

DİNDARLIK, HAYAT MEMNUNİYETİ İLİŞKİSİNDE DİNÎ BAŞA ÇIKMANIN ROLÜ NEDİR? EMEKLİLER ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Ali AYTEN*
Refik YILDIZ**

Öz

Makale, dindarlık, dinî başa çıkma ve hayat memnuniyeti arasındaki ilişki ve etkileşimi konu edinmektedir. Bu çerçevede emekliler üzerinde yapılan çalışmada, dindarlığın dinî başa çıkma ve hayat memnuniyeti üzerindeki rolünü ve dindarlık hayat memnuniyeti arasındaki ilişkide dinî başa çıkmanın aracı rolünü tespit etmek amaçlanmıştır. Ayrıca cinsiyet ve medeni durum değişkenlerinin dinî başa çıkma ve hayat memnuniyetiyle ilişkisi de araştırılmıştır. Araştırma, yaşları 41 ile 89 arasında değişen 200 emekli üzerinde gerçekleştirilmiştir. Dindarlık Ölçeği, Dinî Başa Çıkma Ölçeği ve Hayat Memnuniyeti Ölçeği'nden oluşan anket formu uygulanmıştır. Araştırmada ulaşılan bulgulara göre, emeklilerin "Hayra Yorma" ve "Allah'a Yönelme" gibi olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma eğilimi yüksektir. Ayrıca hayat memnuniyeti düzeyleri ortanın üzerindedir. Cinsiyet dinî başa çıkmanın "Dini Yalvarma" ve "Manevi Hoşnutsuzluk" alt boyutlarında anlamlı bir farklılık oluştururken, bireylerin hayat memnuniyeti düzeylerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Dindarlık hem olumlu dinî başa çıkma hem de hayat memnuniyeti üzerinde olumlu etkiye sahiptir. Olumlu dinî başa çıkmanın, dindarlık ile hayat memnuniyeti ilişkisinde kısmen aracı bir rolünün olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Dindarlık, Dinî Başa Çıkma, Hayat Memnuniyeti, Emeklilik, Hayra Yorma, Aracı değişken.



What is the Role of Religious Coping Activities on the Relationship between Religiosity and Life Satisfaction? A Study On Retirees

Abstract

This article examines the relationship between religiosity, religious coping and life satisfaction among retired people. Socio-demographic variables (gender, marital status etc.) are also examined in the study. Correlational survey method and questionnaire technique are used. The sample covers 200 retirees whose age

* Doç. Dr., Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Anabilim Dalı, aliyten@marmara.edu.tr

** Üsküdar İmam Hatip Ortaokulu Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmeni, refikyildiz55@hotmail.com

range is from 41 to 99. "Religiosity Scale", "Religious Coping Scale", and "The Satisfaction with Life Scale" are applied. The findings indicate that retired people had the highest scores in two subscales of religious coping: "Heading towards God" and "Benevolent Religious Reappraisal". According to findings they also had high scores in life satisfaction. Gender was only significant variable on "Religious Pleading" and "Spiritual Discontentment" subscales. There was no significant relationship between gender and life satisfaction. According to regression analysis religiosity has positive effect on both positive religious coping and life satisfaction. Findings also indicated that positive religious coping is partial mediating factor on the relationship between religiosity and life satisfaction. Implications of these results and suggestions for future research are discussed.

Keywords: Religiosity, Religious Coping, Life Satisfaction, Spirituality, Mediating Factor, Benevolent Religious Reappraisal, Religious Pleading, Spiritual Discontentment.

Giriş

282 | db

Psikolojinin ilk dönemlerinden itibaren teorisyenler, gündelik hayatta karşılaşılan sorunların üstesinden gelmede dinin rolüne dair açıklamalarda bulunmuşlardır. Hem William James¹, Sigmund Freud² ve Carl Gustav Jung³ gibi ilk dönem hem de Erich Fromm⁴ ve Viktor Frankl⁵ gibi din ve sağlık ilişkisiyle ilgilenen sonraki dönem sosyal bilimcileri inancın bireysel ve toplumsal problemlerdeki teselli edici, sağaltıcı, kontrol kazandırıcı, güven telkin edici ve anlam kazandırıcı fonksiyonları üzerinde durmuşlardır. Ancak dinî içerikli tutum ve davranışların sağlık sorunları yaşama, doğal felaketlere maruz kalma, kaza geçirme, ekonomik sıkıntı çekme, ailevi problemler yaşama vb. bireyin istemediği ve beklemediği problemlerle karşılaştığı durumlardaki rolüne dair en kapsamlı teori, klinik psikolog Kenneth Pargament tarafından ortaya konmuştur. Pargament hayatta türlü türlü sıkıntılarla karşılaşan bireyin başına gelen sıkıntıların "nedenine" dair bir sorgulama süreci yaşadığını ve nedensel yüklemelerde bulunduğunu, karşılaştığı sorunlara çözüm üretmek için dinî ve manevî değerlerden de destek aldığını, bu sürecin ise "dinî başa çıkma süreci" olarak değerlendirilebileceğini ifade etmiştir. Ona göre dinin bireyin problemlerle başa çıkma sürecinde teselli etme, anlam kazandırma, kontrol ve güven duygusu

¹ William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, The Fontana Library, London 1960.

² Sigmund Freud, *The Future of an Illusion*, Penguin Freud Library, London 1991.

³ Carl G. Jung, *Analitik Psikolojinin Temel İlkeleri* (Çev. K. Şipal), Bozak Yayınları, İstanbul 1982.

⁴ Erich Fromm, *Sahip Olmak ya da Olmak* (Çev. A. Arıtan), 3. Baskı, Arıtan Yayınları, İstanbul 1991.

⁵ Viktor E. Frankl, *Psikoterapi ve Din: Bilinçdışıdaki Tanrı* (Çev. Z. Taşkın), Say Yayınları, İstanbul 2014.

verme, yakınlık ve sosyal destek sunma ve manevî ve kişilik gelişimi bakımından olgunlaşma sürecine katkıda bulunma gibi fonksiyonları olabilir.⁶ Bu çerçevede kişi hayata karşı yöneliminde dinî bir bakış açısına sahipse herhangi bir zorluk yaşadığı, anlam ve kontrol duygusunu kaybettiği durumlarda, yaşadıklarını kutsal bir alanla ilişkilendirme, sabretme, tevekkül etme, hayra ya da şerre yorma, imtihan edildiğini düşünme, cezalandırıldığı fikrine kapılma, ibadet etme, Allah'ın kudretine ve merhametine sığınma, Yüce Kudret'e öfkelenerek O'nun varlığı ve gücünü sorgulama, ümitsizliğe kapılma gibi olumlu ya da olumsuz yönden dinî ve manevî içerikli tutum ve davranışlar içerisinde bulunabilir.⁷

Dinî başa çıkma sürecinde kişinin dindarlık düzeyi ve niteliği temel belirleyici unsurdur.⁸ Ayrıca olumlu ve olumsuz yönleriyle bu tür bir dinî başa çıkma süreci kişinin ruhsal ve fiziksel sağlığını, iyi oluşunu, hayat memnuniyetini ve mutluluğunu artırıcı veya azaltıcı rol oynayabilir. Nitekim başa çıkma ve sağlık ilişkisine dair araştırmalar, olumlu dinî başa çıkmanın sağlığı destekleyici olumsuz dinî başa çıkmanın ise bu bağlamda azaltıcı etkisinin olabileceğini göstermiştir.⁹ İnsan, hayatının her devresinde farklı problemlerle karşılaşabilir. Ancak gelişimsel açıdan düşünüldüğünde bazı dönemlerde o döneme has sorunların ortaya çıkabileceği görülmektedir. Örneğin; ergenlikteki kimlik krizine bağlı problemler, ilk yetişkinlik döneminde meslek, hayatına atılma ve aile kurma gibi sorunlar, yaşlılıkta ise sağlık problemleri öne çıkmaktadır. Her dönemde bireyin bu sorunlarla başa çıkma sürecinde dinî inanç ve değerlerden destek alması mümkündür. Özellikle son yetişkinlik ve yaşlılık döneminin önemli unsurlarından olan emeklilik de insan ömründe kendine has bazı sorunları beraberinde getirebilen bir dönemdir. Sosyal

⁶ Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*, The Guilford Press, New York 1997, ss. 190-240.

⁷ Ali Ayten, *Tanrıya Sığınmak: Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-sosyal Bir Araştırma*, İz Yayıncılık, İstanbul 2012, ss. 30-33.

⁸ Ayten, *Tanrıya Sığınmak*, s. 40.

⁹ Kenneth I. Pargament, Harold Koenig ve Liza Perez, The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 2000, 56 (4), ss. 519-543; Keisha Ross ve diğerleri, The Relationship Between Religion and Religious Coping: Religious Coping as a Moderator Between Religion and Adjustment. *Journal of Religion and Health*, 2009, 48, ss. 454-467; Kenneth I. Pargament ve diğerleri, Religious Coping Among the Religious: The Relationships Between Religious Coping and Well-being in a National Sample of Presbyterian Clergy, Elders, and Members. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 2001, 40 (3), ss. 497-513.

statünün kaybı, anlam krizleri, meşgale problemi, alışkanlıkların bozulması, ekonomik kayıplardan kaynaklanan sorunlar, yalnızlık vb.¹⁰ Bu tür sorunlarla emeklilik son yetişkinlik ve yaşlılık dönemindeki sorunların artmasında ve çeşitlenmesinde rol oynamaktadır. Bu nedenle bu dönemdeki başa çıkma süreci ve bireylerin dini bu sürece “ne kadar” ve “ne yönde” dahil ettikleri araştırılmaya değerdir.

Alan yazın incelendiğinde, dinî başa çıkma konusunun Batı’da özellikle 1990’lı yıllarda artış göstererek pek çok araştırmacı tarafından çalışıldığını görmek mümkündür. Ülkemizde ise dinî başa çıkmayla ilgili çalışmaların 2000’li yıllardan sonra başladığını ve son on yılda hızlı bir şekilde arttığını söyleyebiliriz. Ülkemizde bu çerçevede dinî başa çıkmanın öncelikle dindarlık¹¹ olmak üzere pek çok konuyla ilişkilendirildiğini görmekteyiz. Örneğin dinî başa çıkma konusu fiziksel ve ruhsal sağlık¹², iyi oluş¹³, hayat memnuniyeti¹⁴, psikolojik dayanıklılık¹⁵ ve kişilik¹⁶ gibi konularla ilişkilendirilerek pek çok araştırmacı tarafından çalışılmıştır. Çalışmalarda genel

- ¹⁰ Philippe Hofman, *Yeni Bir Başlangıç: Emeklilik* (Çev. Z. Önen), İletişim Yayınları, İstanbul 2005.
- ¹¹ Ayşe Şentepe, Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dinî Başa Çıkma. *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2009; Derrick Klaassen, Marvin McDonald ve Susan James, Advance in the Study of Religious and Spiritual Coping, *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (Eds. Paul Wong-Lilian Wong), Springer, New York 2006, ss. 112-13; İlhan Topuz, Dinî Gelişim Seviyeleriyle Dinî Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, *Doktora Tezi*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa 2003, s. 119.
- ¹² Özlem Aydın, Yaşamı Sürdürmede Dinî İnancın Rolü. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 2011; Muharem Cufta, Kansere Hastalığı ile Başa Çıkma Dinî İnanç ve Tutumların Rolü, *Doktora Tezi*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa 2014; Ahmet Canan Karakaş, Gerçeklik Terapisi Yönelimli Dini Başa Çıkma Psikoeğitim Programının Affetme Esnekliği, Empati ve Stresle Başa Çıkma Üzerine Etkileri, *Doktora Tezi*, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya 2014.
- ¹³ Dariusz Krok, The Role of Meaning in Life Within the Relations of Religious Coping and Psychological Well-Being, *Journal of Religion and Health*, 54, ss. 2292-2308; Hisham Abu Raiya, Liat Hamama ve Fatima Fokra, Contribution of Religious Coping and Social Support to the Subjective Well-Being of Israeli Muslim Parents of Children with Cancer: A Preliminary Study, *Health & Social Work*, 40 (3), 2015, ss. 83-91.
- ¹⁴ Ali Ayten, *Tanrıya Sığınmak: Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-sosyal Bir Araştırma*, İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
- ¹⁵ S. Nazlı Batan ve Ali Ayten, Dinî Başa Çıkma, Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu İlişkisi Üzerine Bir Araştırma, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 2015, 15 (3), ss.67-92.
- ¹⁶ Harold Koenig ve diğerleri, Religious Coping and Personality in Late Life, *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 5 (2), 1990, ss. 123-131.

populasyonun¹⁷ yanı sıra öğrenciler (üniversite, Kuran Kursu vb.) ve öğretmenler¹⁸, depremzedeler¹⁹, mülteciler²⁰, hastalar ve hasta yakınları²¹, engelliler²², yaşlılar²³ şehit yakınları ve gaziler,²⁴ yakınıni kaybedenler²⁵, farklı gelişim özellikleri gösteren çocukların aileleri²⁶ LGBT bireyler²⁷ vb. farklı gruplardan örneklemeler seçilmiştir. Bu araştırmada bu örneklemelere emekliler ilave edilmektedir. Ba-

¹⁷ Mustafa Koç, Dinsel Pratiklerin Sıklık Düzeyleri İle Dinî Başa Çıkma Arasındaki İlişki: Ergenler Üzerine Ampirik Bir Araştırma, *Bilimname*, 16 (1), 2009, ss. 140-182; Ahmet C. Karakaş ve Mustafa Koç, Stresle Başa Çıkma ve Dinî Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3 (3), 2014, ss. 610-631.

¹⁸ Halil Ekşi, Başa çıkma, Dinî Başa çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması. *Doktora Tezi*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa 2001; Gülşen Özgen, Üsküdar Bölgesinde Görev Yapan Öğretmenlerin Mizah Tarzları ve Dinî Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2014; Asude Arıcı, Ergenlerde Dinî Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua. *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* (Ed. Hayati Hökelekli), Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, İstanbul 2006; Fatma Zeynep Belen, Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve Uygulanması, *Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 2014.

¹⁹ Ali Köse ve Talip Küçükcan, *Deprem ve Din: Marmara Depremi Üzerine Psiko-Sosyolojik Bir İnceleme*, Emre Yayınları, İstanbul, 2006; Ümmüşerif Gülmez, Deprem Tecrübesi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumlar. *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2008; Havva Makaroğlu, Deprem Dinî Tutum ve Davranışlar Üzerindeki Etkisi: Düzce İl Merkezi Örneği, *Yüksek Lisans Tezi*, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas 2005.

²⁰ Ali Ayten ve Zeynep Sağır, Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47, 2014, ss. 5-18.

²¹ Aişe Çiftçi, Hastalıklarla Başa Çıkma Dinî Rolü: Kanser Hastaları Örneği. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2007; Ali Ayten, Gülüşan Göcen, Kenan Sevinç ve Eyüp E. Öztürk, Dinî Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12 (2), 2012, ss. 45-79.

²² Naci Kula, *Bedensel Engellilik ve Dinî Başa Çıkma*, İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2005.

²³ Ayşe Şentepe, Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dinî Başa Çıkma. *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2009.

²⁴ Sema Eryücel, Yaşam Olayları ve Dinî Başa Çıkma. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 2013.

²⁵ Zehra Işık, *Sen Öldün Ben Büyüdüm: Anne Babası Ölen Yetişkinler Üzerine*, Açılım Kitap, İstanbul 2015.

²⁶ Ali Turan, Özel Eğitim Gerektiren Çocukların Problemleri, Din, Aile Tutum ve Davranışları (Otistik Çocuklar Örneği), *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2009; Sema Karagöz, Otistik Çocukların Anne Babalarında Anlamlandırma ve Dinî Başa Çıkma. *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2010.

²⁷ Ali Ayten ve Evrim Anık, LGBT Bireylerde Dinî İnanç, Din ve Tanrı Tasavvuru, Dinî ve Manevî Başa Çıkma Süreci, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 14 (2), 2014, ss. 7-31.

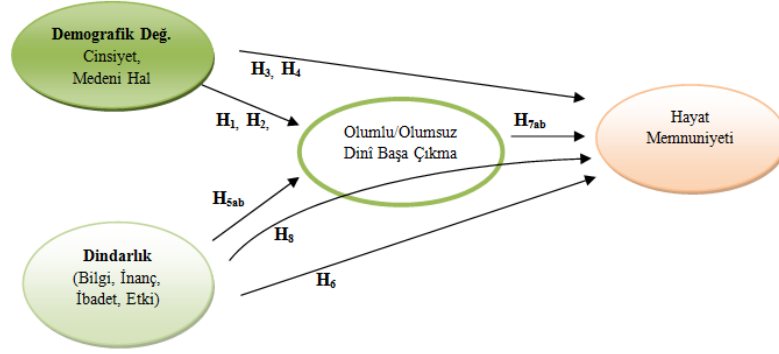
tı’da çalışılmasına rağmen²⁸ ülkemizde emekliler üzerine yapılan herhangi bir dinî başa çıkma araştırması bulunmamaktadır. Bu durum emekliler üzerine yapılan bu araştırmanın önemini artırmaktadır.

Konu, Amaç ve Hipotezler

Makalede temel olarak bireylerin dindarlık düzeyleri, dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıkları ve hayat memnuniyetleri arasındaki ilişki ve etkileşim konu edilmektedir. Ayrıca söz konusu bu değişkenler üzerinde cinsiyet ve medeni durum değişkenlerinin rolü de incelenmektedir. Bu bağlamda makalenin temel amacı aşağıdaki sorulara cevap aramaktır: *Emeklilerin dindarlık düzeyleri nasıldır? Hayatta karşılaştıkları problemlerle başa çıkma sürecinde dinî motifli başa çıkma etkinliklerine ne sıklıkta başvurmaktadırlar? Hayat memnuniyeti düzeyleri nedir? Emeklilerin dindarlık ve hayat memnuniyeti düzeyleri ve dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıkları değişmekte midir? Emeklilerin dindarlıkları, hayat memnuniyeti düzeyleri ve dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklıkları arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır? Emeklilerin dindarlıkları ile hayat memnuniyetleri arasındaki ilişkide dinî başa çıkma etkinliklerini kullanıp kullanmamalarının aracı rolü, yani ilişkiyi artırıcı ya da azaltıcı rolü olmakta mıdır? Türkiye’de emekliler üzerine yapılan ilk dinî başa çıkma çalışması olma özelliğini taşıyan bu araştırma, elde edeceği bu bulgularla literatüre katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Emeklilerin emeklilik sürecinde karşılaştıkları problemlerle başa çıkma sürecinde dindarlık ve dinî başa çıkma etkinliklerinin rolünü tespit etmeyi hedeflemektedir.*

Yukarıda da ifade edildiği üzere bu araştırmanın dört temel değişkeni vardır. Bunlar demografik değişkenler, dindarlık, dinî başa çıkma ve hayat memnuniyetidir. Değişkenler arasındaki muhtemel ilişkiler aşağıdaki şekilde ayrıntılı olarak sunulmuştur. Araştırmada bu muhtemel ilişkilerin olup olmadığı, varsa ilişkilerin hangi yönde olduğunun tespiti ve yorumlanması amaçlanmıştır.

²⁸ Bkz. Sturz, Dominick Louis ve Kara Nicole Zografos, Religious Coping and Working Past Retirement Age: A Review of the Literature, *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 26, 2014, ss. 231-244.



Şekil-1: Araştırma Modeli ve Hipotezleri

Araştırma soruları ve muhtemel ilişkileri gösteren model çerçevesinde, şu hipotez ve alt hipotezler belirlenmiştir:

db | 287

(H₁) Katılımcıların dinî başa çıkma etkinliklerini (olumlu ve olumsuz) kullanma sıklıkları cinsiyete göre farklılık gösterir.

(H₂) Katılımcıların dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıkları (olumlu ve olumsuz) medeni durumlarına göre farklılık gösterir.

(H₃) Katılımcıların hayat memnuniyeti düzeyleri cinsiyetlerine göre farklılık gösterir.

(H₄) Katılımcıların hayat memnuniyeti düzeyleri medeni duruma göre farklılık gösterir.

(H_{5ab}) Dindarlık ile olumlu dinî başa çıkma arasında olumlu, olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif ilişki vardır.

(H₆) Dindarlık ile hayat memnuniyeti arasında olumlu ilişki vardır.

(H_{7ab}) Hayat memnuniyeti ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif, olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif ilişki vardır.

(H₈) Dindarlık ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkide dinî başa çıkma aracı (mediating) değişkendir.

Yöntem

Araştırmada yöntem olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Veriler, anket tekniğinden faydalanılarak toplanmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırma örneklemine, İstanbul ve Tekirdağ'da ikâmet eden 200 emekli dahil edilmiştir. Katılımcıların %82'si (N=164) erkek %18'i (N=36) kadındır. Örneklemin yaş aralığı (ranj) 41-89 arasında değişirken, yaş ortalaması ise 62.3'tür (SD=8.2). Araştırmaya katılanların % 88.5'i (N=177) evli, %8.5'i (N=17) boşanmış ya da eşini kaybetmişlerden ve sadece %3'ü (N=6) bekârlardan oluşmaktadır. Yeniden kodlama yöntemiyle medeni durum evliler (%88.5) ve diğerleri (%11.5) olarak iki grupta toplanmıştır.

Ölçme Araçları

Araştırmada katılımcıların dindarlık, dinî başa çıkma ve hayat memnuniyeti düzeylerini ölçmeye yönelik oluşturulan anket formu, bilgi toplama ve ölçme aracı olarak kullanılmıştır. Ayrıca anketin ilk bölümünde, kişisel özellikleri (cinsiyet, medeni durum vb.) tespite yönelik sorulara da yer verilmiştir.

Dindarlık Ölçeği. Katılımcıların dindarlık düzeylerini ölçmek için, Ayten'in²⁹, Uysal'ın³⁰ geliştirdiği dindarlık ölçeğini temel alarak oluşturduğu ve geçerlik-güvenilirliğini test ettiği *Kısa Dindarlık Ölçeği* kullanılmıştır. Ölçeğin Ayten³¹ tarafından ulaşılan psikometrik değerleri şu şekildedir: KMO değeri (.830), Bartlett's Test of Sphericity değeri ($\chi^2=2325,27$; $p=000$). Ölçek, *inanç-etki* ve *bilgi-ibadet* boyutları olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek için Ayten, tarafından yapılan iç-tutarlılık analizi sonrasında ölçeğin genelinin ve alt boyutların iç tutarlılık katsayısını gösteren *Cronbach Alpha değerleri* ise şu şekildeydi: ölçek genel $\alpha = .800$; inanç-etki boyutu (fak-1) $\alpha = .743$; bilgi-ibadet boyutu (fak-2) $\alpha = .742$. Ölçek bu kullanıldığı şekliyle 1'den 4'e puanları değişen 4 farklı şıkkı içermekteydi: “*tamamen katılıyorum, katılıyorum, pek katılmıyorum ve hiç katılmıyorum*”, “*çok sık, sık, bazen, hiçbir zaman*”, “*çoğu zaman, bazen, nadiren, hiçbir zaman*”.

²⁹ Ali Ayten, Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü, *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul 2009.

³⁰ Veysel Uysal, İslâmî Dindarlık Ölçeği Üzerine Bir Pilot Çalışma, *İslâmî Araştırmalar Dergisi*, 8 (3-4), 1995, ss. 72-93.

³¹ Ayten, a.g.tez., ss. 100-101.

Bu araştırmada ise ölçeğin şıkları katılımcılara kendilerini ifade edecekleri daha geniş bir derecelendirme imkânı sunmak gayesiyle 5'e çıkarılmıştır. Bir başka ifadeyle ölçek 5'li Likert tipte bir ölçek haline gelmiştir. Bu yeni halinde her bir soruda katılımcılara 1'den 5'e kadar puanlanan seçenekler sunulmuştur. Ayrıca sorularda da ufak değişiklikler yapılmıştır. Örneğin eski ölçekteki, *Oruç ibadetiyle ilgili tutumunuz aşağıdakilerden hangisine uygundur?* (Ramazan orucunun yanında nafil oruç da tutarım, sadece ramazan orucunu tam olarak tutarım, ramazan orucunun bir kısmını tutarım. Hiç oruç tutmam.) sorusu şu şekilde değiştirilmiştir. *Sağlığınız elverdiği sürece ramazan orucunu tutar mısınız?* (Her zaman, çoğu zaman, bazen, nadiren, hiçbir zaman). Ölçeğe yeniden faktör analizi yapılmamış Ayten'in³² kullandığı şekilde iki alt boyut olarak kullanılmıştır. Bu alt boyutlar ve tanımlamaları aşağıda verilmiştir.

İnanç-etki boyutu: İnançların bireyin başkalarıyla iyi geçinmesinde, yardımlaşma ve dürüst olma gibi toplum yanlısı davranışlarda bulunmasındaki etkisini ve sosyal problemleri çözmedeki rolünü kapsar. Bireylerin bu doğrultudaki tutum ve davranışlarını ölçmeye yönelik maddelerden oluşur. Bu boyut, toplam altı maddeden oluşmaktadır.

Bilgi-ibadet boyutu: Kişilerin namaz, oruç ve Kur'an okuma gibi temel ibadetlere devamlılığı ve dinî yaşam için sahip olduğu bilgi düzeyini içerir. Bu boyut dört maddeden oluşmaktadır.

Araştırmada analizler hem söz konusu bu iki boyut hem de dindarlık genel toplam üzerinden yapılmıştır. Araştırmada ölçek için tekrar yapılan iç tutarlılık analizinde *Cronbach Alpha* değerleri ölçek genel $\alpha=.774$; inanç-etki boyutu (fak-1) $\alpha=.669$; bilgi-ibadet boyutu (fak-2) $\alpha=.668$ olarak tespit edilmiştir. Bu veriler, ölçeğin araştırmada kullanılmasının istatistikî açıdan uygun ve güvenilir olduğunu göstermiştir.

Dinî Başa Çıkma Ölçeği. Katılımcıların dinî başa çıkmaya ilişkin tutum ve davranışlarını ölçmek için Pargament, Koenig ve Perez³³ tarafından geliştirilen ve Ayten tarafından kısaltılarak ve kültürel uyum dikkate alınarak bazı değişikliklerle uygulanan Türkçe ölçek kullanılmıştır. Ölçek maddelerinin bir kısmı aynen kalsa da bir kıs-

³² Bkz. Ayten, Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü, ss. 100-101.

³³ Kenneth I. Pargament, Harold G. Koenig ve Lisa M. Perez, "The Many Methods Of Religious Coping: Development And Initial Validation Of The RCOPE", *Journal of Clinical Psychology*, 56, (2000), ss. 519-543.

mı kültürel yapı dikkate alınarak yeniden oluşturulmuştur. Bu uyarlama çalışması kapsamında ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek için yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin toplam 33 madde ve 9 alt ve iki üst boyuttan oluştuğu anlaşılmıştır. Ayten'in yaptığı faktör analizi neticesinde ölçeğin değerleri şu şekildedir: Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değeri =.799; $\chi^2=1976,212$; $p=000$). İç tutarlılık analizi sonucunda ulaşılan *Cronbach Alpha değerleri* ise şu şekildedir: Ölçek genel $\alpha=.807$; Allah'a yönelme $\alpha=.867$; Hayra yorma $\alpha=.840$; Kişilerarası dinî hoşnutsuzluk $\alpha=.731$; Dinî yalvarma $\alpha=.676$; Dinî yakınlaşma $\alpha=.613$; Dinî dönüşüm $\alpha=.508$; Menevi hoşnutsuzluk $\alpha=.580$; Şerre yorma $\alpha=.521$; Dinî istikâmet arayışı $\alpha=.500$. Daha sonra bu alt boyutlar tekrar faktör analizine tabi tutulmuş ve olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma olarak iki üst boyutta toplanmıştır. Analizlerde hem alt boyutlar ve hem de üst boyutlar kullanılmıştır.

290 | db

Ölçekte kişilere çeşitli dinî başa çıkma yöntemlerini ne sıklıkla kullanıp kullanmadıkları sorularak yanıtlarını 1 ile 5 arasında değişen bir değerlendirme parametresini kullanarak vermeleri istenmiştir: '1: Hiçbir zaman', '2: Nadiren', '3: Bazen', '4: Çoğu zaman', '5: Her zaman'. Buna göre, ortalamaların 5'e yaklaşması kişinin dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığının arttığına, 1'e yaklaşması ise kişinin dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığının azaldığına işaret etmektedir.

Elde edilen istatistiki değerler, Dinî Başa Çıkma Ölçeği'nin bu araştırma kapsamında kullanılmasının uygun olduğunu göstermiştir.

Hayat Memnuniyeti Ölçeği. Hayat Memnuniyeti Ölçeği (The Satisfaction with Life Scale), Diener, Emmons, Larsen ve Griffin³⁴ tarafından geliştirilmiş; Ayten³⁵ tarafından Türkçe uyarlaması yapılmıştır. Katılımcıların hayatlarından duydukları memnuniyet düzeylerini tespit etmek amacıyla kullanılan ölçekte 5 madde bulunur: 'Pek çok yönüyle idealimdeki hayatı yaşıyorum', 'Hayat şartlarım mükemmeldir', 'Hayatımdan memnunum', 'Şimdiye kadar hayatta istediğim çoğu şeyi elde ettim', 'Dünyaya yeniden gelseydim, hayatımda neredeyse hiçbir değişiklik yapmazdım'.

³⁴ Ed Diener, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen ve Sharon Griffin, The Satisfaction with Life Scale, *Journal of Personality Assessment*, 49, 1985, ss. 71-75.

³⁵ Ayten, *Tanrıya Sığınmak*, ss. 32-33.

Katılımcıların hayat memnuniyetini tespit etmek amacıyla her bir ifadeden sonra 1 ile 7 arasında değişen bir değerlendirme parametresi yer almaktadır. Cevaplar 1'e doğru yaklaştıkça hayat memnuniyeti düzeyi azalmakta 7'ye yaklaştıkça artmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 35, en düşük puan 7'dir.

Ölçeğin yapı geçerliliğinin tespitine yönelik olarak bu araştırmada da faktör analizi yapılmıştır. Buna göre Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) örneklem yeterliliği testi sonucu .834; faktör analizinin dayandığı korelasyonel değerlerin istatistiksel olarak anlamlılığını gösteren Bartlett's Test of Sphericity (Bartlett'in Küresellik Testi) sonucu $\chi^2=378,442$; $p=.000$ olarak tespit edilmiştir. Ayrıca, ölçeğin tek boyuttan meydana geldiği ve varyansın %61,7'sini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek için yapılan iç tutarlılık analizi sonucunda Cronbach Alpha değeri (α)=.834 olarak hesaplanmıştır. Ayten'in³⁶ yaptığı çalışmada ise bu değerler şu şekildedir: KMO=.810; $\chi^2=323.367$; $p=.000$; $\alpha=.85$. Bu haliyle oldukça güvenilir ve geçerli olduğu tespit edilen ölçeğin araştırmada kullanılması uygun bulunmuştur.

Verilerin Toplanması ve İstatistiksel Analizi

Araştırma kapsamında geliştirilen anket formu, Ağustos-Eylül 2015 tarihi aralığında Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan 220 emekliye uygulanmıştır. Veri ayıklama işlemlerinden sonra 200 anket araştırmaya dahil edilmiştir. Uygulamada, katılımcıların gönüllü olmaları ön planda tutulmuş ve uygulamanın sağlıklı olması amacıyla uygulama araştırmacı ya da araştırmacıya yardım eden anketörler tarafından bireysel olarak yapılmıştır. Uygulama esnasında katılımcılara gerekli açıklamalar yapılmıştır. Araştırma grubunun yaş ortalaması yüksek olduğundan anketlerin büyük bir çoğunluğu doldurulurken sorular araştırmacı tarafından tek tek okunmuş, katılımcıların cevapları yine araştırmacı tarafından işaretlenmiştir. Her bir anketin doldurulması yaklaşık 40 dakika sürmüştür.

Ölçeklerin faktöryel yapısının belirlenmesinde temel bileşenler analizi (principle component analysis, PCA), maddeler arasındaki iç-tutarlılığı belirlemek için iç-tutarlılık analizi (Cronbach alpha), sürekli değişkenler arasındaki ilişki ve etkileşimin tespitinde ise

³⁶ Ayten, *Tanrıya Sığınmak*, s. 33.

regresyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca bu araştırmada regresyon analizi yardımıyla aracılık analizi uygulanmıştır.

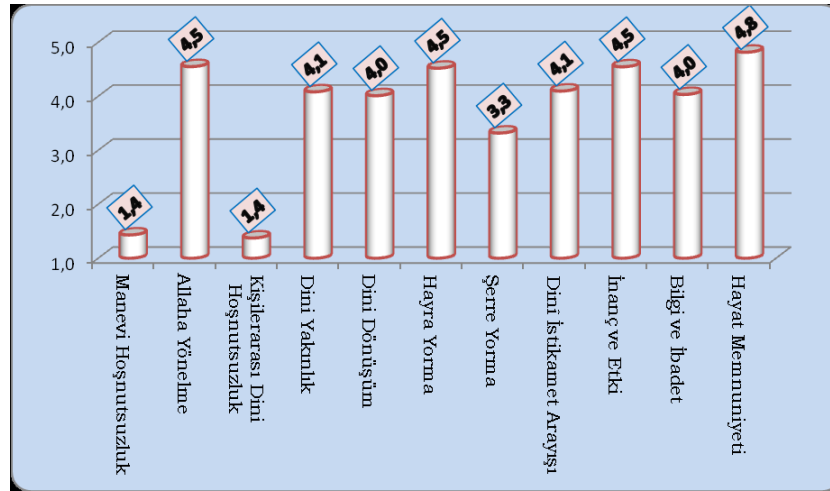
Bulgu ve Yorumlar

Araştırmada bireylerin olumlu/olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıkları, dindarlık ve hayat memnuniyeti düzeyleri ve bunların birbirleri ile olan ilişkileri ve etkileşimleri ele alınmaktadır. Ayrıca söz konusu değişkenlerin cinsiyet ve medeni duruma göre farklılık gösterip göstermediği de incelenmektedir. Bu çerçevede söz konusu değişkenler arasındaki ilişkilere dair ortaya atılan hipotezler sınanmakta ve elde edilen bulgular grafik ve tablolarla da görselleştirilerek sunulmaktadır.

Katılımcıların Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Hayat Memnuniyeti Düzeylerine Dair Genel Profil

Bireylerin dindarlık, dinî başa çıkma ve hayat memnuniyetindeki genel profili betimleyici analiz yoluyla belirlenmiştir. Aşağıdaki grafik bu analizin sonucunda elde edilen ortalama puanları içermektedir. Dindarlık ve dinî başa çıkma ölçeğinde katılımcıların puan ortalamaları 1 ile 5 puan arasındaki bir ölçeğe değişmektedir. Hayat memnuniyetinde ise bu aralık 1 ile 7 arasında değişmektedir.

292 | db



Grafik-1: Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Hayat Memnuniyeti Düzeylerine Dair Genel Profil

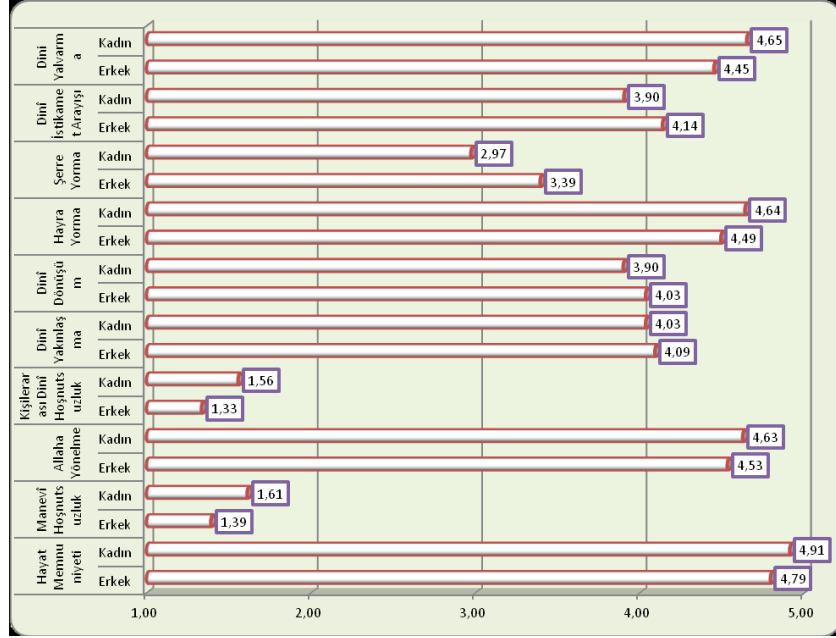
Grafik-1’de görüldüğü üzere, emeklilerin dindarlık düzeyini gösteren inanç-etki boyutu ($M=4.5$) ve bilgi-ibadet ($M=4.0$) boyutundan aldıkları ortalama puanlar oldukça yüksektir. Buna göre emeklilerin “dinin hayata anlam kattığını düşünme, dinî öğretiler gereği dürüst olma, muhtaçlara yardım etme, namaz kılma, oruç tutma, Kuran okuma” gibi tutum ve davranışları içeren dindarlık eğilimlerinin yüksek olduğu söylenebilir. Emeklilerin çoğunun aynı zamanda gelişimsel olarak yaşlı olduğu düşünüldüğünde, dindarlığın yaşlılarda gençlere ve yetişkinlere göre daha yüksek olduğunu gösteren pek çok araştırma bu bulguyu desteklemektedir.³⁷

Grafikteki ortalamalara göre emeklilerin dinî başa çıkmada en yüksek puanı “Allah’a yönelme” ($M=4.5$) ve “Hayra yorma” ($M=4.5$) alt boyutlarında, en düşük puanları ise “Manevî hoşnutsuzluk” ($M=1.4$) ve “Kişilerarası dinî hoşnutsuzluk” ($M=1.4$) boyutlarında almışlardır. Buna göre emeklilerin gündelik hayatta herhangi bir problemle karşılaştıklarında başlarına geleni hayra yorma ve yaşadıkları olumsuz durumdan dolayı dua ve ibadetler yoluyla Allah’a yakınlaşma yolunu tercih ettikleri söylenebilir. Emeklilerin hayat memnuniyetini gösteren ortalama puanları ($M=4.8$) söz konusu ölçekten alınabilecek ortalama puandan ($M=3.5$) yüksektir. Buna göre emeklilerin genel olarak hayatından memnun oldukları söylenebilir.

Cinsiyete Göre Bireylerin Dinî Başa Çıkma Etkinliklerine Başvurma Sıklıkları ve Hayat Memnuniyeti Düzeyleri (H_1 ve H_2).

Emeklilerin dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı ve hayat memnuniyeti düzeylerinin cinsiyetle ilişkisini tespit için t-test analizi yapılmış ve bulgular aşağıdaki grafikte sunulmuştur.

³⁷ Ali Ulvi Mehmedoğlu, *Kişilik ve Din*, DEM Yayınları, İstanbul, 2004, s. 138; Asım Yapıcı, *Din ve Ruh Sağlığı*, Karahan Yayınları, Adana, 2007, 187; Ayten, a.g.tez., s. 125.



Grafik-2 : Cinsiyete Göre Bireylerin Dinî Başa Çıkma Etkinliklerine Başvurma Sıklığı ve Hayat Memnuniyeti Düzeyleri

Yukarıdaki grafikte de görüldüğü gibi dinî başa çıkmanın dinî yalvarma ($M_{Kadın}=4.65$; $M_{Erkek}=4.45$), hayra yorma ($M_{Kadın}=4.64$; $M_{Erkek}=4.49$), kişilerarası dinî hoşnutsuzluk ($M_{Kadın}=1.56$; $M_{Erkek}=1.33$), Allah'a yönelme ($M_{Kadın}=4.63$; $M_{Erkek}=4.53$), manevî hoşnutsuzluk ($M_{Kadın}=1.61$; $M_{Erkek}=1.39$) alt boyutlarında kadınlar, dinî istikâmet arayışı ($M_{Erkek}=4.14$; $M_{Kadın}=3.90$), şerre yorma ($M_{Erkek}=3.39$; $M_{Kadın}=2.97$), dinî dönüşüm ($M_{Erkek}=4.03$; $M_{Kadın}=3.90$) ve dinî yakınlaşma ($M_{Erkek}=4.09$; $M_{Kadın}=4.03$) alt boyutlarında ise erkekler daha yüksek ortalamaya sahip olmuşlardır. Ancak sadece dinî yalvarma ($t_{65.140}=-2.133$; $p=.037$) ve manevî hoşnutsuzluk ($t_{47.365}=-2.211$; $p=.032$) boyutlarındaki farklılık anlamlı bulunmuştur. Buna göre kadınların herhangi bir sorunla karşılaştığında hem Allah'a dua etme ve O'ndan yardım dileme hem de Allah'ın sevgisinden şüphe duyma, dualarının kabul edilmediğini düşünerek Allah'a kızma eğilimleri erkeklere göre daha yüksektir. Bu bulgular, "Katılımcıların dinî başa çıkma etkinliklerini (olumlu ve olumsuz)

kullanma sıklıkları cinsiyete göre farklılık gösterir (H_1)” şeklindeki hipotezi kısmen desteklemiştir.

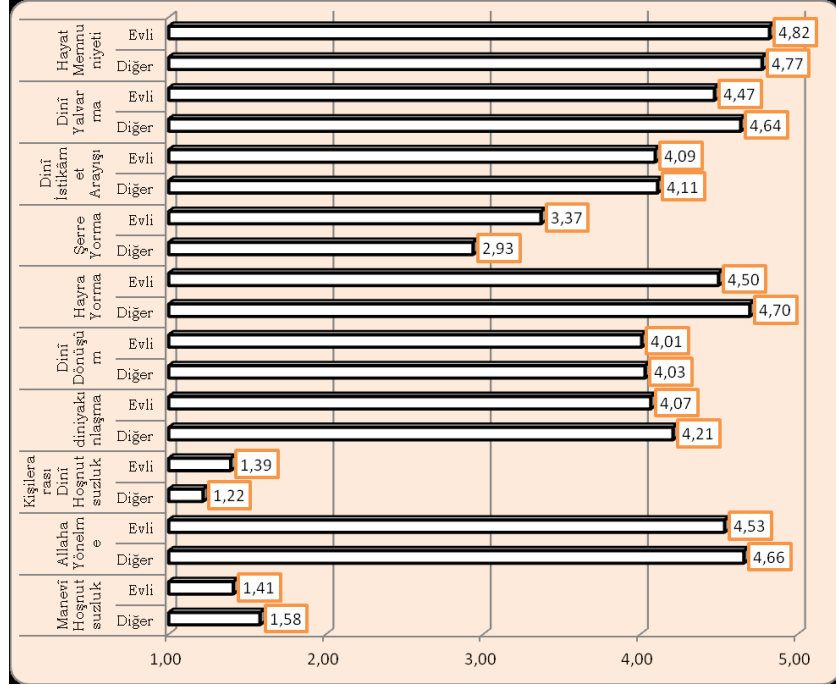
Grafik-2’deki ortalama değerlere bakıldığında kadınların ($M=4.91$) hayat memnuniyeti düzeyini gösteren ortalamanın erkeklerle ($M=4.79$) göre daha yüksek olduğu görülür. Ancak bu farklılık istatistikî açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p=.636$). Bu bulgu, *“Katılımcıların hayat memnuniyeti düzeyleri cinsiyetlerine göre farklılık gösterir (H_3)”* şeklindeki hipotezi desteklememiştir. Bu bulgular daha önceki bulgularla da uyusmamaktadır. Zira önceki araştırmalarda birbirinden farklı bulgulara ulaşmakla birlikte daha çok kadınların hayat memnuniyeti düzeyinin erkeklerle nazaran daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.³⁸

Medeni Duruma Göre Bireylerin Dinî Başa Çıkma Etkliliklerine Başvurma Sıklıkları ve Hayat Memnuniyeti Düzeyleri (H_3 ve H_4).

Araştırmada bireylerin evli, bekar, boşanmış ya da eşini kaybetmiş olmalarının dinî başa çıkma ve hayat memnuniyeti düzeylerinde nasıl bir etkisi vardır? sorusuna cevap aranmıştır. Bu çerçevede yapılan t-test analiziyle evliler ile diğerleri (boşanmış, eşini kaybetmiş, bekâr) arasındaki farklılık tespit edilmiş aşağıdaki grafikte bulgular sunulmuştur.

db | 295

³⁸ Ali Ayten, “Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13 (3), 2014, ss. 7-31; Ali Ayten, “Dinî Bağlılık ve Dinî Kimliğin Ruh Sağlığına Katkısı Nedir? Din Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerine Bir Araştırma”, *Din, Erdem ve Sağlık* (Ed. A. Ayten), Çamlıca Yayınları, İstanbul 2015, s. 109.



Grafik-3: Medeni Duruma Göre Bireylerin Dinî Başa Çıkma Etkinliklerine Başvurma Sıklığı ve Hayat Memnuniyeti Düzeyleri

Grafik-3'te de görüldüğü üzere dinî başa çıkmanın alt boyutlarında evliler ile diğerleri arasında ortalama puanlar bakımından farklılık bulunmuştur. Ancak bu farklılık hiçbir boyutta anlamlılık ($p < .05$) düzeyine ulaşmamıştır. Aynı şekilde hayat memnuniyeti bakımından evliler ile diğerleri arasında evliler lehine bir farklılık tespit edilse de bu farklılık istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. Bu bulgulara göre, “Katılımcıların dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıkları (olumlu ve olumsuz) medeni durumlarına göre farklılık gösterir (H_2)” ve “Katılımcıların hayat memnuniyeti düzeyleri medeni duruma göre farklılık gösterir (H_4)” şeklindeki hipotezler desteklenmemiştir. Yapılan bazı araştırmalarda³⁹ araştırmamızın bulgularına benzer şekilde medeni durumun dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığında herhangi bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

³⁹ Şentepe, a.g.tez., s. 46.

Dindarlık ile Dinî Başa Çıkma (Olumlu/Olumsuz) Etkinliklerini Kullanma Sıklığı Arasındaki İlişkiler (H_{5ab}).

Dinler, bireylerin kutsal ile olan ilişkilerinde neye inanacakları, ibadet çerçevesinde hangi ritüelleri yapacakları ve kendilerine ve başkalarına karşı hangi sorumlulukları yerine getireceklerini öğretirler yoluyla insanlara aktarırlar. Bir dine müntesip olanlar, bu inanç ve davranışlara ilişkin genel yönelimleri çerçevesinde hayatta karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma sürecinde de dinî değerlere atıfta bulunarak karşılaştıkları problemleri yorumlayabilir ve başa çıkma sürecine dinî inanç ve değerleri dahil edebilirler. Bu çerçevede dindarlığın, bireyin başa çıkma sürecinde dinî motifleri olumlu bir şekilde sürece katmasını desteklemesi beklenir. Buna karşın dindarlığın, kişinin dinî ve kutsal alandan uzaklaştıran olumsuz yorumlamalara teveccüh etmesini de engellemesi beklenir. Yapılan araştırmalarda da bu çerçevede dindarlığın hayra yorma, sabır, tevekkül, tevbe, dua, merhamet vb. olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma eğilimini destekleyici ve artırıcı rolü tespit edilirken; şerre yorma, Allah'tan ümit kesme, isyan vb. gibi olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma hususunda azaltıcı bir etkisi olduğu bulunmuştur.⁴⁰ Benzer şekilde bu araştırmada da dindarlığın olumlu dinî başa çıkmayı artıracak olumsuz dinî başa çıkmayı ise azaltacağı öngörülmüştür. Bu hipotezin testi için regresyon analizi yapılmış bulgular aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo-1: Dindarlık ile Olumlu/Olumsuz Dinî Başa Çıkma Arasındaki İlişkiler (Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları)

Bağımlı değişken: Olumlu Dinî Başa Çıkma	$\Delta R^2 = .432$	$F = 150.407$	$p = .000$
Bağımsız değişken: Dindarlık	$\beta = .657$	$t = 12.264$	$p = .000$
Bağımlı değişken: Olumsuz Dinî Başa Çıkma	$\Delta R^2 = .003$	$F = 1.548$	$p = .215$
Bağımsız değişken: Dindarlık	$\beta = -.088$	$t = -1.244$	$p = .215$

Tablodan da anlaşıldığı üzere, dindarlık, olumlu dinî başa çıkma için anlamlı bir yordayıcı iken olumsuz dinî başa çıkma için yordayıcı değildir. Buna göre dindarlık olumlu dinî başa çıkmadaki değişimin %43'ünü açıklamaktadır ($\Delta R^2 = .432$; $p = .000$). Beta katsayıları dikkate alındığında ise dindarlık ile olumlu dinî başa çıkma

⁴⁰ Topuz, a.g.tez., ss. 119-120; Ayten, *Tanrıya Sığınmak*, ss. 110-111.

arasında olumlu ve güçlü bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($\beta=.657$; $p=.000$). Ancak dindarlık ile olumsuz dinî başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki bulgulanamamıştır ($p=.215$). Bu bulguya göre, bireylerin dindarlık düzeyi arttıkça olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığının da arttığı söylenebilir. Bu bulgular, “*dindarlık ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif ilişki vardır*” (H_{5a}) hipotezini desteklerken, “*dindarlık ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif ilişki vardır*” (H_{5b}) şeklindeki hipotezi desteklememiştir.

Dindarlık ile Hayat Memnuniyeti İlişkisi (H_6)

Dindarlık ile hayat memnuniyeti ilişkisine dair yapılan araştırmalarda dindarlığın özellikle sağladığı sosyal destek ve manevî huzur ile bireylerin hayat memnuniyetine, iyi oluşuna ve mutluluğuna olumlu katkısının olduğu bulgulanmıştır.⁴¹ Bu araştırmada da dindarlık ile hayat memnuniyeti arasında olumlu bir ilişki olacağı öngörülmüştür. Bunu tespit etmek için regresyon analizi yapılmış ve bulguları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

298 | db

Tablo-2: Dindarlık ile Hayat Memnuniyeti Arasındaki İlişkiler

BD: Hayat Memnuniyeti	β	p	$R^2 (p)$	$\Delta R^2 (p)$
	.382	.000	.146 (.000)	.142 (.000)

Bağımsız Değişken: Dindarlık

Tablo-2’de de görüldüğü üzere, dindarlık, hayat memnuniyeti için anlamlı bir yordayıcıdır. Bulgulara göre dindarlık hayat memnuniyetindeki değişimin %14’ünü açıklamaktadır ($\Delta R^2=.142$; $p=.000$). Beta katsayıları dikkate alındığında ise dindarlık ile hayat memnuniyeti arasında olumlu bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($\beta=.382$; $p=.000$). Bu bulguya göre, bireylerin dindarlıkları arttıkça yaşadıkları hayattan memnun olma düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Bu bulgulara göre, “*dindarlık ile hayat memnuniyeti arasında pozitif ilişki vardır*” (H_6) hipotezi desteklenmiştir.

Bugüne kadar gerek Batı’da⁴² gerekse Türkiye⁴³ de ve diğer İslam ülkelerinde⁴⁴ dindarlık ile hayat memnuniyeti ilişkisine dair

⁴¹ Habib Tiliouine, Robert A. Cummins ve Melanie Davern, “Islamic religiosity, subjectivity and well-being, and health”, *Mental Health, Religion & Culture*, 12(1), 2009, ss. 55–74.

⁴² Katherine L. Fiori, Browni, Edna E., Kai S. Cortina ve Toni C. Antonucci, “Locus of control as a mediator of the relationship between religiosity and life satisfaction: Age,

pek çok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalarda da genel olarak bu araştırmanın bulgularını destekler nitelikte, dindarlığın hayat memnuniyetini artırıcı bir rolünün olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca bazı araştırmacılar, dindarlığın dindar ülkelerde dindarlığın hayat memnuniyeti üzerindeki etkisinin seküler ülkelerdekinden daha fazla olduğunu savunmuştur.⁴⁵

Dinî Başa Çıkma (Olumlu/Olumsuz) Etkinliklerini Kullanma Sıklığı ile Hayat Memnuniyeti İlişkisi (H_{7ab})

Araştırmada, hayatın herhangi bir zorlukla karşılaşan, beklenmedik ve istenmedik bir problem yaşayan bireyin Allah’a yönelmesi, hayatını dinî öğretilere uygunluk açısından kontrol etmesi, dua etmesi, ibadet etmesi, Allah’tan yardım dilemesi, başına gelenleri hayra yorması, sabretmesi vb olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurmasının hayat memnuniyetini artıracağı öngörülmüştür. Buna karşın, başına gelenleri şerre yorma, cezalandırma olarak görme, Allah’tan ümit kesme gibi olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma eğiliminin ise hayat memnuniyetini azaltacağı düşünülmüştür. Daha önce yapılan araştırmalarda da olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma depresyon, kaygı, stres vb. ruh sağlığı problemlerini azalttığı ve hayat memnuniyetini artırdığı olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerinin ise tam tersi bir tesirinin olduğu bulgulanmıştır.⁴⁶ Bu araştırmada ilgili hipotezin testi için regresyon analizi yapılmış ve elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

db | 299

race, and gender differences”, *Mental Health, Religion & Culture*, 9 (3), 2006, ss. 239–263.

⁴³ Ali Ayten, “Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13 (3), 2014, ss. 7-31; Ali Ayten, “Dinî Bağlılık ve Dinî Kimliğin Ruh Sağlığına Katkısı Nedir? Din Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerine Bir Araştırma”, *Din, Erdem ve Sağlık* (Ed. A. Ayten), Çamlıca Yayınları, İstanbul 2015, s. 109.

⁴⁴ Habib Tiliouine, “Measuring Satisfaction with Religiosity and Its Contribution to the Personal Well-Being Index in a Muslim Sample”, *Applied Research Quality Life*, 4, 2008, ss. 91-108; Suhail Kausar ve Haroon Rashid Chaudry, “Predictors of Subjective Well-Being in an Eastern Muslim Culture”, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23 (3), 2004, ss. 359-376.

⁴⁵ Adam Okulicz-Kozaryn, Religiosity and life satisfaction across nations. *Mental Health, Religion & Culture*. 13 (2), 2002, ss. 155-169.

⁴⁶ Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s. 120-121; Linda Chatters, Religion and Health: Public Health Research and Practice, *Annual Review of Public Health*, 21, ss. 341; Grace Jeongim Heo, The Role of Religious Coping in Alzheimer’s Disease Caregiving, *Doctorate Thesis*, University of Pittsburgh, 2009, s. 54-55.

Tablo-3: Olumlu ve Olumsuz Dinî Başa Çıkma İle Hayat Memnuniyeti Arasındaki İlişkiler (Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları)

Bağımlı değişken: Hayat Memnuniyeti	$\Delta R^2=.178$	$F=44.114$	$p=.000$
Bağımsız değişken: Olumlu Dinî Başa Çıkma	$\beta=.427$	$t=6.642$	$p=.000$
Bağımlı değişken: Hayat Memnuniyeti	$\Delta R^2=.002$	$F=1.348$	$p=.247$
Bağımsız değişken: Olumsuz Dinî Başa Çıkma	$\beta= -.082$	$t=-1.161$	$p=.247$

300| db

Olumlu dinî başa çıkmanın hayat memnuniyeti için anlamlı bir yordayıcı olduğu, buna karşın olumsuz dinî başa çıkmanın ise anlamlı bir yordayıcı olmadığı Tablo-3'teki bulgularda görülmektedir. Buna göre olumlu dinî başa çıkma hayat memnuniyetindeki değişimin %17'sini açıklamaktadır ($\Delta R^2=.178$; $p=.000$). Beta katsayıları dikkate alındığında ise olumlu dinî başa çıkma ile hayat memnuniyeti arasında olumlu bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($\beta=.427$; $p=.000$). Ancak dindarlık ile olumsuz dinî başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki bulgulanamamıştır ($p=.247$). Bu bulguya göre, bireylerin olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığı arttıkça hayat memnuniyeti düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Bu bulgular, “*hayat memnuniyeti ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif ilişki vardır*” (H_{7a}) hipotezini desteklerken, “*hayat memnuniyeti ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif ilişki vardır*” (H_{7b}) şeklindeki hipotezi desteklememiştir. Bireylerin dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı ile hayat memnuniyeti düzeyleri arasındaki ilişkiyi konu edinen başka araştırmalara bakıldığında benzer sonuçlara ulaşıldığı görülür. Bu çerçevede insanların özellikle olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklıklarının hayat memnuniyetlerini arttırıcı bir etki oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁴⁷

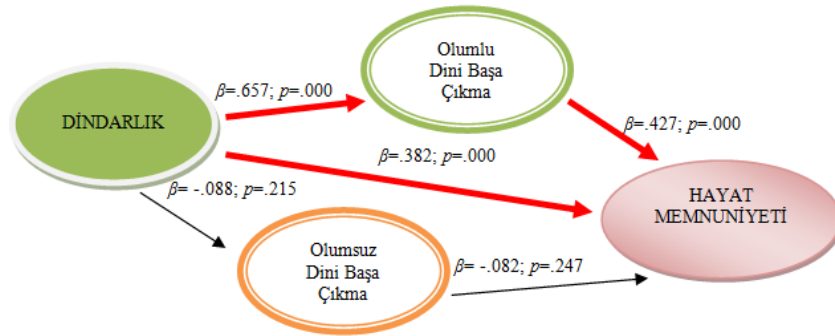
Dindarlık ile Hayat Memnuniyeti Arasındaki İlişkide Dinî Başa Çıkmanın Aracı (mediating) Rolü (H_8)

Bu başlık altında dindarlık ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkide dinî başa çıkma etkinliklerinin rolü tespit edilmektedir. Bir başka ifadeyle dindarlık (bağımsız değişken) ile hayat memnuniyeti

⁴⁷ Ayten, *Tanrıya Sığınmak*, ss. 119-125; Mohammad Rajabi, Ali Akbar Saremi ve Mohammad Hossein Bayazi, “The Relationship Between Religious Coping Patterns, Mental Health and Happiness”, *Developmental Psychology (Journal of Iranian Psychologists)*, 8 (32), (2012), ss. 363-371.

(bağımlı değişken) ilişkisinde dinî başa çıkma etkinliklerinin (olumlu/olumsuz) aracı değişken olup olmadığı konusu ele alınmaktadır. Bu amaçla Baron ve Kenny'nin⁴⁸ önerdiği *aracılık analizinden* faydalanılacaktır. Bu analizin gerçekleştirilmesi için bazı şartlar vardır. Birincisi bağımsız değişken (dindarlık) aracı değişken (dinî başa çıkma) üzerinde etkili olmalıdır. Tablo-1'e bakıldığında dindarlığın olumlu dinî başa çıkmayı pozitif yönde etkilediği görülmektedir. İkincisi bağımsız değişken (dindarlık) bağımlı değişken (hayat memnuniyeti) üzerinde etkili olmalıdır. Tablo-2'ye bakıldığında dindarlığın kendi başına hayat memnuniyeti üzerinde etkili olduğu görülür. Üçüncüsü olarak aracı değişken (dinî başa çıkma) bağımlı değişken (hayat memnuniyeti) üzerinde etkili olmalıdır. Yine Tablo-3'e bakıldığında olumlu dinî başa çıkmanın hayat memnuniyeti üzerinde etkili olduğu görülür. Olumsuz dinî başa çıkma ile hem dindarlık hem de hayat memnuniyeti arasında olumlu ilişki tespit edilememiştir. Bu nedenle dindarlık ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkide sadece olumlu dinî başa çıkmanın aracılık rolünden bahsedilebilir. Burada sayılan üç aşamayı gösteren regresyon analizlerinin bulguları aşağıdaki şekilde görselleştirilerek özetlenmiştir.

db | 301



Şekil-2: Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Hayat Memnuniyeti Etkileşimi

Son olarak dindarlık ile hayat memnuniyeti ilişkisinde dinî başa çıkmanın aracı rolü olup olmadığını tespit etmek için bağımsız de-

⁴⁸ Baron, Reuben M. ve David A. Kenny, The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations, *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1986, 1173-1182.

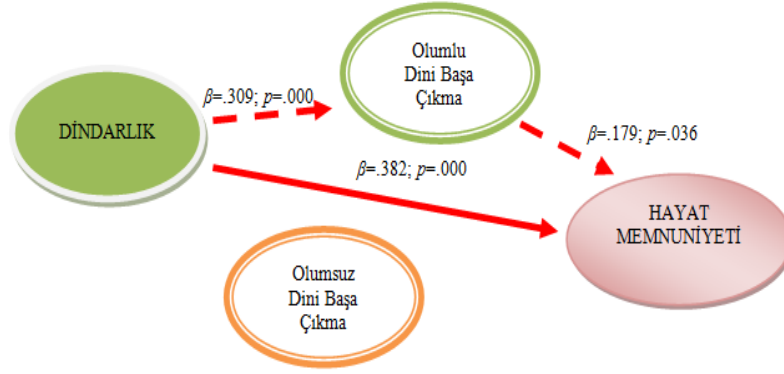
ğişken ile aracı değişken birlikte regresyon modeline dahil edildiğinde dindarlığın etkisi ya tamamen anlamsız hale gelmeli ya da dindarlığın hayat memnuniyeti üzerindeki etkisi düşmelidir. İlk durumda dindarlık ile hayat memnuniyeti ilişkisinde dinî başa çıkmanın tam aracı değişken olduğu kabul edilirken, ikinci durumda dinî başa çıkmanın kısmi aracılığından söz edilir. Bunu tespit etmek için hiyerarşik regresyon analizi yapılmış ve bulgular aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo-4: Dindarlık, Dinî Başa Çıkma İle Hayat Memnuniyeti Arasındaki İlişkiler (Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları)

Bağımlı Değişken: Hayat Memnuniyeti		β	p	$R^2 (p)$	$\Delta R^2 (p)$
Adım 1	Dindarlık	.382	.000	.146 (.000)	.142 (.000)
Adım 2	Dindarlık	.179	.000		
	Olumlu Dinî Başa Çıkma	.309	.000	.200 (.000)	.192 (.000)

302 | db

Yukarıdaki tabloda da görüldüğü üzere dindarlık tek başına hayat memnuniyetindeki değişimin %14'ünü ($\Delta R^2 = .142$; $p = .000$) açıklarken, olumlu dinî başa çıkma ile birlikte yaklaşık %20'sini ($\Delta R^2 = .192$; $p = .000$) açıklamaktadır. Ayrıca bulgulara göre, dindarlık ilk adımda kendi başına hayat memnuniyeti üzerinde etkiliyken ikinci adımda aracı değişken olarak olumlu dinî başa çıkma modele dahil edildiğinde de hayat memnuniyeti üzerindeki etkisini korumaktadır. Ancak dindarlığın bu etkisi yarı yarıya düşmüştür. Buna göre olumlu dinî başa çıkmanın dindarlık hayat memnuniyeti ilişkisinde kısmi bir aracılık rolü oynadığı görülmüştür. Bu bulgular, dindarlık hayat memnuniyeti ilişkisinde dinî başa çıkmanın aracı rolünün olduğuna dair hipotezi (H_8) kısmen desteklemektedir. Olumlu dinî başa çıkmanın dindarlık ile hayat memnuniyeti arasındaki ilişkideki aracı rolü aşağıdaki şekilde görselleştirilmiştir.



Şekil-3: Olumlu Dinî Başa Çıkmanın Dindarlık ile Hayat Memnuniyeti İlişkisindeki Aracı Rolü

Bütün bu bulgulardan hareketle şunu söylemek mümkündür. Daha önce de ifade edildiği gibi dindarlık bireylerin hayat memnuniyetini artırmaktadır. Bu bulgulara göre dindarlık özellikle bireylerin zor zamanlarında, hayra yorma, sabredebilme, dua ve ibadete yönelme, Allah'a yakınlaşma, dindarlardan ve din adamlarından sosyal destek alma gibi olumlu dini başa çıkma etkinliklerine dönüşüyorsa hayat memnuniyetini olumlu yönde daha fazla etkiliyor demektir.

Sonuç ve Öneriler

Makalede dindarlık, dinî başa çıkma ve hayat memnuniyeti arasındaki ilişki ve etkileşim, emeklilerden seçilen örneklem üzerinde gerçekleştirilen alan araştırmasının bulguları çerçevesinde ele alınmıştır. Araştırmanın temel hedefi, dindarlığın, dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığına ve hayat memnuniyetiyle ilişkisini ve dinî başa çıkmanın dindarlık hayat memnuniyeti ilişkisindeki aracı rolü yani katkısını tespit etmek olmuştur. Bu çerçevede yaş ortalaması 62 olan 200 emekliden oluşan örneklemde elde edilen

veriler analiz edilmiştir. Ulaşılan bulgular çerçevesinde şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Emeklilerin dindarlık düzeyinin beklendiği ve diğer araştırmalarda bulgulandığı gibi oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Emeklilerin olumlu dini başa çıkma etkinliklerini kullanma eğilimlerinin yüksek olduğu, özellikle herhangi bir sıkıntı ile karşılaştıklarında Allah'a yönelerek O'ndan yardım dileme eğilimlerinin fazla olduğu anlaşılmıştır. Emeklilerden hayat memnuniyeti düzeyi de ortalamanın üzerinde bulunmuştur.

Cinsiyetin dinî başa çıkmanın pek çok alt boyutunda kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık oluşturmadığı, sadece iki alt boyutta gruplar arasında fark olduğu tespit edilmiştir. Kadınların herhangi bir sorunla karşılaştığında hem Allah'a dua etme ve O'ndan yardım dileme hem de Allah'ın sevgisinden şüphe duyma, dualarının kabul edilmediğini düşünerek Allah'a kızma eğilimlerinin erkeklere göre daha fazla olduğu anlaşılmıştır. *"Katılımcıların dinî başa çıkma etkinliklerini (olumlu ve olumsuz) kullanma sıklıkları cinsiyete göre farklılık gösterir (H_1)"* şeklindeki hipotez kısmen desteklenmiştir. Hayat memnuniyeti bakımından kadınlarla erkekler arasında anlamlı fark tespit edilememiştir. *"Katılımcıların hayat memnuniyeti düzeyleri cinsiyetlerine göre farklılık gösterir (H_3)"* şeklindeki hipotez desteklenmemiştir.

Medeni durumun hem dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığında hem de hayat memnuniyetinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir. *"Katılımcıların dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıkları (olumlu ve olumsuz) medeni durumlarına göre farklılık gösterir (H_2)"* ve *"Katılımcıların hayat memnuniyeti düzeyleri medeni duruma göre farklılık gösterir (H_4)"* şeklindeki hipotezler desteklenmemiştir.

Dindarlık olumlu dinî başa çıkma sürecini artırıcı bir rol oynamıştır. Dindarlık ile olumsuz dinî başa çıkma arasında ise anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Araştırmada *"Dindarlık ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif ilişki vardır"* (H_{5a}) hipotezi doğrulanırken, *"dindarlık ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif ilişki vardır"* (H_{5b}) şeklindeki hipotez doğrulanmamıştır.

Dindarlığın hayat memnuniyetini olumlu etkilediği yani hayat memnuniyeti üzerinde artırıcı bir rol oynadığı anlaşılmıştır. *"Din-*

darlık ile hayat memnuniyeti arasında pozitif ilişki vardır” (H₆) hipotezi desteklenmiştir.

Olumlu dinî başa çıkma ile hayat memnuniyeti arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki bulgulanmış, Allah’a yönelme, hayra yorma, ibadet ve dua etme gibi olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma hayat memnuniyeti düzeyini artırdığı anlaşılmıştır. Buna karşın olumsuz dinî başa çıkma ile hayat memnuniyeti arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. *“Hayat memnuniyeti ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif ilişki vardır” (H_{7a}) hipotezi desteklenirken, “Hayat memnuniyeti ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif ilişki vardır” (H_{7b}) şeklindeki hipotez desteklenmemiştir.*

Araştırmada olumlu dinî başa çıkmanın, dindarlık ile hayat memnuniyeti ilişkisinde kısmî bir aracı değişken olduğu tespit edilmiş ve ilgili hipotez desteklenmiştir. Dindarlığın bireyin stres yaşadığı zor zamanlarında, hayra yorma, sabredebilme, dua ve ibadete yönelme, Allah’a yakınlaşma, dindarlardan ve din adamlarından sosyal destek alma gibi olumlu dinî başa çıkma etkinlikleri yoluyla hayat memnuniyeti üzerinde daha fazla etkili olabildiği anlaşılmıştır.

Bu makalede ulaşılan sonuçlar doğrultusunda bundan sonraki araştırmalar için şu önerilerde bulunulabilir. Bu araştırmada kadınların sayısı oldukça sınırlı olmuştur. Daha sonraki araştırmalarda emekli kadınlar üzerine yapılacak çalışmalar, emekliliğin, dindarlığın ve dinî başa çıkmanın kadınların hayat memnuniyetiyle ilişkisini tespit açısından önemlidir. Emeklilerdeki nesil farkının tespiti açısından da daha sonraki çalışmalarda farklı zamanlarda emekli olmuş farklı yaş grubundan kişilerin karşılaştırılması da yapılabilir. Emekli olduktan sonra kaç yıl geçtiği, ne tür bir işten emekli olduğu, emekli olduktan sonra farklı bir işte çalışıp çalışılmadığı, emekli olduktan sonra yaşanan sosyal çevre, aile yapısı vb. hususlar da daha sonraki araştırmalarda etkisi araştırılacak konular arasında yer alabilir. Ayrıca yetişkinlere yönelik din eğitimi verilirken son yetişkinlik çağındaki bireylerin emeklilik sonrasına hazırlanması kapsamında onların emekliliğin getireceği problemlerin üstesinden gelmesini destekleyici eğitsel unsurlara yer verilebilir. Yaşlılara yönelik olarak sunulacak manevi danışmanlık bünyesinde emeklilik ve emekliliğin sorunlarına dair destekleyici hizmetlerin verilmesi düşünülebilir.

Kaynakça

- ARICI, A. (2006), "Ergenlerde Dinî Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua", *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, Ed.: Hayati Hökelekli, İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.
- AYDIN, Ö. (2011), "Yaşamı Sürdürmede Dinî İnancın Rolü", *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- AYTEN, A. (2009), "Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü", *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul.
- AYTEN, A. (2012), *Tanrıya Sığınmak: Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-sosyal Bir Araştırma*, İstanbul: İz Yayıncılık.
- AYTEN, A. (2014), "Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13 (3), ss. 7-31.
- AYTEN, A. (2015), "Din, Erdem ve Sağlık", *Dinî Bağlılık ve Dinî Kimliğin Ruh Sağlığına Katkısı Nedir? Din Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerine Bir Araştırma*, (Ed.) Ali Ayten, İstanbul: Çamlıca Yayınları, s.101.
- AYTEN, A.-ANIK, E. (2014), "LGBT Bireylerde Dinî İnanç, Din ve Tanrı Tasavvuru, Dinî ve Manevî Başa Çıkma Süreci", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 14 (2), ss. 7-31.
- AYTEN, A.-GÖCEN, G.-SEVİNÇ, K.-ÖZTÜRK, E.E. (2012), "Dinî Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12 (2), ss. 45-79.
- AYTEN, A.-SAĞIR, Z. (2014), "Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi", *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47, ss. 5-18.
- BARON, R.M.-KENNY, A.D. (1986), "The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations", *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), ss. 1173-1182.
- BATAN, S.N.-AYTEN, A. (2015), "Dinî Başa Çıkma, Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 15 (3), ss. 67-92.
- BELEN, Fatıma Zeynep (2014), "Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve Uygulanması", *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- CHATTERS, L. M. (2000), "Religion and Health: Public Health Research and Practice", *Annual Review of Public Health*, 21, ss. 341.
- CUFTA, M. (2014), "Kanser Hastalığı ile Başa Çıkma Dinî İnanç ve Tutumların Rolü", *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Doktora Tezi, Bursa.
- ÇİFTÇİ, A. (2007), "Hastalıklarla Başa Çıkma Dinî Rolü: Kanser Hastaları Örneği", *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- DIENER, E.-EMMONS, A.R.-LARSEN, J.R.-GRIFFIN, S. (1985), "The Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, 49, ss. 71-75.
- EKŞİ, H. (2001), "Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması", *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Doktora Tezi, Bursa.
- ERYÜCEL, S. (2013), "Yaşam Olayları ve Dinî Başa Çıkma" *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- FIORI, K.-BROWNI, E.-CORTINA, S.K.-ANTONUCCI, T. (2006), "Locus of Control as A Mediator of The Relationship Between Religiosity and Life Satisfaction: Age, Race, and Gender Differences", *Mental Health, Religion & Culture*, 9 (3), ss. 239-263.

- FRANKL, E.V. (2014), *Psikoterapi ve Din: Bilinçdışıdaki Tanrı*, Çev.: Zeynep Taşkın, İstanbul: Say Yayınları.
- FREUD, S. (1991), *The Future of an Illusion*, London: Penguin Freud Library.
- FROMM, E. (1991), *Sahip Olmak ya da Olmak*, Çev.: Aydın Arıtan, 3. Baskı, İstanbul: Arıtan Yayınları.
- GÜLMEZ, Ü. (2008), “Deprem Tecrübesi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumlar”, *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.
- HEO, J.G. (2009), “The Role of Religious Coping in Alzheimer’s Disease Caregiving”, *University of Pittsburgh, Doctorate Thesis, Pittsburgh*.
- HOFMAN, P. (2005), *Yeni Bir Başlangıç: Emeklilik*, Çev.: Zeynep Önen, İstanbul: İletişim Yayınları.
- İŞİK, Z. (2015), *Sen Öldün Ben Büyüdüm: Anne-Babası Ölen Yetişkinler Üzerine*, İstanbul: Açılım Kitap.
- JAMES, W. (1960), *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, London: The Fontana Library.
- JUNG, G.C. (1982), *Analitik Psikolojinin Temel İlkeleri*, Çev.: Kamuran Şipal, İstanbul: Bozak Yayınları.
- KARAGÖZ, S. (2010), “Otistik Çocukların Anne Babalarında Anlamlandırma ve Dini Başa Çıkma”, *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.
- KARAKAŞ, C.A.-KOÇ, M. (2014), “Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3 (3), ss. 610-631.
- KARAKAŞ, Ahmet Canan (2014), “Gerçeklik Terapisi Yönelimli Dini Başa Çıkma Psikoeğitim Programının Affetme Esnekliği, Empati ve Stresle Başa Çıkma Üzerine Etkileri”, *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- KAUSAR, S.-CHAUDRY, R. H. (2004), “Predictors of Subjective Well-Being in an Eastern Muslim Culture”, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23 (3), ss. 359-376.
- KLAASSEN, D.-MCDONALD M.-JAMES, S. (2006), “Advance in the Study of Religious and Spiritual Coping”, *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping*, (Eds.) Paul Wong-Lilian Wong, New York: Springer, ss. 112-13.
- KOÇ, M. (2009), “Dinsel Pratiklerin Sıklık Düzeyleri İle Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki: Ergenler Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, *Bilimname*, 16 (1), ss. 140-182.
- KOENİG, H.G.-SIEGLER, I.C.-MEADOR, K.G.-GEORGE, L.K. (1990), Religious Coping and Personality in Late Life, *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 5 (2), ss. 123-131.
- KOZARYN, O. A. (2002), “Religiosity and life satisfaction across nations”. *Mental Health, Religion & Culture*, 13 (2), ss. 155-169.
- KÖSE, A.-KÜÇÜKCAN, T. (2006), *Deprem ve Din: Marmara Depremi Üzerine Psikososyolojik Bir İnceleme*, İstanbul: Emre Yayınları.
- KROK, D. (2014), The Role of Meaning in Life Within the Relations of Religious Coping and Psychological Well-Being, *Journal of Religion and Health*, 54, ss. 2292-2308.
- KULA, N. (2005), *Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma*, İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.
- MAKAROĞLU, H. (2005), “Depremin Dini Tutum ve Davranışlar Üzerindeki Etkisi: Düzcce İl Merkezi Örneği”, *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, Sivas.
- MEHMEDOĞLU, Ali Ulvi (2004), *Kişilik ve Din*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

- ÖZGEN, G. (2014), “Üsküdar Bölgesinde Görev Yapan Öğretmenlerin Mizah Tarzları ve Dinî Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişki”, *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.
- PARGAMENT, I. K. (1997), *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*, New York: The Guilford Press.
- PARGAMENT, I.K.-KOENIG, H.-PEREZ, L. (2000), „The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE”, *Journal of Clinical Psychology*, 56 (4), ss. 519-543.
- PARGAMENT, I.K.-TARAKESHWAR, N.-ELLISON, G.C.-WULFF M. (2001), “Religious Coping Among the Religious: The Relationships Between Religious Coping and Well-being in a National Sample of Presbyterian Clergy, Elders, and Members”, *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40 (3), ss. 497-513.
- RAIYA, A.H.-HAMAMA L.-FOKRA, F. (2015), “Contribution of Religious Coping and Social Support to the Subjective Well-Being of Israeli Muslim Parents of Children with Cancer: A Preliminary Study”, *Health & Social Work*, 40 (3), ss. 83-91.
- RAJABI, M.-SAREMI A.A.-BAYAZI, H. M. (2012), “The Relationship Between Religious Coping Patterns, Mental Health and Happiness”, *Developmental Psychology (Journal of Iranian Psychologists)*, 8 (32), ss. 363-371.
- ROSS, K.- HANDAL, J. P.-CLARK, M.E.-WAL, V.S.J. (2009), “The Relationship Between Religion and Religious Coping: Religious Coping as a Moderator Between Religion and Adjustment”, *Journal of Religion and Health*, 48, ss. 454-467.
- STURZ, D.L.-ZOGRAFOS, N. K. (2014), “Religious Coping and Working Past Retirement Age: A Review of the Literature”, *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 26, ss. 231-244.
- ŞENTEPE, A. (2009), “Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dinî Başa Çıkma”, *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.
- TILIOUINE, H.-CUMMINS, A. R.-DAVERN, M. (2009), “Islamic religiosity, subjective well-being, and health”, *Mental Health, Religion & Culture*, 12(1), ss. 55-74.
- TILIOUINE, H. (2008), “Measuring Satisfaction with Religiosity and Its Contribution to the Personal Well-Being Index in a Muslim Sample”, *Applied Research Quality Life*, 4, ss. 91-108.
- TOPUZ, İ. (2003), “Dinî Gelişim Seviyeleriyle Dinî Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi*, Bursa, s. 119.
- TURAN, A. (2009), “Özel Eğitim Gerektiren Çocukların Problemleri, Din, Aile Tutum ve Davranışları (Otistik Çocuklar Örneği)”, *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.
- UYSAL, V. (1995) “İslâmî Dindarlık Ölçeği Üzerine Bir Pilot Çalışma”, *İslâmî Araştırmalar Dergisi*, 8 (3-4), ss. 72-93.
- YAPICI, Asım (2007), *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Yayınları.

