

Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma

Doç. Dr. Ali AYTEN *

Arş. Gör. Zeynep SAĞIR **

Öz: Makale dindarlık, dini başa çıkma ve depresyon ilişkisini konu edinmektedir. Makalede bu konu Suriyeli sığınmacılar üzerinde yapılan bir alan araştırmasının verileri ve diğer araştırmaların ikincil verileri çerçevesinde tartışılmaktadır. Söz konusu bu araştırma, Suriyedeki iç savaştan kaçarak Türkiye'ye sığınan ve araştırma yapıldığı dönemde Kilis'te yaşayan 553 Suriyeli'yi kapsamaktadır. Katılımcıların 337'si (%60.9) kadın, 216'sı (%39.1) erkektir. Örneklemnin yaş aralığı (ranj) 12 ile 67 yaşları arasındadır. Yaş ortalaması ise 28.4'tür ($SD=12.10$). Katılımcıların 7'si 2010'da, 48'i (%8.7) 2011'de, 276'sı (49.9) 2012'de, 222'si (%40.1) 2013 yılında Kilis'e gelmiştir. Dindarlık, dinî başa çıkma ve depresif eğilim arasındaki ilişkinin tespiti için, *Dinî Başa Çıkma Ölçeği*, *Epidemiyolojik Depresyon Ölçeği* ve tek soruluk öznel dindarlık sorusundan oluşan anket formu kullanılarak veri toplanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, dinî başa çıkma ile depresif eğilim arasında olumlu ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Dindarlık, Dinî Başa Çıkma, Depresif Eğilim, Hayra Yorma, Şerre Yorma.

The Relations between Religiosity, Religious Coping and Depression: A Study on Syrian Refugees

Abstract: This study aims to investigate the relationships between, religiosity, religious coping and depression. It also aims to examine the relations between socio-demographical variables (gender and age) and religiosity, religious coping and depression. In order to find out mentioned relations *Religious Coping Scale*, *Epidemiological Depression Scale* and one-questioned subjective self-religiosity item were applied to Surian refugees. The sample consisted of 553 Surian refugees living in Kilis city of Turkey, when the study is carried out. They were 337 females and 216 males ranging in age from 12 to 67. The findings of study showed that there is a relationship between gender and religiosity, depression, religious coping. Moreover findings indicated that both negative and positive religious coping dimensions of Religious Coping Scale were related to depression.

Keywords: Depression, religiosity, religious coping, Religious Coping Scale, Epidemiological Depression Scale

Giriş

Hayat olumlu ve olumsuz yönleriyle bir bütündür. Hayatını belli hedefler çerçevesinde anlamlandıran insanoğlu varoluşunu ve ruhsal dünyasını muhafaza etmek için oluşturduğu bu anlam ve kontrol duygusunu kaybetmek istemez. Ancak kişi bu anlam ve kontrol duygusunun

* Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Anabilim Dalı.

** Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Anabilim Dalı.

tehdit edildiği stresli anları kaçınılmaz olarak yaşar. Bu anlar bazen bir sevilenin kaybı ve önemli sağlık problemleri gibi ciddi tehditler olabildiği gibi bazen de sınav kaygısı, otobüsün kaçırılması, önemli bir randevünün unutulması gibi görece daha az stressli durumlar olabilir. Anlam ve kontrol kaybına sebep olan bu durumlar yakınıni kaybetme, trafik kazası geçirme gibi durumlar sadece bir yada birkaç bireyi etkileyen durumlar olabildiği gibi sel, fırtına, deprem ve savaş gibi büyük insan kitlelerine tesir eden durumlar da olabilir. Bu tür zor durumlarla karşılaştıklarında bireyler zorlukları katlanılabilir hale getirmek, acılarına teselli bulmak, hayatın sürekliliğini sağlamak ve hayata yeniden tutunmak adına akli ve duygusal pek çok çaba ve etkinlik içerisine girerler. İşte bireylerin “zor zamanlarında sergiledikleri bu anlam arayışı”¹ çabası ve hayatın getirdikleri ile kendi beklentileri arasında oluşan zıtlığı gidermek için yaptıkları tüm etkinlikler² psikolojide başa çıkma süreci olarak değerlendirilmektedir. Kişinin zor ve sıkıntılı zamanlarında girmiş olduğu bu süreç, pek çok düşünce, duygu ve davranışı içerisinde barındırır. Kişinin hayata karşı genel yönelimine bağlı olarak dinî veya seküler içerikler taşıyabilir. Kimi zaman bu süreç spor yapma, sinamaya gitme, eğlenme gibi seküler temelli olabileceği gibi dua ve ibadet etme şeklinde dinî içerik de taşıyabilir veya her ikisini de birlikte içerebilir. Dinin veya kutsal motiflerin başa çıkma sürecine dahil olduğu bu duruma ise “dinî başa çıkma süreci” denebilir. Kişinin kendisini yaratıcıya yakın hissetmesi ve ondan yardım dilemesi ve onun yardımıyla sorunların üstesinden gelebileceğini düşünmesi ve buna uygun olarak dua ve ibadetleriyle başa çıkma sürecinden destek bulmasında olduğu gibi din, başa çıkma sürecine olumlu bir şekilde dahil edilebilir. Ayrıca din, kişinin başına gelenleri Tanrı'nın bir cezalandırması olarak algılayıp onun sevgi ve merhametinden ümit kesmesi, O'na öfke duyarak ondan uzaklaşma tarzında da başa çıkma sürecine dahil olabilir.³

İşte bu makalenin temel konusunu, dinî başa çıkma süreci ve onun ruh sağlığına dair neticelelerini oluşturmaktadır. Bu bağlamda makale, başa çıkma ve dinî başa çıkma sürecini en üst seviyede yaşadığı kabul edilen Suriyeli sığınmacılarla yapılmış nicel bir araştırmanın verilerine dayanmaktadır. Söz konusu araştırmada bireylerin yaşadıkları bu zorluklar karşısında dinî başa çıkma etkinliklerine ne sıklıkla başvurdukları, depresif eğilimlerinin düzeyi ve dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklıkları ile depresif eğilimleri arasındaki ilişkinin tespiti amaçlanmaktadır.

Psikoloji ve din psikoloji literatürüne bakıldığında hem başa çıkma hem de dinî başa çıkma konularının çokça çalışıldığı görülmektedir. Bu konulardaki ilk çalışmalardan kabul edilen Richard Lazarus'un 1966'da yazmış olduğu *Psychological Stress and the Coping Process* (*Psikolojik Stres ve Başa Çıkma Süreci*) başlıklı eserinin yayınlanmasından bu yana bu konuda pek çok eserin yazıldığı söylenebilir. Dinî başa çıkma konusunda ise hiç şüphesiz Kennet Pargament zikredilmeye değer ilk isimdir. Pargament'in *The Psychology of Religion and Coping* (*Din ve Başa Çıkma Psikolojisi*) isimli kitabı bu konudaki en kapsamlı eseri olarak değerlendirilebilir. Pargament, gerek konunun kuramsal çerçevesinin çizilmesinde gerekse dinî başa çıkma sürecinin ölçülebilir hale getirilmesinde önemli çalışmalar ortaya koymuştur. Dinin hayattaki zorlukların üstesinden gelmede, teselli verme, destek sağlama ve anlam ve kontrol duygusu kazandırma gibi fonksiyonları Sigmund Freud, Carl Gustav Jung ve Viktor Frankl gibi pek çok psikolog tarafından

1 Richard Lazarus ve Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer, New York, 1984, s. 90.

2 Susan Folkman ve Judith Tedlie Moskowitz, “Coping: Pitfalls and Promise”. *Annual Review of Psychology*. 55, 2004, s. 746.

3 Ali Ayten, *Tanrıya Sığınmak: Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-sosyal Bir Araştırma*, İstanbul 2012, s. 40.

daha önce ifade edilmişti.⁴ Kenneth Pargament ise dinin başa çıkma sürecindeki fonksiyonlarını kapsamlı bir bütün halinde sunmuştur. Pargament'e göre dinin, başa çıkma sürecinde "teselli verme", "kontrol hissi kazandırma", "anlam sunma", "sosyal destek sağlama" ve "hayatı dönüştürme" ve "olgunlaştırma imkanı kazandırma" fonksiyonları bulunmaktadır.⁵

Bu güne kadar yapılan pek çok araştırmada dinî başa çıkma konusu başta dindarlık⁶ olmak üzere, sağlık⁷ ve ruh sağlığına⁸ giren pek çok konuyla ilişkilendirilerek ele alınmıştır. Yapılan empirik çalışmalarda doğal afet yaşayanlar depremzedeler, kasırga madurları, başta kanser gibi herhangi bir ciddi hastalıktan muzdarip olanlar, savaş madurları ve gaziler ve mülteciler katılımcı olarak belirlenmiştir.⁹ Makalenin içeriğini oluşturan araştırmada, dinî başa çıkma konusu ruh sağlığının göstergelerinden olan depresif eğilim ile ilişkili olarak ele alınmıştır. Araştırmanın örneklemini Suriye'deki iç savaştan kaçan sığınmacılar oluşturmuştur. Araştırmanın temel değişkenleri dindarlık (öznel dindarlık algısı), dinî başa çıkma (olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma), depresyon ve cinsiyet ve yaş gibi demografik özelliklerdir. Araştırmada dinî başa çıkma, olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma olmak üzere iki farklı boyutta değerlendirilmiştir. Buna göre bireyin "Allah'a yönelmesi, Allah'tan dua ve ibadetlerle yardım dilmesi, onun sevgi ve rahmetinden ümit kesmemesini" içeren etkinlikler olumlu dinî başa çıkmayı kapsamaktadır. Bireyin "başına gelen olayla Allah'ın kendisini cezalandırdığını düşünmesi, Allah'ın sevgi ve mehametinden ümit kesmesi, din kardeşlerine öfkelenmesi" ise olumsuz dinî başa çıkma olarak değerlendirilmiştir. Olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma sürecinin dindarlık ile depresif eğilimlerle, cinsiyet ve yaş gibi değişkenlerle ilişkisi sorgulanmaktadır. Ayrıca dindarlık ve depresif eğilimler ile cinsiyet ve yaş değişkenleri arasında nasıl bir ilişki vardır? sorusuna da cevap aranmaktadır. Bu temel değişkenler ve sorular çerçevesinde şu hipotezler belirlenmiştir.

(H₁) Bireyler olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine daha sık başvururlar.

(H₂) Dinî başa çıkma, dindarlık ve depresif eğilim ile cinsiyet arasında ilişki vardır.

(H_{2a}) Kadınlar erkeklere göre daha dindardır.

(H_{2b}) Kadınlar olumlu erkekler olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini daha sık kullanır.

4 Psikologların din ve sağlık ilişkisine dair görüşleri için bk. Ali Ayten, *Psikoloji ve Din*, İstanbul 2010.

5 Ayten, *Tanrıya Sığınmak*, ss. 15-50.

6 Asude Arıcı, *Ergenlerde Dinî Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* (Ed. Hayati Hökelekli), İstanbul: 2006; Elif Batman, *Yaşamın Zorluklarıyla Başa Çıkma Kader İncancının Rolü*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi) Çukurova Üniversitesi SBE, Adana 2008; Mustafa Koç, "Dinsel Pratiklerin Sıklık Düzeyleri İle Dinî Başa Çıkma Arasındaki İlişki: Ergenler Üzerine Ampirik Bir Araştırma", *Bilimname*. 2009/1, ss. 140-182.

7 Naci Kula, *Bedensel Engellilik ve Dinî Başa Çıkma*, İstanbul 2005; Ayşe Şentepe, *Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dinî Başa Çıkma*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul, 2009.

8 Halil Ekşi, *Başaçıkma, Dinî Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması*, (Basılmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi SBE, Bursa 2001; Seda Muz, *Bilişsel Terapi ve Dinî Başa Çıkma*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi) Selçuk Üniversitesi SBE, Konya 2009; Özlem Aydın, *Yaşamı Sürdürmede Dinî İncancın Rolü*, (Basılmamış Doktora Tezi) Ankara Üniversitesi SBE, Ankara 2011.

9 Aişe Çiftçi, *Hastalıklarla Başa Çıkma Dinin Rolü: Kanser Hastaları Örneği* (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul 2007; İlhan Topuz, *Dinî Gelişim Seviyeleriyle Dinî Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, (Basılmamış Doktora Tezi) Uludağ Üniversitesi SBE, Bursa 2003; Cetrez, Onver ve diğerleri, "Gilgamesh – Mental health, meaning-seeking, and integration processes among Iraqi immigrants in Södertälje, Stockholm, and Uppsala", *International Association for the Psychology of Religion Congress*, Sweetzerland, 2013.

(H_{2c}) Kadınların depresif eğilimleri erkeklere göre daha yüksektir.

(H₃) Yaş ile dindarlık, dinî başa çıkma ve depresif eğilim arasında ilişki vardır.

(H_{3a}) Dindarlık yaşla birlikte artar.

(H_{3b}) Dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı yaşla birlikte artar.

(H_{3c}) Depresif eğilimler yaşla birlikte azalır.

(H₄) Dindarlık depresif eğilimleri azaltır.

(H₅) Olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma depresif eğilimleri azaltır.

(H₆) Olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma depresif eğilimleri artırır.

Metot

Makalenin içeriğini oluşturan araştırmada, metot olarak dokümantasyon ve tarama modeli (survey) kullanılmıştır. Veriler, anket tekniğinden faydalanılarak toplanmıştır.

Katılımcılar

Araştırma örneklemini, Suriye'deki iç savaştan kaçarak Türkiye'ye sığınan ve hali hazırda Kiliş'te yaşayan 553 sığınmacıdan oluşmaktadır.

Katılımcıların 337'si (%60.9) kadın, 216'sı (%39.1) erkektir. Örneklemin yaş aralığı (ranj) 12 ile 67 yaşları arasındadır. Yaş ortalaması ise 28.4'tür ($SD=12.10$). Katılımcıların 7'si 2010'da, 48'i (%8.7) 2011'de, 276'sı (49.9) 2012'de, 222'si (%40.1) 2013 yılında Kiliş'e gelmiştir.

Ölçme Araçları

Araştırmada *Kişisel Bilgi Formu*, *Öznel Dindarlık Sorusu* ve *Dinî Başa Çıkma Ölçeği* ve *Depresyon Ölçeği*'nden oluşan anket formu, bilgi toplama ve ölçme aracı olarak kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların cinsiyetine, yaşına ve Kiliş'e ne zaman geldiklerine dair soruları içermektedir.

Dindarlık: Dindarlık düzeylerini ölçmek için " Dinî bağlılık açısından kendinizi nasıl değerlendirirsiniz ?" [إلى أي مدى تربط نفسك بالانتماء الديني الذي ذكرته؟] sorusu katılımcılara yöneltilmiştir. Sorulara 1 ile 7 arasında değişen bir skalada şıklar sunulmuştur. Puanların 7'ye yaklaşması öznel dindarlığın arttığını, 1'e yaklaşması ise düştüğünü göstermektedir.

Dinî Başa Çıkma: Bireylerin dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklıklarını tespit etmek için Pargament, Smith, Koenig ve Perez¹⁰ tarafından geliştirilen *Kısa Dinî Başa Çıkma Ölçeği* (Brief RCOPE) Arapça'ya çevirilerek kullanılmıştır. Yapılan güvenilirlik geçerlik analizinde 14 maddelik ölçeğin iki alt boyutta (olumlu dinî başa çıkma ve olumsuz dinî başa çıkma) toplandığı görülmüştür. Ölçekteki 5. soru [عندي شك في قدرة الله -Allah'ın kudretinden şüphe duydum], çok dü-

10 Pargament, Kenneth I., Smith, Bruce W., Harold G. Koenig ve Lisa Perez (1998). "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors". *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), ss. 710-724.

şik madde yükü değerinden dolayı ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin varyansı açıklayıcılık oranının %35.3 olduğu görülmüştür. Ölçeğin Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değeri (,753); Bartlett's Test of Sphericity değeri ($\chi^2=985,738$; $p=000$) olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini gösteren Cronbach Alfa değerinin $\alpha=,668$ olduğu görülmüştür. Bu istatistiksel değerler neticesinde, ölçeğin uygulanabilir olduğu anlaşılmıştır. Ölçeği oluşturan maddeler ve yük değerleri, alt boyutlara ait alfa değerleri Tablo-1'de verilmiştir.

Tablo 1. Dinî Başa Çıkma Ölçeğine Ait Betimsel ve Güvenirlilik Değerleri ve Açıklayıcı Faktör Analizi Bulguları

Ölçek/Madde	M	SD	α	Madde Yükleri
Olumlu Dinî Başa Çıkma	2.52	.81	.716	
Allah'tan günahlarımı affetmesini diledim [طلبت من الله أن يغفر ذنوبي]	3.77	.633		,679
Allah'tan yardım dileyerek hayatıma yön vermeye çalıştım [حاولت تطبيق مخططاتي في الحياة بطلب المساعدة من الله]	3.51	.876		,677
Sorunların beni üzmemesi için kendimi Allah'a verdim [لأجل أن لا أجعل المشاكل تحزنني وهبت نفسي لله.]	3.06	1.06		,649
Öfkemin giderilmesi için Allah'tan yardım istedim [طلبت العون من الله في أن يُزيل عصبيتي]	3,39	.996		,629
Allah'tan sevgi ve rahmet diledim [طلبت من الله أن يحببني وأن يرحمني.]	3.60	.777		,619
Allah ile olan ilişkiyi kuvvetlendirmeye çalıştım [حاولت أن أنشئ علاقة أكثر قوة مع الله]	3.52	.780		,542
Allah'ın böyle zor bir durumda bana nasıl yardım ettiğini görmeye çalıştım [حاولت أن أرى كيف سيمدني الله بقوة من عنده في] [حادثة كهذه.]	3.11	1.00		,441
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	3.75	.64	.534	
Salih bir kul olmadığımın Allah'ın beni cezalandırdığını düşündüm : [أحسست أن الله عاقبني لأنني لم أكن عبدا صالحا]	2,31	1.15		,672
Başıma gelene şeytanın sebep olduğunu düşündüm [قررت أن هذا العمل هو بسبب الشيطان]	2.09	1.21		,638
Yaptığım hatanın Allah'ın cezalandırmasına sebep olduğunu düşündüm [فكرت فيما فعلت وكان سببا في عقاب الله لي]	2.42	1.22		,595
Allah beni yalnız bıraktı diye endişelendim [أصابني القلق من أن يتركني الله وحدي]	2.41	1.29		,532
Din kardeşlerim beni terk etti diye endişelendim [أصابني القلق من أن يتركني إخوتي المتدينين/ المؤسسات الدينية]	1.84	1.07		,395
Allah'ın beni sevip sevmediği konusunda şüphem var [. عتدي شك في أن الله يحبني أم لا]	1.73	1.07		,344

Depresyon Ölçeği. Araştırmada, katılımcıların depresif eğilimlerini ölçmek amacıyla ilk olarak Radloff tarafından¹¹ geliştirilen *Epidemiyolojik Depresyon Ölçeği* (CES-D) kullanılmıştır. Yalnızlık, isteksizlik, can sıkıntısı, moralsizlik, iştahsızlık, uyku problemleri gibi depresyon ile ilgili 20 maddeden oluşan ölçeğin her bir maddesinde “Hiç”, “çok az”, “biraz” ve “çok” gibi depresif durumun sıklığına dair şıklar yer almıştır. Ölçekte katılımcılara depresif belirtilerin geçen hafta içerisinde ne kadar sıklıkla (kaç gün) görüldüğü sorulmuştur. Herbir şıkka 0 ile 3 aralığında puanlar verilmiştir. Buna göre “hiç” diyene 0, “çok az, bir iki gün” diyene 1, “biraz, 3 yada 4 gün” diyene 2 ve son olarak “çok, 5 ya da 7 gün diyene 3 puan takdir edilmiştir. Puanlama 0-60 arasında olmakla, birlikte puan yükseldikçe depresyon semptomları da beraberinde artmış olmaktadır. Ölçekte yer alan 4,8,12 ve 16. Maddelere yeniden kodlama (recode) yapılmıştır. Bu ölçeğin Arapça tercümesi ve tekrar tercümesi, Cetrez ve diğerleri tarafından¹² yapılmıştır. Bu araştırmada ölçek Cetrez ve diğerlerinin kullandığı şekliyle uygulanmıştır. Ölçeğe geçerlilik analizi yapılmış, 20 soru tek boyutta toplanmıştır. Ölçeğin varyansı açıklayıcılık oranı %29,6’dır. Ölçeğin Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değeri (,899); Bartlett’s Test of Sphericity değeri ($\chi^2=3,094$; $p=000$) şeklindedir. İç tutarlılık katsayısını gösteren Cronbach Alpha değeri ($\alpha=,86$) olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması ve İstatistiksel Analizi

Anket formu, *Ağustos-Kasım 2013* döneminde Kilis ilinde yaşayan Suriyeli sığınmacılara uygulanmıştır. Anketlerin uygulanması esnasında psikolog, psikolojik danışma ve rehberlik uzmanı ve tercüman gibi Kilis ilinde çalışmakta olan kişilerin desteğine başvurulmuştur. Kilis şehir merkezinde Suriyelilerin buldukları tüm mahallelere anketin ulaştırılmasına ve buralardan veri toplanmasına özen gösterilmiştir. Katılımcıların anketleri rahat doldurabilmesi için, Arapça’yı iyi bilen erkek ve bayan tercümanlardan yardım alınarak, ve gerekli açıklamalar yapılarak en uygun cevaplama ortamı oluşturulmuştur. Okuma yazması olmayanlara yine tercümanlar vasıtasıyla anketler okunmuş ve araştırmacı tarafından doldurulmuştur. Anketlerden her biri 20 ile 30 dakika arasında tamamlanmıştır.

Araştırmada cinsiyet ile bağımlı değişkenler dindarlık, dinî başa çıkma ve depresif eğilimler arasındaki ilişki *t*-test; yaş ile dindarlık, dinî başa çıkma ve depresif eğilim ilişkisi korelasyon analizi ve dindarlığın ve dinî başa çıkmanın depresif eğilim üzerindeki etkisi ise aşamalı çoklu regresyon analizi kullanılarak tespit edilmiştir. Bu araştırmanın içeriği daha çok birincil verilere dayanmaktadır. Bununla birlikte konunun teorik alt yapısının oluşturulması, bulguların yorumlanması ve karşılaştırmaların yapılması sürecinde diğer araştırmaların ulaştığı bulgulardan da ikincil veriler olarak faydalanılmıştır.

Bulgular

Örneklemin Dindarlık Düzeyleri (Öznel Dindarlık Algıları), Dinî Başa Çıkma Etkinliklerine Başvurma Sıklığı ve Depresif Eğilim Durumları Nasıldır?

Suriyeli sığınmacılara öznel dindarlık algılamalarını ölçmek için “Dinle ilişkiniz ne derecede-

11 Lenore Sawyer Radloff, The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 1977, ss. 385-401.

12 Cetrez, Onver ve diğerleri, “Gilgamesh – Mental health, meaning-seeking, and integration processes among Iraqi immigrants in Södertälje, Stockholm, and Uppsala”, *International Association for the Psychology of Religion Congress*, Sweetzerland, 2013.

dir?” sorusu sorulmuş ve 1 ile 7 arasında değişen bir parametrede dindarlık algılamaları değerlendirilmiştir. Ayrıca depresif eğilimleri ve olumlu ve olumsuz olmak üzere dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı sorgulanmış ve örneklemin genelinden elde edilen toplam puanların ortalamaları aşağıdaki tablo da sunulmuştur. Böylece örneklemin genelinin dindarlık düzeyi, dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı ve depresif eğilim düzeylerine ait genel profil çıkarılmıştır.

Tablo 2. Örneklemin genelinin öznel dindarlık, dinî başa çıkma ve depresyon ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlar.

	N	En Az	En Fazla	M	SD
Öznel Dindarlık	553	1,00	7,00	5,87	1,35927
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	553	6,00	24,00	12,83	3,87003
Olumlu Dinî Başa Çıkma	553	9,00	28,00	23,98	3,78136
Depresif Eğilim	553	,00	60,00	26,32	11,67164

Tablo 2’deki puanlara bakıldığında, bireylerin öznel dindarlık puanlarının ($M=5.87$; $SD=1.3$), olumsuz dinî başa çıkma puanlarının ($M=12.8$; $SD=3.8$), olumlu dinî başa çıkma puanlarının ($M=23.9$; $SD=3.7$) ve depresif eğilim puanlarının ($M=26.3$; $SD=11.6$) olduğu görülmektedir. Buna göre örneklemin kendini dindar olarak algıladığı, olumsuz ve olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanmakla birlikte olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine göre daha sık kullandıkları ve depresif eğilimlerinin normalin ($M=20.0$) üzerinde olduğu söylenebilir. Bu bulgular, “bireyler dinî başa çıkma etkinliklerine daha sık başvurur” şeklindeki araştırma hipotezinin doğrulandığını göstermektedir.

Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu, depresyona dikkat çekmek için 2012 yılında ana tema olarak depresyonu belirlemiştir. Verilerine göre dünya genelinde 350 milyondan fazla kişi depresyondan şikâyet etmektedir. Verilerine göre, depresyon evrensel bazda en etkin hastalıklar sıralamasında 2004 yılında 3. Sırada iken 2030’a kadar ilk sırada olacağı tahmin edilmektedir.¹³ Bu araştırmada da katılımcıların depresif eğilimleri ölçülmüş ve örneklemin depresif eğilimlerinin normalin üstünde olacağı öngörülmüştür. Çünkü depresif eğilimler özellikle travmatik olayların yaşamansından sonra artar. İç savaş ve buna bağlı olarak ortaya çıkan, yakınıni kaybetme, hastalanma ve sakatlanma, evinden, vatanından ayrılmak zorunda kalma, yakınlarından ve sosyal çevresinden uzaklaşma, baskı, şiddet ve işkenceye maruz kalma, en temel ihtiyaçlarını karşılamama gibi durumlar, bireyin kontrol ve anlam duygusunu yitirmesine sebep olan güçlü stress kaynaklarıdır. Bunlarda bireylerin depresif eğilimlerini artırmaktadır. Bulgularda buna paralel olarak ortalamanın üzerinde ($M=26.3$) bulunmuştur.

Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresif Eğilim Cinsiyete Göre Farklılık Göstermekte midir?

Bugüne kadar yapılan araştırmalarda kadınların dindarlık düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu, kadınların olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine erkeklere göre daha sık başvurduğu buna karşın erkeklerin olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini daha fazla tercih ettiğini, kadınların depresyon düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu gösteren bulgular elde edilmiştir.¹⁴ Bu araştırmada da kadınların hem dindarlık (öznel dindarlık) düzeyinin hem de

13 <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/en/> (02.05.2014)

14 Ali Ayten, *Empati ve Din*, İstanbul 2010, s. 138; Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psikososyal Uyum ve Dindarlık*, Adana 2007, ss.60-1; Beşir İbrahim Hucâr ve Abdülkerim Saîd Rıdvân, “et-teveccüh nahve’t-tedeyyün lede talebiti”-

depresyon düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olacağı ve kadınların erkeklere göre olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine daha sık başvuracağı öngörülmüştür. Bu hipotezin test edilmesi için *bağımsız gruplar t-test analizi (independent samples t-test)* gerçekleştirilmiş elde edilen bulgular aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 3. Deneklerin Cinsiyetine Göre Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresif Eğilim (*t*-test)

	Kadın (N=337)	Erkek (N=216)	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)		
Dindarlık (Öznel Dindarlık)	5.9 (1.3)	5.7 (1.4)	1.40	.161
Olumlu Dinî Başa Çıkma	24.4 (3.3)	23.2 (4.2)	3.52	.000
Olumsuz Dinî Başa Çıkma	12.82 (3.6)	12.84(4.2)	-.072	.942
Depresif Eğilim	28.3(11.23)	23.2 (11.67)	5.10	.000

Tablo-3'te görüldüğü üzere, kadınların dinle ilişkilerini gösteren öznel dindarlık ölçeğinden aldıkları ortalama puan ($M=5.9$; $SD=1.3$) erkeklere ($M=5.7$; $SD=1.4$) göre daha yüksektir. Ancak kadınlar ile erkekler arasındaki bu farklılık istatistikî bakımdan anlamlı değildir ($t=1.40$; $p>.05$). Bu bulgu, hem kadınların dindarlıklarının (öznel dindarlık algıları) erkeklere göre daha yüksek olacağını öngören hipotezi desteklememekte hem de daha önce yapılan diğer araştırma sonuçlarıyla paralellik arz etmemektedir.¹⁵

Kadınların olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığını gösteren ortalama puanların ($M=24.4$; $SD=3.3$) erkeklere ($M=23.2$; $SD=4.2$) göre daha yüksek olduğu yukarıda verilen tabloda da görülmektedir. Kadınlar ile erkekler arasındaki bu farklılık istatistiksel açıdan da oldukça anlamlıdır ($t=3.52$; $p=.000$). Bu bulguya dayanarak, kadınların olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini erkeklere göre daha sıklıkla kullandıkları söylenebilir. Bir başka ifadeyle kadınlar, özelde iç savaş sürecinde ve genel olarak hayatta karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma sürecinde Allah'tan yardım dileme, ibadet, dua ve niyazla Allah ile olan ilişkilerini kuvvetlendirme, Allah'tan sevgi ve merhamet dilme, Allah'a olan güvenlerini artırma gibi olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini erkeklere göre daha sık yapmaktadır. Bu bulgu, “kadınlar olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini erkeklere göre daha sık kullanır” şeklindeki hipotezimizi desteklemektedir.

Erkeklerin “Allah'ın sevgisinden ve yardımından ümit kesme, başına gelen olayla cezalandırıldığını düşünme, Allah'ın terk ettiğini düşünme ve din kardeşlerinden ümit kesme” gibi olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığını gösteren ortalama puanları ($M=12.84$; $SD=4.2$) kadınlara göre ($M=12.82$; $SD=3.6$) daha yüksektir. Fakat erkekler ve kadınlar arasında

Câmiati'l-İslâmiyye bi Gazze, *Mecelletü'l- Câmiati'l-İslâmi*, 14(1), 2006, s. 289; J. Hintikka, T. Koskela, O. Kontula, K. Koskela, H. Koivumaa-Honkanen, H. Viinamaki, “Religious Attendance and Life Satisfaction in the Finnish General Population”, *Journal of Psychology and Theology*, 29(2), 2001, ss. 158; Zafer Cirhinlioğlu, Üzeyir Ok ve Fatma Gül Cirhinlioğlu, *Dindarlık, Ruh Sağlığı ve Modernite*, Ankara 2013, s. 210.

15 Ayten, *Empati ve Din*, s. 138; Yapıcı, *a.g.e.*, ss. 60-1; Hucâr ve Rıdvân, *a.g.m.*, s. 289; Hintikka ve diğ., *a.g.m.*, s. 158; Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu, *a.g.e.*, s. 210; Tiliouine, Habib, *Measuring Satisfaction with Religiosity and Its Contribution to the Personal Well-Being Index in a Muslim Sample*, *Applied Research Quality Life*, 4, 2008, s. 103.

erkekler lehine olan bu farklılık istatistiksel açıdan anlamlı değildir ($t=-.072$; $p>.05$). Bu bulgu, “erkeklerin olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı kadınlara göre daha yüksektir” şeklindeki hipotezi desteklememektedir.

Tablo 3’teki ortalama değerler göstermektedir ki, kadınların ($M=28.3$; $SD=11.23$) depresif eğilimlerini gösteren puanlar, erkeklerin puanlarına ($M=23.2$; $SD=11.67$) göre önemli sayılabilecek bir oranda daha fazladır. Kadınlar lehine olan bu fark istatistikî bakımdan oldukça anlamlıdır ($t=5.10$; $p=.000$). Bu bulgu, kadınların depresif eğilimlerinin erkeklere göre daha yüksek olacağını öngören hipotezimizi desteklediği gibi daha önce yapılan ve kadınların depresif eğilimlerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu gösteren pek çok araştırma bulgusuyla örtüşmektedir.¹⁶

Bireylerin Dindarlıkları (Öznel Dindarlık Algıları), Dinî Başa Çıkma Ekinliklerine Başvurma Sıklığı ve Depresif Eğilimleri Yaşlarıyla İlişkili Olarak Değişmekte midir?

Bugüne kadar yapılan pek çok araştırmada bireylerin yaşları arttıkça dindarlıklarının da arttığı tespit edilmiştir.¹⁷ Dindarlıktaki artışla birlikte bireylerin hayatta karşılaştıkları problemlerle başa çıkma sürecinde dinî motiflere daha sık başvurma eğiliminin de artması beklenir. Nitekim bunu doğrulayan araştırmalar da olmuştur. Bu araştırmada da yaşla birlikte hem dindarlığın (öznel dindarlık algısı) hem de dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığının artacağı hipotez olarak kabul edilmiştir. Geçmişte daha çok yetişkin problemi olarak görülen depresyon günümüzde giderek ergenlik çağlarından itibaren bir problem olarak görülmeye başlanmıştır.¹⁸ Bu bağlamda bazı araştırmalarda depresif eğilimin bireylerin yaşlarına göre farklılık göstermediğine veya yaş ile depresyon arasında negatif ilişki olduğuna dair bulgular elde edilmiştir.¹⁹ Bu araştırmada sığınmacıların yaşadıkları olumsuz şartlar da dikkate alınarak depresif eğilimin genel olarak yüksek ve yaş ile depresif eğilim arasında negatif ilişki olacağı öngörülmüştür. Söz konusu hipotezlerin testi için Pearson Korelasyon analizi yapılmış bulgular aşağıda tablo şeklinde sunulmuştur.

Tablo 4. Yaş ile Dindarlık, Olumlu/Olumsuz Dinî Başa Çıkma ve Depresyon Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Analizi)

		DİNDARLIK	OLUMLU DİNİ BAŞA ÇIKMA	OLUMSUZ DİNİ BAŞA ÇIKMA	DEPRESİF EĞİLİM
YAŞ	<i>r</i>	.117	.114	-.015	.004
	<i>p</i>	.006	.007	.727	.919
	<i>N</i>	553	553	553	553

Tablo-4’te de görüldüğü üzere, yaş ile dindarlık arasında olumlu, zayıf ($r=.117$) ve istatistiksel açıdan anlamlı ($p=.005$) bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulguya dayanarak, bireylerin yaşları arttıkça dindarlık düzeylerinin de arttığı ifade edilebilir. Ayrıca bu bulgu, yaş ile dindarlık arasında olumlu bir ilişki olduğunu öngören hipotezimizi desteklemektedir. Bu bulgu, daha önce yapılan

16 Ahmed M. Abdel-Khalek ve Ghada K. Eid, “Religiosity and its association with subjective well-being and depression among Kuwaiti and Palestinian Muslim children and adolescents”, *Mental Health, Religion & Culture*, 14(2), 2011, s. 122; Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s. 116;

17 Ayten, *Empati ve Din*, s. 143.

18 Depresyon hakkındaki verilere göre 2009’da depresyon oranı 1960’a kıyasla yaklaşık 10 kat daha fazladır. Geçmişte daha çok yetişkinlik problemi olarak görülen depresyon yaş ortalaması 29’dan 14’e inmiştir. Akt. Kate Hefferon ve Ilona Bonniwell, *Pozitif Psikoloji: Kuram, Araştırma ve Uygulamalar* (Ç. Ed. T. Doğan), Ankara 2014, s. 6.

19 Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s. 118; Yapıcı, *a.g.e.*, s. 212; Fatma Şengül, *Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul 2007, s. 128.

ve dindarlık ile yaş arasında olumlu ilişki olduğunu gösteren bulgularla da uyum göstermektedir.²⁰

Yaş ile olumlu dinî başa çıkma arasında olumlu, zayıf ($r=.114$) ve istatistikî açıdan anlamlı ($p=.007$) bir ilişki olduğu yukarıdaki tabloda görülmektedir. Bu bulguya dayanarak, yaş arttıkça bireylerin olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığının arttığı söylenebilir. Daha açık ifade etmek gerekirse, bulgulardan bireylerin yaşları ilerledikçe içinde buldukları zorluklarla başa çıkma sürecinde bireylerin “Allah’tan yardım dileme, ibadet, dua ve niyazla Allah ile olan ilişkilerini kuvvetlendirme, Allah’tan sevgi ve merhamet dilme, Allah’a olan güvenlerini artırma” gibi olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini daha sık kullandıkları anlaşılmaktadır. Bu bulgu, “Yaşla birlikte olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı artar” şeklindeki hipotezi doğruladığı gibi diğer pek çok araştırma bulgularıyla da uyum göstermektedir.²¹

Yine Tablo-4’te görüldüğü gibi, yaş ile olumsuz dinî başa çıkma arasında olumsuz, zayıf ($r=-.015$) ve istatistiksel açıdan anlamsız ($p=.727$) bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulguya dayanarak, yaş ile “Allah’ın sevgisinden ve yardımından ümit kesme, başına gelen olayla cezalandırıldığını düşünme, Allah’ın terk ettiğini düşünme ve din kardeşlerinden ümit kesme” gibi olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı arasında ilişki olmadığı söylenebilir.

Yaş ile depresif eğilim arasında oldukça zayıf düzeyde olumlu ($r=.004$) ve istatistiksel açıdan anlamsız bir ilişki görülmektedir ($p=.919$). Buna göre, yaş ilerledikçe bireylerin depresif eğilimlerinin artma ya da azalma şeklinde bir değişiklik göstermediği ifade edilebilir. Bu bulgu, “yaşla birlikte depresif eğilimler azalır” şeklindeki hipotezi desteklememektedir. Bu durum, sığınmacıların yaşadıkları olumsuz olayların etkisiyle depresif eğilimin bütün yaş gruplarında normalden fazla görülmesiyle açıklanabilir.

Bireylerin Dindarlıkları ve Dinî Başa Çıkma Etkinliklerine Başvurma Sıklığı Depresif Eğilimlerini Etkilemekte midir?

Literatürdeki araştırmalara bakıldığında, dindarlığın depresyon ile negatif ilişkisinin olduğu²², olumlu dinî başa çıkma etkinliklerinin depresif eğilimleri azalttığı²³ buna karşın olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini kullanmanın ise artırdığına²⁴ ilişkin bulgular ulaşıldığı görülür. Bu araştırmada da, dindarlığın ve dinî başa çıkmanın depresif eğilimler üzerindeki rolü ele alınmış, dindarlığın ve dua ve ibadetlerle Allah’a yönelme, Allah’ın merhametine sarılma vb. olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma depresif eğilimleri azaltacağı, Allah’tan ümit kesme, sıkıntıları cezalandırma olarak yorumlama ve dine ve din kardeşlerine öfke duyma vb. olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma ise depresif eğilimleri artıracığı öngörülmüştür. Söz konusu hipotezin testi için regresyon analizi yapılmış, elde edilen bulgular aşağıdaki tabloda sunulmaktadır. Dindarlık ve dinî başa çıkmanın depresif eğilim üzerindeki etkisi, aşamalı çoklu regresyon analizinden

20 Ayten, *Empati ve Din*, s. 143; Habib Tiliouine, Robert A. Cummins ve Melanie Davern, “Islamic religiosity, subjective well-being, and health”, *Mental Health, Religion & Culture*, 12(1), 2009, ss. 55–74; Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu, *a.g.e.*, s. 209.

21 Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s. 97-98.

22 Reşad Musa, “el-Furûk fi’l-iktiâb vufgan li-müsteviyâtı’t-tedeyyün”, *İlmu’n nefsi’d dâve beyne’n-nazariye ve’t-tatbik*, İskenderiye, 1999, s. 273; Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu, *a.g.e.*, s. 218; Orhan Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi) Selçuk Üniversitesi SBE, Konya 2011, s. 230; Hülya Güven, *Depresyon ve Dindarlık İlişkisi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul 2008, s. 118; Şengül, *a.g.e.*, s. 147; A. M. Yohannes, H. G. Koenig, R. C. Baldwin, ve M. J. Connolly, “Health behavior, depression, and religiosity in older patients admitted to intermediate care”, *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23, 2008, ss. 735-38.

23 Harold G. Koenig, *Is Religion Good for your Health? The Effects of Religion on Physical and Mental Health*, London 1997, s. 48.

24 Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s. 120; Arjan W. Braam ve diğ., Religious coping and depression in multicultural Amsterdam: A comparison between native Dutch citizens and Turkish, Moroccan and Surinamese/Antillean migrants, *Journal of Affective Disorders*, 125, 2010, s. 276.

(multiple regression- stepwise method) elde edilen bulgular bağlamında ele alınmaktadır.

Dindarlık, olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma değişkenleri bağımsız, depresif eğilim ise bağımlı değişken olarak regresyon modeline dahil edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurmanın depresif eğilimler üzerinde anlamlı yordayıcı olduğu, dindarlığın (öznel dindarlık algısı) ise anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür.

Tablo 5. Dindarlık, Olumlu/Olumsuz Dinî Başa Çıkma ve Depresif Eğilim İlişkisi (Çoklu Regresyon – Stepwise Metot)

Bağımsız Değişkenler: Dindarlık, Dinî Başa Çıkma		β	p	$R^2 (p)$	$\Delta R^2 (p)$
Bağımlı Değişken: Depresif Eğilim					
Adım 1	Olumsuz DBÇ	.247	.000	.061 (.000)	.059 (.000)
Adım 2	Olumlu DBÇ	.226	.000	.069(.000)	.065 (.000)
	Olumsuz DBÇ	.089	.036		

Yukarıdaki tabloda da görüldüğü gibi dindarlık anlamlı bir yordayıcı olarak modele dahil olmamıştır. Bağımsız değişkenlerden olumsuz dinî başa çıkma, anlamlı bir yordayıcı olarak tek başına depresif eğilimlerdeki değişimin yaklaşık %6'sını açıklamaktadır (Adım 1 $\Delta R^2 = .059$; $p = .000$). Olumsuz dinî başa çıkma ile olumlu dinî başa çıkma ise birlikte depresif eğilimlerdeki değişimin %6.5'ini açıklamaktadır (Adım 2 $\Delta R^2 = .065$; $p = .000$). Beta katsayıları, olumsuz dinî başa çıkma ve olumlu dinî başa çıkma ile depresif eğilimler arasında olumlu ilişki olduğunu göstermektedir [Adım 2 sırasıyla $\beta(p) = .226(.000)$, $t = 5.35$; $\beta(p) = .089(.036)$, $t = 2.09$]. Bu bulguya göre, bireylerin olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı arttıkça depresif eğilimleri de artmaktadır. Ayrıca bulgular olumsuz başa çıkmanın olumlu başa çıkmaya göre depresif eğilimde daha etkili bir değişken olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerine başvurmanın depresif eğilimleri artıracığına dair hipotezi doğrularken, dindarlık ve olumlu başa çıkmanın depresif eğilimleri azaltacağına dair hipotezi doğrulamamaktadır.

Daha önce yapılan araştırmalarda dindarlığın depresif eğilim ile negatif ilişkisinin olduğunu gösteren bulgulara ulaşılmıştır. Mesela, Abdulmuhsin Abdulhamid Hamade, Ezher ve Aynuş Şems üniversitelerinde yaptığı araştırmasında dindarlıkları yüksek olanların depresyon düzeyi, dindarlıkları zayıf olanlara göre daha düşük bulunmuştur.²⁵ Gürsu²⁶, Konya'da 1009 ergen üzerinde yaptığı araştırmada dindarlık ile depresyon ($r = -.155$; $p < .001$), anksiyete ($r = -.160$; $p < .001$), somatizasyon ($r = -.152$; $p < .001$), arasında negatif ilişki olduğunu tespit etmiştir. Güven²⁷, 305 kişi üzerinde yaptığı araştırmasında, depresyon ile dindarlığın etki boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki ($r = -.132$; $p < .05$) tespit etmiştir. Şengül²⁸ 336 kişi üzerinde yaptığı araştırmasında, dindarlığın bilgi ve ibadet boyutu ile depresyon ($r = -.118$; $p < .05$) ve anksiyete ($r = -.202$; $p < .001$) arasında negatif ilişki olduğunu tespit etmiştir. Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu²⁹ Türkiye genelinde 1783 kişi üzerinde yaptıkları araştırmada, dindarlık ile depresyon ($r = -.07$; $p < .01$), fobik anksiyete ($r = -.09$; $p < .01$), hostilete ($r = -.07$; $p < .01$) arasında negatif ilişki bulmuştur. Araştırma-

25 Aktaran Salih b. İbrahim es-Saniü', *et-Tedeyyün ve's-Sıhatü'n Nefsiyye*, Riyâd 2000, s. 121.

26 Gürsu, *a.g.e.*, s. 230.

27 Güven, *a.g.e.* s. 118.

28 Şengül, *a.g.e.*, s. 147.

29 Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu, *a.g.e.*, ss. 209-210.

mızda dindarlık ile depresif eğilim arasında anlamlı bir ilişkinin bulunamaması ölçeğin tek bir maddeden oluşması ile açıklanabilir.

Araştırmamızda hem olumlu hem de olumsuz dinî başa çıkmanın depresif eğilimi artırdığı bulgulanmıştır. Bu durumda, bireylerin savaş sürecinde yaşadıkları yakınıni kaybetme, saldırıya uğrama, evini vatanını terk etmek zorunda kalma, ailesinden ve yakınlarında uzak kalma yeni ve farklı şartlar altında yaşamaya mecbur kalma gibi bir ortamda depresif eğilimlerinin artırdığı ve çaresizlik duygularının bireyleri olumlu ve olumsuz dinî başa çıkmaya yönelttiği anlaşılabilir. Daha açık ifade etmek gerekirse fazla depresif eğilimlerin, hem Allah'tan yardım dileme, ibadet, dua ve niyazla Allah ile olan ilişkilerini kuvvetlendirme, Allah'tan sevgi ve merhamet dilme, Allah'a olan güvenlerini artırma gibi olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığını ve hem de Allah'ın sevgisinden ve yardımından ümit kesme, başına gelen olayla cezalandırıldığını düşünme, Allah'ın terk ettiğini düşünme ve din kardeşlerinden ümit kesme gibi olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerini kullanma sıklığını artırdığı düşünülebilir. Benzer bir bulguyu Abernethy, Chang, Seidlitz, Evinger ve Duberstein³⁰, elde etmiştir. Onlar, eşleri akciğer kanserine yakalanmış 156 kişi üzerinde yaptığı araştırmalarında, yüksek düzeyde dinî başa çıkma etkinliklerine başvurmanın depresif eğilimleri artırdığını bulgulanmıştır. Onlara göre yüksek düzeyde dinî başa çıkma etkinliklerine başvurulması, aşırı itimat getirebilir veya diğer önemli başa çıkma stratejilerini ihmale götürebilir. Bu da depresif düzeyi artırabilir. Kendilerini çok çaresiz hissedilenler dine yönelmeye daha eğilimlidir yani yüksek seviyede depresif eğilim daha sık dinî başa çıkma etkinliğinde bulunmaya sebep olabilir.

Sonuç

Araştırma, Suriyeli sığınmacılarda dindarlık, dinî başa çıkma etkinliklerine başvurma ile depresif eğilimler arasındaki ilişkileri tespit etmek üzere gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri, *Ağustos-Kasım 2013* döneminde Kilis ilinde yaşayan Suriyeli sığınmacılardan toplanmıştır. Araştırmaya katılanların sayısı 337'si kadın, 216'sı erkek olmak üzere 553'tür. Araştırma bulguları ve diğer araştırma bulguları karşılaştırıldığında da şu sonuçlara ulaşılmıştır.

Örneklemin dindarlık düzeyinin yüksek olduğu, depresif eğilimlerinin normalin üzerinde olduğu, olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine olumsuz dinî başa çıkma etkinliklerinden daha fazla başvurdukları görülmüştür.

Dindarlık bakımından, kadınlar ile erkekler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Kadınların olumlu dinî başa çıkma etkinliklerini erkeklere göre daha sıklıkla kullandıkları anlaşılmiştir.

Olumsuz dinî başa çıkma bakımından, kadınlar ile erkekler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Kadınların depresif eğilimlerinin erkeklere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

30 Alexis D. Abernethy, H. Theresa Chang, Larry Seidlitz, James S. Evinger, Paul R. Duberstein, *Religious coping and depression among spouses of people with lung cancer*. *Psychosomatics*. 43(6), 2002, ss. 461.

Yaş ile dindarlık arasında olumlu bir ilişki tespit edilmiştir. Yaş ile olumsuz dini başa çıkma ve depresif eğilim arasında ise istatistiksel açıdan manidar bir ilişki tespit edilememiştir.

Dindarlığın depresif eğilim üzerinde etkisi tespit edilemezken, hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkmanın depresif eğilimler üzerinde olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Kaynaklar

- Abdel-Khalek, Ahmed M. ve Ghada K. Eid, “Religiosity and its association with subjective well-being and depression among Kuwaiti and Palestinian Muslim children and adolescents”, *Mental Health, Religion & Culture*, 14(2), 2011, ss. 117-127.
- Abernethy, Alexis D., Chang, H. Theresa, Seidltz, Larry, Evinger, James S., Duberstein, Paul R., Religious coping and depression among spouses of people with lung cancer. *Psychosomatics*. 43(6), 2002, ss. 456-463.
- Arıcı, Asude, Ergenlerde Dinî Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua. *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* (Ed. Hayati Hökelekli), İstanbul: 2006.
- Aydın, Özlem, *Yaşamı Sürdürmede Dinî İnançın Rolü*, (Basılmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi SBE, Ankara 2011.
- Ayten, Ali, *Empati ve Din: Türkiye’de Yardımlaşma ve Dindarlık Üzerine Psikososyal Bir Araştırma*, İstanbul 2010.
- Ayten, Ali, *Tanrıya Sığınmak: Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-sosyal Bir Araştırma*, İstanbul, 2012.
- Tiliouine, Habib, “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.
- Batman, Elif, *Yaşamın Zorluklarıyla Başa Çıkma Kader İnançının Rolü*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi) Çukurova Üniversitesi SBE, Adana 2008.
- Braam, Arjan W. ve diğerleri, “Religious coping and depression in multicultural Amsterdam: A comparison between native Dutch citizens and Turkish, Moroccan and Surinamese/Antillean migrants” *Journal of Affective Disorders*. 125, 2010, ss. 269-278.
- Cetrez, Onver ve diğerleri (2013). “Gilgamesh – Mental health, meaning-seeking, and integration processes among Iraqi immigrants in Södertälje, Stockholm, and Uppsala”, *International Association for the Psychology of Religion Congress*, Sweetzerland.
- Cirhinlioğlu, Zafer, Ok, Üzeyir, ve Cirhinlioğlu, Fatma Gül, *Dindarlık, Ruh Sağlığı ve Modernite*, Ankara 2013.
- Çiftçi, Aişe, *Hastalıklarla Başa Çıkma Dinî Rolü: Kansere Hastaları Örneği*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul 2007.
- Ekşi, Halil, Başa Çıkma, *Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması*, (Basılmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi SBE, Bursa 2001.
- es-Sanî, Salih b. İbrahim, *et-Tedeyyün ve’s-Sihatü’n Nefsiyye*, Riyâd, 2000.
- Folkman, Susan ve Judith Tedlie Moskowitz (2004). “Coping: Pitfalls and Promise”. *Annual Review of Psychology*. 55, ss. 745-74.
- Folkman, Susan ve Judith Tedlie Moskowitz, “Coping: Pitfalls and Promise”. *Annual Review of Psychology*. 55, 2004, ss.745-774.

- Gürsu, Orhan, Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Selçuk Üniversitesi SBE, Konya 2011.
- Güven, Hülya, Depresyon ve Dindarlık İlişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul 2008.
- Hefferon, Kate ve Boniwell, Ilona, *Pozitif Psikoloji: Kuram, Araştırma ve Uygulamalar* (Ç. Ed. T. Doğan), Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2014.
- Hintikka, J., Koskela, T., Kontula, O., Koskela, K., Koivumaa-Honkanen, H., Viinamaki, H., “Religious Attendance and Life Satisfaction in the Finnish General Population”, *Journal of Psychology and Theology*, 29(2), 2001, ss. 158-164.
- Hucâr, Beşir İbrahim ve Abdulkerim Saïd Rıdvân, “et-teveccüh nahve’t-tedeyyün lede talebeti’l-Câmiati’l-İslâmiyye bi Gazze”, *Mecelletü’l- Câmiatiü’l-İslâmî*, 14(1), 2006, ss. 269-289.
- Koç, Mustafa, “Dinsel Pratiklerin Sıklık Düzeyleri İle Dinî Başa Çıkma Arasındaki İlişki: Er-genler Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, *Bilimname*, 2009/1, ss. 140-182.
- Koenig, Harold G., *Is Religion Good for your Health? The Effects of Religion on Physical and Mental Health*, New York/London, 1997.
- Koenig, Harold G., *Is Religion Good for your Health? The Effects of Religion on Physical and Mental Health*, London 1997.
- Kula, Naci, *Bedensel Engellilik ve Dinî Başa Çıkma*, İstanbul 2005.
- Lazarus, Richard ve Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*, Springer, New York, 1984.
- Musa, Reşad, “el-Furûk fi’l-iktiâb vufgan li-müsteviyâti’t-tedeyyün”, *İlmu’n nefsi’d da’ve beyne’n-nazariye ve’t-tatbik*, İskenderiye 1999.
- Muz, Seda, *Bilişsel Terapi ve Dinî Başa Çıkma*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi SBE, Konya 2009;
- Pargament, Kenneth I., Smith, Bruce W., Harold G. Koenig ve Lisa Perez (1998). “Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors”. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), ss. 710-724.
- Radloff, Lenore Sawyer, The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Appied Psychological Measurement*, 1(3), 1977, ss. 385-401.
- Şengül, Fatma, *Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul 2007.
- Şentepe, Ayşe, *Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dinî Başa Çıkma*, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi SBE, İstanbul, 2009.
- Tiliouine, Habib, Cummins, Robert A. ve Davern, Melanie, “Islamic religiosity, subjective well-being, and health”, *Mental Health, Religion & Culture*, 12(1), 2009, ss. 55-74.
- Topuz, İlhan, *Dinî Gelişim Seviyeleriyle Dinî Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. (Basılmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi SBE, Bursa 2003.
- Yapıcı, Asım, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*, Adana 2007.
- Yohannes, A. M., Koenig, H. G., Baldwin, R. C., ve Connolly, M. J., “Health behavior, depression, and religiosity in older patients admitted to intermediate care”, *International Journal of Geriatric Psychiatry*. 23, 2008, ss. 735-740.