



Journal of Analytic Divinity
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/jad>
E-ISSN: 2602-3792
7/1 (2023), 92-115.



Obsesif Kompulsif Bozukluğu Olan Bireylerde Din ve Maneviyatın Hastalık Sürecindeki Etkisi Üzerine Nitel Bir Çalışma
A Qualitative Study on the Effect of Religion and Spirituality on the Disease Process in Individuals with Obsessive Compulsive Disorder

Beyzanur Yılmaz

Dr (Aday) Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi, İslami Araştırmalar Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

Dr. (Candidate) Ankara Social Sciences University, Institute of Islamic Studies, Department of Philosophy and Religious Sciences. Ankara, Türkiye

E-posta: beyza_592@hotmail.com

ORCID ID: 0000-0002-8530-8914

Makale Bilgisi | Article Information

Makale Türü / Article Type: Araştırma Makalesi/Research Article

Geliş Tarihi / Date Received: 09 Mart/March 2023

Kabul Tarihi / Date Accepted: 06 Haziran/June 2023

Yayın Tarihi / Date Published: 15 Haziran/June 2023

Yayın Sezonu / Pub Date Season: Yaz/Summer

DOI: jad.1262715

Cite as / Atıf: Yılmaz, Beyzanur. "Obsesif Kompulsif Bozukluğu Olan Bireylerde Din ve Maneviyatın Hastalık Sürecindeki Etkisi Üzerine Nitel Bir Çalışma". *Journal of Analytic Divinity*, 7/1, 2023, 92-115.

İntihal/Plagiarism: Bu makale, iThenticate yazılımınca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir. This article has been scanned by iThenticate. No plagiarism detected.

Etik Beyan/Ethical Statement: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur/It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited (Beyzanur Yılmaz)

Finansal Destek / Grant Support: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmiştir. / The authors declared that this study has received no financial support.

CC BY-NC 4.0 | This paper is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial License

Yazar Katkıları / Author Contributions: Veri Toplanması, Analizi ve Revizyon Beyzanur Yılmaz

Web: <http://dergipark.org.tr/jad> | **e-mail to:** editorjand@gmail.com



Öz

Bu makale din ve maneviyat olgularının OKB'li bireylerin hastalık sürecindeki etkisini ortaya koymaya çalışan araştırma sonuçlarına değinmiştir. Nitel araştırma bulgularından elde edilen veriler ışığında oluşturulan OKB'li bireylerin sınıflandırılması ile ortaya çıkan bazı prototipleri kişilerin bu olguları ne şekilde anlamlandırdığı ve sorunları ile başa çıkmasına katkı sağladığını açıklamaktadır. Makale, Obsesif Kompulsif Bozukluk (Saplantı/Zorlantı Bozukluğu) ile ilgili tıbbi literatürü, devamında ise bu hastalığın dini ve manevi boyutunu teorik ve pratik çerçevede ele almıştır. Teorik bilgiye bu kapsamda araştırmanın sonuç kısmını anlamlandırmaya yardımcı olmak hasebiyle makalede yer vermenin gerekli olduğu görülmüştür. Pratik çerçevede ise makalede, katılımcıların araştırmada kullanılan 6 açık uçlu anket sorusuna verdikleri cevapların nitel veri analizi olan betimsel analize göre elde edilen bulguları yer almaktadır. Bu araştırmada, bireylerin rahatsızlık ile baş etme yöntemlerine göre konu çerçevesinde sınıflandırılan hangi dini manevi prototipe girdiği konusunda bilgi verilmiştir. Bu prototipler araştırmadan elde edilen veriler bağlamında oluşturulmuş olup, *ruhsal tekâmülcüler, mukayeseli şükürcüler, teslimiyetçiler ve imtihana bağlananlar* olarak sınıflandırılmıştır. Ankara Numune Hastanesi Psikiyatri Kliniği ve Ankara ili içerisindeki OKB tanısı almış 50 kişi üzerinde yapılan araştırma sonucunda ortaya çıkan verilerin analizi, din ve maneviyat olgusunun kişilere büyük oranda "tedavi sırasında kişiyi manevi açıdan güçlendirmeye" yönelik olumlu katkı sağladığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Obsesyon, Kompulsiyon, Din, Maneviyat, Prototip.

Abstract

This article addressed the results of the research that tried to reveal the effect of religious and spiritual phenomena on the disease process of individuals with OCD. Some prototypes created by the classification of individuals with OCD in the light of the data obtained from qualitative research findings explain how people make sense of these phenomena and contribute to coping with their problems. The article discussed the medical literature on Obsessive Compulsive Disorder (Obsessive/Compulsive Disorder) and then the religious and spiritual dimension of this disease in a theoretical and practical framework. In this context, it was seen that it was necessary to include theoretical knowledge in the article in order to help make sense of the result part of the research. In the practical framework, the findings obtained from the descriptive analysis, which is the qualitative data analysis of the answers given by the participants to the 6 open-ended questionnaire questions used in the research, are included in the article. In this research in the article, information is given about which religious and spiritual prototype individuals enter according to their methods of coping with discomfort. These prototypes were created in the context of the data obtained from the research and were classified as *spiritual evolutionists, comparative thankfulness, surrenders and test takers*. The analysis of the data obtained as a result of the research conducted on 50 people diagnosed with OCD in Ankara Numune Hospital Psychiatry Clinic and Ankara province shows that the phenomenon of religion and spirituality contributes positively to people in order to "strengthen the person spiritually during treatment".

Keywords: Psychology of Religion, Obsession, Compulsion, Religion, Spirituality, Prototype.

Giriş¹

Obsesif kompulsif bozukluk (Saplantı/Zorlantı Bozukluğu) yapılan araştırmalarda belirtildiği üzere temelinde kaygı ve korku hislerinin yattığı bir rahatsızlıktır. Birden çok obsesyon ve kompulsiyon türü bulunan OKB'nin kişilerde tek türlü obsesyon ya da kompulsiyonu görülebildiği gibi aynı anda birden fazla türünün görüldüğü de bilinmektedir. Kişilerin bu rahatsızlık ile başa çıkmada kullandıkları yöntemler hastalığın seyrinde farklı etkiler oluşturabilir. OKB için tıbbi tedavi yöntemlerinin yanında kişinin hastalığa bakışı ve başa çıkma becerisinde ona yardımcı olduğu ve hastalığın seyrini etkilediği düşünülen etkenlerden din ve maneviyat olgularının iyileşme sürecinde ne gibi bir role sahip olduğu konusu da bir alan araştırması olarak üzerinde çalışılması gerekli görülen konulardan biridir. OKB, Amerikan Psikiyatri Derneği tarafından yayımlanan The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders /Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı V (DSM-V)'te anksiyete bozuklukları adı altında sınıflandırılmaktan çıkarılmış ve yeni bir başlık olan "Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve İlişkili Bozukluklar" başlığı altında sınıflandırılarak, tıbbi literatürde toplumda görülme sıklığı fazla olan ve tek başlık altına almaya kayda değer bir rahatsızlık olarak görülen bir hastalıktır (Zayman,2016,361). Bu doğrultuda araştırmaya değer görülen OKB'nin, ruh sağlığı ve din çalışmalarındaki birçok ruhsal bozukluğun din ve maneviyat olgusu ile ilişkisi üzerine yapılan araştırmalara eklenmesi düşünülmüştür. Din ve maneviyatın, kişilerin bu olgulara bakış ve anlamlandırışı ile ilişkisinin ne şekilde olduğu da bilim alanına katkı sağlaması yönünden büyük önem arz etmektedir.

A. Kavramsal Çerçeve

Obsesif kompulsif bozukluk, temelinde obsesyon ve kompulsiyon adı verilen kişiyi zorlayıcı ve kişide yinelenen düşünce ve davranışlardan meydana gelmektedir. Bu anlamda obsesyon ve kompulsiyon kavramlarının ayrıca açıklanması, konuya açıklık getirme açısından önem taşımaktadır.

Kişinin bizatihi kendisine rahatsızlık oluşturan ve mantıklı gelmemesine rağmen bilinçli bir şekilde yapıp bu durumdan kurtulmakta zorlanmasına neden olan, ısrara ve zorlamaya dayalı bir şekilde devamlı tekrarlanarak zihni meşgul eden, iç dünyaya yabancı olarak kişinin düşünce dünyasını bıktıran fizyolojik ve ruhsal dengeye etki eden, söz veya imgeler *obsesyon* olarak nitelendirilmektedir (Koç, 2002, 132).

Obsesyona sahip bir kişi, zihninde sürekli aynı düşünce ile meşgul olup, bu düşünceden kurtulmak istese de düşünce deryasında daha çok batıyormuş ve bu düşüncenin içerisine daha çok giriyormuş gibi hissederek hayat içerisinde kaliteli bir yaşam

¹ Bu makale Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü Din Psikolojisi Anabilim Dalı'nda yapılan "Dini Başa Çıkma Düzeyinin Takıntılı Davranışlarla Başa Çıkma İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma" adlı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



sürdürememektedir. Üstelik kurtulduğunu düşünse de mevcut takıntı daha sonra tekrarlanabilmekte veya daha farklı takıntılar tezahür edebilmektedir. Örneğin; dini hassasiyeti olan bir kişinin Tanrı'ya karşı saygısız söz ve imgeler ile ilgili zihnine olmadık yerde olmadık düşüncelerin gelmesi ile dinden çıkıp çıkmadığı konusunda kendini sorgulaması, bu düşüncelerden kaçmak istedikçe daha da çok zihnine gelmesi ile dinden çıkmış bir suçlu ve günahkâr gibi kendini hissetmesi, kişide dini içerikli obsesyonların olduğunu gösterebilir. Yine örnek olarak toplumda belirli bir dönem kendisini göstermiş olan korona virüs başta olmak üzere birçok ölümcül hastalığın kişinin kendisine bulaşıp bulaşmadığı yönünde zihinde yer edinen düşünceler ile gelen obsesyonlar da örnek verilebilir. Dışarı çıktığında kişi ya da madde ile temas halinde olduğunda kendisine mikrop, pislik, virüs, bakteri vb. bir madde bulaştığı yönünde kişinin sürekli düşünce içerisinde olması ve bulaştığına dayalı senaryolar üretip huzurlu olamaması da bulaşma obsesyonlarına sahip olduğunu göstermektedir (Yılmaz, 2020).

Kompulsiyonlar ise “çoğunlukla obsesyonları ortadan kaldırmak veya obsesyonun gelmesi durumunda rahatlatmak için yapılan hareketler veya zihne dayalı eylemler” olarak tanımlanmaktadır (Tükel,1998,9).

Kompulsiyonlar, OKB'de düşüncenin fiiliyata geçirilmesi ile ilgilidir. Zihinde yer edinen ve kişiyi rahatsız eden düşüncelerden doğan hareket ve davranışlardır. Kişi, obsesyonlarından kurtulmak ve rahatlamak adına kompulsiyonlara başvurur ve böylece geçici bir rahatlama meydana gelir. Rahatlamamanın geçici olmasının nedeni, aynı obsesyon ve kompulsiyonun belirli aralıklar ile devam etmesi veya bunun başka düşünce ve davranışlar ile yeniden olmasıdır. Sonuç olarak kişi o anlık rahatlansa da devamı bir şekilde yine gelmektedir. Bu durum OKB'nin obsesyon ve kompulsiyon arasında gidip gelen bir kısır döngüye sahip olduğunu göstermektedir. Örneğin; yukarıda obsesyon örneğinde verilen Tanrı'ya karşı saygısız söz ve imgeler ile ilgili zihnine olmadık yerde olmadık düşünceler gelen dinden çıkıp çıkmadığı konusunda kendini sorgulayan dini hassasiyetli kişi, bu düşünceden kurtulmak adına sürekli kelime-i şahadet getirip, tövbe istiğfar duası edebilir. Bunu belirli sayıda yaptığında düzeleceğine inanabilir veya kendini iyi hissedene kadar devam edebilir. Ancak bu davranışı normal bir insanın huzur içerisinde ibadet etme faaliyeti olarak değil, obsesyondan kurtulma amaçlı bir ritüel olarak yapması onu OKB'li yapmaktadır. Yukarıda verilen bir diğer örnek olan bulaşma obsesyonu olan kişinin, kendisine hastalık bulaştığına dayalı kaygı ve korku dolu düşüncelere sahip olması ve bu düşünceden kurtulmak adına ellerini sürekli yıkaması, bunu normal bir insanın yıkama süresinden daha uzun tutması ya da belirli sayıda yıkayınca temiz olduğuna inanması v.b. davranışlar sergilemesi de o kişinin kompulsiyonları olan OKB'li bir kişi olduğunu göstermektedir (Yılmaz,2020).

Bahsi geçen obsesyon ve kompulsiyonların bir arada olduğu rahatsızlık olan tıptaki adı ile Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) “kişinin isteği dışı gelerek, kişiyi tedirgin eden,

benliğe yabancı, bilinçli çaba ile zihinden uzaklaştırılmayan, yinelenen düşünce (obsesyon) ve/veya çoğu kez saplantılı düşünceyi zihinden uzaklaştırmak için yapılan irade dışı yinelenen hareketlerin (kompulsiyon) olduğu bir rahatsızlıktır. Obsesif kompulsif bozukluk (OKB), psikiyatrik bozukluklar içerisinde fobiler, madde kullanımı ve duygulanım bozukluklarından sonra dördüncü sıklıkta görülen bir psikiyatrik rahatsızlık türüdür." (Abramowitz vd., 2009, 491-499).

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB), obsesyonların ve kompulsiyonların devamlı hale gelerek, bireyin sabit olan günlük meşguliyetlerinin dengesini sürekli bozan, kişinin var olan eylemlerini ve ilişkilerini önemli seviyede ve sürekli aksatma gibi bir durum olduğunda kendini gösteren bir rahatsızlıktır. Aynı zamanda bu rahatsızlık, kişide her daim aynı şiddete tabi olmayabilir. Bazen kişide şiddeti artabilirken, bazen ise hiç yokmuş gibi azalabilir veya normal oranda azalabilir. Bu durum ise bireyden bireye değişiklik göstermektedir (Yılmaz, 2020, 7-8).

OKB'nin başlangıcında genel olarak sinsi ve nadiren tetikleyici olay saptanmaktadır. Bazı çalışmalarda OKB bulgularında dalgalanmalar görülmekte olup, çoğu vakada bulguların sebat ettiği görülmektedir. Bu durum, bazı hastaların bulguları ile yaşamayı ve başa çıkmayı öğrendiklerini ya da buna teslim olduklarını akla getirmektedir. Kişinin yaşadıklarını anlamlandırması ve bunun bir rahatsızlık olduğu bilincinde olarak tedavi olmaya istekli olması da hastalığın seyrini değiştirmede önemli bir husustur.

1. Obsesif Kompulsif Bozukluk Türleri

OKB, kendini farklı şekillerde göstermekte ve bunlar kişiden kişiye değişmektedir. Birçok OKB türü olmak ile birlikte kişilerde tek tür OKB olabildiği gibi birden fazla türünün olduğuna da rastlanmaktadır. Ayrıca OKB türleri denildiğinde OKB'yi oluşturan obsesyonlar ve kompulsiyonlar ayrı unsurlar olduğundan dolayı obsesyon ve kompulsiyon türleri ayrı ayrı sınıflandırılmaktadır.

1.1. Obsesyon Türleri

Kişilerde çoğu zaman kirlenme veya pis olarak hissetme gibi obsesyonların içeriği ile ilgili durumlardan kaçınmaya dayalı (Koroğlu, vd.,1995, 5-29) ve kişilerin kendilerine bir şey bulaştırabilir kaygısı taşıdıkları her şeyden kaçınmasına neden olan ve buna bağlı olarak da çevrelerindeki her şeyin kir ve pislik içeren maddeler olduğunu düşünmelerini sağlayan *bulaşma-kirlenme obsesyonları*, obsesyon türlerinden biridir. Bir davranış gerçekleştirildiği halde yapılıp yapılmadığından emin olamama ya da kaygı yüklü düşünceler içerisinde boğulmaya dayalı *şüphe obsesyonları*, (Şahin, 1997, 493) başkalarının öldürdüğünü, yaraladığını düşünmesine neden olan farklı şekillerde zarar verme düşüncelerinin zihin içerisinde meydana gelip, kişinin kaygı oluşturmaya dayalı *saldırganlık obsesyonları* kişilerde oluşan obsesyonlardandır (Keçe,2013,35). Utanç verici ve kabul edilemez bir nitelikte olduğunu düşündüğü, genellikle çocukları ya da anne ve babası ile cinsel birliktelik yaşadığı düşünce ve hayaline kapılabildiği şeylerin zihnine



gelmesi sonucu kişinin rahatsız olmasına dayalı *cinsel obsesyonlar* (Koyuncu, 2012, 15) yine bazı obsesyon türlerindedir.

Yamuk, dağınık ve şekilsiz olan şeylere ve kesinliği belirli olmayan durumlara dayanamayan kişilerin herhangi bir nesneyi veya bunun gibi başka şeyleri kendine göre düz ve doğru bir formda hissetmeye çalışma gayretine dayalı olan *simetriye ve kesinlik ihtiyacına dayalı olan obsesyonlara* toplumda sık rastlanılmaktadır (Keçe, 2013,35). Devamlı şekilde ölümcül hastalıklara yakalanabilme korkusuna sahip kişilerin bu hastalıklardan korunmak için de farklı önlemlere yönelmesine dayalı *somatik obsesyonlar*, (Koyuncu, 2012, 20) mal, çöp vb. şeyleri biriktirmeye dayalı *biriktirme obsesyonları* ve yukarıda belirtilenler, literatürde sık rastlanan türlerdendir.

1.2. Kompulsiyon Türleri

Zihinde meydana gelen obsesyonlara bağlı olarak örneğin; “kişilerde tekrarlı bir şekilde el yıkamanın, banyo yapmanın, devamlı ev ve içerisindeki eşyaları temizlemenin, saatler süren bulaşık ve çamaşır yıkamanın” görüldüğü temizlenme davranışlarına dayalı *temizlik kompulsiyonları*, (Keçe,2013, 35) sıklıkla şiddeti ve yok etmeyi içeren obsesif düşünceleri olan kişilerin, kontrol edebilme ve bulaşmaya ilişkili korkuları azaltmaya yönelik sürekli ve tekrarlı davranışlar sergilemesine dayalı *kontrol etme kompulsiyonları*, kişiler için hayatı zor bir hale getirmektedir. Eşyaların belirli bir nizamda olmasını sağlamaya yönelik bir denge ve simetri sağlama üzerine ortaya çıkan davranışlara dayalı *düzenleme kompulsiyonları*, kişinin gündelik hayatında bazı bilinen davranışları belirli bir tarzda ya da sayıda tekrarlaması ve ayrıca kompulsiyonunu engelleyen bir durum ile karşı karşıya kaldığında tekrar en başına dönüp, tekrarlama eylemine devam etmesi olarak tezahür eden *tekrarlama kompulsiyonları* da sık rastlanan kompulsiyon türlerindedir (Tükel,2010, 293-297).

Kompulsiyon türlerinden *sayma kompulsiyonları*, örneğin; arabaların plakasını, evlerdeki numaraları vb. sayma şeklinde olan, ayrıca kişinin kendine göre zihninde oluşturmuş olduğu ve kurtarıcı nitelikte olduğunu düşündüğü belirli sayılara kadar sayıp ya da o sayı kadar herhangi bir şeyi tekrarlamasına dayalı kompulsiyonlardır (Koyuncu, 2012,15). Bir başka kompulsiyon türü olan *dokunma kompulsiyonları*, kişinin belirli nesnelere dokunması gerektiği hissine dayalı kompulsiyonlardır. Son olarak ise *biriktirme kompulsiyonları*, ihtiyaç duyulmasa bile birçok şeyi satın alıp, sahip olunan hiçbir şeyi atamama şeklinde olan kompulsiyonlardır (Keçe,2013, 35).

1.3.Dini Obsesyon ve Kompulsiyonlar

Bir obsesyon türü olan *dini obsesyon*, “dini ve ahlaki değerlere (Allah’a, Peygamber’e ve diğerleri) karşı gelmenin yanında, karşı gelinmesi ve doğru/yanlış kavramlarıyla fazla ilgilenmeye ilişkindir.” Dini obsesyonun temelinde kişinin inancı ve görüşlerine tam zıt bir şekilde ve yoğun olarak sıkıntı verecek biçimde dini içeriğe sahip takıntı oluşturan düşünceleri

düşünmekten kendini alamayıp, bu düşünceleri mantıklı olarak bulmamasına rağmen, oldukça rahatsız olması ve engel olunamadığında özellikle dini hassasiyeti yüksek olan kişilerde çok yoğun bir kaygıya neden olması yatmaktadır (Amil,2013,33-34).

Dini obsesyon, batıda “*scrupulosity*” kelimesi ile ifade edilmektedir. Latince manası küçük sert taş olan “*scrupulum*” kelimesinden türetilmiş olan *scrupulosity* kavramı, “*Allah, günah ile bir dini davranış ve bağlılığın yeterliliği konusunda kalıcı şüphelere sahip olma eğilimi ile karakterize edilen obsesif kompulsif bozukluk (OKB) şekli demektir*” (Yağcı,2006,42).

Yağcı (2006) dini obsesyon türlerini genel anlamda şu şekilde sınıflandırmıştır:

-Allah’a ve kutsal olduğu düşünülenlere karşı saygısızlıkta bulunmaya dayalı obsesyonlar,

-İman ve inanç konusunda şüpheye düştüğünü düşünerek dinî anlamda nasıl bir pozisyonda olduğu konusunda kaygılanmaya dayalı obsesyonlar,

-Dinde günah olan davranışları yapma konusunda korku ve kaygı üretmeye dayalı obsesyonlar,

-Farkında olmadan günah işleme ve buna bağlı suçluluk ve günahkârlık duygusu içerisinde olmaya dayalı obsesyonlar,

-Dinde ibadetler için gerekli olan temizlenme ritüelleri konusunda yapılanların yanlış ve eksik olduğu ile ilgili düşünceler ile kaygılanmaya dayalı obsesyonlar,

-Dinî herhangi bir hükmün yerine getirilmesi hususuna dayalı obsesyonlar

Dini kompulsiyonlar ise dini obsesyonların etkisini azaltmaya yönelik meydana çıkan kompulsiyonlardır. Bu kompulsiyonlar, kişinin aklına çokça gelen dini içerikteki kötü düşünceleri ortadan kaldırıp, kendine bir rahatlama hissi oluşturmaya dayalı bir çözüm yoludur. Farklı şekillerde tezahür eden bu çözüm yöntemine örnek olarak; belirli bir sayıda duanın, surenin v.b. şeylerin tekrarlanması sonucunda kişinin ibadetinin kabul olacağı düşüncesine ve eğer o sayıda tekrarlamazsa kişinin ibadetinin kabul olmayacağı ve günaha gireceği düşüncesine sahip olması örneği verilebilir. Yine abdest alma eyleminde yapılan tekrarlı eylemler, bir yeri söylenen dışında fazladan yıkamalar gibi birçok konuda kendini gösteren dini kompulsiyonlar vardır. Bütün bunlar, bireyi yıpratın, hayatında huzuru kaçıran, bireyin dine karşı soğumasına ve ondan uzaklaşmasına neden olan uygulama ve davranışlardır, denilebilir. Yine Yağcı (2006), dini kompulsiyonları genel anlamda şu şekilde sınıflandırmaktadır:

-Kişinin dinî anlamda suçluluk ve günahkârlık duygusu yaşayarak bunu telafi etme amacı ile sürekli ya da belirli aralıklar ile tövbe etme davranışına dayalı kompulsiyonlar,

-Sıklıkla başvurulmuş dua ibadetinde tekrarlama ve sayma davranışına dayalı kompulsiyonlar,



-İbadetler için şart olan ve dinî emirlere, hükümlere uygun temizlik ritüelinde meydana gelen davranışlara dayalı kompulsiyonlar,

-İbadetleri ifa ederken kişinin zihnindeki obsesyonlardan dolayı yapmak zorunda hissettiği, onu rahatsız edici ve ibadetin huşusunu kaçıran davranışlara dayalı kompulsiyonlar

Her psikolojik rahatsızlıkta olduğu gibi OKB' de de erken teşhis tedavi sürecini kısaltmaktadır. Başlangıç döneminde bir uzmana danışanlar, tedavi olduktan sonra normale yakın bir hayat sürebilirler. Sıkıntılar azalmaya başladığında da devam eden ilaçların eşliğinde doktor kontrolü de devam etmelidir (Keçe, 2013). OKB için uygulanan tıbbi tedavi yöntemleri kişilerin sağlıklı bir yapıya kavuşmaları adına büyük önem arz eden ve hekim gerekli gördü ise başvurulması gereken tekniklerdir. Din ve maneviyat olgularının kişinin hayatında benimseyerek yaşama biçiminin, OKB için tıbbi tedavinin yanında iyileşme sürecine katkı sağlayıp sağlayamadığını çözümlenmeye çalışmak ve bunu farklı hususlar ile ilişkilendirmek ise din psikolojisi açısından önem arz etmektedir. Ayrıca bu olguların mutlak olan tıbbi tedavinin yanında iyileşme süreci için yardımcı etkenler olduğu da düşünülmektedir.

B. Din ve Maneviyat Olgusunun Kapsamı ve Konuyla İlgili Araştırmalar

Din kavramı hayatımızda istesek de istemesek de yer edinen geniş çaplı bir olgu olup, tanımı konusunda net bir tanımlama yapmanın zor olduğu kapsamlı olgulardan biridir. Bir tanım yapmak gerekirse; En genel tanımı ile din, *"insanların yaratıcı olarak kabul ettikleri üstün güce olan imanlarını, ona yapacakları ibâdetlerin bütünü ve bu imâna göre davranışların nasıl olması gerektiğini düzenleyen inanış yoludur"*(Ayverdi,2005,287). Bu tanımlama, din olgusunu duygu, düşünce ve davranış temelli psikolojik bir perspektiften ele alması yönü ile konu kapsamında yer verilen bir tanımlamadır. Bu çerçevede konuyu ilgilendiren bir diğer olgu ise maneviyat olgusudur. Üzerinde kapsamı ile ilgili birçok araştırmanın yapıldığı ve hala yapılmaya devam edildiği bu olguyu terminolojik bir terim mahiyetinde ele almanın konu açısından daha makul olduğu düşünülmektedir. Bu anlamda maneviyat, *"bireyin kendisinin ve varoluşunun ötesindeki güçtür"* (Peters, 2008,27)." Bireyin, kendi ve öteki insanlarla olan ilişkilerini, evrende yerini, yaşamının anlamını anlayabilme ve kabul edebilme çabasıdır. Bu tanım sonucunda maneviyat, kişinin varlığı açısından içkin bir değer şeklinde açığa çıkar. Çünkü insanların her biri yaşam ve ölüm hakkında sorular ve bu sorularına dair yanıtları vardır. Maneviyat bunun yanında yaşam boyunca süren deneyim ve kazanılan bilgilerin bir neticesidir. İnsanların hayatın amacına uygun olarak bulacakları yanıtlar sonucunda, bir yerde kendilerinin maneviyatını oluştururlar, bu yüzden maneviyat, birey açısından anlamı olan unsurları içermektedir (Cimete, 2002;Başbakkal,2005).

Önem arz eden bu iki olgunun hayatın birçok alanında olduğu gibi OKB rahatsızlığına sahip kişilerde de iyileştirmeye destek veren yönünün olduğu öngörülmüş olup, din ve maneviyatın ruhsal rahatsızlıklar sürecinde ne gibi etkilere sahip olduğuna dair yapılmış çalışmalarda da olumlu örneklerinin olduğu görülmüştür. Konuya açıklık getirmek ve makalede yer alan araştırma sonucuna kaynak olması adına ruh sağlığı ve din alanında yapılan bazı araştırma örnekleri şunlardır:

Batıda yapılan araştırma sonuçlarında; dine ve maneviyata hayatında yer veren kişiler ile yaşam doyumları ve mutlulukları arasındaki ilişkiyi araştıran toplam 100 araştırma içerisinde 79'unda dini inancın daha yüksek bir yaşam memnuniyetine, büyük bir mutluluğa ve belirgin olarak ahlaki kanaat sahibi olmaya eşlik ettiği tespit edilmiştir. Ruh sağlığına gösterge olarak ümit, iyimserlik ve yaşamın anlamı gibi faktörlerin seçildiği 14 araştırmadan 12'sinde dindarlık ile olumlu ilişki bulunmuş, 2 tane araştırmada ise ilişki tespit edilememiştir. Din ve depresyon arasındaki ilişkinin araştırıldığı 101 araştırmada ise, dine ve maneviyata hayatında yer veren kişilerin yer vermeyen kişilere göre üçte iki oranında daha az depresif belirti gösterdikleri saptanmıştır. Benzer sonuçların, intihar düşüncesi, aksiyete, uyuşturucu ve alkol bağımlılığı için de rapor edildiği bilinmektedir (Akt. Apaydın, 2010, 64).

Ülkemizde yapılan araştırmalarda batıda yapılan araştırma sonuçlarına benzer sonuçlar görülmektedir. Bu araştırmalar çok çeşitli olmakla birlikte konu ile ilgili çok sayıda bilimsel çalışmanın da yapıldığına literatürde rastlanmaktadır.

Yapıcı'nın yaptığı bir araştırmada (2007), din ve maneviyatın hayat içerisinde göstergelerinin olduğu alanlarda ruh sağlığı ile dindarlık arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu ilişkide, Allah'ın varlığını içsel olarak hissedenden kişilerin öz saygı düzeylerinin yüksek olduğu, depresyon, umutsuzluk ve intihar eğilimi düzeylerinin ise düşük olduğu saptanmıştır. Yine intihar eğilimi ile dinin ve maneviyatın tezahürü olan göstergeler ile negatif bir ilişki ortaya çıkmıştır. Böylece dindarlık seviyesi arttıkça intihar eğilimi düşmektedir (Yapıcı, 2007, 271, 273, 279, 287).

Hayta (2006) yaptığı bir araştırmada dini pratiklerle psiko-sosyal uyum arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit etmiştir. Özellikle yapılan çalışmada, ibadet boyutlarından tövbe ile psiko-sosyal uyum boyutlarından kendini kabullenme ve sosyallik arasındaki ilişkinin olumluluk düzeyinin diğer boyutlardan (kaygı, etkinlik, sosyallik, kendini ifade, sorumluluk) daha yüksek olduğu saptanmıştır (Hayta, 2006, 166).

Başka bir araştırmada Arıcı (2006), başa çıkma faktörü ile dinin pratik hayata yansıtılan davranışlarından biri olan dua eme ritüeli arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Bireysel dini motiflerden biri olan dua etme davranışının kişinin başa çıkma davranışında önemli bir değer olduğu böylece saptanmıştır (Arıcı,2006, 553).



Yapılan bir araştırmada kendisini dine ve maneviyata bağlı olma hususunda güçlü hisseden bireylerin “güçlü umut” düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Yani, bu kişiler ümitsizliğe düşmemektedirler (Kimter, 2006, 234).

Yukarıda belirtilen araştırmalar ve sonuçları makalede ulaşılan sonucu desteklemekte ve din ve maneviyatın iyileştirici olgular olduğuna dair bilimsel dayanak olarak verilen örnekleri oluşturmaktadır. Konu ile ilgili uluslararası alanda yapılan çalışmalarda; tıp çevrelerinin, sağlık problemlerini aşmada dinî inançlar ile pratiklere bağlanan hastaların yüksek oranda olduğunu kanıtlayan dini başa çıkma konusunda sistematik incelemeleri olduğu bilinmektedir. Koenig, “Kuzey Carolina’da Duke Üniversitesi Tıp Merkezi’nin genel tıp, kardiyoloji ve nöroloji servislerine peş peşe kabul edilen 337 hastanın incelenmesinde, yaklaşık olarak bu hastaların % 90’ını başa çıkmak için bir dereceye kadar dini kullandıklarını ifade etmiş ve bunların % 40’ından fazlası dinin hâlihazırda kendilerini koruyan en önemli faktör olduğunu belirtmiştir (Koenig, 1998,213-224). Bu anlamda dinin ve maneviyatın hastalığın seyrindeki olumlu rolü yerel ve uluslararası bilimsel araştırmalar ile de desteklenmektedir.

C. Din ve Maneviyatın Araştırmaya Katılan OKB’lilerdeki Etkisi

1.Yöntem

Makalede amaçlanan, nitel veri analizinin yer aldığı 6 açık uçlu anket sorusuna verilen cevaplardan elde edilen veriler ışığında OKB’lilerin din ve maneviyat algısını tespit etmektir. Makaledeki araştırmada genel olarak amaçlanan husus, 6 açık uçlu soru ile takıntılar ile başa çıkmada din ve maneviyatın ne şekilde kullanıldığını saptamaya çalışmaktır.

Araştırmanın makaleyi ilgilendiren kısmı için aşağıdaki sorulara cevap aranmaktadır:

-OKB’li bireyler, bu rahatsızlık ile başa çıkmada din ve maneviyattan destek almakta mıdır? Alıyorlar ise ne şekilde bir yol izlemektedirler?

-OKB’li bireyler bu rahatsızlık ile başa çıkmada hangi başa çıkma yöntemini kullanmaktadır?

Makalede 50 kişiden oluşan ve yaşları 16-56 arasında değişen OKB’li bireylere açık uçlu anket sorularının yer aldığı 6 soru sorularak, bu yöntem ile toplanan verilerin nitel veri analizinden betimsel analiz ile yapılan analiz sonuçları açıklanmaktadır. Bu kapsamda makalede OKB’lilerin dine ve maneviyata bakışı konusunda beş başlık belirlenmiş olup, bu başlıklar üzerinden açıklama yapılmakta ayrıca dine ve maneviyata bakışı değişiklik gösteren OKB’liler için oluşturulan prototiplere değinilmektedir.

Etik ilkelere bağlı olarak katılımcılara müdahalede bulunmadan, ikili görüşmelerin yer almaması sadece deney grubu olup, kontrol grubunun olmaması ve 50 katılımcının da

deney grubu olması gibi nedenlerden dolayı bu hususların araştırma için bir sınırlılık oluşturduğu söylenebilir. Aynı zamanda araştırmada, OKB tanısı almış bireylerin, hastalığın tabiatına bağlı olan husustan dolayı ölçek ve anket soruları içerisinde takıntı yapmalarına sebep olabilecek bir soru ile karşılaşarak bu soru/sorulara objektif perspektiften cevap verip vermemeleri kriterinin de araştırma için bir sınırlılık olabileceği öngörülmektedir.

2.Bulgular

2.1.Katılımcılarda Görülen OKB Türleri

Literatürde yapılan çalışmalara göre sıklık sırası ile obsesyonlara bakıldığında; bulaşma (%50), şüphe (%40), somatik (beden ile ilgili) (%30), simetri (%30), saldırgan (%30), cinsel (%25), dinî (%10) oranında kendini gösterdiği görülmektedir. Kompulsiyonların ise kontrol etme (%60), yıkama (%50), sayma (%35), soru sorma anlatma ya da dua etme (%35), simetri-düzen (%30) ve biriktirme şeklinde sıralandığı saptanmıştır (Şahin, 1997, 499; Karabulut, 1998, 22).

Araştırmadaki katılımcılar arasında ise yaygın olarak görülen takıntı türünün düşünce ve şüphe takıntıları, sonrasında sırası ile kontrol etme, yıkama, silkme, silme, temizlik takıntısı ve dini takıntıların olduğu, en az rastlananın ise vücut ile ilgili hastalık takıntıları olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmada 50 katılımcının 18'inde dini takıntılar görülmüş olup, dini obsesyon ve kompulsiyona sahip kişilerin araştırmada bu anlamda fazla olduğu saptanmıştır. Ayrıca düşünce ve şüphe takıntılarının diğer takıntı türlerine eşlik ettiği çoğu katılımcıda görülmektedir. Dolayısıyla düşünmekten ve şüpheden kurtulamama OKB de takıntının oluşmasında etkili bir yere sahiptir.

Anksiyete türü bir rahatsızlık olan OKB, insanları tekrarlanan düşünce ve davranışlar döngüsüne hapsederek kısıtlayan bir hastalıktır (Erkmen,2019).Bu anlamda tıp literatüründe DSM-IV'e kadar anksiyete bozuklukları sınıfı altında uzun yıllar yer alan OKB, temelinde korku, kaygı ve beraberinde gelen kontrol etme hislerinin var olduğu bir rahatsızlıktır (APA, 2000). Araştırmada 50 katılımcının sorulara verdiği cevaplar ve betimsel duygu durum analizinde, kişilerin takıntılarını tetikleyen en büyük iki hissin 'korku' ve 'kaygı' hisleri olduğu anlaşılmaktadır. Korku ve kaygının bir arada zihinde yer edinmesi ve bunun normal bir insanın taşıyabileceği seviyenin üzerine çıkması OKB'yi oluşturmada, içeriğine göre farklı takıntı türlerini ortaya çıkarmaktadır (Yılmaz, 2020).

2.2. Katılımcıların Din ve Maneviyata İlgisi

OKB'liler için hayatta psikolojik sağlığın yerinin yaşadıkları rahatsızlıktan dolayı büyük önem taşıdığı görülmektedir. Dine ve maneviyata hayatlarında yer verenler, sağlıklı bir hayat süremeyince din ve maneviyat olgusunu yaşamada da zorluk çektikleri ve onlar



için önemli olan din ve maneviyatı sağlıklı bir şekilde yaşama isteklerinin olduğu anlaşılmaktadır. Bu durumu katılımcıların belirttiği ‘Sağlık olmadan hiçbir şey dengeli gitmiyor.’ şeklindeki yargı ile belirtmek mümkündür.

OKB’lilerin bir kısmının insanın bir yaratılış amacının olduğuna inandığı, bu amacın Allah’a kulluk ederek, O’nun rızasını kazanmak olduğu, hayatını bu doğrultuda şekillendirerek, dini ve manevi konulara ilgi duymanın gerekli olduğunu gördükleri saptanmıştır. Her ne kadar OKB, bu kişilerin dini ve manevi hayatlarına etki de bulunup, onları rahatsız etse de katılımcıların çoğunluğunun, din ve maneviyat olgularını hayatlarında benimseme anlayışından vazgeçmeme kararlılığında ve iradesinde oldukları da görülmektedir.

OKB’lilerin bazılarında Allah’a inanmanın ve aşkın bir varlığın olduğu bilincinde olarak manevi bir güce dayanmanın huzuru ve mutluluğu getirdiği, dolayısıyla yaşanan rahatsızlığın bir gün bu güç sayesinde sona ereceği umudu taşıyarak yaşamlarına devam ettikleri görülmektedir. Dolayısıyla moral ve motivasyon bulmada dine ve maneviyata sarılmanın önemi OKB’ lilerde bu anlamda ortaya çıkmaktadır.

OKB’lilerde dine ve maneviyata ilgisi olduğu halde, neyin ne şekilde olduğunu bilinçli bir şekilde idrak edemeyen kişilerin rahatsızlıklarını da anlamlandırmada herhangi bir düşünce ve yorumda bulunmadıkları, manevi bir çözüm arayışına, yönlendirme yolu ile gittikleri görülmektedir. OKB’lilerin toplumsal ve geleneksel din anlayışının yönlendirmesi ile dine ve maneviyata ilgili oldukları ancak içerisini tam anlamı ile dolduramadıkları ve bu durumun onlara yaşadıklarını anlamlandırarak manevi boyutta bir çözüm üretme eylemini getirmediği saptanmıştır.

2.3. Katılımcıların Kullandığı Bireysel Dini Motifler

Manevi konulara ilgisi çok ya da az olsa da araştırmadaki OKB’li kişilerin neredeyse bütünüün “dua” ya başvurduğu görülmüştür. Ayrıca OKB’liler arasında en çok kullanılan dini ve manevi motif “dua” olarak saptanmıştır. Duanın bu anlamda bireysel ve toplumsal anlamda dini ve manevi motiflerden en çok kullanılan ibadet türü olduğu görülmektedir.

OKB’lilerin kullandıkları dini ve manevi motifler içerisinde ibadet olarak; *Kur’an okuma, tespih ve zikir çekme, belirli sure ve duaları okuma* saptanmış, bunun dışında konu ile ilgili bilgisi olduğu düşünülen kişilere danışma (*Hoca, din görevlisi, cemaat sohbetleri, yakın kişiler vb.*), *kutsal mekânları ziyaret etme (Cami, türbe vb.)* gibi motiflere de başvurulduğu görülmüştür. Bu motifler, kişilerin yaşadıkları çevre, hayata bakış açıları, alınan din eğitimi, yaşadıklarına yükledikleri anlamlar vb. durumlara göre farklı olup, yoğunluğunun yani başvurma sıklığının kişinin dine ve maneviyata yüklediği anlama göre değişkenlik gösterdiği tespit edilmiştir.

Araştırma içerisinde tek kişi dışında dini ve manevi motif kullanmayan OKB'liye rastlanmamıştır. Dini ve manevi motif kullanmayan kişinin ise Tanrı inancı olduğu fakat devamında inanç konusundaki farklı eğiliminden dolayı hayatında besmeleden başka dini bir öge kullanmadığı görülmektedir.

Araştırmadaki OKB'lilerden dini ve manevi motif kullanarak ruhsal anlamda iyi hissedenler olduğu gibi, azınlıktakilerin ise ne hissettiğini anlayamayanlar ya da bu motiflerin etkisinin olmadığını düşünenler olduğu görülmüştür. Ayrıca dini obsesyon ve kompulsiyonu olanlardan bazılarının takıntılarını bastırmaya çalışarak da olsa dini ve manevi motif kullandıkları ve ne olursa olsun devamlılık içerisinde olmaya çalıştıkları saptanmıştır.

2.4. Katılımcılarda Öznel Dini Bilginin OKB'yi Tetiklemesi

Araştırma analizine göre, daha çok dini obsesyon ve kompulsiyonu olanların, haricî (kişi ve kaynaklardan) edindiği öznel dini içerikli bilgilerin takıntılarını tetiklediği görülmektedir. Dini obsesyon ve kompulsiyonu olmayanlarda bu oran daha az saptanmıştır.

Analize göre dışarıdan elde edilen bilgilerin kişilerin daha çok geçmişte öğrendikleri bilgiler olduğu ve bunların TV, radyo, gazete, kitap, internet vb. kaynaklardan, gidilen dini içerikli kurslardan, din kültürü derslerinden, Kur'an-ı Kerim meali, ilmihal gibi yazılı veya sözlü kaynaklardan elde edildiği ortaya çıkmıştır. Kişinin belirtilen kaynaklardaki bilgilere dine ve dini konulara olan hassasiyetine göre zihninde yer vermesi ve bu hassasiyetin hassasiyet olmaktan çıkıp özellikle kişide korku ve kaygı oluşturacak şekle bürünmesi, kişinin içinde bulunduğu durumu patolojik bir hale getirmekte ve o bireyde dini obsesyon ve kompulsiyonları oluşturmaktadır.

Kişilerin dışarıdan (kişi ve kaynaklardan) edindiği dini içerikli öznel bilgilerin çoğunlukla; abdest (sayı ile ilgili bilgiler), boşanma ("boş ol" kavramı ile ilgili bilgiler), Allah ve adaleti (teodise) (adalet ile ilgili dini bilgiler), iman, inanç (dine saygısızlık, dinden çıkma, iman zedelenmesi ile ilgili bilgiler), ibadet (takvalı ibadet, ibadetin kabul olmaması ile ilgili dini bilgiler) gibi bilgiler olduğu ortaya çıkmıştır.

Dini bilgilerin OKB'yi tetiklemesi durumu ile ilgili olarak kaynak konusu önemli bir yere sahiptir. Bunlar içerisinde yazılı kaynaklardan olan ilmihaller ile ilgili olarak; yer ve zaman gibi faktörlere bağlı olarak ilmihaller günümüze göre uyarlanmıştır, denilebilir. İlmihal bilgilerinin uygulanması ile ilgili olarak günümüzdeki Müslümanların bir kısmının bu bilgilerdeki işleyişi denge içerisinde yürüttüğü bilinmekle birlikte bazı kişilerin bazı bilgileri psikopatolojik seviyede uyguladığı da görülmektedir. Konuyu *psikopatolojik dindarlık* başlığı adı altında ele alan Kırbaçoğlu, bu yönü ile ilmihallerin psikopatolojik bazı davranışlara sebep olabilecek bazı bilgileri okuyucu için çekinmeden sunması hususunun, ilmihallerin zararlı yönlerinden biri olduğunu söylemektedir. Örneğin; vücudun



yıkanmasında iğne ucu kadar olan bir alanın kuru kalmadan yıkanmasına özen gösterilmesi, kulak ve göbek oyuklarının yıkanması, suyun saçların, sakal, kaş ve bıyıkların aralarına ve altlarında cilde kadar geçmesi ve bunlar tam yapılmaz ise gusül abdestinin tamamlanmamış olmasına dayalı bilginin farklı obsesyon ve kompulsiyonlara yol açtığıdır (Kırbaşoğlu,2009).

Dolayısıyla Dini OKB ya da dini konularda elde edilen bilgilere kişinin zihninde yer verme hususunun şeklinin yanında, dini bilgiye nereden ve ne şekilde hangi kaynaktan ulaşıp değerlendirildiği de OKB'yi tetikleme yönünden önemli hususlar olarak söylenebilir.

2.5. Katılımcıların İçerisinde Buldukları Durumu Anlamlandırma Şekilleri

Araştırmadaki bazı OKB'lilerin rahatsızlıklarını anlamlandırırken, bu rahatsızlığın yanında hayatlarında yaşadıkları ve onları daha derinden sarsıcı etkiye sahip farklı olayların olduğunu anlattıkları ve hastalığı anlamlandırırken OKB de dâhil olmak üzere yaşadıkları travmatik olayları bütün olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Ayrıca OKB'yi de bu olayların içerisinde yer alan sarsıcı bir unsur olarak ele alıp değerlendirdikleri de bir gerçektir.

Bazı OKB'lilerin geçmiş yaşamlarında “Neden ben?” diyerek isyan ettiği ve travmatik olarak tanımladıkları birçok olayı OKB ile bir arada yaşamaları ile dayanamayıp, intihar teşebbüsünde buldukları saptanmıştır. Fakat daha sonra destekler ve yardımlar ile yaşananların imtihan, olgunlaşma vb. hususlar olduğunu düşünerek kabullenip, hayatlarına devam etmeye çalıştıkları görülmektedir.

OKB'li kişilerin yaşadıkları süreç ve kendi hallerine, rahatsızlıklarına dayalı olarak bu süreci ne şekilde anlamlandırma yolunu benimsediklerine bakıldığında, genel anlamda Allah'ın kendilerini bu hastalık aracılığı ile olgunlaştırdığını düşündükleri saptanmıştır. Buna bağlı olarak kişilerin farklı düşünce ve yorumları ise kategorilere ayrılarak aşağıdaki gibi özetlenmektedir:

-Sınandığını ve olgunlaştığını düşünenler (Allah tarafından bu dünyada hastalık aracılığı ile)

-Daha kötü kişilerin varlığına bakarak hallerine şükredenler,

-Belirli bir dönem intihar düşüncesi ve isyan etme gibi durumları yaşasalar dahi araştırma esnasında kendilerini daha iyi hissettiğini belirtenler,

-Bu süreci ve içinde buldukları hali Allah'ın şefkat tokadı olarak düşünenler,

-Hallerini açıklarken bazı dini kavramlara değinenler, (şeytanın vesvesesi, Allah'tan uzaklaştırıcı şeyler vb.)

-‘Derdi veren dermanını da verir.’ ve ‘Her şerde bir hayır vardır.’ içerikli düşünceleri olanlar,

-Allah’ın sevdiği kullarına hastalık verdiğini düşünüp, sabır içerisinde olup iyi hissedenler,

-Hallerinin kendilerini dine ve maneviyata hassasiyetini azalttığı korku ve kaygısını taşıyanlar,

-Hiçbir yorumu olmayanlardır.

OKB’li kişilerin yaşadıkları rahatsızlık sürecini anlamlandırma çabası içinde oldukları görülmüştür. Bunu farklı ifade şekilleri ile yorumlamışlardır. Ortak olan nokta ise “Allah’a sığınma ve O’nun dertlerine derman olacak tek güç olduğu bilincinde olmalarıdır,” denilebilir. Hiçbir anlam yüklemeyenlerin ise nerdeyse yok denecek kadar az katılımcı için geçerli olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada imtihan kavramının bu kişilerce çok kullanıldığı ve hastalıklarını imtihan olarak görüp, kendilerini Allah’ın bu imtihan ile olgunlaştırdığını düşünen OKB’lilerin sayısının da oldukça fazla olduğu görülmüştür.

D. OKB’li Katılımcılarda Din ve Maneviyat Algısına Dayalı Oluşturulan Bazı Prototipler

Yapılan araştırma sonucu ortaya çıkan prototipler, OKB’li bireylerin açık uçlu anket sorularına verdikleri cevaplara dayalı betimsel analize bağlı olarak oluşturulmuştur. Bu prototipler birbirinden bağımsız olarak sınıflandırılrsa da katılımcıların ifadelerine bakıldığında birden çok prototipe girebildikleri ya da ifadelerinin dört prototipi de içeren farklı cümlelerden oluşması hasebi ile bu prototiplerin bu anlamda birbiri ile bağlantılı ve ortak noktalarının olduğu söylenebilir.

1. Ruhsal Tekâmülcüler

Ruhsal tekâmül anlayışına sahip OKB’liler, Allah’ın bu yaşattıkları ile kendilerini olgunlaştırdığı, hastalık vererek büyüttüğü, yaşadıklarının bazen baş edilemez olsa da Allah’tan gelen bir şey ise mutlaka bunun bir anlamı olduğu düşüncesinde bulunmaktadır.

Ruhsal tekâmülcü prototipindeki OKB’li bireylerin yaşadıklarını ‘olumsuz’ ya da ‘kötü’ gibi kavramlar ile adlandırmadan, yaşadıklarının Allah’ın ilmi ve iradesi ile olan durumlar olduğunu söylemek mümkündür. Ayrıca bu kişilerin yaşadıklarını, dersler çıkarmaya yönelik Allah’tan bir telkin olarak görmeleri de yukarıda tanımlanan ruhsal tekâmül anlayışını yansıttıklarını göstermektedir. Bu anlamda belirtilen açıklamaya uygun OKB’lilerin *ruhsal tekâmülcü* prototipinde olduğu söylenebilmektedir.

Konu ile ilgili olarak ruhsal tekâmülcü sınıfındaki bazı OKB’lilerden şu açıklamalar örnek olarak verilebilir:



(K1923)* “Bu sürecin beni geliştirebileceğini düşünmezdim. Fakat yedi yıllık bir sürecin ardından baktığımda hem manevi olarak hem de kişilik olarak beni geliştirdiğini görebiliyorum.”

(E537) * “Allah’ın beni olgunlaştırdığını düşünüyorum.”

(K832)* “Bu süreç beni olgunlaştırdı. Bunlar geçecek. Bunlar geçince hayatımı daha dikkatli yaşayacağım diyorum. Bu ise bana moral veriyor.”

(K2725)* “Zira bu hayat sürecinde yaşadığım her iniş ve çıkışların bana esneklik katacağı kanaatindeyim. Değişen bir zaman ve zeminde değişen ve dönüşen ‘ben’ var. Her daim Allah’a bağlıyorum.”

(K3527)* “Eğer bir zorluk ile karşı karşıyaysam bunun ardından güzel şeylerin olacağını ve olgunlaşacağımı düşünürüm.”

(E4445)* “Beni öldürmedikten sonra her türlü sıkıntının beni güçlendireceğini ve olgunlaştıracağını düşünürüm.”

(K4723)* “Kötü olduğum zamanlarda tesellilerimden biri de bu yaşadıklarımın bana çok şey öğreteceği ve mutlaka pozitif yanlarının da olacağı düşüncesi idi. Rahatsızlığım şu anda eskiye nazaran büyük oranda geçmiş durumda. Düşündüğümde hastalık çok zor fakat bunun bana gerçekten çok fazla getirisi oldu.”

Yukarıdaki açıklamalardan da anlaşıldığı üzere araştırmaya katılan katılımcıların hayatı bir tekâmül süreci olarak görerek, yaşadıklarını ruhsal olgunlaşmaya doğru giden bir yolculuğun basamakları olarak anlamlandırdıklarını söylemek mümkündür. Dolayısıyla bu prototip, olgunlaşma, hikmet, mana, öğrenme ve ruhsal doygunluk gibi kavramları içerisinde barındıran mana temelli ve mutmain olmaya odaklı bir yapıya sahiptir.

2. Mukayeseli Şükürcüler

Mukayeseli şükür, “kişinin yaşamış olduğu ya da o an yaşadığı ve ona rahatsızlık verdiği düşünülen bir durumun, başka kişi ve olaylar ile karşılaştırma yapılarak daha iyi olduğuna dayalı şükretmesi” olarak belirtilebilir. Şükür üzerine kapsamlı bir araştırma yapmış olan Göcen’e (2012) göre birbirine zıt iki kavramı örneğin; iyi-kötü, az-çok gibi birbiri ile karşılaştırmak, insanın özünde var olan bir durumdur. İnsan yaşamında yer alan her şeyi; durum, olay ya da diğer kişileri hatta kendisini belirli bir düzeye göre analiz

* K1923’ün Açıklaması: Kadın 19. Katılımcı, 23 Yaş.

* E537’nin Açıklaması: Erkek 5. Katılımcı, 37 Yaş.

* K832’nin Açıklaması: Kadın 8. Katılımcı, 32 Yaş.

* K2725’in Açıklaması: Kadın 27. Katılımcı, 25 Yaş.

* K3527’nin Açıklaması: Kadın 35. Katılımcı, 27 Yaş.

* E4445’in Açıklaması: Erkek 44. Katılımcı, 45 Yaş.

* K4723’ün Açıklaması: Kadın 47. Katılımcı, 23 Yaş.

etmektedir. Dolayısıyla mukayeseli şükür, durum ve olayları analiz ve karşılaştırma yönünden kişiye katkı sağlasa da çoğunlukla kişi için gerçek anlamda şükre engel olmaktadır. İnsan anda sahip olduğu şeylere şükrederek refahta olduğunu anlamaktan ziyade sahip olmadığı şeylere bakarak yokluk ve yoksunluk içinde olduğuna odaklanabilir. Hâlbuki şükür, şu anda olanın fiilidir, an içerisinde sahip olduğumuz şeylerin farkına varmaktır (Göcen, 2012, 53). Bu şükür anlayışının doğru olup olmadığı ya da mâkûliyeti konusunda tartışmalar her ne kadar mevcut olsa da konu açısından değerlendirildiğinde, OKB'li bireylerin bazılarının bu şükür anlayışı ile kendilerini telkin ettikleri görülmektedir.

'Benden daha kötüler var' ana fikrine bağlı bu şükür anlayışına sahip OKB'lilerin çevrelerine bakıp, kendi durumlarından daha kötü olduğunu düşündükleri kişiler ile hallerini karşılaştırıp, "İyi ki öyle değilim." diyerek Allah'a teşekkür ettikleri saptanmıştır. Bu doğrultuda bu şükür anlayışı içerisinde bulunan OKB'liler *mukayeseli şükürcü* prototipindedir.

Konu ile ilgili olarak mukayeseli şükürcü sınıfındaki bazı OKB'lilerden şu açıklamalar örnek olarak verilebilir:

(E1953)* "Hastalığım kendim ile alakalı diyorum. Kendime çok şükrederim. Hastanede bakıyorum daha kötüler var diyorum."

(K1724)* "Bizden daha kötüler var. Onun için şükrederim."

(K2331)* "Daha kötüler var diye şükrettim."

Şükür, bireyler için hayatı anlamlı hale getiren ve içeriği itibariyle hayat motivasyonunda önemli bir role sahip olan bir olgudur. Ancak bu şükür davranışı özü itibari ile herhangi bir özne ya da nesne ile kişinin kendisini mukayese etmesi ve sadece kişinin kendi odaklı bir yararı gözetmesi hususlarını kapsamaz. Her daim olumlu ya da olumsuz olarak nitelendirilebilen çoğu durumda Yaratıcı'ya olan teşekkür ile yaşamayı içerir. Ancak mukayese ederek yapılan şükür de çıkarıcı ve bireyselliğin ön planda tutulduğu bir düşünce ve davranış biçiminin yer aldığını söylemek mümkündür. Kişinin kendi durumunu kıyaslayarak şükür davranışında bulunması bağlamında bu prototip, maddi temelli ve geçici mutmain olmaya odaklı bir yapıya sahiptir.

3. *Teslimiyetçiler*

"İtaat etmek, boyun eğmek, teslim olmak" gibi anlamlara gelen teslimiyet kavramı, dini literatürde 'her ne olursa olsun yaşanan her duruma boyun eğerek Allah'a teslim olmayı ve olayları O'na havale etmeyi' ifade etmektedir (DİA).

* E1953'ün Açıklaması: Erkek 19. Katılımcı, 53 Yaş.

* K1724'ün Açıklaması: Kadın 17. Katılımcı, 24 Yaş.

* K2331'in Açıklaması: Kadın 23. Katılımcı, 31 Yaş.



OKB'lilerin yaşadığı bu rahatsızlıklarına, kendilerini her ne kadar yorsa ve yıpratırsa da 'Allah'ın hikmeti' ve 'Her şerde bir hayır vardır' 'Derdi veren dermanını da verir' anlayışı ile mana atfederek, Allah'ı mutlak doğru, dayanılacak, güvenilecek ve teslim olunacak tek kaynak olarak gördükleri tespit edilmiştir. Bu anlamda bu anlayış içerisinde olan OKB'liler *teslimiyetçi* prototipindedir.

Konu ile ilgili olarak teslimiyetçi sınıfındaki bazı OKB'lilerden şu açıklamalar örnek olarak verilebilir:

(K2131) * "Başıma geldiğinde bunda bir şey vardır. İntihar ve isyan düşüncesi hiç olmadı. Hep Allah'a dayandım. Allah'a tutundum. 'Her hayırda bir şer, her şerde bir hayır vardır diyerek rahatladım.' Hastalığım inşallah geçer diyorum."

(E2929)* "Bu rahatsızlık bana Allah'a tam anlamı ile teslim olan kullardan olmamız gerektiğini gösterdi. Böyle hissediyorum. Yersiz korkular ve kaygılardan Yaradan'a sığınıp, ahiret inancımızı geliştirmemiz gerekiyor."

Yukarıdaki ifadelerle göre kişinin kendinden daha güçlü ve yüce olan bir varlığa bağlanması, sorunları karşısında O'nun arkasına sığınma davranışında bulunması, kişi için bir sorunlarından kaçış yöntemi oluşturmakta ve ona çözüm yolu sunmaktadır. İnanç bağlamında kadere razı olmakla temellendirebilecek bu prototip, mana odaklı ve mutmain olmaya odaklı bir yapıya sahiptir.

4. İmtihana Bağlananlar

"Allah'ın insanları denemek için verdiği maddî ve mânevî sıkıntı, dert, külfet" (DİA) anlamına gelen imtihan kavramı, İslam Dininde dert ve sıkıntılar ile karşı karşıya kalan bir Müslümanın bu süreçte psikolojik temelde iyi olma yolunda başvurduğu ve sığındığı kavramlardan biri olduğu söylenebilir.

Yaşanılanı Allah'ın bir sınavı olarak gören kişi bir gün bunun biteceğini düşünür ve kendisinin bu duruma karşı vereceği tepki ile sınayan Allah'ın derdini ve sıkıntısını ortadan kaldıracığı ümidi taşır. Ayrıca her daim böyle devam etmeyip, olayın geçici oluşu üzerinde odaklanıp bir anlamlandırma içerisinde bulunur. Bu yönde bir anlayış içerisinde olan OKB'lilerin *imtihana bağlananlar* prototipinde oldukları belirtilebilir.

Konu ile ilgili olarak imtihana bağlananlar sınıfındaki bazı OKB'lilerden şu açıklamalar örnek olarak verilebilir:

(K127)* "Allah'ın sevdiği için imtihan ettiğini düşünüyorum. Sabretmem gerektiğini düşünüyorum."

* K2131'in Açıklaması: Kadın 21. Katılımcı, 31 Yaş.

*E2929'un Açıklaması: Erkek 29. Katılımcı, 29 Yaş.

* K127'nin Açıklaması: Kadın 1. Katılımcı, 27 Yaş.

(E353)* “Allah beni imtihan ediyor. O her zaman bana yardım eder.”

(K434)* “Eşimin dini hassasiyeti ile bana desteği ile rahatladım ve bunun imtihanım olduğunu anladım.”

(K721)* “Allah sevdiği kuluna dert verirmiş. Bu benim imtihanım.”

(E1218)* “Bu Allah’tan geldi. Bu benim için bir imtihan.”

(K38)* “Bu yaşadığımın bir imtihan olduğunu Rabbim’in bana bir mesaj verdiğini düşünüyorum.”

(K4132) * “Yaşadıklarım çok zor. Zaman zaman tükenip depresyona giriyorum ve daha ne kadar dayanabilirim deyip isyan çizgisine kadar geldiğim de oldu. Fakat biliyorum ki Allah zulmetmez, imtihan eder. Ya günahlarımın bedelini bu dünyada yaşatıyor ahirette rahat etmem için. Ya da zaten affetti ve ahiretteki derecemi yükseltiyor diye düşünüyorum. Ne zaman dini vecibelerden uzaklaşsam, günahlar işlesem, bir süre sonra daha şiddetli yaşadım bu hastalığı. Sanki Allah şefkat tokadı atıyor gibi. Bazen nimet olduğunu düşünüyorum. Belki de Allah’a yaklaşmama vesile olmasaydı gaflette yaşadım, bilmiyorum. Allah’tan imtihanımı kolaylaştırmasını diliyorum.”

Yaşadıklarına karşı farklı tepkilerde bulunan katılımcılar, her ne zorluk yaşarsa yaşasınlar, sonucunda hemen hepsinin ortak olarak Allah’ın onlara verdiği bir imtihanı yaşamaları gerektiği düşüncesinde oldukları ve bunu mecburi kabullenme davranışında buldukları görülmektedir. Bu anlamda prototip, mana odaklı ve mutmain olmaya odaklı bir yapıya sahiptir.

3.Tartışma

Obsesyonlar hakkında Başta Freud (Freud, 1907) olmak üzere, bazı psikologlar, dinin obsesyonları tetiklediği hatta dini ritüellerin obsesyon özelliği taşıdığını iddia etmesine rağmen, bu görüş, diğer pek çok teorisyen tarafından benimsenmemiş, ayrıca bunu kesin olarak destekleyen bulgular elde edilememiştir. Aksine dindarlık ile OKB arasında negatif ilişkilerin olduğunu, yani dindarlığın OKB’yi azalttığını gösteren ya da OKB ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığına işaret eden pek çok araştırma bulgusuna ulaşılmıştır (Rady, Salama, Wadgy ve Ketat, 2012, 216-221). Bazı araştırmalarda ise dindarlık ile OKB arasında negatif ilişki bulunurken OKB ile dini başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir. (Himle ve Chatters, 2011, 502-510).

* E353’nin Açıklaması: Erkek 3. Katılımcı, 53 Yaş.

* K434’ün Açıklaması: Kadın 4. Katılımcı, 34 Yaş.

* K721’in Açıklaması: Kadın 7. Katılımcı, 21 Yaş.

* E1218’in Açıklaması: Erkek 12. Katılımcı, 18 Yaş.

* K38’in Açıklaması: Kadın 38. Katılımcı, (Yaş Belirtilmemiş).

* K4132’nin Açıklaması: Kadın 41. Katılımcı, 32 Yaş.



Bu bulgu, kaygıyı gidermek için bireylerin dini içerikli başa çıkma etkinliklerine başvurma eğiliminin artması olarak yorumlanabilmektedir.

OKB ile dindarlık ve maneviyat arasındaki ilişkide üzerinde durulması gereken bir diğer husus da dinin kültürün önemli bir parçası olduğu düşünülerek bazı hastalıklarda özellikle OKB nin tezahür etme şeklinin dini bir biçim alabilme yönüdür. Dindarlık düzeyinin yüksek ve dinin kültürün önemli bir parçası olduğu ülkelerde, OKB vakalarının önemli bir kısmı dini içerikli obsesyonlar şeklinde tezahür edebilmektedir. (Ayten, 2018, 49). Ancak dini içerikli olması ile beraber yapılan çalışmada da görüldüğü üzere dini başa çıkma yöntemlerinin de bunları aşmada önemli bir etken olduğu görülmüştür. Yukarıda özellikle bir başlık altında belirtilen araştırmalara da bağlı olarak din ve maneviyatın birçok ruhsal problemde kişilere yardımcı rolünün ve iyileştirici etkisinin olduğu söylenebilir.

Yapılan araştırma sonucu “*ruhsal tekâmülcü, mukayeseli şükürcü, teslimiyetçi ve imtihana bağlanma*” anlayışlarına bağlı OKB’li bireylerden oluşturulan prototiplerden *mukayeseli şükürcüler* dışında diğer üç prototip için yaşadıklarını mana odaklı değerlendiren kişilerin sorunları ile başa çıkma davranışlarıyla mutmain olması temelli bir yapının olduğu görülmektedir. Ancak *mukayeseli şükürcülerin* görünürde bir çözüm yöntemi var olarak görünse de görünmeyen pencereden bakıldığında bu anlayışın kişiler için ruhun geçici bir kurtarıcısı olan mana bağlamında kopuk, maddi odaklı ve geçici mutmain olmayı sağlayan bir yapıda olduğu söylenebilir.

4.Sonuç

Batıda ve tıbbi literatürde Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) olarak adlandırılan ve dini literatürde şeytandan gelen kuruntu olarak nitelendirilen bu rahatsızlık, çoğu zaman iradeyi etkisiz hale getiren ve kişinin hayat kalitesini olumsuz yönde etkileyen bir rahatsızlıktır. Her insanda var olan korku ve kaygı hislerinin fazlasının ya da belirli bir sınırı aşmasının, kişide birçok problemi beraberinde getirdiği bilinmektedir. Buna bağlı olarak da birçok rahatsızlığın, bunlardan biri olan OKB’nin de bu nedenlere dayalı ortaya çıktığı bilimsel araştırmaların sonucu doğrultusunda söylenebilir. Kendi içerisinde türlere ayrılan OKB’nin, kişiler için baş etme yöntemleri değişkenlik göstermek ile birlikte konu araştırma açısından değerlendirildiğinde, araştırma sonucunda kişilerin dini ve manevi motifleri kullanarak birçok başa çıkma yöntemi geliştirdiği saptanmıştır.

Makalede açık uçlu 6 anket sorusunun katılımcılara sunularak elde edilen veri analizi yer almaktadır. Kişilere yaşadıkları hastalık sürecinin kendilerini manevi olarak olgunlaştırıp olgunlaştırmadığına dayalı sorulara verilen cevapların analizi nitel veri analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. Din ve maneviyatı hayatında benimseyerek, bu olguların kendilerine huzur veren şeylerin başında geldiğini ifade eden OKB hastalarının Allah’a yönelme, durumları ve olayları “hayra yorma, dini yalvarma, dini yakınlaşma, dini dönüşüm, dini istikamet arayışı” gibi hususlarda daha iyi oldukları sonucuna ulaşılmıştır

(Yılmaz, 2020, 118). Bu görüşün, makalede yer verilen ve farklı prototipler içerisinde sınıflandırılan katılımcıların ifadeleri ile de desteklendiği görülmektedir.

Yapılan araştırma sonucu “*ruhsal tekâmülcü, mukayeseli şükürcü, teslimiyetçi ve imtihana bağlanma*” anlayışlarına bağlı OKB’li bireylerden oluşturulan prototipler ile kişilerin bu süreçte yaşadıklarını anlamlandırma şekillerinin dini manevi perspektiften sınıflandırılarak değerlendirilmesi, ruh sağlığı ve din alanına birçok yönden yeni bir bakış açısı kazandırmaktadır.

Son olarak din ve maneviyatın araştırma sonuçları ile desteklenen bu iyileştirici yönünün pratikte ne şekilde kullanılabilirliği üzerinde bir öneride bulunmak gerekirse şunları söylemek mümkündür; yapılan çalışmanın ve geçmişte yapılan çalışmaların genel çoğunluğunun OKB hastalığında din ve maneviyatın olumlu etkisi olduğu yönündedir. Buna dayalı olarak, psikoterapi ve ilaç tedavisinin yanında “tedavi sırasında kişiyi manevi açıdan güçlendirmeye” dayalı bir manevi yaklaşım metodu ile din psikolojisi uzmanlarının ikili görüşmelerinin ve tema odaklı grup toplantılarının da OKB hastalığının iyileşmesi, kişinin hayat motivesi ve kalitesinin artırılma sürecini hızlandırılabilceği sonucu çıkarılabilir (Yılmaz, 2020, 131).

Kaynakça

- Abramowitz, Jonathan S. – Taylor, Steven vd. “Obsessive-Compulsive Disorder.” *The Lancet* 374/9688 (2009), 491–499. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(09\)60240-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(09)60240-3).
- American Psikiyatri Birliği. *Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması Ve Sınıflandırılması El Kitabı*. çev. Ertuğrul Köroğlu. Hekimler Yayın Birliği (Yeniden gözden geçirilmiş dördüncü baskı (DSM-IV-TR)), 2000.
- Amil, Osman. *Dini İçerikli Obsesif Kompulsif Davranışların Sosyodemografik Açısından İncelenmesi Ve Vesvese İlişkisi*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 2013.
- Apaydın, Halil. “Ruh Sağlığı-Din İlişkisi Araştırmalarına Bir Bakış.” *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 10/2, (2010), 59-77.
- Arıcı, Asude. “Ergenlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua.” *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi*. ed. Hayati Hökelekli. 529-557. Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2006.
- Ayverdi, İlhan. *Kubbealtı Lugatı: Misalli Büyük Türkçe Sözlük*, C.1, 2005.
- Ayten, Ali. *Din Ve Sağlık, Kavram Kuram Ve Araştırma*, Marmara Akademi Yayınları, 2018.
- Bayraktar, Erhan. “Obsesif Kompulsif Bozukluk.” *Psikiyatri Dünyası*, S. 1, (1997).



- Başbakkal Zümrüt. "Spiritüalite ve Hemşirelik." *3. Uluslararası 10. Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı*, (2005).
- Cimete Güler. *Yaşam Sonu Bakım*. Nobel Tıp Kitabevi, 2002.
- Erkmen, Hüsnü. "Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB-Takıntı Hastalığı) Nedir?." *NP Hastanesi Sağlık Rehberi*. (2019). <https://npistanbul.com/obsesif-kompulsif-bozukluk-okb-takinti-hastaligi>
- Freud, Sigmund. "Obsessive Acts and Religious Practices." *Freud On Sex And Neurosis*. ed. S Katz. Art And Science Press, 1907.
- Göcen, Gülüşan. *Şükür Ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2012.
- Hayta, Akif. "İbadetler Ve Ruh Sağlığı Dini Pratikler ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma." *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi*. ed. Hayati Hökelekli. 137-139. Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2006.
- Himle, J. A.- Chatters, R. J. "Religious İnvolvement And Obsessive Compulsive Disorder Among African Americans And Black Caribbeans," *Journal Of Anxiety Disorder*, 2011.
- Karabulut, Cafer. *Elazığ Yöresinde Çocuk Ve Ergenlerde Obsesif Kompulsif Bozukluğun Görülme Sıklığı Ve Sosyodemografik Değişkenlerle İlişkisi*. Elazığ: Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı, Uzmanlık Alan Tezi, 1998.
- Keçe, Cem. "Suçluluk Duygusu." *Hürriyet Gazetesi*, (12.05.2013), <https://www.hurriyet.com.tr/sucluluk-duygusu-23256190>.
- Kırbaşoğlu, Hayri. "İlmihal Dindarlığının İmkânı Üzerine." *İslamiyât Dergisi* (Nisan 2009), 109-124. Bkz. <http://islamiyatdergisi.blogspot.com/2009/04/ilmihal-dindarlgnn-imkan-uzerine-m.html>.
- Kimter, Nurten. "Dini İnanç, İbadet Ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine Bir Araştırma." *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi*. ed. Hayati Hökelekli. 217-249. Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2006.
- Koç, Bozkurt. "Dinsel Bir Yaklaşımla Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu." *EKEV Akademi Dergisi* 6/10, (2002), 29-144.
- Koenig, Harold G. "Religious Attitudes and Practices of Hospitalized Medically İll Older Adults." *Int J Psychiatry Med*, C. 13, 1998.
- Koyuncu, Ahmet. *Takıntı... Kuruntu, Vesvese Obsesif Kompulsif Bozukluk*. İstanbul: Liman Yayınları, 2. Basım, 2012.

- Köroğlu, Ertuğrul vd. *Obsesif-Kompulsif Bozukluk*. Ankara: Medikomat Yayınları, 1995.
- Peters Florian S. “When Prayer Fails: Faith Healing, Children And The Law.” *Oxford University Press, Inc.*, 2008.
- Rady, A.- Salama, H.-Wagdy, M.- and Ketat, A. “Religious Attitudes in Adolescents With Obsessive Compulsive Symptoms OCS and Disorder OCD.” *Global Journal Of Health Science*, 2012.
- Şahin, Ahmet Rıfat. “Obsesif Kompulsif Bozukluk.” *Psikiyatri Temel Kitabı I*. ed. Cengiz Güleç– Ertuğrul Köroğlu. Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 1997.
- Tükel, Raşit. “Obsesif Kompulsif Bozukluk, Beden Dismorfik Bozukluğu ve Hipokandriyazis: Spektrum Bozuklukları Kavramı ve Fenomonolojik Açından Bir Yaklaşım.” *Bilimsel Çalışmalar Özet Kitabı*. 34. İzmir: (29 Eylül/3 Ekim 1998).
- Tükel, Raşit vd.. “Impact of Obsessive-compulsive Disorder Comorbidity on the Sociodemographic and Clinical Features of Patients with Bipolar Disorder”. *Comprehensive Psychiatry* 51/ 3 (Mayıs- Haziran 2010), 293-297. <http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsy.2009.07.006>.
- Yağcı, Hanife Yıldız. *Saplantılı Dini Davranışlar*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006.
- Yapıcı, Asım. *Ruh Sağlığı Ve Din Psiko-Sosyal Uyum Ve Dindarlık*. Karahan Kitabevi, 2007.
- Yılmaz Beyzanur. *Dini Başa Çıkma Düzeyinin Takıntılı Davranışlarla Baş Etme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Zayman, Esra. “DSM-V’te Obsesif Kompulsif Bozukluk.” *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 41/2 (2016), 360-362.



Tablo 1: Araştırmada Uygulanan Anketin İçeriği

*Araştırmada kullanılan 6 açık uçlu anket sorusu, aşağıda verilen tablodaki gibidir:

ANKET SORULARI
<p>1.Size hayatta en çok huzur veren şey nedir? Aşağıda verilen maddeleri size en çok huzur verir? Niçin?</p> <p>Para</p> <p>Sağlık</p> <p>Sevgi</p> <p>Maneviyat</p> <p>Başarı</p> <p>Güç</p> <p>Mutluluk</p> <p>Diğer...</p>
<p>2.Manevi konulara ilginiz var mı? Varsa bahsedebilir misiniz?</p>
<p>3.Takıntılarınızı aşmak için dua ettiğiniz olur mu? Evet, ise bir duanızı yazabilir misiniz?</p>
<p>4.Takıntılarınızı aşmak için manevi motifleri kullanır mısınız? Evet, ise belirtiniz.</p>
<p>5. Dini bilgilerinizden bazıları takıntılarınızı tetikliyor mu? Evet, ise belirtiniz.</p>
<p>6. Bütün bu süreçte “yaşadığım bu rahatsızlığın beni manevi olarak olgunlaştıracağını düşünürüm.” Düşüncesini içinizde yaşıyor musunuz? Cevabınız “evet” ise yasadıklarınızdan bahsedebilir misiniz?</p>