

## **Dindarlık ve Depresyon İlişkinde Anlamsızlığın Aracı Rolü**

The Mediating Role of Meaninglessness in the Relationship Between Religiosity and Depression

**Muhammet Enes VURAL**

Arş. Gör., Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi Anabilim Dalı.  
Res. Assist., Recep Tayyip Erdogan University, Faculty of Theology, Department of Psychology  
of Religion, Rize / Turkey  
muhammet.vural@erdogan.edu.tr

ORCID ID: 0000-0003-0297-3765

**Ali AYTEN**

Prof. Dr., Marmara Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi Anabilim Dalı.  
Prof., Marmara University, Faculty of Theology, Department of Psychology of Religion,  
Istanbul / Turkey  
aliayten@marmara.edu.tr

ORCID ID: 0000-0002-2787-2429

### **Makale Bilgisi | Article Information**

**Makale Türü / Article Type:** Araştırma Makalesi / Research Article

**Geliş Tarihi / Date Received:** 3 Mart / March 2021

**Kabul Tarihi / Date Accepted:** 11 Mayıs / May 2021

**Yayın Tarihi / Date Published:** 30 Haziran / June 2021

**Yayın Sezonu / Pub Date Season:** Haziran / June

**DOI:** 10.29288/ilted.890131

**Atıf / Citation:** Vural, Muhammet Enes – Ayten, Ali. "Dindarlık ve Depresyon İlişkinde Anlamsızlığın Aracı Rolü / The Mediating Role of Meaninglessness in the Relationship Between Religiosity and Depression". *ilted: ilahiyyat tetkikleri dergisi / journal of ilahiyyat researches* 55 (Haziran / June 2021/1), 379-395.  
doi: 10.29288/ilted.890131

**İntihal:** Bu makale, özel bir yazılımca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.

**Plagiarism:** This article has been scanned by a special software. No plagiarism detected.

web: <http://dergipark.gov.tr/ilted> | <mailto:ilahiyyatdergi@atauni.edu.tr>

**Copyright** © Published by Atatürk Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi /  
Ataturk University, Faculty of Theology, Erzurum, 25240 Turkey  
Bütün hakları saklıdır. / All right reserved.



## Öz\*

*Araştırma, dindarlık, depresyon ve anlamsızlık duygusu arasındaki ilişki ve etkileşimi konu edinmektedir. Buna bağlı olarak araştırmanın amacı, dindarlığın depresyon üzerindeki etkisinde anlamsızlığın aracılık etkisinin olup olmadığını tespit etmektir. Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden ve yaşları 18 ile 78 arasında değişen 1007 kişiden oluşmaktadır (SD=11.33). Araştırmada hipotezlerin test edilmesi için katılımcılara kişisel bilgi formu, dindarlık ölçeği, depresyon ölçeği ve anlamsızlık ölçeğinden oluşan anket formu uygulanmıştır. Araştırma bulguları, dindarlık ile depresyon ve anlamsızlık arasında negatif yönde; depresyon ile anlamsızlık arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişki ve etkileşimler olduğunu göstermiştir. Ayrıca araştırmanın temel problemine yönelik yapılan aracılık analizinde, dindarlığın depresyon üzerindeki etkisinde anlamsızlığın tam aracı etken olarak rol oynadığı görülmüştür. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular alanyazın eşliğinde tartışılmış ve bazı önerilerde bulunulmuştur.*

**Anahtar kelimeler:** *Din Psikolojisi, Dindarlık, Depresyon, Ruh Sağlığı, Anlamsızlık, Hayatın Anlamı.*

## Abstract

*The research focuses on the relationship and interaction between religiosity, depression, and the sense of meaninglessness. Accordingly, the study aims to determine whether meaninglessness has a mediating role in the effect of religiosity on depression. The research sample consists of 1007 people whose ages range from 18 to 78 (SD=11.33) and who reside in different provinces of Turkey. In order to test the hypotheses developed before the research, a questionnaire form consisting of personal information form, religiosity scale, depression scale, and meaninglessness scale was applied to the participants. The findings of the study revealed that there is a negative relationship among religiosity, depression, and meaninglessness. On the other hand, in the study, positive significant relationships and interactions were found between depression and meaninglessness. Furthermore, mediation analysis showed that meaninglessness is ascertained as a full mediator in the effect of religiosity on depression. The findings obtained as a result of the research were discussed in the light of the literature and some suggestions were made.*

**Keywords:** *Psychology of Religion, Religiosity, Depression, Mental Health, Meaninglessness, Meaning in Life.*

## Extended Summary

In the studies dealing with the relationship between religiosity and mental health, positive contributions of religious life to mental health in certain aspects and its protective role in the face of mental disorders have generally been included. One of the prominent research areas of the relevant literature involves the studies on the relationship between religiosity and depressive tendencies characterized by negative emotions such as meaninglessness, anxiety, depression, and boredom. Although the vast majority of research focuses on the conservative effect of religion on mental disorders, there are a few studies that deal with the effect of meaninglessness on such a relationship, especially in the Turkish literature. This study aims to determine whether meaninglessness has a mediating effect on the interaction between religiosity and depressive tendencies in the Muslim Turkish sample. It also aims to fill

\* Bu çalışma "Anlam, Din ve Ruh Sağlığı İlişkisi Üzerine Karma Bir Araştırma" başlıklı doktora tezinden üretilmiştir; Bu araştırma, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu'nun 30.09.2019 tarihli ve 2019-43 sayılı izni ile yürütülmüştür. / This research was conducted with the permission of Marmara University, Institute of Social Sciences Ethics Committee, dated 30.09.2019 and numbered 2019-43.

the gap in the literature on the subject and to develop a different perspective while interpreting the relationships between religiosity and depressive tendencies. In the study, the following hypotheses were developed in the light of basic research objectives and the previous literature. H<sub>1</sub>: There is a significant and negative relationship between religiosity and a sense of meaninglessness. H<sub>2</sub>: There is a significant and positive relationship between meaninglessness and depression. H<sub>3</sub>: The feeling of meaninglessness has a mediating effect on the relationship between religiosity and depression. In this study, which was designed as a cross-sectional survey model, one of the quantitative research designs, the data were obtained from the participants both in a physical environment and through a questionnaire prepared in an online environment. The questionnaire form was created by combining the Brief Religiosity Scale, the Meaninglessness Scale, and the Depression Scale, which are based on self-reporting and in Likert type. The research group composed of non-clinical samples includes 1007 persons who live in different cities of Turkey and whose ages range from 18 to 78 (SD=11:33). 64.8% (N=653) of the participants whose average age is 30.79 are female, 35.2% (N=354) of them are male, 43.7% (N=440) of them are in the age group of 18-25; 41.2% (N=415) of them are married, 72.7% (N=732) of them have an undergraduate degree, 49.4% (N=497) of them live in a metropolitan area, and 82.5% (N=831) of them have a middle-income level. The analyses of the data obtained from the participants were made by using both SPSS 24 and IBM AMOS 21 programs. After the descriptive analyses, exploratory and confirmatory factor analyses, multiple linearity analysis, reliability, and correlation analysis, the mediation analysis of the research model was carried out utilizing the AMOS program. The significance level of the mediation effect was determined by applying the booting procedure with 5,000 random re-sampling at a 95% confidence interval. First, it was examined whether the data were normally distributed or not, and it was seen that the relevant Skewness and Kurtosis values were within an acceptable range (-1.5 to +1.5). Then, considering that the variables of meaninglessness and depression are similar structures in certain aspects, it was investigated whether there was a problem of multicollinearity in the study. As a result of multicollinearity analysis performed for this purpose, it was seen that there was no problem of collinearity between the variables of meaninglessness and depression and that they could take place as independent variables in the study. As a result of the descriptive analysis, it was determined that the participants' mean scores of the religiosity scale and the depression scale were M=4.31 (SD=0.381) and M=1.97 (SD=0.786), respectively. In addition, the internal consistency coefficients of the measurement tools were found to be at a reliable level and to be  $\alpha=.72$ ,  $\alpha=.87$ , and  $\alpha=.84$ , respectively. In the Pearson product-moment, performed to determine the correlations between the main variables of the study, a significantly negative relation between religiosity and meaninglessness ( $r=-.298$ ,  $p<.001$ ), a significantly negative relation between religiosity and depression ( $r=-.213$ ,  $p<.001$ ), and a significantly positive relation between meaninglessness and depression ( $r=.609$ ,  $p<.001$ ) were observed. In order to test the mediation model developed for the main problem of the study, the interaction between religiosity and depression was first examined through the AMOS program. Accordingly, it was observed that the effect of religiosity on depressive tendencies was statistically significant and negative ( $\beta=-.478$ ;  $p<.001$ ). Since the interaction between religiosity and depressive tendencies was found to be significant, meaninglessness was later included in the model as a mediating factor. Accordingly, in the mediation model developed, religiosity was found to have a negative effect on meaninglessness ( $\beta=-1.250$ ;  $p<.001$ ). On the other hand, it was observed that meaninglessness had a significant positive effect on depressive tendencies ( $\beta=-.396$ ;  $p<.001$ ). The striking result of the mediation model developed was that the direct effect of religiousness on depressive tendencies was no longer significant ( $\beta=-.022$ ;  $p>.05$ ). This finding reveals that meaninglessness played a role as a fully mediating factor in the effect of religiosity on people's depressive tendencies. In addition, it was seen that the indirect effect of religiosity on depression was  $\beta=.495$  and  $-0.728$  -  $-0.344$  at the 95% confidence interval, and since this interval did not contain a value of 0, the indirect effect was found to be statistically significant. Model goodness values for the research model were obtained as follows:  $\chi^2/df=3,652$ ; GFI=.930; CFI=.918; RMSEA=.051; IFI=.919; NFI=.891;

AGFI=.915. Model goodness values also reveal that the general research model with mediating variables has a very good fit. These results show that the hypothesis ( $H_3$ ) that *meaninglessness has a mediating effect on the relationship between religiosity and depression* is supported. The findings obtained from the analyses performed indicate the protective function of religiosity against negative indicators of mental health, especially depressive tendencies. In the context of this research, this means that religiosity reduces the sense of meaninglessness in individuals and prevents depressive tendencies dominated by negative feelings such as emptiness and depression.

## GİRİŞ

Son yıllarda din psikolojinin öne çıkan araştırma başlıklarından biri de dindarlık ve maneviyatın ruh sağlığıyla ilişkisidir. Gerek geçtiğimiz yüzyılın ortalarında başlayan ölçek geliştirme çalışmalarıyla ivme kazanan dindarlık ölçümleri ve diğer metodolojik ilerlemeler, gerekse din ve maneviyatın kişi ve toplumu açıklama noktasındaki öneminin artması, dindarlık ve ruh sağlığı arasındaki ilişkileri inceleyen araştırma sayısında artışı beraberinde getirmiştir. Yapılan araştırmalar, dindarlığın genellikle olumlu psikolojik duygulanımlarla birlikte hareket ettiğine; ruhsal rahatsızlıklar söz konusu olduğunda ise koruyucu ve sağaltıcı etkilere sahip olduğuna işaret eder (Koenig, 2012). Özellikle son çeyrek yüzyılda pozitif psikoloji yaklaşımının da etkisiyle dindarlık ve ruh sağlığı arasındaki ilişkileri konu edinen araştırmalar, genellikle mutluluk (Abdel-Khalek, 2006), iyi oluş (Son - Wilson, 2011; Hackney - Sanders, 2003), hayat memnuniyeti (Leondari - Gialamas, 2009), umut (Koenig vd., 2019), öz-saygı (Gebauer vd., 2012; Krause, 1995) gibi ruh sağlığının olumlu göstergeleri üzerine yoğunlaşmıştır. Buna karşın dindarlık ile depresyon (Koenig vd., 1998; Miller vd., 2012; Francis vd., 2019), anksiyete (Vasegh - Mohammadi, 2007; Davis vd., 2003; Abdel-Khalek vd., 2019), stres (Stuart - Ward, 2018; O'Connor vd., 2003), öfke (Karşlı, 2012) gibi psikopatolojik durumlar arasındaki ilişkiye değinen çalışmalar da yapılmıştır.

Dindarlık-ruh sağlığı ilişkisi bağlamında ele alınan konuların başında dindarlığın, kaygı ve depresyon ile olan ilişkisi gelmektedir. Konuyla alakalı olarak Koenig (2018), depresyon ile dindarlık ve maneviyat arasındaki ilişkilere odaklanan 443 araştırmayı mercek altına almıştır. Yaptığı kapsamlı çözümlene neticesinde bu araştırmaların %61'inde (271) dinî yaşantı ile depresyon belirtileri arasında negatif; %6'sında (28) ise pozitif yönde ilişkiler gözlemlendiğini belirtmiştir. Daha eski bir tarihte din ve depresyon ilişkisine odaklanan 80 çalışmayı gözden geçiren bir araştırma, dinî bağlılık, dinî katılım ve iç güdümlü dindarlık davranışı sergileyenlerin, depresif belirtiler ve depresif bozukluklar açısından daha az risk altında olduğunu ortaya koymuştur (McCullough - Larson, 1999). Bunların yanı sıra 147 bağımsız araştırmacının yine meta-analitik yöntemle incelendiği çalışmada, olumlu dindarlık yaşantısı ile daha az depresif semptomlar arasında güçlü ve anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Smith vd., 2003). Benzer bulgular, Türkiye örneklemini için de geçerlidir. Örneğin yakın zamanda Türkiye'de Yapıcı ve Kolçak (2017) tarafından

gözden geçirilen ruh sağlığı ve dindarlık literatüründe genellikle dinin ruhsal rahatsızlıklarla ters yönlü bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Bu durum depresyon özelinde çalışmaların %36'sında geçerliken iki olgu arasında pozitif ilişki ve etkileşimin gözlemlendiği herhangi bir çalışmaya ulaşılamaması dikkat çekicidir.

Dindarlık ruh sağlığı ilişkisine odaklanan çalışmalarda genel olarak dindarlığın bireyin yaşadığı stresle başa çıkma sürecine katkıda bulunarak (Park, 2005); affetme, şükür, kabullenme, alçakgönüllülük gibi erdem alanını destekleyerek (Ayten, 2014) ya da hayata amaç, gaye ve anlam kazandırarak ruh sağlığına olumlu katkıda bulunduğu üzerinde durulmuştur (Park, 2007; Abu-Hilal vd., 2017). Burada bu makalenin konusu çerçevesinde, dindarlığın bireyin hayatına kazandırdığı anlam yoluyla ruh sağlığını desteklemesi üzerinde durmakta yarar vardır. Din, gündelik hayatta bireyin yaşamının farklı veçhelerine nüfuz ettiği ölçüde onun varoluşunu anlamlandıran, eylemlerini meşruiyet zemininde belirli amaç ve gayelere yönlendiren bir olgudur. Kişiye kazandırdığı bütünlük ve tutarlılık duygusu, günlük yaşam akışının ötesinde olumsuz psikolojik sağlık durumları söz konusu olduğunda daha da belirginleşebilir. İlgili alanda gerçekleştirilen araştırma bulguları, dinin sağladığı anlamlılık hissi üzerinden bireyin iyi oluşuna katkıda bulunduğu işaret eder (Steger - Frazier, 2005; Park, 2007). Dolayısıyla din, ruh sağlığı ve anlam arasında gözlenen dinamik ve çok yönlü ilişkiler onun, olumsuz duygulanım veya anlamsızlık gibi negatif değişkenler söz konusu olduğunda da koruyucu işlevinin olduğu/olacağı düşüncesine kapı aralar. Yapılan araştırmalar, genellikle dinin hayat memnuniyeti, iyi oluş, mutluluk, umut ve hayatın anlamı ilişkisine odaklanırken; depresyon, çeşitli kaygılar, sıkıntı, stres, psikopatolojik durumlar ve buna bağlı olarak anlamsızlık duygusunun sürece dâhil edilip etkisinin ortaya koyulması pek rağbet görmemiştir. Bu açıdan bakıldığında, dindarlığın, kişilerdeki anlamsızlık duygusunu ve buna bağlı olarak depresif eğilimlerin önüne geçeceği varsayımının merkeze alındığı bu çalışmanın literatürdeki bu boşluğu giderme girişimi olduğu söylenebilir.

Yaşanan anlamsızlık duygusunun, ruhsal rahatsızlıkların yegâne sebebi olduğu şeklinde bir indirgemeciliğe düşmeden, çökkünlük, yılgınlık, bıkkınlık, karamsarlık vb. durumlarla karakterize edilen depresif eğilimlerin aynı zamanda anlamsızlık duygusuyla birlikte hareket ettiği düşünülmektedir. Bu araştırma, yukarıdaki düşüncelerden hareketle dinin depresif eğilimler karşısındaki rolünü anlamsızlık duygusu üzerinden ele alır. Ancak öncelikle dindarlığın depresyon karşısındaki koruyucu rolü ve ikili arasındaki ilişki ve etkileşime odaklanılmış; daha sonra dinin anlamsızlık duygusunu azaltarak depresyona karşı koruyucu görev üstlenebileceği düşüncesinden hareketle anlamsızlık değişkeni araştırma modeline aracı değişken (mediating factor) olarak dâhil edilmiştir.

Bu çerçevede çalışmanın konusu, dindarlığın, ruh sağlığının olumsuz göstergelerinden biri olarak öne çıkan depresyonla olan ilişkisi ve bu ilişkide bireylerin hissettiği anlamsızlık duygusunun aracılık etkisidir. Ayrıca bu temel konu başlığı doğrultusunda, “bireylerin dindarlık düzeyleri ile depresif eğilimleri arasında nasıl bir ilişki vardır?”, “Bu iki değişken arasındaki ilişkiye bireylerin anlamsızlık duygusu aracılık ediyor mu?” soruları araştırmanın temel problemlerini oluşturur. Dolayısıyla araştırmanın amacı da nicel veri analizi tekniklerini kullanarak bu araştırma sorularına cevap aramaktır. Araştırmanın konu ve amacı bağlamında, ilgili literatür de göz önünde bulundurularak bazı hipotezler geliştirilmiştir. Buna göre;

H<sub>1</sub>: Dindarlık ve anlamsızlık duygusu arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki vardır.

H<sub>2</sub>: Anlamsızlık ve depresyon arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki vardır.

H<sub>3</sub>: Dindarlık ve depresyon arasındaki ilişkide anlamsızlık duygusunun aracılık etkisi vardır.

## 1. YÖNTEM

### 1.1. Çalışma Grubu

Araştırmaya Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 1007 kişi katılmıştır. Yaşları 18 ila 78 arasında değişen ve basit tesadüfî örnekleme yoluyla ulaşılan katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler şu şekildedir. Örneklemin %64,8'i (N=653) kadın, %35,2'si (N=354) erkek; %43,7'si (N=440) 18-25 yaş, %37,9'u (N=382) 26-40 yaş, %16,7'si (N=168) 41-60 yaş aralığındayken %1,7'si (N=17) ise 60 yaş üzerindedir. Bunun yanında %58,8'i (N=592) bekâr, %41,2'si (N=415) evli; %2'si (N=20) ilkokul, %2,7'si (N=27) ortaokul, %11,8'i (N=119) lise, %72,7'si (N=732) üniversite, %10,8'i (N=109) ise lisansüstü eğitim düzeyindedir. Ayrıca %7,9'u (N=80) köy, %14,3'ü (N=144) ilçe, %28,4'ü (N=286) şehir, %49,4'ü (N=497) büyükşehirde yaşamlarını sürdürmekte; %11,3'ü (N=114) düşük, %82,5'i (N=831) orta, %6,2'si (N=62) ise yüksek gelir seviyesindedir. Son olarak araştırma grubunun yaş ortalaması 30,79'dur (SD=11,33).

### 1.2. Ölçme Araçları

*Kişisel bilgi formu.* Katılımcının cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, gelir durumu ve eğitim düzeyi gibi tanımlayıcı özelliklerine ilişkin bilgileri elde etmek adına ankette yer verilen ilk form kişisel bilgi formudur. Bu form sayesinde katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine ulaşılmıştır.

*Dindarlık Ölçeği.* Araştırmaya katılan kişilerin dindarlıkları, Ayten (2009) tarafından geliştirilen ve daha sonra Ayten ve Yıldız (2016) tarafından 5'li likert tipinde düzenlenen Kısa Dindarlık Ölçeği vasıtasıyla elde edilmiştir. Yazarlar yaptıkları

çalışmada Cronbach Alpha değerlerini ölçek genelinde  $\alpha=.774$ ; inanç-etki boyutunda  $\alpha=.669$ ; bilgi-ibadet boyutunda ise  $\alpha=.668$  olarak tespit etmişlerdir. Bu çalışmada ise açımlayıcı faktör analizi tekrar yapılmamış doğrulayıcı faktör analizinin yanında ölçeğin iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Buna göre ölçeğin iç tutarlığına işaret eden Cronbach Alpha değeri ölçek toplamı için  $\alpha=.72$  olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizine ilişkin bilgiler ise Tablo 2’de verilmiştir. Ölçekte yer alan “İbadet ederken kendimi Allah’a yakın hissedirim”, “Sosyal problemlerle ilgili çözüm yolları ararken dinî inançlarının rolü olur mu?” vb. şeklindeki sorular, 1 ile 5 arasında (1=Hiçbir zaman 5=Her zaman) derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir.

*Anlamsızlık Ölçeği.* Bireylerin hissettiği anlamsızlık ve amaç yoksunluğu duygusunu tespit etmek amacıyla Aydın, Kaya ve Peker (2015) tarafından geliştirilen Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu alt boyutu kullanılmıştır. Ölçek toplamda 17 maddedir ve hayatta anlam ve anlamsızlık olmak üzere iki alt boyuttan oluşur. Araştırmaya dâhil edilen söz konusu alt ölçek kişilerdeki bıkkınlık, anlamsız bir yaşam, kötümserlik, umutsuzluk, anlamsızlık ve amaç yoksunluğu (Aydın vd., 2015) duygularını ölçmesi planlanan maddeler içermektedir. 5’li likert tipindeki ölçeğin (1=kesinlikle katılmıyorum, 5=kesinlikle katılıyorum) ilgili anlamsızlık alt faktörü 6 maddeden oluşur ve “Çoğu zaman anlamsız ve boş bir hayata sahip olduğumu düşünürüm”, “çoğu zaman her şeye karşı bıkkınlık duyuyorum” vb. maddeler içerir. Ölçek geliştirilirken yazarlar Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin bütününe ilişkin iç tutarlık katsayısını (Cronbach Alpha) .91; test-yarı test güvenilirlik katsayısı .81; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .74 ( $p<.01$ ) olarak tespit etmiştir (Aydın vd., 2015). Bu çalışma özelinde yapılan analizlerde anlamsızlık ölçeğinin KMO değeri .883, Bartlett testi değeri ise  $\chi^2=2733,257$  olarak hesaplanmıştır. Bu haliyle açıklayıcılık gücü %61 olarak tespit edilmiştir. Madde yükleri tatmin edici seviyede olan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise  $\alpha=.871$ ’dir.

*Depresyon.* Katılımcıların depresyon düzeylerini ölçmek için, Lovibond ve Lovibond (1995a; 1995b) tarafından geliştirilen Depresyon Anksiyete Stres-21 Ölçeği’nin (Depression Anxiety Stress Scale; DASS-21) depresyon alt boyutu kullanılmıştır. 4’lü likert tipinde (0=Hiçbir zaman, 1=Bazen ve ara sıra, 2=Oldukça sık, 3=Her zaman) “Hiç olumlu duygu yaşamadığımı fark ettim”, “Hiçbir beklentimin olmadığı hissine kapıldım”, “Birey olarak değersiz olduğumu hissettim” vb. şeklinde 7 madde içeren ölçek normal ve klinik örnekleme çokça kullanılan öz bildirim dayalı bir ölçme aracıdır. 42 maddelik uzun halinin Türkçe’ye çeviri ve adaptasyonu Bayram ve Bilgel (2008) tarafından yapılmışken araştırmamızda kullanılan halinin uyarlaması Sarıçam tarafından gerçekleştirilmiştir (Sarıçam, 2018). Bu çalışma çerçevesinde gerçekleştirilen analizler sonucunda ölçeğin KMO değeri-



nin .891, Bartlett değerinin  $\chi^2=2280,865$  ( $p=.000$ ) olduğu görülmüştür. Depresyon faktörünün %52 oranında bir açıklayıcılığa sahip olduğu görülmüştür. İç tutarlılık katsayısı ise  $\alpha=.838$  olarak hesaplanmıştır.

### 1.3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma verileri 2020 yılının Şubat-Nisan ayları arasında hem elden hem de online ortamda hazırlanan anket formu vasıtasıyla elde edilmiştir. Her iki ortamda da anket formunun başında yer alan bilgilendirici metinde katılım için gönüllülüğün esas olduğu belirtilmiştir. Eksik, hatalı ve mükerrer olduğu tespit edilen anket formları araştırma dışında bırakılmış ve toplanan ham veriler ilk olarak SPSS'e aktarılmıştır. Veri analizleri hem SPSS 24 hem de IBM AMOS 21 programında yapılmıştır. Yapılan betimsel analizler, açımlayıcı faktör analizleri, güvenilirlik ve korelasyon analizlerinden sonra araştırma modeline ilişkin aracılık analizi AMOS programı yardımıyla gerçekleştirilmiştir. Aracılık etkisinin anlamlılık seviyesini tespit etmek için %95 güven aralığında 5.000 rastgele yeniden örneklemeyle önyük-leme prosedürü uygulanmıştır.

## 2. BULGULAR

Araştırmada elde edilen bulgular, aşağıda tablolar ve şekiller üzerinden aktarılmıştır. Öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığına ilişkin sonuçlara bakıldığında (Tablo 1) Skewness ve Kurtosis değerlerinin kabul edilebilir bir değer aralığında (-1,5 ile +1,5) yer aldığı görülmüştür (Tabachnick - Fidell, 2013). Daha sonra anlamsızlık ve depresyon belirli açılardan birbirine benzer yapılar olduğundan çoklu doğrusallık sorunu olup olmadığı araştırılmıştır. Buna yönelik yapılan çoklu doğrusallık analizlerinde (multicollinearity) araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerde korelasyon katsayısının 0,800'den küçük ( $r=.0,609$ ) ama anlamlı ( $p=.000$ ); çoklu doğrusallık sorunun olup olmadığına işaret eden VIF değerinin ise 2,50'den düşük ( $VIF=1,00$ ) olduğu görülmüştür. Dolayısıyla istatistiki değerler ışığında değişkenler arasında çoklu doğrusallık sorununun olmadığı, anlamsızlık ve depresyon değişkenlerinin çalışmada ayrı yapılar olarak yer alabileceği anlaşılmıştır (Allison, 1999).

**Tablo 1:** Ölçüm Araçlarının Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Ölçüm Araçları	$\chi^2/sd$	GFI	CFI	RMSEA
Dindarlık	4.805	.97	.92	.062
Anlamsızlık	1,054	.99	1.00	.007
Depresyon	3.204	.98	.98	.047



$X^2/sd=Ki$  kare bölü serbestlik derecesi, GFI=İyilik uyum indeksi, CFI=Karşılaştırmalı uyum indeksi, RMSEA=Yaklaşık hataların ortalama karekökü

Araştırma değişkenlerine ilişkin çalışmada kullanılan ölçüm araçlarının doğrulayıcı faktör analizi sonuçları yukarıda Tablo 1'de verilmiştir. Model uyum iyiliği değerlerine bakıldığında dindarlık ölçeğinin kabul edilebilir uyum, anlamsızlık ve depresyon ölçeklerinin ise mükemmel yakın iyi uyum gösterdiği anlaşılmaktadır (Hu - Bentler, 1999).

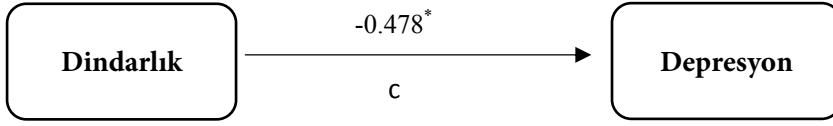
**Tablo 2:** Araştırma Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	1	2	3
<b>DİNDARLIK</b>	-		
<b>ANLAMSIZLIK</b>	-.298**	-	
<b>DEPRESYON</b>	-.213**	.609**	-
<i>Ortalama</i>	4.31	1.97	.662
<i>Stand. Sapma</i>	0.381	0.786	0.540
<i>Ranj</i>	1-5	1-5	0-3
<i>Cronbach (<math>\alpha</math>)</i>	.72	.87	.84
<i>Skewness</i>	-.588	.856	1.075
<i>Kurtosis</i>	.406	.452	1.072

\*\*Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır (İki yönlü)

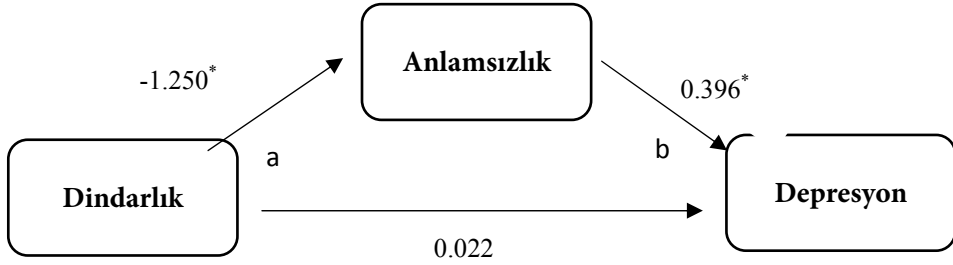
Yapılan betimsel analizler sonucunda katılımcıların ortalamaları dindarlık için  $M=4.31$  ( $SD=0.381$ ), anlamsızlık için  $M=1.97$  ( $SD=0.786$ ), depresyon için  $M=0.662$  ( $SD=0.540$ ) olarak tespit edilmiştir. Ayrıca iç tutarlılık katsayılarının da sırasıyla .72, .87 ve .84 şeklinde güvenilir düzeyde olduğu görülmüştür. Yapılan normallik analizlerine ilişkin bulgular da verilerin normal bir dağılım gösterdiğine işaret etmektedir. Buna göre Skewness ve Kurtosis değerleri sırasıyla dindarlık için (-.588/.406); anlamsızlık için (.856/.452); depresyon için (1.075/1.072) olarak hesaplanmıştır. Son olarak değişkenler arasındaki korelasyonlara bakıldığında dindarlık ile anlamsızlık arasında olumsuz yönde ( $r=-.298$ ,  $p<.001$ ), dindarlık ile depresyon arasında olumsuz yönde ( $r=-.213$ ,  $p<.001$ ) ve anlamsızlık ile depresyon arasında olumlu yönde ( $r=.609$ ,  $p<.001$ ) manidar ilişkiler görülmüştür. Bu bulgular, araştırma öncesinde geliştirilen  $H_1$  ve  $H_2$ 'nin desteklendiğini ortaya koymaktadır.

**Şekil 1:** Dindarlığın Depresyon Üzerindeki Toplam Etkisi. Not: Standardize edilmemiş beta katsayıları kullanılmıştır. \* $p<.001$ .



Araştırmanın temel problemine yönelik geliştirilen aracılık modelini test etmek için öncelikle dindarlık ve depresyon arasındaki ilişki AMOS programı vasıtasıyla ölçülmüştür. Buna göre Şekil 1’de c yolu ile tanımlanan toplam etkiye (total effect) bakıldığında dindarlığın depresyon üzerindeki etkisi negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\beta = -.478$ ;  $p < .001$ ). Şekil 1’e ait değerler Tablo 3’te detaylı bir şekilde verilmiştir.

**Şekil 2:** Araştırma Değişkenlerine İlişkin Örtük Değişkenli Aracılık Modeli. Not: Standardize edilmemiş beta katsayıları kullanılmıştır. \* $p < .001$ .



Araştırmanın temel problemine yönelik tasarlanan model Şekil 2’de verilmiştir. Daha önce Şekil 1’de dindarlık ile depresyon arasındaki etkileşim anlamlı bulunduğundan ikinci aşamaya, anlamsızlığın aracı değişken olarak sürece dâhil edildiği modele geçilmiştir. Buna göre dindarlığın anlamsızlık üzerindeki etkisi a yolu; anlamsızlığın depresyon üzerindeki etkisi b yolu; dindarlığın depresyon üzerindeki dolaylı etkisi (indirect effect) ise c yoluyla belirtilmiştir.

**Tablo 3:** Anlamsızlık Değişkeninin Depresyon Üzerindeki Aracılık Etkisi Sonuçları

Değişkenler	Sonuç Değişkenleri			
	Anlamsızlık		Depresyon	
	$\beta$	SH	$\beta$	SH
Dindarlık (c yolu)			-0,478*	0,086
R <sup>2</sup>			0,064	

<b>Dindarlık (a yolu)</b>	-1,250*	0,166	
<b>R<sup>2</sup></b>		0,138	
<b>Dindarlık (c' yolu)</b>		0,022	0,063
<b>Anlamsızlık (b yolu)</b>		0,396*	0,026
<b>R<sup>2</sup></b>			0,513
<b>Dolaylı etki</b>		0,495*	(-0,728 / -0,344)

\*p<.001

Araştırma modeline ilişkin beta katsayıları, standart hatalar ve regresyon katsayıları yukarıda Tablo 3'te sunulmuştur. Buna göre geliştirilen aracılık modelinde *a* yolu üzerinden dindarlığın anlamsızlık üzerinde negatif yönlü etkisinin olduğu ( $\beta=-1.250$ ;  $p<.001$ ) bulunmuştur. Ayrıca anlamsızlığın, şekilde yer alan *b* yolu üzerinden depresyon üzerinde pozitif yönlü anlamlı etkisinin olduğu görülmüştür ( $\beta=-.396$ ;  $p<.001$ ). Aracılık modeline ilişkin dikkat çekici sonuç dindarlığın depresyon üzerindeki doğrudan etkisinin (*c'* yolu) artık anlamlı olmadığıdır ( $\beta=-.022$ ;  $p>.05$ ). Bu durum, dindarlığın depresyon üzerindeki etkisinde anlamsızlığın tam aracı faktör olarak rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda dindarlığın depresyon üzerindeki dolaylı etkisi (indirect effect)  $\beta=.495$  ve %95 güven aralığında (confidence interval) -0.728 - -0.344 olarak elde edilmiş, bu aralık 0 değerini içermediği için dolaylı etki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Araştırma modeline ilişkin model uyumu değerleri şu şekildedir:  $X^{2/sd}= 3,652$ ; GFI=,930; CFI=,918; RMSEA=,051; IFI=,919; NFI=,891; AGFI=,915 olarak tespit edilmiştir. Model iyiliği değerlerine bakıldığında aracı değişkenli genel araştırma modelinin mükemmel yakın iyi bir uyum gösterdiğini söylemek mümkündür (Karagöz, 2017, 466). Bu sonuçlar, araştırma öncesinde geliştirilen *dindarlığın depresyon ilişkisinde anlamsızlığın aracılık etkisi vardır* şeklindeki hipotezin ( $H_3$ ) desteklendiğini ortaya koymaktadır.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma sonuçları, daha önce yukarıda zikredilen literatürle uyumlu olacak şekilde dindarlığın depresyon üzerindeki etkisine işaret etmektedir. Etkileşimin negatif yönde olması ise dinin koruyucu etkisini akla getirmektedir. Araştırmanın konuyla alakalı dikkat çekici bulgusu ise anlamsızlığın bu etkileşim sürecindeki etkisinin açık bir şekilde ortaya konulmuş olmasıdır. Yapılan çeşitli araştırmalarda sağlıklı bir dinî yaşantı ile depresif eğilimler arasında genellikle ters yönlü ilişkiler olduğu, bununla birlikte anlamsızlığın da depresyonun en önemli yordayıcılarından biri olduğu gözlenmiştir. Örneğin 1990-2001 yılları arasında dindarlık ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi konu edinen 34 çalışmayı ele alan meta-

analitik araştırmasında yazarlar din ile ruh sağlığı arasında pozitif ilişkiler olduğu sonucuna varmıştır (Hackney - Sanders, 2003). Yakın zamanda 2017 yılına kadar yapılan 152 prospektif araştırmayı gözden geçiren Braam ve Koenig (2019), çalışmaların %49'unda dindarlık ve maneviyatın depresyonu hafiflettiğine yönelik bulgulara ulaşmıştır. Bununla birlikte yazarlar, özellikle psikiyatrik belirtiler gösteren hastalarda dindarlık ve maneviyatın daha koruyucu olduğunu, fiziksel bir hastalığa sahip ve genç olanlarda ise daha az etki gücünün olduğunu gözlemlemiştir. Paukert ve arkadaşları (2011) ise 11 araştırmayı gözden geçirdikleri meta-analiz çalışmasında depresyon ve anksiyetenin tedavisinde dine uyumlu psikoterapilerin, en az aynı psikoterapilerin seküler formları kadar başarılı olduğunu, özellikle tedavi tamamlandıktan hemen sonra daha etkili olduğunu dile getirir.

Peki anlamsızlık ve depresyon arasındaki ilişkiler, sözlük tanımlarında ya da teorilerde yer aldığı gibi midir? Yapılan araştırmalar bu gerçekliğe işaret etmektedir. Örneğin kanser hastalarıyla yapılan bir çalışmada genel anlam duygusunun, depresyon ve demoralizasyonun negatif yordayıcısı olduğu, diğer bir deyişle anlamın, stresli durumlar karşısında korucu etkisinin olduğu tespit edilmiştir (Vehling vd., 2011). Farklı değişkenler ve örneklem çerçevesinde, örneğin gaziler üzerinde hayatta anlam, genel ve sosyal öz-yeterlik, travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada depresyonun kişilerin öz-yeterlik ve hayatta anlam duyguları üzerinde olumsuz etkilerde bulunduğu anlaşılmıştır (Blackburn - Owens, 2015). Koronavirüs pandemisi sürecinde öğrencilerle yürütülen bir araştırmada depresyon ile anlam duygusu arasında ters yönlü ilişkiler gözlenmiştir. Diğer bir deyişle depresyona arttıkça anlam duygusu azalmaktadır (Parra, 2020). Benzer şekilde yapılan bir başka araştırmada katılımcıların depresif eğilimlerinin arttıkça anlam ve umut duygularının azaldığı, depresyonun bu değişkenlerle ters yönlü bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir (Maryam Hedayati - Mahmoud Khazaei, 2014). Türkiye'de yapılan çalışmalarda da anlam ve amaç duygusunun depresyonla ilişkisinde benzer bir tablo göze çarpar. Örneğin Öztürk (2018), varoluşçu bir perspektifle depresyon, umutsuzluk ve anlam ilişkisini araştırdığı çalışmasında umutsuzluk puanı düşük katılımcıların hayatın anlam ve amaç puanlarının da yüksek olduğunu, umutsuzluk duygusunun depresyonla birlikte arttığını, hayatta anlamın umutsuzluk ve depresyon ile negatif yönlü ilişkiler gösterdiğini tespit etmiştir. Araştırma değişkenleri arasındaki önceki literatür bulgularıyla birlikte düşünüldüğünde dinin, anlamsızlık duygusunun önüne geçerek, inananlarına daha iyimser bir bakış açısı sağlayarak veya çeşitli yaşam amaçlarını hatırlatarak depresyon karşısında bir tampon görevi gördüğü söylenebilir.

Din ve sağlık arasında gözlenen farklı arabulucu değişkenlerin etkili olması, dinin ruhsal veya fiziksel sağlık üzerinde etkisinin olmadığına değil, bu sürecin çok boyutlu bir yapı arz ettiğine işaret eder. Din doğrudan sağlık üzerinde etkilidir de-

mek oldukça yüzeysel bir çıkarımken çeşitli arabulucuların rolü bu konuda anlayış ve farkındalık kazandırarak daha kapsamlı teori ve yorumlara olanak sağlar. Dolayısıyla arabulucu değişkenler söz konusu olduğunda bu durum, nedensellik çerçevesinde açıklanabilir (Jones, 2004, 322). Araştırma bağlamında izah edecek olursak, dinî inanç ve yaşantılar ya da bir bütün olarak dindarlık, kişiye anlam ve amaç duygusu kazandırarak ondaki depresif eğilimlerin önüne geçebilir. Bu ilişkinin çok boyutluluğuna katkı sağlayan unsurlar arasında inanılan dinlerin farklılığı, dinî yaşantının kültürel normlardan ve çeşitli bağamlardan etkilendiği (Paloutzian, 2016, 295) gibi faktörler zikredilebilir. Dolayısıyla dinin ruhsal sağlık üzerindeki etkisi çeşitli açılardan rahatlıkla etkilenebilecek bir tabiata sahiptir.

Sonuç olarak dindarlık tek başına depresyonun önüne geçemese de dinî inancın sağladığı anlam ve amaçlılık, iyimserlik ve geleceğe yönelik ümitvâr bir tutum, depresyonun üstesinden gelmede bireye yardımcı olabilir (Ayten, 2020, 47). Özellikle depresif eğilimlerin ayırt edici özelliği olan anlamsızlık, boşluk ve bunaltı duygusundan kurtulmak için kişi, inandığı dinî geleneğin temel prensip ve tavsiyelerine tutunabilir. Bu bilişsel süreci dua vb. ibadetler vasıtasıyla destekleyerek boşluk, anlamsızlık duygusundan arınabilir.

Bu araştırmanın bulgularının klinik olmayan örneklemeden elde edildiği göz önünde bulundurulduğunda, bundan sonra klinik örnekleme yapılacak çalışmalardan farklı çıktılar elde edileceği düşünülebilir, ayrıca bu doğrultuda bir araştırma iki grup arasında karşılaştırma olanağı da sağlayacaktır. Anksiyete ve stres gibi kimi ruhsal rahatsızlıklar bazen depresyonla birlikte hareket eder. Sonraki araştırmalarda bu gibi farklı değişkenlere yer verilmesi, dinin ruh sağlığı üzerindeki etkisine yönelik bakış açısını zenginleştirebilir. Yer yer değinildiği üzere, anlamsızlık ruhsal rahatsızlığın yegâne bileşeni, dinî içerikli müdahaleler depresyon tedavisi için tek ve en etkili çözüm yolu değildir (Paukert vd., 2011). Ancak yine de sürecin daha iyi anlaşılması noktasında araştırmacılara perspektif sağlayabilir. Kişilik özellikleri gibi farklı etkenlerin de süreçte etkili rol oynayabileceği unutulmamalıdır. Diğer yandan depresyon tanısı konulmuş hastalarla yapılacak boylamsal araştırmalardan elde edilecek bulgular anlamsızlığın rolünü daha açık şekilde ortaya koyabilir.

## KAYNAKÇA

- Abdel-Khalek, Ahmed M. "Happiness, Health, and Religiosity: Significant Relations." *Mental Health, Religion & Culture* 9/1 (Mart 2006), 85–97. <https://doi.org/10.1080/13694670500040625>
- Abdel-Khalek, Ahmed M. vd. "The Relationship Between Religiosity and Anxiety: A Meta-Analysis." *Journal of Religion and Health* 58/5 (Ekim 2019), 1847–1856. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00881-z>

Abu-Hilal, Maher vd. "Can Religiosity Boost Meaning in Life and Suppress Stress for Muslim College Students?" *Mental Health, Religion & Culture* 20/3 (Mart 2017), 203–216. <https://doi.org/10.1080/13674676.2017.1324835>

Allison, Paul D. *Multiple Regression: A Primer*. Pine Forge Press, 1999.

Aydın, Cüneyd vd. "Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması." *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 38 (2015), 39–55.

Ayten, Ali. *Din ve Sağlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları, 2020.

Ayten, Ali. *Erdeme Dönüş Psikoloji ve Mutluluk Yolu*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2014.

Ayten, Ali. *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyol Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2009.

Ayten, Ali - Yıldız, Refik. "Dindarlık, Hayat Memnuniyeti İlişkisinde Dinî Başa Çıkmanın Rolü Nedir? Emekliler Üzerine Bir Araştırma." *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 16/1 (2016), 281–308.

Bayram, Nuran - Bilgel, Nazan. "The Prevalence and Socio-Demographic Correlations of Depression, Anxiety and Stress among a Group of University Students." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 43/8 (2008), 667–672. <https://doi.org/10.1007/s00127-008-0345-x>

Blackburn, Laura - Owens, Gina P. "The Effect of Self Efficacy and Meaning in Life on Posttraumatic Stress Disorder and Depression Severity among Veterans." *Journal of Clinical Psychology* 71/3 (2015), 219–228. <https://doi.org/10.1002/jclp.22133>

Braam, Arjan W. - Koenig, Harold G. "Religion, Spirituality and Depression in Prospective Studies: A Systematic Review." *Journal of Affective Disorders* 257/ (Ekim 2019), 428–438. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.063>

Davis, Timothy L. vd. "Meaning, Purpose, and Religiosity in at-Risk Youth: The Relationship between Anxiety and Spirituality." *Journal of Psychology and Theology* 31/4 (2003), 356–365.

Francis, Benedict vd. "Religious Coping, Religiosity, Depression and Anxiety among Medical Students in a Multi-Religious Setting." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16/2 (Ocak 2019), 259. <https://doi.org/10.3390/ijerph16020259>

Gebauer, Jochen E. vd. "Religiosity, Social Self-Esteem, and Psychological Adjustment." *Psychological Science* 23/2 (Şubat 2012), 158–160.

<https://doi.org/10.1177/0956797611427045>

- Hackney, Charles H. - Sanders, Glenn S. "Religiosity and Mental Health: A Meta-Analysis of Recent Studies." *Journal for the Scientific Study of Religion* 42/1 (Mart 2003), 43–55. <https://doi.org/10.1111/1468-5906.t01-1-00160>
- Hu, Lietze - Bentler, Peter M. "Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria versus New Alternatives." *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal* 6/1 (Ocak 1999), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jones, James W. "Religion, Health, and the Psychology of Religion: How the Research on Religion and Health Helps Us Understand Religion." *Journal of Religion and Health* 43/4 (Aralık 2004), 317–328. <https://doi.org/10.1007/s10943-004-4299-3>
- Karagöz, Yalçın. *SPSS ve AMOS Uygulamalı Nicel-Nitel Karma Bilimsel Araştırma Yöntemleri ve Yayın Etiği*. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık, 2017.
- Karslı, Necmi. "Dindarlık ve Öfke Kontrolü İlişkisi Üzerine Tecrübi Bir Araştırma." *EKEV Akademi Dergisi* 16 (2012), 57–70.
- Koenig, Harold G. "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications." *ISRN Psychiatry*, 1–33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>
- Koenig, Harold G. *Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications*. Academic Press, 2018.
- Koenig, Harold G. vd. "Religiosity and Remission of Depression in Medically Ill Older Patients." *American Journal of Psychiatry* 155/4 (Nisan 1998), 536–542. <https://doi.org/10.1176/ajp.155.4.536>
- Koenig, Harold G vd. "Hope, Religiosity, and Mental Health in U.S. Veterans and Active Duty Military with PTSD Symptoms." *Military Medicine*. <https://doi.org/10.1093/milmed/usz146>
- Krause, N. "Religiosity and Self-Esteem among Older Adults." *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 50B/5 (Eylül 1995), 236–246. <https://doi.org/10.1093/geronb/50B.5.P236>
- Leondari, Angeliki - Gialamas, Vasilios. "Religiosity and Psychological Well-being." *International Journal of Psychology* 44/4 (Ağustos 2009), 241–248. <https://doi.org/10.1080/00207590701700529>
- Lovibond, P. F. - Lovibond, S. H. *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. Sydney, Australia: Psychology Foundation of Australia, 2nd Ed., 1995a.



- Lovibond, P. F. - Lovibond, S. H. "The Structure of Negative Emotional States: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories." *Behaviour Research and Therapy* 33/3 (1995b), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Maryam Hedayati, M.A. - Mahmoud Khazaei, M.A. "An Investigation of the Relationship between Depression, Meaning in Life and Adult Hope." *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 114/ (2014), 598–601. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.753>
- McCullough, Michael E - Larson, David B. "Religion and Depression: A Review of the Literature." *Twin Research and Human Genetics* 2/2 (1999), 126–136.
- Miller, Lisa vd. "Religiosity and Major Depression in Adults at High Risk: A Ten-Year Prospective Study." *American Journal of Psychiatry* 169/1 (Ocak 2012), 89–94. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2011.10121823>
- O'Connor, Daryl B vd. "Religiosity, Stress and Psychological Distress: No Evidence for an Association among Undergraduate Students." *Personality and Individual Differences* 34/2 (Şubat 2003), 211–217. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00035-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00035-1)
- Öztürk, Abdullah Harun. *Varoluşçu Bakışa Göre Hayatın Anlamı ve Amacının Depresyon ve Umutsuzlukla İlişkisi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Paloutzian, Raymond F. *Invitation to the Psychology of Religion*. Guilford Publications, 2016.
- Park, Crystal L. "Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress." *Journal of Social Issues* 61/4 (2005), 707–729. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00428.x>
- Park, Crystal L. "Religiousness/Spirituality and Health: A Meaning Systems Perspective." *Journal of Behavioral Medicine* 30/4 (Ağustos 2007), 319–328. <https://doi.org/10.1007/s10865-007-9111-x>
- Parra, Mireya Romero. "Depression and the Meaning of Life in University Students in Times of Pandemic." *International Journal of Educational Psychology* 9/3 (Ekim 2020), 223–242. <https://doi.org/10.17583/ijep.2020.6784>
- Paukert, Amber L. vd. "Systematic Review of the Effects of Religion-Accommodative Psychotherapy for Depression and Anxiety." *Journal of Contemporary Psychotherapy* 41/2 (Temmuz 2011), 99–108. <https://doi.org/10.1007/s10879-010-9154-0>

- Sarıçam, Hakan. “Psychometric Properties of the Turkish Version of the Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) in Health Control and Clinical Samples.” *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research* 7/1 (2018), 19–30. <https://doi.org/10.1080/03069885.2018.1442558>
- Smith, T. B. vd. “Religiousness and Depression: Evidence for a Main Effect and the Moderating Influence of Stressful Life Events.” *Psychological Bulletin* 116 (2003), 614–636.
- Son, Joonmo - Wilson, John. “Religiosity, Psychological Resources, and Physical Health.” *Journal for the Scientific Study of Religion* 50/3 (Eylül 2011), 588–603. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2011.01588.x>
- Steger, Michael F. - Frazier, Patricia. “Meaning in Life: One Link in the Chain from Religiousness to Well-Being.” *Journal of Counseling Psychology* 52/4 (2005), 574–582. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.574>
- Stuart, Jaimee - Ward, Colleen. “The Relationships between Religiosity, Stress, and Mental Health for Muslim Immigrant Youth.” *Mental Health, Religion&Culture* 21/3 (Mart 2018), 246–261. <https://doi.org/10.1080/13674676.2018.1462781>
- Tabachnick, Barbara G - Fidell, Linda S. *Using Multivariate Statistics: International Edition*. Pearson, 2012.
- Vasegh, Sasan - Mohammadi, Mohammad-Reza. “Religiosity, Anxiety, and Depression among a Sample of Iranian Medical Students.” *The International Journal of Psychiatry in Medicine* 37/2 (June 2007), 213–227. <https://doi.org/10.2190/J3V5-L316-0U13-7000>
- Vehling, Sigrun vd. “Global Meaning and Meaning-Related Life Attitudes: Exploring Their Role in Predicting Depression, Anxiety, and Demoralization in Cancer Patients.” *Supportive Care in Cancer* 19/4 (2011), 513–520. <https://doi.org/10.1007/s00520-010-0845-6>
- Yapıcı, Asım - Koçak, Ali. “Türkiye’de Ruh Sağlığı, Maneviyat ve Dindarlık: Meta-Analitik Bir Değerlendirme.” *Din, Değerler ve Sağlık*. ed. Hayati Hökelekli. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2017.