, bu durumun yaşa bağlı bir artış olabileceğini ifade etmiştir (1987: 134).

3. Medenî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri

Tablo-10. Medenî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi

Medenî Durum	N	%	X	S	1	2	3
1. Evli	123	48.4	113.15	8.7	.	*	-
2. Bekar	127	50	108.35	12.1	*	.	-
3. Diğer	4	1.6	111.50	6.1	-	-	.
Genel Toplam	254	100	110.72	10.7	*p<0.01		
S.D.=2/251 F=6.48 P<0.01 önemli							

Tablo-10'dan anlaşılabacağı üzere, evli ve diğerk grupta olanların dindarlık puan ortalaması, bekarlardan yüksektir.

Medenî duruma göre ortalamalar arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmış ve farklılaşmanın $p<0.01$ düzeyinde önemli olduğu görülmüştür. Gruplar arasındaki farklılaşmayı tespit etmek amacıyla Scheffe testi uygulanmıştır. Buna göre farklılaşma, 1 ve 2. gruplar arasındadır.

Elde edilen bu sonuç, “*Medenî duruma göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamamaktadır.

20 yaşlarında kişinin din konusunda belli bir tavır içinde olması beklenir. Birey, çocukluktan itibaren dinle ilgili öğrendikleri ve ilişkide bulunduğu insanların etkileri ile dine karşı, olumlu veya olumsuz bir tutum takınır. Diğer yandan ilk yetişkinlik döneminin başlarında dine ve ibadetlere karşı gösterilen ilgisizlik, evlenip anne ve baba olunca kaybolmaya başlar. Bunun sebebi, bireyin çocuk sahibi olmasıyla birlikte onlara iyi örnek olabilme arzusudur (Peker 2003: 175). Yaşın ilerlemesiyle beraber çocuk yetiştirmenin sorumluluğunu hisseden kişiler, dinî görevleri yerine getirme konusunda daha gayretli olmaktadır.

Mehmedoğlu, Türk insanının Allah tasavvuru hakkında yaptığı araştırmada, evlilerin bekarlara göre Allah'a daha çok teslimiyet gösterdiğini, O'nu kendilerine daha yakın bulduklarını tespit etmiştir (2007: 188).

4. Meslekî Durumuna Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri

Tablo-11. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının
İstatistiksel Analizi

Meslekî Durum	N	%	X	S	1	2	3	4
1. İşçi	53	48.4	111.98	10.1	.	-	-	-
2. Memur	81	50	109.81	12.8	-	.	-	-
3. Esnaf	21	1.6	114.38	4.9	-	-	.	-
4. Diğer	99	39	110.02	10	-	-	-	.
Genel Toplam	254	100	110.72	10.7				
S.D.=3/250 F=1.38 P>0.05 önemsiz								

Tablo-11'e bakıldığında meslekî duruma göre dindarlık puan ortalaması bakımından en yüksek puanı esnaf grubu almıştır. Bunu, işçi, diğer ve memur grubu takip etmektedir.

Yapılan varyans analizi sonucunda gruplar arasında meslekî durum açısından önemli bir farkın olmadığı görülmüştür. Elde edilen sonuca göre, “*Meslek grubuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmaktadır.

Aydın, “Dini İnkârın Psiko-Sosyal Nedenleri” isimli çalışmasında mesleğin, dini inkâr düzeyine bir etkisi olmadığı sonucuna varmıştır (1995: 166).

5. Gelir Durumuna Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri

Tablo-12. Gelir Durumuna Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi

Gelir Durum	N	%	X	S	1	2	3	4	5
1. Çok İyi	11	4.3	107.27	13	.	-	-	-	-
2. İyi	92	36.2	113.76	7.7	-	.	*	*	-
3. Orta	124	48.8	109.62	10.8	-	*	.	-	-
4. Düşük	20	7.9	106.70	17.7	-	*	-	.	-
5. Çok Düşük	7	2.8	107.29	7	-	-	-	-	.
Genel Toplam	254	100	110.72	10.7	*p<0.01				
S.D.=4/249 F=3.43 P<0.01 önemli									

Tablo-12’de görüldüğü gibi, gelir durumuna göre dindarlık puanları açısından iyi durumda olanların puan ortalamaları, diğerlerine göre daha yüksektir. Sıralamaya bakıldığında sırayı orta, çok düşük ve çok iyi ve düşük gelir durumu takip etmektedir. Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını tespit etmek amacıyla varyans analizi yapılmış, farklılaşmanın $p<0.01$ düzeyinde önemli olduğu görülmüştür. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında meydana geldiğini belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. Buna göre, farklılık 2-3 (İyi / Orta) ve 2-4 (İyi / Düşük) gelir durumları arasındadır.

Elde edilen bu sonuç, “*Gelir durumuna göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamamaktadır.

Ünal, üniversiteli gençler üzerine yaptığı araştırmasında dindarlık ile ekonomik durum arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varmıştır (1998: 133).

Kaya’nın araştırmasında ailelerin gelir durumu ile dinî tutum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (1998: 122).

Yapıcı tarafından yapılan araştırmada, orta ve alt gelir grubunda olanların diğerlerine göre daha fazla dindarlık eğilimine sahip oldukları görülmüştür (2007: 185).

6. Öğrenim Durumuna Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri

Tablo-13. Öğrenim Durumuna Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi

Öğrenim Durumu	N	%	X	S	1	2	3	4
1. Üniversite/Yüksekokul	140	55.1	108.44	11.8	.	-	-	*
2. Lise ve dengi okul	62	24.4	111.92	10.2	-	.	-	-
3. Ortaokul	16	6.3	112.56	6.1	-	-	.	-
4. İlkokul	36	14.2	116.75	5.1	*	-	-	.
Genel Toplam	254	100	110.72	10.7	*p<0.001			
S.D.=3/250 F=6.67 P<0.001 önemli								

Tablo-13'ten anlaşılacağı üzere, öğrenim durumuna göre en yüksek dindarlık puan ortalamasına sahip olanlar, ilkokul mezunlarıdır. Tablodan da görüldüğü gibi öğrenim durumu yükseldikçe dindarlık puanı düşmektedir.

Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmış, farkın $p<0.001$ düzeyinde önemli olduğu görülmüştür. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla Scheffe testi yapılmıştır. Buna göre farklılaşma, 1 ve 4 (Üniversite / Yüksekokul , İlkokul) mezunları arasındadır.

Elde edilen bu sonuç, “*Öğrenim durumu yüksek olan bireylerin dindarlık düzeyleri daha düşüktür.*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır.

Aydın, araştırmasında üniversite ya da yüksekokul mezunu olanların dinî inkâr düzeyinin, diğerlerine göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (1995: 164).

Taplamacıoğlu tarafından yapılan çalışmada öğrenim düzeyi yükseldikçe dindarlık düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir (1963: 150-151).

Mehmedoğlu'nun yaptığı araştırma sonucuna göre ise, dindarlık ile öğrenim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (1999: 122).

7. Yaşamlarını En Uzun Geçirdikleri Yerleşim Yerine Göre Bireylerin Dindarlık Düzeyleri

Tablo-14. Yerleşim Yerine Göre Bireylerin Dindarlık Puanlarının İstatistiksel Analizi

Yerleşim Yeri	N	%	X	S	1	2	3	4
1. Köy	25	9.8	115.24	7.1	.	-	-	*
2. Kasaba	4	1.6	113.25	4.3	-	.	-	-
3. İlçe	176	69.3	111.30	9.9	-	-	.	*
4. İl	49	19.3	106.14	13.9	*	-	-	.
Genel Toplam	254	100	110.72	10.7	*p<0.01			
S.D.=3/250 F=4.86 P<0.01 önemli								

Tablo-14'te görüldüğü gibi, en yüksek dindarlık puan ortalamasına sahip olanlar, yaşamlarını en uzun süre olarak köyde geçirenlerdir. Anlaşılabacağı üzere, köyde ve kasabada yaşamlarını geçirenlerin dindarlık puan ortalaması, ilçe ve ilde yaşayanlara göre daha yüksektir.

Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmış, fark $p<0.01$ düzeyinde önemli bulunmuştur. Farklılaşmanın ise

yapılan Scheffe testi sonucunda 1-4 (Köy / İl) ve 3-4 (İlçe / İl) arasında olduğu görülmüştür.

Elde edilen bu sonuç, “Yaşamlarını büyük ölçüde köy ve kasabada geçiren bireylerin dindarlık düzeyleri, şehirde yaşayan bireylere göre daha yüksektir.” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır. Bu durum, köyde yaşayanların, dinî inançlarına geleneksel anlamda daha bağlı olmalarıyla ilgili olarak açıklanabilir. Bununla birlikte, ilçede yaşayanların ilde yaşayanlara göre dindarlık puanlarının anlamlı olarak yüksek olması da dikkat çekicidir.

Apaydın tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırma sonucu, köyde yaşayanların dinî tutumunun diğer yerleşim yerlerinde yaşayanlara göre daha olumlu olduğu görülmüştür (2001: 189).

Mehmedoğlu’nun araştırmasında kırsal çevrede yaşayanların kentsel çevredeki insanlara göre daha pozitif Allah tasavvuruna sahip olduğu sonucuna varılmıştır (2007: 191).

Kaya, yaptığı araştırma sonucunda yerleşim yeri ile dinî tutum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını tespit etmiştir (1998: 121).

C. ANKETE KATILAN BİREYLERİN MUTLULUK DÜZEYLERİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

1. Cinsiyete Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-15. Cinsiyete Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Cinsiyet	N	%	X	S	SD	t	p
1. Erkek	118	46.5	96.84	11.9	252	0.68	p>0.05 önemsiz
2. Kadın	136	53.5	95.74	13.3			
Genel Toplam	254	100	96.29	12.6			

Tablo-15'e bakıldığında araştırmaya katılan erkek ve kadın bireylerin almış oldukları mutluluk puan ortalamaları birbirine yakın olduğu görülmektedir. Elde edilen ortalamalar arasındaki farkın önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla t-testi yapılmış, bunun sonucunda farkın önemli olmadığı tespit edilmiştir.

Elde edilen sonuca göre “*Cinsiyet faktörü açısından bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmaktadır.

Ünal'ın üniversiteli gençler üzerine yaptığı araştırma sonucunda öğrencilerin umut seviyeleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (1998: 129).

Yapıcı'nın “Ruh Sağlığı ve Din, Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık” isimli araştırmasına göre depresyon düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış, (2007: 209) buna karşın erkeklerin umutsuzluk düzeyinin kızlardan yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (2007: 220).

2. Yaşa Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-16. Yaşa Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Yaş	N	%	X	S	1	2	3
1. 20-25	91	35.8	95.45	10	.	-	-
2. 26-30	76	29.9	95.25	12.7	-	.	-
3. 31-35	87	34.3	97.95	14.9	-	-	.
Genel Toplam	254	100	96.25	12.7			
S.D.=2/251 F=1.198 P>0.05 önemsiz							

Tablo-16'ya göre yaş değişkeni açısından 31-35 yaş grubunda olanların mutluluk puan ortalamaları, diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını tespit etmek amacıyla varyans analizi yapılmış ve farkın önemli olmadığı belirlenmiştir.

Elde edilen sonuç, “*Yaş faktörü açısından bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır.

Yapıcı araştırmasında umutsuzluk düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varmıştır (2007: 222). Öte yandan, araştırmaya göre ruh sağlığını en fazla etkileyen olumlu faktör olarak yaş görülmüştür. Bu durum ise, yaşın ilerlemesiyle birlikte ergenlik dönemi etkilerinin azalması ve olumlu değişimlerin yaşanmasına bağlanmıştır (2007: 305).

3. Medenî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-17. Medenî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Medenî Durum	N	%	X	S	1	2	3
1. Evli	123	48.4	98.17	13	.	*	*
2. Bekar	127	50	94.80	11.3	*	.	-
3. Diğer	4	1.6	83	29	*	-	.
Genel Toplam	254	100	96.25	12.7	*p<0.01		
S.D.=2/251 F=4.51 P<0.01 önemli							

Tablo-17’de görüldüğü gibi, medenî durum açısından evli olanların mutluluk puan ortalamaları, bekar ve diğerlerine göre daha yüksektir. Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını tespit etmek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Buna göre, farkın $p<0.01$ düzeyinde önemli olduğu görülmüştür. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında oluştuğunu görmek için yapılan LSD testi sonucunda 1-2 (Evli / Bekar) ve 1-3 (Evli / Diğer) grupları arasında farklılık belirlenmiştir.

Elde edilen sonuç “*Medenî duruma göre evli olan bireylerin mutluluk düzeyleri diğerlerine göre daha yüksektir.*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır.

Evlilik, yaşamın zorluklarını ve sahip olunan sorumlulukları beraber üstlenmek adına bireylerin hayatlarını birleştirmesidir. Bu anlamda evlilikte amaç, huzur, sevgi, dostluk, sevinç duygularının olduğu kadar acı ve yalnızlığın da paylaşımıdır. Bireyin mutlu ve mutsuz zamanlarını paylaşabileceği bir eşinin olması duygusal ihtiyaçların karşılanması noktasında önemli bir destektir. Öte yandan, evlenemeyen, eş ve çocuk sevgisini tatmayan insanlar, başkalarına karşı sevgi, şefkat konusunda evliler kadar duyarlı olamayabilirler (Mehmedoğlu 2007: 189-190). Bununla birlikte anne ve baba olmanın bireyin mutluluğunda önemli bir rol oynadığı ifade edilebilir.

4. Meslekî Durumuna Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-18. Meslekî Duruma Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Meslekî Durum	N	%	X	S	1	2	3	4
1. İşçi	53	48.4	96.77	14.4	.	-	-	-
2. Memur	81	50	95.56	13.3	-	.	-	-
3. Esnaf	21	1.6	100.24	10.6	-	-	.	-
4. Diğer	99	39	95.69	11.6	-	-	-	.
Genel Toplam	254	100	96.25	12.7				
S.D.=3/250 F=0.86 P>0.05 önemsiz								

Tablo-18'e bakıldığında meslek grupları açısından en yüksek mutluluk puan ortalamasını esnaf grubu almıştır. Bu durumu sırasıyla işçi, diğer ve memur grubu takip etmektedir.

Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmış ve farkın $p>0.05$ düzeyinde önemli olmadığı görülmüştür.

Elde edilen sonuç, “*Meslek grubuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır.

5. Gelir Durumuna Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-19. Gelir Durumuna Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Gelir Durum	N	%	X	S	1	2	3	4	5
1. Çok İyi	11	4.3	107.18	9.6	.	-	-	*	-
2. İyi	92	36.2	97.89	12.2	-	.	-	-	-
3. Orta	124	48.8	95.26	13	-	-	.	-	-
4. Düşük	20	7.9	90.20	11.3	*	-	-	.	-
5. Çok Düşük	7	2.8	92.29	9	-	-	-	-	.
Genel Toplam	254	100	96.25	12.7	*p<0.01				
S.D.=4/249 F=4.09 P<0.01 önemli									

Tablo-19’da görüldüğü gibi, ekonomik açıdan çok iyi durumda olanların mutluluk puan ortalaması diğer gelir düzeylerine göre daha yüksektir. Bu durumu, iyi, orta, çok düşük ve düşük gelir düzeyleri takip etmektedir.

Gruplar arasındaki farkın önemli olup olmadığını tespit etmek amacıyla varyans analizi yapılmıştır. Buna göre, farkın $p<0.01$ düzeyinde önemli olduğu görülmüştür. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında meydana geldiğini belirlemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonucunda farklılığın, 1-4 (Çok iyi / Düşük) arasında olduğu görülmüştür.

Ekonomik olarak çok iyi durumda olanların düşük gelire sahip olanlara göre mutluluk düzeylerinin daha yüksek olması sonucuna göre, “*Gelir durumuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmamıştır.

Yapıcı'nın yaptığı araştırma sonucuna göre gelir düzeyi ile umutsuzluk (2007: 220) ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (2007: 209-210).

6. Öğrenim Durumuna Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-20. Öğrenim Durumuna Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Öğrenim Durumu	N	%	X	S	1	2	3	4
1. Üniversite/Yüksekokul	140	55.1	93.72	12	.	-	-	*
2. Lise ve dengi okul	62	24.4	96.48	11.2	-	.	-	*
3. Ortaokul	16	6.3	96.63	15.7	-	-	.	-
4. İlkokul	36	14.2	105.50	12.2	*	*	-	.
Genel Toplam	254	100	96.25	12.7	*p<0.001			
S.D.=3/250 F=8.98 P<0.001 önemli								

Tablo-20'den de anlaşılacağı üzere en yüksek mutluluk puan ortalamasına sahip olanlar ilkökul mezunları olup öğrenim düzeyi yükseldikçe puan ortalamaları düşmektedir.

Gruplar arasındaki farklılaşmanın önemli olup olmadığını tespit etmek amacıyla varyans analizi yapılmış, sonucun $p<0.001$ düzeyinde önemli olduğu görülmüştür. Yapılan Scheffe testi sonucunda farklılaşmanın 1-4 (Üniversite / Yüksekokul) ve 2-4 (Lise ve dengi okul / Üniversite/ Yüksekokul) arasında olduğu görülmüştür.

Tablodan da görüldüğü gibi ilkökul mezunu olanlar, üniversite ve lise mezunu olanlardan daha yüksek mutluluk düzeyine sahiptir. Bu durum sonuç açısından dikkat çekici olup “Öğrenim durumuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmamıştır.

7. Yaşamlarını En Uzun Geçirdikleri Yerleşim Yerine Göre Bireylerin Mutluluk Düzeyleri

Tablo-21. Yerleşim Yerine Göre Bireylerin Mutluluk Puanlarının İstatistiksel Analizi

Yerleşim Yeri	N	%	X	S	1	2	3	4
1. Köy	25	9.8	101.04	14.6	.	-	-	-
2. Kasaba	4	1.6	100.75	8.5	-	.	-	-
3. İlçe	176	69.3	95.39	12.6	-	-	.	-
4. İl	49	19.3	96.51	11.8	-	-	-	.
Genel Toplam	254	100	96.25	12.7				
S.D.=3/250 F=1.63 P>0.05 önemsiz								

Tablo-21'e göre yaşamlarını en uzun geçirdikleri yerleşim yerine göre, köyde yaşayanlar diğerlerinden daha yüksek mutluluk puan ortalamasına sahip olanlardır. Gruplar arasındaki farklılığın önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi yapılmış ve farkın $p>0.05$ düzeyinde önemli olmadığı görülmüştür.

Elde edilen sonuca göre, “*Yaşamlarını en uzun geçirdikleri yerleşim yerine göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark yoktur.*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır.

D. BİREYLERİN DİNDARLIK ve MUTLULUK PUAN ORTALAMALARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo-22. Dindarlık ve Mutluluk Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Dindarlık ve Mutluluk Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması		N	%	Dindarlık Puan Ortalamaları	Mutluluk Puan Ortalamaları
Cinsiyet	Erkek	118	46.5	109.70	96.84
	Kadın	136	53.5	111.61	95.74
Yaş	20-25	91	35.8	108.70	95.45
	26-30	76	29.9	109.84	95.25
	31-35	87	34.3	113.61	97.95
Medenî Durum	Evli	123	48.4	113.15	98.17
	Bekar	127	50	108.35	94.80
	Diğer	4	1.6	111.50	83
Meslek Grubu	İşçi	53	48.4	111.98	96.77
	Memur	81	50	109.81	95.56
	Esnaf	21	1.6	114.38	100.24
	Diğer	99	39	110.02	95.69
Gelir Durumu	Çok iyi	11	4.3	107.27	107.18
	İyi	92	36.2	113.76	97.89
	Orta	124	48.8	109.62	95.26
	Düşük	20	7.9	106.70	90.20
	Çok düşük	7	2.8	107.29	92.29
Öğrenim Durumu	Üniversite/Yüksekokul	140	55.1	108.44	93.72
	Lise ve dengi okul	62	24.4	111.92	96.48
	Ortaokul	16	6.3	112.56	96.63
	İlkokul	36	14.2	116.75	105.50

Yerleşim Yeri	Köy	25	9.8	115.24	101.04
	Kasaba	4	1.6	113.25	100.75
	İlçe	176	69.3	111.30	95.39
	İl	49	19.3	106.14	96.51

Not: Dindarlık ve mutluluk envanterlerinden alınabilecek en yüksek puan 125'tir.

Tablo-22'ye göre cinsiyet faktörü açısından bireylerin dindarlık puan ortalamasında kadınların, mutluluk puan ortalamasında ise erkeklerin puan ortalaması daha yüksektir. Bununla birlikte bu farklılık, tablo-8 ve tablo-15'te görüleceği üzere anlamlı bir fark değildir.

Yaş değişkeni açısından en yüksek dindarlık puan ortalamasına sahip olanlar 31-35 yaş grubu olup, yaş küçüldükçe ortalamalar da düşmektedir. En yüksek dindarlık ortalamasına sahip olan yaş grubu, mutluluk puan ortalamasında da en yüksek grubu oluşturmaktadır. Bu durum, tablo-9 ve tablo-16'dan da anlaşılacağı gibi, yaş faktörü, dindarlık açısından anlamlı bir farklılık oluşturmakla birlikte, mutluluk açısından anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Medenî durum bakımından evli olanların dindarlık puan ortalamaları, diğerlerinden daha yüksek olup tablo-10'da görüldüğü gibi sonuç da anlamlıdır. Dindarlık puan ortalaması açısından en yüksek ortalamaya sahip olan evlilerin mutluluk puan ortalamasında da en yüksek ortalamaya sahip oldukları tablo-17'de olduğu gibi görülmektedir.

Meslekî durum açısından esnaf grubunun dindarlık ve mutluluk puan ortalamalarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bununla beraber, bu durum, tablo-11 ve tablo-18'de görüleceği üzere meslekî durum açısından dindarlık ve mutluluk arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

Ekonomik açıdan incelendiğinde, en yüksek dindarlık puan ortalamasına sahip olanlar iyi gelir düzeyinde olanlar iken, mutluluk açısından çok iyi gelir düzeyinde olanlar en yüksek ortalamaya sahiptir. Bu sonuç, tablo-12 ve tablo-19'dan da anlaşılabileceği gibi ekonomik açıdan dindarlık ve mutluluk arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, düşük gelir düzeyinde olanlar hem dindarlık hem de mutluluk puan ortalaması bakımından en düşük ortalamaya sahiptir.

Tablo-22'ye bakıldığında, öğrenim düzeyi bakımından ilkökul mezunu olanların dindarlık ve mutluluk puan ortalamasının, diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç, tablo-13 ve tablo-20'de görüleceği üzere anlamlı bir farklılık olup dindarlık puan ortalamaları arttıkça öğrenim düzeyi açısından mutluluk puan ortalamaları da artmıştır.

Yerleşim yeri açısından en yüksek dindarlık ve mutluluk puan ortalamasına sahip olan grup köyde yaşayanlardır. Bu durum tablo-14 ve tablo-21'den de anlaşılabileceği gibi, yerleşim yeri, dindarlık açısından anlamlı bir farklılık oluşturmakla birlikte mutluluk açısından anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır.

Sonuç olarak, araştırmamızda dindarlık ve mutluluk arasındaki ilişkiye bakıldığında $r=0.24$ ve $**p<0.01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre, dindarlık arttıkça mutluluğun da arttığı söylenebilir.

Acaboğa'nın araştırmasında mutlu olmanın ilk nedenleri arasında Allah'a inanmanın ve dinî görevleri yerine getirmenin ön plânda olduğu görülmüştür. Dinî vecibeleri yerine getirmemek ise mutsuzluğun en belirgin sebebi olarak ortaya çıkmıştır (2007: 27).

SONUÇ

Araştırmada ilk yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin cinsiyet, yaş, medenî durum, meslekî durum, gelir düzeyi, öğrenim durumu ve yerleşim yeri olarak yedi bağımsız değişken açısından dindarlık ve mutluluk düzeylerinin tespit edilerek aralarındaki ilişki ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Araştırma sonucunda öne sürülen hipotezlerden onu doğrulanmış, dördü ise doğrulanmamıştır. Araştırmada hipotezler ve değişkenlerle ilgili elde edilen sonuçlar şunlardır:

1. Cinsiyet faktörü açısından erkek ve bayanların dindarlık düzeyleri arasındaki fark önemsiz bulunmuştur. Bu sonuç, 1. hipotezimizi doğrulamıştır.
2. Yaş faktörüne göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasındaki fark önemli bulunmuş, 31-35 yaş grubunda bulunanların dindarlık düzeyinin 20-25 ve 26-30 yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Ulaşılan sonuca göre, 2. hipotezimiz doğrulanmıştır.
3. Medenî durum açısından evlilerin dindarlık düzeyinin bekar ve diğerlerine göre daha yüksek olduğu anlaşılmıştır. Elde edilen sonuç, 3. hipotezimizi doğrulamamıştır.
4. Meslekî duruma göre bireylerin dindarlık düzeyleri açısından fark önemsiz bulunmuştur. Bu durum 4. hipotezimizi doğrulamıştır.
5. Gelir seviyesi açısından iyi durumda olanların dindarlık düzeyi, diğerlerine göre daha yüksektir. Sonuç, 5. hipotezimizi doğrulamamıştır.
6. Öğrenim durumu yükseldikçe dindarlık düzeyinde düşüş olduğu görülmüş ve 6. hipotezimiz doğrulanmıştır.

7. Yerleşim yerine göre köy ve kasabada yaşayanların dindarlık düzeyi ilçe ve ilde yaşayanlara göre daha yüksektir. Elde edilen sonuç, 7. hipotezimizi doğrulamıştır.

8. Cinsiyet faktörü açısından erkek ve bayanların mutluluk düzeyleri arasındaki fark önemsiz bulunmuştur. Bu durum, 8. hipotezimizi doğrulamıştır.

9. Yaş değişkenine göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasındaki fark önemsiz bulunmuş ve 9. hipotezimiz doğrulanmıştır.

10. Medenî durum açısından evlilerin mutluluk düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen sonuç 10. hipotezimizi doğrulamıştır.

11. Meslek grubuna göre bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark bulunmamış ve 11. hipotezimiz doğrulanmıştır.

12. Gelir durumu açısından çok iyi durumda olanların mutluluk düzeyinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç, 12. hipotezimizi doğrulamamıştır.

13. Öğrenim düzeyi yükseldikçe mutluluk düzeyinde düşüş olduğu belirlenmiştir. Sonuca göre, 13. hipotezimiz doğrulanmamıştır.

14. Yerleşim yeri açısından bireylerin mutluluk düzeyleri arasında önemli bir fark bulunmamış ve 14. hipotezimiz doğrulanmıştır.

Araştırma sonucuna göre, dindarlığın mutluluğun artmasında önemli bir etken olması ile birlikte mutluluğu etkileyen pek çok faktörün olabileceği ve araştırma sonucunun genellenmemesi gerektiği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu konuyla ilgili daha fazla sayıda araştırmaya ihtiyaç vardır.

KAYNAKÇA

- Acaboğa, Asiye. 2007. “Din-Mutluluk İlişkisi”.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş: Sütçü İmam Üniversitesi.
- Adivar, A. Adnan . 1980. **Bilim ve Din**. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Adler, Alfred. 1998. **Yaşamının Anlam ve Amacı**. Çev. Kamuran Şipal. İstanbul: Say Yayınları.
- Akarsu, Bedia. 1998. **Felsefe Terimleri Sözlüğü**. İstanbul: İnkılâp Yayınları.
- Akdoğan, Ali. 1989. “Geleneksel Toplumdan Modern Topluma Geçişte Dinî Hayat”. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Samsun: Ondokuzmayıs Üniversitesi.
- Alewneh, Shafiq Falah. 2004. “İnsan Motivasyonu: İslâmî Bir Bakış Açısı”. **Birey ve Din, Din Psikolojisinde Yeni Arayışlar**. Der. Ali Rıza Aydın. İstanbul: İnsan Yayınları., ss. 117-141.
- Allport, Gordon W. 2004. **Birey ve Dini**. Çev. Bilal Sambur. Ankara: Elis Yayınları.
- Alper, Hülya. 2002. **İmanın Psikolojik Yapısı**. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- “Amerikan Üniversitelerinde Yeni Ders: İyilik Yap İyilik Bul, Mutlu Ol”. **Zaman Gazetesi**. (2007, 01, 11): s. 2.
- Apaydın, Halil. 2001. “Kişilik Özelliklerinin Dinî Tutum ve Davranışlara Etkisi”. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Samsun: Ondokuzmayıs Üniversitesi.

Argyle, Michael. 1978. “Dinin Yedi Psikolojik Temeli”. **Eğitim Hareketleri Dergisi**. C. 23, S. 272-273, ss. 7-13.

Arkonaç, Sibel. 1999. **Psikolojide İnsan Modelleri**. İstanbul: Alfa yayınları.

Arlı, Mine, Hamil Nazik. 2003. **Bilimsel Araştırmaya Giriş**. Ankara: Gazi Kitabevi.

Armaner, Neda. 1980. **Din Psikolojisine Giriş**. C. 1. Ankara: Ayyıldız Matbaa.

Aydın, Ali Rıza. 1995. “Dinî İnkârın Psiko-Sosyal Nedenleri”. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Samsun: Ondokuzmayıs Üniversitesi.

_____. 2004. **Birey ve Din, Din Psikolojisinde Yeni Arayışlar**. Der. Ali Rıza Aydın. İstanbul: İnsan Yayınları.

_____. 2004. “Din ve Psikoloji İlişkisi Üzerine”. **Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**. S. 1, ss. 15-29.

Aytaç, Serpil. 2000. **Psikolojiye Giriş, İnsanı Anlama Çabası**. Bursa: Ezgi Kitabevi.

Ayten, Ali. 2006. “William James (1842-1910) ve Din Psikolojisinde Tecrübe Merkezli Bir Yaklaşım”. **İslâmî Araştırmalar Din Psikolojisi Özel Sayı**. C. 19, S. 3, ss. 457-464.

Baetz, Marilyn v.d. 2006. “How Spiritual Values and Worship Attendance Relate to Psychiatric Disorders in the Canadian Population”. **Canadian Journal of Psychiatry**. September, Vol. 51, no 10, pp. 657-661.

Bahadır, Abdülkerim. 1999. “Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din”. Yayınlanmış Doktora Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi.

_____. 2000. “Psikoterapide Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Victor Frankl”. **Uludağ Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi**. C. 9, S. 9, ss. 469-482.

Baymur, Feriha. 1972. **Genel Psikoloji**. İstanbul: İnkılâp Yayınları.

Binbaşoğlu, Cavit. 1990. **Gelişim Psikolojisi**. Ankara: Kadioğlu Matbaa.

Büyüköztürk, Şener. 2005. **Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı**. Ankara: Pegema Yayınları.

Carlson, Richard. 2004. **Huzurlu Olmak İstiyorsanız Ufak Şeyleri Dert Etmeyin, Hepsi De Ufak Şeylerdir**. Çev. Esat Ören. İstanbul: Alkım Yayınları.

Carnegie, Dale. 1998. **Üzüntüsüz Yaşama Sanatı**. Çev. Zafer Meşe. İstanbul: Hayat Yayınları.

Carrel, Alexis, 2005. **İnsan Denen Meçhul**. Çev. Ömer Durmaz. İstanbul: Hayat Yayınları.

Cevizci, Ahmet. 2002. **Felsefe Sözlüğü**. İstanbul: Paradigma Yayınları.

Chevalier, Jean. 1986. “Din Fenomeni”. Çev. Mehmet Aydın. **Ankara Üniversitesi İlâhiyât Fakültesi Dergisi**. C. 28, ss. 79-125.

Clark, Walter Houston. 1958. **The Psychology of Religion: An Intraduction to Religious Experience and Behavior**. New York: The Macmillan Company.

_____. 2004. “İman Problemi”. **Birey ve Din, Din Psikolojisinde Yeni Arayışlar**. Der. Ali Rıza Aydın. İstanbul: İnsan Yayınları, ss. 61-83.

Cüceloğlu, Doğan. 2004. **İnsan ve Davranışı**. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Daryal, Ali Murat. 1999. **Dinî Hayatın Psiko-Sosyal Temelleri**. İstanbul: M.Ü.İ.F.V. Yayınları.

Doğan, Mehmet. 1990. **Büyük Türkçe Sözlük**. Ankara: Rehber Yayınları.

Ekşi, Halil. 2001. “Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi.

Elias, John L. 1986. **Studies in Theology and Education**. Malabar, Florida: Robert E. Krieger Pub.

Ellison, Christopher G. v. d. 2001. “Religious Involvement, Stres and Mental Health: Findings from the 1995 Detroit Area Study”. **Social Forces**. September, vol 80, no 1, pp. 215-249.

Erikson, Erik H. 1987. “The Human Life Cycle”. **A Way of Looking at Things**. Ed. Stephen Schlein. New York: W. W. Norton and Company, pp. 595-610.

Esed, Muhammed. 1997. **Kur’an Mesajı, Meal-Tefsir**. İstanbul: İşaret Yayınları.

“Fakir Ülke Gençleri Zenginlerden Daha Mutlu”. **Zaman Gazetesi**. (2006, 11, 21): s. 32.

Frankl, Victor E. 1998. **İnsanın Anlam Arayışı**. Çev. Selçuk Budak. Ankara: Öteki Yayınları.

Fromm, Erich. 2003a. **Sahip Olmak ya da Olmamak**. Çev. Aydın Arıtan. İstanbul: Arıtan Yayınları.

_____. 2003b. **Psikanaliz ve Din**. Çev. Aydın Arıtan. İstanbul: Arıtan Yayınları.

Fordham, Frieda. 2001. **Jung Psikolojisinin Ana Hatları**. Çev. Aslan Yalçınır. İstanbul: Say Yayınları.

Geçtan, Engin. 1997. **İnsan Olmak**. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Güngör, Erol. 1982. **İslam Tasavvufunun Meseleleri**. İstanbul: Ötüken Yayınları.

_____. 1998. **Ahlâk Psikolojisi ve Sosyal Ahlâk**. İstanbul: Ötüken Yayınları.

Hallahmi, Beit Benjamin, Michael Argyle. 2000. “Dindarlığın Etkileri I”. Çev. Adem Şahin. **Selçuk Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi**. S. 10, ss. 453-472.

Hayta, Akif. 2002. “İbadetler ve Ruh Sağlığı”. **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi**. Der. Hayati Hökelekli. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, ss. 117-147.

_____. 2000. “U.Ü.İ.F. Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı İlişkisi Üzerine Bir İnceleme”. **Uludağ Üniversitesi İlâhiyât Fakültesi Dergisi**. C. 9, S. 9, ss. 487-502.

Holm, Nils G. 2004. **Din Psikolojisine Giriş**. Çev. Abdülkerim Bahadır. İstanbul: İnsan Yayınları.

Hopson, R. 1996. "The 12-Step Pram". **Religion and the Clinical Practice of Psychology**. Ed. E. Shafranske. Washington DC: American Psychological Association, pp. 533-560.

Hökelekli, Hayati. 1993. **Din Psikolojisi**. Ankara: TDV Yayınları.

İbn Manzur, Muhammed b. Mükerrrem. **Lisânü'l-Arab**. C. 1.

Idinopulos, Thomas A. 1999. "Din Nedir?". Çev. Temel Yeşilyurt. **Harran Üniversitesi İlahiyât Fakültesi Dergisi**. V, ss. 151-166.

El- İsfehânî, er- Râğıp. 1986. **el- Müfredât fî Garibi'l-Kur'an**. İstanbul: Kahraman Yayınları.

James, William. 1936. **The Varieties of Religious Experience**. New York: The Modern Library.

Jung, Carl Gustav. 1998a. **Psikoloji ve Din**. Çev. Raziye Karabey. İstanbul: Okyanus Yayınları.

_____. 1998b. **Analitik Psikolojinin İlkeleri**. Çev. Kamuran Şipal. İstanbul: Cem yayınları.

_____. 2003. **İnsan Ruhuna Yöneliş**. Çev. Engin Büyükinâl. İstanbul: Say Yayınları.

_____. 2002. **Anılar, Düşler ve Düşünceler**. Çev. İris Kantemir. İstanbul: Cem Yayınları.

Kaptan, Saim. 1993. **Bilimsel Araştırma ve İstatistik Teknikleri**. Ankara: Tek Işık Web Ofset Yayınları.

- Karaca, Faruk. 2000. **Ölüm Psikolojisi**. Ankara: Beyan Yayınları.
- Kaya, Mevlüt. 1998. **Din Eğitiminde İletişim ve Dinî Tutum**. Samsun: Etüt Yayınları.
- Kayıklık, Hasan. 2006. “Bireysel Dindarlığın Boyutları ve İnanç-Davranış Etkileşimi”. **İslâmî Araştırmalar Din Psikolojisi Özel Sayı**. C. 19, S. 3, ss. 492-498.
- Kennedy, Garry J. v. d. 1996. “The Relation of Religious Prefence and Practice to Depressive Symptoms among 1,855 Older Adults”. **Journal of Gerontology**. Vol. 51B, no 6, pp. 301-308.
- Klein, Stefan. 2004. **Mutluluğun Formülü**. Çev. Ogün Duman. Ankara: Arkadaş Yayınları.
- Koenig, Harold G. 2001/20002. “Religion and Medicine II: Religion, Mental Health and Related Behaviors”. **International Journal of Psychiatry in Medicine**. Vol.31, no 1, pp. 97-109.
- Köylü, Mustafa. 2000. **Yetişkin Din Eğitiminin Teorik Temelleri**. Samsun: Etüt Yayınları.
- Kula, Naci. 2001. **Kimlik ve Din**. İstanbul: Ayışığı Kitapları.
- Kurt, İhsan. 2000. **Yetişkin Eğitimi**. Ankara: Nobel Yayınları.
- Lama, Dalai, Howard C. Cutler, M.D. 2003. **Mutluluk Sanatı**. Çev. Güneş Tokcan. İstanbul: Klan Yayınları.
- Link, Henry C. 1979. **Çağımızda Dine Dönüş**. Çev. Nahit Oralbi. İstanbul: Dergah Yayınları.

Maltz, Maxwell, Raymond Charles Barker. 1995. **Psiko-Sibernetik, Mutluluğu Yakalama Sanatı**. Çev. Işın Tuzcular. İstanbul: Aklın Kitaplar Yayınları.

Mardin, Şerif. 2003. **Din ve İdeoloji**. İstanbul: İletişim Yayınları.

Mehmedoğlu, Ali Ulvi. 2007. **Tanrıyı Tasavvur Etmek**. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

_____. 1999. “Dindarlarda ve Dindar Olmayanlarda Kişilik Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma”. Yayımlanmış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi.

Merter, Mustafa. 2006. **Dokuz Yüz Katlı İnsan**. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Nasr, Seyyid Hüseyin. 1999. **Bilgi ve Kutsal**. İstanbul: İz Yayınları.

Necati, Muhammed Osman. 2000. **Hadis ve Psikoloji**. Çev. Mustafa Işık. Ankara: Fecr Yayınları.

Onur, Bekir. 2006. **Gelişim Psikolojisi**. Ankara: İmge Yayınları.

Özdoğan, Öznur. 2005. **İsimsiz Hayatlar, Manevî ve Psikolojik Yaklaşımla Arınma ve Öze Dönüş**. Ankara: Lotus Yayınları.

Pazarlı, Osman. 1968. **Din Psikolojisi**. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Peker, Hüseyin. 2003. **Din Psikolojisi**. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Prager, Dennis. 1998. **Mutluluk Ciddi Bir Sorundur**. Çev. Orhan Tuncay. İstanbul: Alkım Yayınları.

Pratt, James B. 1948. **The Religious Consciousness: A Psychological Study**. New York: The Modern Library.

Saraç, M. Ender. 2007. **Ruhsal Gelişim ve Kader**. İstanbul: Doğan Yayınları.

Sayar, Kemal. 2006. **Ruh Hâli, Bireysel Mutluluk-Sosyal Mutluluk**. İstanbul: Timaş Yayınları.

_____. 2007. **Yavaşla! Bu Hayattan Bir Defa Gececeksin**. İstanbul: Alkım Yayınları.

_____. 2000. **Sufi Psikolojisi**. İstanbul: İnsan Yayınları.

Seçme Hadisler. 1992. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Selçuk, Ziya. 2000. **Gelişim ve Öğrenme**. Ankara: Nobel Yayınları.

Seyidoğlu, Halil. 2003. **Bilimsel Araştırma ve Yazma El Kitabı**. İstanbul: Güzem Can Yayınları.

Subaşı, Necdet. 2002. “Türkiye Dindarlığı: Yeni Tipolojiler”. **İslâmiyât Dergisi**. C. 5, S. 4, ss. 17-40.

Şentürk, Habil. 2000. **İbadet Psikolojisi**. İstanbul: İz Yayınları.

_____. 1997. **Din Psikolojisi**. Konya: Esra Yayınları.

Taplamacıoğlu, Mehmet. 1963. “Yaşlara Göre Dinî Yaşayışın şiddet ve Kesafeti Üzerine Bir Anket Denemesi”. **Ankara Üniversitesi İlahiyât Fakültesi Dergisi**. C. 10, ss.141-151.

Tarhan, Nevzat. 2006. **Kendinizle Barışık Olmak, Duyguların Eğitimi**. İstanbul: Timaş Yayınları.

_____. 2005. **Mutluluk Psikolojisi, Stresi Mutluluğa Dönüştürmek**. İstanbul: Timaş Yayınları.

Tümer, Günay. 1986. “Çeşitli Yönleriyle Din”. **Ankara Üniversitesi İlahiyât Fakültesi Dergisi**. C. 28, ss.213-248.

Türkçe Sözlük. 2005. Ankara: TDK Yayınları.

Uysal, Veysel. 1994. **Psiko-Sosyal Açıdan Oruç**. Ankara: TDV Yayınları.

Ünal, Nurten. 1998. “Dinî İnanç ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi.

Vergote, Antoine. 1999. **Din, İnanç ve İnançsızlık**. Çev. Veysel Uysal. İstanbul: M.Ü. İ.F.V. Yayınları.

Yalom, Irvın D. 2006. **Din ve Psikiyatri**. Çev. Emre Ağanoğlu. İstanbul: Merkez Kitaplar.

Yaparel, Recep. 1987a. “Dinin Tarifi Mümkün mü?”. **Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyât Fakültesi Dergisi**. IV, ss. 403-414.

_____. 1987b. “Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.

Yapıcı, Asım. 2007. **Ruh Sağlığı ve Din**, Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık. Adana: Karahan Kitabevi.

Yazır, Hamdi. 1992. **Hak Dili, Kur'an Dili**. Sad. İsmail Karaçam. C.1. İstanbul: Azim Dağıtım.

Yıldız, Hasan. 1997. “Kur'an'da Mutluluk”. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.

EK 1**KİŞİSEL BİLGİ ANKETİ****Açıklama**

Bu anket, yüksek lisans çalışmasında kullanılmak üzere düzenlenmiştir. Amacımız, sizden aldığımız veriler doğrultusunda dindarlık ve mutluluk arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Düzenlenen bu anket, yalnızca bilimsel bir amaç için kullanılacaktır. Bu nedenle sizlerden ad ve soyad gibi kimlik bilgileri istenmemektedir.

Araştırmanın bilimsel ve güvenilir olması sizin vereceğiniz cevapların samimiyetine bağlıdır. Lütfen, anket formunu doldururken hiçbir soruyu atlamayın ve size en uygun ifadeyi (X) işareti ile belirtiniz.

Araştırmaya verdiğiniz destekten dolayı hepinize teşekkür ederim.

Doç. Dr. Ali Rıza AYDIN
Tez Danışmanı

Rüveyda Efdal AYDEMİR
19 Mayıs Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz?

1.() Erkek

2.() Kadın

2. Yaşınız?

1.() 20-25 2.() 26-30 3.() 31-35

3. Medenî durumunuz?

1.() Evli 2.() Bekar 3.() Diğer

4.Meslek grubunuz?

1.() İşçi 2.() Memur 3.() Esnaf 4.() Diğer

5. Gelir durumunuz?

1.() Çok iyi 2.() İyi 3.() Orta 4.() Düşük 5.() Çok düşük

6.Öğrenim durumunuz?

1.() Üniversite/ Yüksekokul

2.() Lise ve dengi okul

3.() Ortaokul

4.() İlkokul

5.() Okur-yazar değil

7. Hayatınızın büyük çoğunluğunun geçtiği yer?

1.() Köy 2.() Kasaba 3.() İlçe 4.() İl

EK 2**DİNDARLIK ENVANTERİ****Açıklama**

Bu anket, dindarlık ile ilgili bilgi edinmeyi amaçlamaktadır. Anket formunda yer alan cümleler için 5) Kesinlikle katılıyorum, 4) Katılıyorum, 3) Kararsızım, 2) Katılmıyorum, 1) Kesinlikle katılmıyorum şeklinde seçenekler sunulmuştur. Sizin düşünce ve tutumlarınıza en uygun ifadeyi (X) işareti koyarak belirtiniz.

Yardımlarınız için teşekkür ederim.

DİNDARLIK ENVANTERİ		5. Kesinlikle katılıyorum	4. Katılıyorum	3. Kararsızım	2. Katılmıyorum	1. Kesinlikle katılmıyorum
1.	Allah'ın varlığına kesinlikle inanıyor ve bu konuda hiç şüphe duymuyorum.	()	()	()	()	()
2.	Çağdaş dünyada insanlığın karşılaştığı önemli sorunların çoğu, dinî inançların ciddiye alınmamasından kaynaklanmaktadır.	()	()	()	()	()
3.	Müslümanların kutsal kitabı Kur'an-ı Kerim ayet ve surelerden meydana gelmiştir.	()	()	()	()	()
4.	Beş vakit namazımı düzenli olarak kılıyorum.	()	()	()	()	()
5.	Hz. Muhammed'in Allah'ın kulu ve peygamberi olduğuna inanıyor ve bu konuda hiç kuşku duymuyorum.	()	()	()	()	()
6.	Hac ibadeti, maddî ve bedenî durumu müsait olanların yerine getirmesi gereken bir dinî görevdir.	()	()	()	()	()
7.	Namaz kılarken, dua ederken, oruçlu iken Allah'a yakın olduğumu düşünerek bir türperti ve heyecan duyarım.	()	()	()	()	()
8.	Kur'an-ı Kerim'in Allah'ın kelamı olup ayetlerin hepsinin gerçek olduğuna ve değişmeden günümüze ulaştığına inanıyorum.	()	()	()	()	()
9.	Dua hayatımda önemli bir yere sahiptir.	()	()	()	()	()
10.	Günlük hayatımda, yapacağım işlerde Allah'ın nasıl davranmamızı istediğini düşünerek karar veriyorum.	()	()	()	()	()
11.	Hz. Peygamberin arkadaşlarına "Ashab", ondan sonra devlet idaresinin başına geçen kimselere de "Halife" denir.	()	()	()	()	()
12.	İnsan, kazancının bir kısmını fakirlere zekat ve sadaka olarak vermelidir.	()	()	()	()	()
13.	Orucumu aksatmadan tutarım.	()	()	()	()	()
14.	"Cennet annelerin ayakları altındadır." sözü bana anlamlı geliyor.	()	()	()	()	()
15.	Ahiret gününe ve öldükten sonra tekrar dirileceğime inanıyor ve bu konuda hiç şüphe duymuyorum.	()	()	()	()	()
16.	Dinî kuralların tam uygulanması halinde toplumdaki bütün haksızlıkların ve adaletsizliklerin ortadan kalkacağına inanıyorum.	()	()	()	()	()
17.	Dinî inançları olmayan bir kimse bana göre organlarından biri eksik olan insan gibidir.	()	()	()	()	()
18.	Allah'ın beni her yerde gördüğüne inandığımdan günah işlemekten kaçınıyorum.	()	()	()	()	()
19.	Bizim Allah'tan geldiğimizi ve tekrar O'na döneceğimizi hatırladıkça ölümden pek korkmuyorum.	()	()	()	()	()
20.	Dinî inanç ve düşüncelerim olmasaydı hayat biçimim şimdikinden daha kötü olurdu.	()	()	()	()	()
21.	Dinî inançları olmayan insanların da ahlaklı bir hayat sürdürebileceklerine inanıyorum.	()	()	()	()	()
22.	"Dua ve ibadet olmasaydı, çoktan çıldırdım!" sözü bana çok anlamsız görünüyor.	()	()	()	()	()
23.	İçki, kumar, faiz, falcılık, büyücülük ve domuz eti yemek büyük günahlardandır.	()	()	()	()	()
24.	Düzenli olarak Kur'an okurum.	()	()	()	()	()
25.	İbadetlerimi tam olarak yerine getirebilecek kadar bilgiye sahibim.	()	()	()	()	()

EK 3**MUTLULUK ENVANTERİ****Açıklama**

Aşağıdaki mutluluk envanterinde bireylerin duygu ve düşünce olarak kendilerini ifade eden cümleler verilmiştir. Sizden istenilen bu ifadelerle ilgili ne düşündüğünüzü ve ne hissettiğinizi ortaya koymaktır. Bunun için, 5) Tam benim gibi, 4) Benim gibi, 3) Kararsızım, 2) Benim gibi değil, 1) Hiç benim gibi değil, şeklinde seçenekler sunulmuştur.

Araştırmanın güvenilir olması sizlerin ifadeleri samimi olarak değerlendirmenize bağlıdır. Lütfen her cümle için size en uygun ifadeyi (X) işareti koyarak belirtiniz. Tüm maddeleri işaretlemeyi unutmayınız.

Yardımlarınız için hepinize teşekkür ederim.

MUTLULUK ENVANTERİ		5. Tam benim gibi	4. .Benim gibi	3. Kararsızım	2. Benim gibi değil	1. Hiç benim gibi değil
1.	Gelecek konusunda ümitliyim.	()	()	()	()	()
2.	Yaşamımdaki her şeyden oldukça memnunum.	()	()	()	()	()
3.	Hayatımın kontrolüm altında olduğuna inanıyorum.	()	()	()	()	()
4.	Hayatın ödüllere dolu olduğunu düşünüyorum.	()	()	()	()	()
5.	Yaşam tarzımdan memnunum.	()	()	()	()	()
6.	Olaylar üzerinde her zaman olumlu bir etki gücüne sahibim.	()	()	()	()	()
7.	Hayatı seviyorum.	()	()	()	()	()
8.	Başkalarına karşı oldukça ilgiliyim.	()	()	()	()	()
9.	Tüm kararlarımı rahatlıkla alabilirim.	()	()	()	()	()
10.	Kendimi sorumluluk alabilecek güçte hissediyorum.	()	()	()	()	()
11.	Daima dinlenmiş olarak uyanırım.	()	()	()	()	()
12.	Oldukça enerjik bir insanım.	()	()	()	()	()
13.	Tüm dünya bana güzel görünür.	()	()	()	()	()
14.	Zihinsel olarak kendimi zinde hissederim.	()	()	()	()	()
15.	İnsanları severim.	()	()	()	()	()
16.	Geçmişteki olaylar bana son derece hoş gözüktür.	()	()	()	()	()
17.	Daima keyifliyorum.	()	()	()	()	()
18.	Her zaman istediklerim olmuştur.	()	()	()	()	()
19.	Arzuladığım bir şeyi yapmak istediğimde ona zaman ayırabilirim.	()	()	()	()	()
20.	Başkalarıyla birlikte olmaktan daima zevk alırım.	()	()	()	()	()
21.	Hayatımın bir amacı ve anlamı var.	()	()	()	()	()
22.	Başkalarına karşı daima neşeli ve olumlu bir etkiye sahibim.	()	()	()	()	()
23.	Dünyanın harika bir yer olduğunu düşünüyorum.	()	()	()	()	()
24.	Güler yüzlü bir insanım.	()	()	()	()	()
25.	Kendimi çekici buluyorum.	()	()	()	()	()

EK 4

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı :	Rüveyda Efdal AYDEMİR
Doğum Yeri ve Tarihi :	BAFRA
Eğitim Durumu	
Lisans Öğrenimi :	Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenliği
Yüksek Lisans Öğrenimi :	
Bildiği Yabancı Diller :	
Bilimsel Etkinlikleri :	
İş Deneyimi	
Uygulamalar :	
Projeler:	
Çalıştığı Kurumlar:	Milli Eğitim Bakanlığı
İletişim	
E-Posta Adresi :	ruveydaefdal@mynet.com
Telefon:	
İş:	
Ev:	
Cep:	
Tarih:	