



e-ISSN: 2148-4899

Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Pamukkale University Journal of Divinity Faculty
Gençlik ve İnanç Eğilimleri Özel Sayısı, 2022, 9 (3), 915-931

**GENÇLİK DÖNEMİ İNANÇ KRİZİNİN PSİKOLOJİK KÖKENLERİNİN ANALİZİ:
OLGU SUNUMU**
Analysis of The Psychological Origins of the Youth Belief Crisis With Case Report

Orhan GÜRSU

Doç. Dr. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, orhangursu@akdeniz.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7478-371X.

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types: Araştırma Makalesi/Research Article
Geliş Tarihi / Received: 19.10.2022
Kabul Tarihi / Accepted: 12.12.2022
Yayın Tarihi / Published: 31.12.2022
Cilt / Volume: 9
Sayı / Issue: 3
Sayfa / Pages: 915-931

Atıf / Cite as: Gürsu, Orhan. "Gençlik Dönemi İnanç Krizinin Psikolojik Kökenlerinin Analizi: Olguların Sunumu" (Analysis of The Psychological Origins of the Youth Belief Crisis With Case Report). *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi-Pamukkale University Journal of Divinity Faculty* 9/3 (2022), 915-931. Doi: 10.17859/pauifd.1191763.

İntihal / Plagiarism: Bu makale, Turnitin intihal tarama programı ile taranmıştır. Ayrıca iki hakem tarafından da incelenmiştir. / This article has been scanned with Ithenticate plagiarism screening program. Also this article has been reviewed by two referees.

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

www.dergipark.gov.tr/pauifd



2148-4899

Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (PAUİFD), Gençlik ve İnanç Eğilimleri Özel Sayısı, 9 (3) 2022: 915-931

GENÇLİK DÖNEMİ İNANÇ KRİZİNİN PSİKOLOJİK KÖKENLERİNİN ANALİZİ: OLGU SUNUMU*

Orhan GÜRSU**

Öz

Gelişim psikolojisi kaynaklarında ergenlik ve gençlik dönemleri; karmaşa, kimlik arayışı ve bunalımla karakterize edilen dönemlerdir. Hızlı teknolojik gelişmeler ve değer yargılarında ortaya çıkan köklü değişimler bu tabloyu daha da olumsuz hale getirebilmektedir. Dini şüphe ve tereddütlerin en yoğun olduğu bu dönemlerde bir takım olumsuzluklar, popüler kültürün de etkisiyle bazen inanç krizleri şeklinde ortaya çıkabilmektedir. *Araştırmanın amacı:* Bu çalışma danışmanın deneyimleri üzerinden psikolojik danışmanlık sürecinde din ve maneviyatın inanç krizlerindeki rolünü ortaya çıkarmak amacıyla yapılmıştır. Bu doğrultuda araştırmamızın hedeflerinden biri, gençlik dönemi dini hayatı ve dinin genç birey üzerindeki olumlu veya olumsuz katkısını incelemektir. *Araştırma Bulguları:* Bu çalışmada nitel araştırma yönteminde yer alan fenomenolojik (olgubilim) desen kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; din ya da maneviyat hastalığının, inanç krizinin bizatihi asıl nedeni olabildiği gibi yanlış din eğitiminin bir neticesi şeklinde de tezahür edebilmektedir. Aynı zamanda din, inanç krizinin çözümünde de önemli bir işleve sahip olabilir.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Gençlik, Nöropsikoloji, Psikolojik Danışma, İnanç Krizi

Analysis of The Psychological Origins of the Youth Belief Crisis With Case Report Abstract

Adolescence and youth periods in developmental psychology resources; These are periods characterized by confusion, identity search and depression. Rapid technological developments and radical changes in value judgments can make this picture even more negative. In these periods when religious doubts and hesitations are most intense, some negativities can sometimes occur in the form of crises of faith, with the influence of popular culture. Purpose of the research: This study was conducted to reveal the role of religion and spirituality in belief crises in the psychological counseling process through the experiences of the counselor. In this direction, one of the aims of our research is to examine the religious life of youth and the positive or negative contribution of religion on the young individual. Research Findings: In this study, the phenomenological (phenomenological) design in the qualitative research method was used. According to the findings obtained in the research; religion or spirituality can be the main cause of illness, crisis of faith, or it can manifest as a result of wrong religious

* Yazar makalede Etik Kurul İzni gerektirecek bir durum bulunmadığını beyan etmiştir. Bu makale Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi ve İslami İlimler Enstitüsü'nün 11-13 Kasım 2022 tarihleri arasında ortaklaşa düzenledikleri "Uluslararası 21. Yüzyılda Gençlik ve İnanç Eğilimleri Sempozyumu"nda sözlü olarak sunulan aynı başlıklı bildiriden üretilmiştir.

** Doç. Dr., Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, orhangursu@akdeniz.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7478-371X.

education. At the same time, religion can have an important function in resolving the crisis of belief.

Keywords: Psychology of Religion, Youth, Neuropsychology, Counseling, Crisis of Faith

Structured Abstract

Adolescence and youth periods in developmental psychology resources; These are periods characterized by confusion, identity search and depression. Rapid technological developments and radical changes in value judgments can make this picture even more negative. In these periods when religious doubts and hesitations are most intense, some negativities can sometimes occur in the form of crises of faith, with the influence of popular culture. In some recent studies, the positive contributions of religious beliefs and practices in coping with negative psychological health indicators are included. On the other hand, in some studies conducted to reveal the relationship between religion and negative indicators such as depression, authoritarianism, prejudice, social pathology, dogmatism, and faith crises, it is also stated that religion may have a negative effect depending on the way it is perceived. In other words, as stated by researchers such as Allport (2004), the relationship between mental illnesses, crises of faith and religiosity may vary depending on religious life and religious perception. Research Problem: In this research, answers to the following basic problems will be sought:

1. What are the main causes of belief crisis in clients who receive psychological counseling help and suffer from a belief crisis?
2. How and in what way do negative mental health indicators based on religion or belief emerge?
3. What kind of tools are used by clients in coping with faith crises?
4. Is spiritual counseling effective in resolving the crisis of faith?

Purpose of the research: This study was conducted to reveal the role of religion and spirituality in belief crises in the psychological counseling process through the experiences of the counselor. In this direction, one of the aims of our research is to examine the religious life of youth and the positive or negative contribution of religion on the young individual. *Model of the Research:* In this study, the phenomenological (phenomenological) design, which is included in the qualitative research method, was used. In the phenomenology pattern, which is frequently used in philosophy and psychology, the facts that we are aware of but do not have an in-depth and detailed understanding are defined in terms of the experiences of individuals or a group (Yıldırım and Şimşek, 2013). *Research Findings:* According to the findings obtained in the research; Religion can be the cause of psychological diseases, or it can be a way to get rid of these diseases and disorders. *Conclusion:* The phenomenon of religion or belief is like a double-edged sword. Depending on how and for what purpose it is used, it can help to make mental health indicators positive, and it can also be the main factor in the emergence of mental illness. In addition, it is seen that spiritual counseling has an active role in solving the crisis of belief.

GİRİŞ

Ergenlik ve gençlik dönemleri karmaşa, kimlik arayışı ve bunalımla karakterize edilen dönemlerdir. Son zamanlarda daha da belirginleşen hızlı teknolojik gelişmeler ve değer yargılarında ortaya çıkan köklü değişimler bu tabloyu daha da olumsuz hale getirmiş, modernleşme süreci toplumsal hayatı derinden etkilemiş ve bu süreçte geleneksel kurumlar ve değerler önemini yitirmiştir. Toplumsal hayatta yaşanan bu hızlı değişimler ve gelişmeler insanların dünyaya bakışını ve değer yargılarını da

etkilemiştir.¹ Gençlik çağının, insan kişiliğinin oluştuğu çalkantılı bir dönem olması hasebiyle toplumsal hayatta yaşanan kırılmalar en çok gençleri etkilemektedir.² Öte yandan kısa bir süre önce yaşadığımız Covid-19 salgını da gençlerin eve kapanmalarını, yalnızlaşmalarını, zamanlarını büyük oranda dijital platformlarda geçirmelerini ve neticede psikolojik hastalıklara ve bağımlılıklara yakalanmalarına yol açmıştır.³

Bu sorunlarla birlikte, günümüzde gittikçe artan depresyon, stres ve anksiyete gibi hastalıklarda dönem için ayrı bir risk unsuru oluşturmaktadır. Gencin dini meseleler ve diğer meselelerle ilgili bağımsız kararlar alma yeteneğinin geliştiği ve olgunlaştığı bu dönemde inanç, merkezi bir öneme sahip görünmektedir. Dini şüphe ve tereddütlerin en yoğun olduğu bu dönemlerde bir takım olumsuzluklar, popüler kültürün de etkisiyle bazen inanç krizleri şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Genç bireyin içinde yaşadığı sosyal çevre aynı zamanda onun din ile ilişki tarzını da etkileyebilmektedir. Nitekim dindar bir çevrede yetişen bir birey ile dindar olmayan bir çevrede yetişen bir birey arasında psikolojik sağlık göstergeleri açısından birtakım farklılıklar ortaya çıkabilmektedir.⁴

Son dönemlerde gerçekleştirilen bazı çalışmalarda olumsuz psikolojik sağlık göstergeleri ile başa çıkmada, dini inanç ve pratiklerin pozitif katkılarına yer verilmektedir.⁵ Öte yandan depresyon, otoriteriyenlik, önyargı, sosyal patoloji, dogmatizm, inanç krizleri gibi olumsuz göstergeler ile din arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak için yapılmış bazı araştırmalarda ise dinin algılanış tarzına bağlı olarak olumsuz etkisinin olabileceği de dile getirilmektedir.⁶ Bir başka deyişle dini yaşayış ve dini algılayış tarzına bağlı olarak ruhsal hastalıklar, inanç krizleri ve dindarlık arasındaki ilişki değişkenlik gösterebilmektedir.

1. Gençlik Dönemi

-
- ¹ Orhan Gürsu. "Değişen Dünyada Aile ve Psikolojik Problemler." *Dicle Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17.1 (2015), 99-130.
 - ² İsmail Akyüz "Türkiye'de Gençlik, Din ve Değerler Konusunda Yapılan Ampirik Araştırmaların Yöntem ve İçerik Analizi." *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16.30 (2014), 183-202.
 - ³ Orhan Gürsu ve Salih Bayındır. "Covid-19 Hastalığını Geçiren Sağlık Çalışanlarının Başa Çıkma Sürecinde Din ve Maneviyat." *Turkish Academic Research Review* 6.1 (2021), 181-220; Murat Yıldırım, et al. "Meaning in Life, Religious Coping, and Loneliness During the Coronavirus Health Crisis in Turkey." *Journal of Religion and Health* 60.4 (2021): 2371-2385; Muhammed Kızılgeçit, - Murat Yıldırım. "Fear of COVID-19, Death Depression and Death Anxiety: Religious Coping as a Mediator." *Archive for the Psychology of Religion* (2022): 00846724221133455.
 - ⁴ Orhan Gürsu. "Ergenlik Dönemi Dindarlığı ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi." *Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 34.34 (2015), 49-75.
 - ⁵ Fatma Baynal. "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı." *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4.1 (2015), 206-231; Harold G. Koenig. "Din ve Tıp II: Din, Ruh Sağlığı ve Sağlık Davranışları." *Antakiyat* 3.1 (2020), 118-132; Adam B., Cohen ve Koenig, Harold G. "Din ve Ruh Sağlığı." *Balikesir İlahiyat Dergisi* 2.1 (2016), 153-160.
 - ⁶ Striženec, Michal, ve Abdulvahid Sezen. "Dindarlık ve Bilişsel Süreçler." *Dinbilimleri Journal* 10.3 (2010); Hasan Kayıklık ve Asım Yapıcı. "Gençlerde Dinsel Hayatın Ötekine Yönelik Tutumlara Etkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği." *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5.1 (2005), 5-38; İbrahim Gürses. "Din Eğitimi Kişilik İlişkisi Üzerine Bir Araştırma." *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16.2 (2007), 79-122.

Latince bir kelime olan “adolescere” yükleminden türeyen ergenlik kelimesi “yetişkinliğe doğru yürüyen”, büyüyen, yetişkinliğe ulaşan anlamında kullanılmaktadır. Kavram, yapısı gereği bir durumu değil, bir süreci belirtmektedir ve günümüzde bireyde gözlenebilen hızlı ve sürekli değişme olarak da tanımlanabilmektedir.⁷ UNESCO, gençlik yaş sınırlamasını 15-25 yaşları olarak belirlemiştir. Avrupa Birliği raporlarında ise gençlik dönemi yaş aralığı 15-29 yaşları arası şeklinde belirlenmiştir.⁸ Ancak alanyazında gençlik döneminin 30 yaşına kadar devam ettiğini de belirtmekte fayda var. Verilerden hareketle gençlik döneminin en geniş çerçevesiyle 12-30 yaş aralığını kapsadığı söylenebilir. Bu dönem içerisinde başta biyolojik değişiklikler olmak üzere psikolojik, fiziksel, sosyal ve bilişsel gibi pek çok alanda değişim ve gelişim gözlenmektedir. Özellikle zihinsel kapasitedeki belirgin artışla birlikte soyut düşünmenin geliştiği ve buna bağlı olarak siyasal, ekonomik, duyuşsal, toplumsal, yasal, kültürel gibi alanlarda da değişim ve sorumluluğun arttığı bir geçiş dönemi olarak da değerlendirilir.⁹

Son ergenlik döneminde gençlerde; bağımsızlaşma ve aileden kopuş, bunalım ve çelişkilerin azalması, olgunlaşmanın artmasıyla istikrarın yerleşmesi, bireysel seçimlerin yapılması, ilgi ve yeteneklerin daha gerçekçi tanınıp sağlıklı kararların alınması, sağlıklı iletişim, uyum ve dengenin görülmesi, değer yargılarının yerleşmesi, kimlik duygusunun gelişmesi, gerçekçi bir kimliğin oluşmasına bağlı olarak iş, meslek, evlilik vb. süreçlere hazırlık yapılması gibi özelliklere rastlanılır. Yine de bu dönem gençlerinin pozitif kazanımlara rağmen, davranışlarında tutarsızlık, duygusal iniş ve çıkışların olduğunu ifade edilmektedir.¹⁰

Sıraladığımız bütün bu hızlı değişmelerle birlikte, yabancılaşma, bunalımlar, yoğun stres, duygusal iniş ve çıkışlar gençlik döneminin ergenlik kadar olmasa bile temelde sorunlu bir dönem olduğu şeklindeki geleneksel görüşü destekler görünmektedir. Gençlik döneminin hemen her toplumda bir sorun olarak görülmesinde yukarıda sıraladığımız bu sorunlar ve gençliğin toplumsal değerlerle yaşadığı uyumsuzlukları gösterebiliriz. Toplumsal değişimle birlikte ortaya çıkan değer değişimi ve değer yargılarındaki farklılaşmalar, gençler ile sonraki kuşaklar arasında çeşitli çatışmaların oluşmasına zemin sağlayabilmektedir.¹¹ Öte yandan gençlerin toplum içerisinde yer edinebilmeleri, kabullenilmeleri ve sonraki gelişim dönemine daha rahat ve uyumlu geçebilmeleri için ahlak ve değer kazanımı¹², kritik bir öneme sahiptir. Bu önem beraberinde dinin gencin hayatında potansiyel etkisine değinmemizi kaçınılmaz kılmaktadır.

⁷ Elisabeth B. Hurlock. “Ergenlikte Beden Gelişimi.” Çeviren: Gülseren Günce (Editör: Bekir Onur) *Ergenlik Psikolojisi* Ankara Hacettepe-Taş Kitapçılık (1987) ,105-139.

⁸ Nazlı Tutku Kalfa. *Gençlik Dönemi İnanç Gelişimi Ve Eğitiminde Etkili Olan Faktörler Üzerine Nitel Bir Araştırma*. Diss. Bursa Uludağ University (Turkey), 2019.

⁹ Laurence Steinberg. *Ergenlik*. Ankara: İmge kitapevi (2007), 37.

¹⁰ Mehmet Emin Ay. “Kur’an’da Gençler ve Gençlik Değerleri.” (Edt. H. Hökelekli). *Gençlik Dönemi ve Eğitimi II*, Tartışmalı İlmî Toplantı, 18-20 Nisan. İstanbul: Ensar Neşriyat. (2003), 15-37.

¹¹ Emine Meliha Kurtdaş. “Toplumsal Değişme Bağlamında Gençlik Sorunları.” *Electronic Turkish Studies* 12.25 (2017), 513-534.

¹² Mehmet Şahin - Şeref Göküş. “Şeyh Ahî Dâ’î Fütüvvetnâmesi’nde Ahlâkî Değerler”, *Turkish Studies-Comparative Religious Studies*, 15 (2), 237-254.

Bu çalışmada gençlik döneminde ortaya çıkan inanç krizleri ve krizlerin psikolojik nedenleri üzerinde durulacaktır. Bu doğrultuda gençlik dönemi ele alınacak ardından gençlik döneminde din olgusu incelenecek ve son olarak bu dönemde görülen inanç krizlerinin temel nedenlerine değinilecektir. Çalışmada inanç krizi iki ayrı olgu sunumu üzerinden anlatılıp psikolojik analizlerine yer verilecektir.

1.1. Gençlik Dönemi ve Din

Dinler yapısı gereği tarih boyunca insan hayatı ve gelişiminde önemli bir yere sahip olmuşlardır. Çünkü dinler sadece inançları, gelenekleri, adetleri ve belirli sosyal gruplara ait ayinleri değil aynı zamanda bireysel tecrübeleri de içermektedir. Dolayısıyla dini değerlerle ilişkili olan örf, adet, ahlak gibi kavramların gençlerin gelişimlerinde doğrudan bir etkisinin olduğunu ifade etmek mümkündür. Din eğitiminin genç nesillere aktarılmasında öncelikle aile kurumunun etkin olduğu ifade edilebilir. Aile ile birlikte gencin içinde yetiştiği kültürel çevre, sosyal medya ve popüler kültür ile din eğitimi veren formel kurum ve kuruluşlar sıralanabilir.¹³

Dini gelişim 6-12 yaş çocukluk dönemi dini tecrübelerinde ibadet ve duygulanım unsurlarının güçlü olduğu görülmekle birlikte bu unsurların bilinçli dini faaliyetler olmaktan çok toplumsal nitelikte olduğu ifade edilmektedir.¹⁴ Bu dönemde verilen sağlıklı bir din eğitiminin bireyin sonraki gelişim yıllarında etkili olacağı, kalıcı bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir.¹⁵ 13-29 yaşları arasında ise gençlerde kişisel, sosyal ve fiziksel gelişimlere bağlı olarak dini inançların azaldığı ve daha önceki dinsel inançların yeniden değerlendirildiği, sorgulandığı gözlenmektedir.¹⁶

Gençlik dönemi dini gelişim genellikle üç ayrı safhada ele alınmaktadır:

a. Dini şuurun uyanması (12-14 yaş): Ergenlikte dini şuur çocukluk dönemine kıyasla daha derinlemesine işleyen, zihinsel derinlik ve genişliğe sahiptir. Bu gelişimde gencin soyut düşünme becerisini elde etmesi önemli bir rol oynamaktadır.

b. Dini bunalım ve şüpheler (14-18 yaş): dini şüphe ve tereddütlerin nedenleri arasında; bağımsızlık duygusu (her türlü otoriteyi reddetme, isyan eğilimi), hayatın anlamsızlığı, dini eğitim yetersizliği nedeniyle yetersiz bir dini sosyalleşme, günlük bilgi ve yaşam ile dini hayat arasındaki tutarsızlık, çelişki, dindarların ve din görevlilerinin yanlış tutum ve davranışları, din konusunda yeterli rehberliğin olmayışı gösterilebilir.

c. Dini tutumların belirginleşmesi (18-21 yaş): inançla ilgili şüphe ve çatışmalar bu dönemde azalarak din ile ilgili tutumlar belirginleşmeye ve yerleşmeye

¹³ Hayati Hökelekli. *Din Psikolojisi*, Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları. (1993), 267; Abdülkerim Bahadır. *Ergenlik Döneminde Dini Şüphe ve Tereddütler U.Ü.S.B.E., Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi*, Bursa. (1994), 30.

¹⁴ Gordon W. Allport. *Birey ve Dini*. Çeviren: Bilal Samur. Ankara: Elis Yayınları (2004), 47.

¹⁵ Linda C. Mayes ve Donald J. Cohen. *Çocuğunuzu Anlama Rehberi*, 1.Baskı, İstanbul: Beyaz Balina Yayınları (2006), 58-65.

¹⁶ Fatih Bayraktar. "Olumlu Ergen Gelişiminde Ebeveyn/Akran İlişkilerinin Önemi." *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 14.3 (2007), 157-166.

başlar. Çünkü gençlerde din konusunda kendi tutumunu tam olarak belirleyebilecek zihinsel ve duygusal olgunluk oluşmuştur.¹⁷

1.2. Gençlerde İnanç Krizinin Nedenleri

Yapıcı, gençlik döneminde ortaya çıkan dini şüphe ve krizlerinin nedenleri arasında şu faktörleri sıralamaktadır: İnanç esaslarıyla ilgili şüpheler, dinin fikhî boyutuna yönelik şüpheler, dindarlara ve dinî önderlere yönelik eleştiriler. Yazara göre gençlerde ihtiyaç dindarlığı ve azalan ibadet davranışı ile din ile dünya arasında sıkışmışlık inanç krizi tetikleyebilmektedir.¹⁸ Yıldırım ise inanç krizinin temelinde: Sosyal medyanın dayanılmaz cazibesi, aidiyet duygusunun kaybolması, toplumsal değerlerin erozyona uğraması, insanın yalnızlaşması, aile değerlerinin kaybolması, maddenin ön plana çıkması ve kötü alışkanlıkların yani bağımlılıkların artmasını göstermektedir.¹⁹

Öte yandan ergenlik döneminde cinsel isteklerin uyanması, dinin ise cinselliği belli kurallara bağlaması veya ertelemesine bağlı olarak gelişen suçluluk ve günahkârlık duyguları, çağın getirdiği güvensizlik, tehdit, aşağılanma, tutunamama gibi sosyo-psikolojik etmenler, din eğitiminin nitelikli kişilerce verilmemesine bağlı olarak dinin sadece bir tehdit ve disiplin aracı olarak kullanılması, günah, cehennem azabı gibi korku mefhumlarının gençlere dayatılması da nedenler arasında yer alabilir.²⁰

Kalfa, gençlerle gerçekleştirdiği nitel araştırmasında onların nazarında inanç krizinin nedenlerini şöyle tespit etmiştir:

- Din-bilim çatışması (evrim teorisi ve ilk yaratılış),
- Dini metinlerde yer alan bazı bilgilerin Biyoloji, Tarih, Felsefe vb. bilim dallarının bilgileriyle kıyaslanması, teste tabi tutulması ve dini bilgilerin mantığa aykırı ve adaletsizce olduğunun düşünülmesi,
- Son dönem teknolojik ve bilimsel gelişmelere bağlı olarak artık dini açıklamalara ihtiyaç duyulmaması,
- Dinin gerekliliğinin ve bazı dini uygulamaların sorgulanması sonucu, Allah'ın iyi olması gerektiği kabulünün kendilerince sarsılması, Allah'ın adil olması gerektiği kabulü, Allah'ın kudretini sorgulayıcı paradokslar,
- Dinlerin kadın meselesine bakışının olumsuz etkisi,
- Sosyal medyada paylaşılan düşüncelerin yaygın hale gelmesi,

¹⁷ Hayati Hökelekli. *Din Psikolojisi*, Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları (1993), 267; Abdülkerim Bahadır. *Ergenlik Döneminde Dini Şüphe ve Tereddütler U.Ü.S.B.E., Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi*, Bursa (1994), 30.

¹⁸ Asım Yapıcı. "Şüphe ve İnanç Kısacasında Gençlerin Din ve Dindarlık Algıları." *İlahiyat Akademi* 12 (2020), 1-44.

¹⁹ Enbiya Yıldırım. "The Prescription for Overwhelmed Human of the Modern Times: Turning Back to the Values." *Beder Journal of Humanities* 1-2 (2013), 48-60.

²⁰ Ahmet Mekin Kandemir. "Küreselleşen Dünyada İnanç Krizi ve Gençlik" *VII. Uluslararası Din Görevlileri Sempozyumu*, Sakarya, 2016.

- Ailede alınan yetersiz din eğitimi, din derslerine farklı branştan öğretmenlerin girmesi, dinî kimlik taşıyan bazı kimselerin dine aykırı davranışlar sergilemesi gibi durumların dini şüphe geliştirilmesine zemin hazırlaması,

- Eşitlik, hak, adalet ve özgürlük kavramlarına yoğun bir şekilde vurgu yapılması ve LGBT savunusu.²¹

Çapcıoğlu ve Er ise inanç krizi özelinde deizmin nedenleri arasında şunları sıralamaktadır:

Ağır ve ceza temelli din dili; İslam ve bilimin çatıştığı iddiaları; dinin insana sorumluluk yüklemesi; popüler kitaplar, filmler ve çeşitli forum siteleri üzerinden gençlerin dini anlamlandırma çabaları; dini temsil eden bazı grupların söz ve eylemlerinin birbirinden farklılık arz etmesi; bazı grupların din adı altında işkence, tehdit ve hatta ölümlerle sonuçlanan terörize eylemleri; sosyal medya aracılığı ile yapılan deizm propagandaları.²²

Sıraladığımız bu bilgilerden hareketle son dönemlerde daha sık karşılaştığımız gençlik dönemi inanç krizlerinin izlerini takip edip psikoloji, nöropsikoloji ve din psikolojisi disiplinlerinin sunduğu verilerle gençlik dönemi inanç krizinin temel nedenlerini analiz etmek bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

Araştırmanın Problemi: Bu çalışmada şu temel problemlerin cevabı aranacaktır:

1. Psikolojik danışma yardımı alan ve inanç krizinden mustarip olan danışanlarda inanç krizinin temel nedenleri nelerdir?
2. Din, inanç kökenli olumsuz ruhsal sağlık göstergeleri nasıl ve ne şekilde ortaya çıkmaktadır?
3. İnanç krizinin çözümünde manevi danışmanlık etkili midir?

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli: Akademisyen ve aynı zamanda psikolojik danışman olan araştırmacı iki danışan ile yaptığı görüşmelerden elde edilen verileri incelemek için nitel araştırma yönteminde yer alan fenomenolojik (olgubilim) desen kullanılmıştır. Felsefe ve psikolojide sıklıkla yer alan olgu bilim deseninde, farkında olduğumuz ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olmadığımız olguların bireylerin veya bir grubun yaşadığı deneyimleri açısından tanımlanması söz konusudur.²³ Danışanların karşılaştıkları inanç merkezli sorunlar ve bazen bu sorunlar karşısında buldukları çözüm yollarını ya da bunalmalarını onların deneyimlerine dayalı olarak açıklamaya çalışan bu çalışmada olgu bilim deseni

²¹ Nazlı Tutku Kalfa. "Gençler Nazarında İnanç Problem Alanları ve Dinî Şüphe: Lise Öğrencilerinin İnanç Soruları Üzerine Nitel Bir Araştırma ve Öneri." *Hız Peygamber ve Gençlik Sorunları Sempozyumu*, Palet Yayınları Konya, Aralık 2019.

²² İhsan Çapcıoğlu ve Nurhibe Büşra Er. "Günümüz Gençliğinin İnanç Sorunları Bağlamında Deizm." *Uluslararası İslam, Modernite ve Gençlik Sempozyumu*, 2-3 Nisan 2021, Zonguldak, Türkiye.

²³ Ali Yıldırım ve Hasan Şimşek. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (9. baskı) Seçkin yay: Ankara (2013), 80.

tercih edilmiştir. Bu çalışmada inanç krizlerinin nedenleri üzerinde durulacak ve psikolojik analizi yapılacaktır.

2.2. Araştırmanın Çalışma Grubu: Olgu bilim araştırmalarında başlıca veri toplama aracı görüşme yöntemidir. Olgulara ilişkin yaşantıları ve anlamları ortaya çıkarmak için görüşmenin araştırmacılara sunduğu etkileşim, esneklik ve sondalar yoluyla irdeleme özelliklerinin kullanılması gerekir.²⁴ Olgu bilim deseninde gerçekleşen bu araştırmanın verileri araştırmacının 2021-2022 yılları arasında görüşmeye aldığı iki ayrı olgu (vaka) üzerinden inanç krizinin temelleri irdelenecektir.

2.3. Araştırmanın Verileri ve Verilerin Toplanması: Danışanlara öncelikle araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş ve görüşmelerin ses kayıt cihazıyla kaydedileceği belirtilerek izin alınmıştır. Bu doğrultuda araştırmaya dâhil edilen danışanların kişisel bilgileri gizli tutulmuş, onları tanıtıcı meslek, yaş, yaşanılan yer gibi bilgiler değiştirilmiş ve her birine kod verilmiştir. Danışanlara görüşme öncesi bilgilendirici onam formu sunulmuş ve danışma süreci hakkında bilgi verilmiştir. Danışanlara ait bilgilerin bu çalışmada kullanılabilmesi için izinleri alınmış, onları tanıtıcı bilgilerin değiştirileceği anlatılmış ve gizlilik ilkesine uyulacağı noktasında güvence verilmiştir. Ayrıca analizlerden doğrudan alıntılar yapılacağı, alıntı yapılan katılımcının ismi verilmeden kodlar kullanılarak (Olgu 1, Olgu 2) yer alacağı açıklanmıştır.

2.4. Olgu Sunumları

Olgu 1

Kadın, 25 yaşında, üniversite mezunu, bekâr. İnanç krizi şikâyetiyle müracaat etmiştir. Hadis-i şeriflerin neredeyse tamamının uydurma olduğunu ve dolayısıyla hadislere inanmadığını dile getirmiş, İslam dininin bir diğer temel kaynağı olan Kur'an-ı Kerime ise bakışının değiştiğini, Kur'an'da çelişkilerin olduğunu ve inkâr aşamasına geldiğini ifade etmiştir. İlk seansta danışanın anamnezi (öyküsü) alınmıştır. Üç çocuklu bir ailenin ortanca çocuğu olduğu, inançlı bir aileden geldiğini ve istemediği halde İlahiyat fakültesine gönderildiğini ifade etmiştir. İçinde bulunduğu olumsuz ruh hali nedeniyle psikiyatrik destek aldığını ve burada kendisine depresyon teşhisi konulduğunu ifade etmiştir. Ayrıca bir psikologdan psikoterapi desteği aldığını ifade etmiş ne var ki bir yıllık tedavi sürecinde her ikisinden de bir sonuç alamadığını dile getirmiştir. Anamnez esnasında son üç ay içerisinde travmatik bir yaşantısının olup olmadığı sorulduğunda:

Danışan: Evet, internete çıplak bir fotoğrafımı koymuştum. Bu fotoğrafı gören bir erkek tarafından şantaja uğradım. Bu travmayı uzun bir zamandır atlatamıyorum.

Danışman: internete çıplak bir fotoğrafınızı koydunuz.

Danışan: Evet.

²⁴ Ali Yıldırım ve Hasan Şimşek. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (9. baskı) Seçkin yay: Ankara (2013), 80.

Danışman: Neden böyle bir ihtiyaç hissettiniz?

Danışan: Bilmiyorum, sanırım vücudumu sergilemek hoşuma gidiyor, kendimi daha özgür hissediyorum.

Danışman: Daha önce başka cinsel deneyimleriniz oldu mu?

Danışan: Evet, bir erkek arkadaşım vardı. Onunla sırf o istediği için her türlü cinsel deneyim yaşadım, sonra ayrıldık.

Danışman: İstemediğin cinsel deneyimleri sırf erkek arkadaşın istedi diye mi yaptın?

Danışan: Evet, onu memnun etmek istiyordum. Bir taraftardan da önümde beni kısıtlayan bir şey olmasın istiyordum. Bende herkes gibi açık giyinmek, alkol almak, cinsel ilişkiye girmek istiyorum.

Danışman: Anlıyorum. Peki, babanla ilişkin nasıldı?

Danışan: Babamla ilişkim hep kötüydü. Beni her anlamda kısıtlıyordu. Üniversiteyi bitirinceye kadar bu böyle devam etti. Üniversiteyi bitirince başka bir ile taşındım, çalışıyorum, kendime ait bir hayatım ve evim var. İstediğim gibi yaşayabiliyorum.

Danışman: Ama ruhsal anlamda iyileşmediğin gibi daha kötüleşmiş ve psikiyatrik yardım almışsın.

Danışan: Sanırım haklısınız. Bende bunu anlamak istiyorum. Artık özgür olduğum halde neden mutlu değilim, depresif bir haldeyim. Cinsel ilişkiye girerken, alkol alırken neden diğerleri gibi mutlu olamıyorum? Derin bir pişmanlık ve vicdan azabı neden yakamı bırakmıyor?

Danışmanın gözlemi: Olgu 1, çocukluk çağlarından itibaren çevresinde arkadaşları gibi özgürce yaşamak istemiş ancak baba otoritesini hep karşısında görmüş, üniversiteyi bitirip kendi hayatını kurduğunda otorite figürü olan babadan kurtulmuş ne var ki yine özlemini çektiği mutluluğu yakalayamamıştır. Modern dünya, popüler kültür insanın bireyselliğine ve özgürlüğüne sıklıkla atıf yapmakta, bağımsız tutum geliştirme gibi bireyi ve özgür ben'i güçlü bir temelde kuran terimler üzerinde durmaktadır. İslam geleneği insanın özgürlüğünün önünde engel olmadığı gibi aksine onu özgürleştirmeyi salık vermektedir. Bir anlamda bireyselliğin ve özgürlüğün din karşıtı söylemler gibi sunulması, Kur'an mesajının özüne ters olduğu gibi özgür bireyin olmadığı yerde ne kulluğun ne de ibadetin bir anlamı vardır. Çünkü ancak özgür benliği ele geçiren bir mü'min, Allah'tan başkasından korkmayarak dinin özgürleştirici solğu ile güçlenecektir.²⁵

Burada dikkat edilmesi gereken nokta; birey özgürlüğünün akla mı yoksa dürtüsel tabiata mı yapıldı sorusudur. Nitekim nörobilimci Jonah Lehrer, *Karar Anı* adlı kitabında insan beyininde kararları alan bölgenin düşünme, akletmeden sorumlu olan frontal, prefrontal bölgeler olmadığını, tersine mezolimbik sistem denilen duyu

²⁵ Şaban Ali Düzgün. "Çağın Meydan Okumaları Karşısında Genç Zihinler ve İnanç Krizi." *KADER Kelam Araştırmaları Dergisi* 13.1 (2015), 13-22.

ve dürtüden sorumlu beyin alanı olduğunu ifade etmektedir.²⁶ Bir nöropazarlamacı olan Martin Lindström ise *Buyology: Satın Almaya Dair Bildiğimiz Her Şey Neden Yanlış?* adlı kitabında nöropsikoloji verilerinden faydalanarak popüler kültürün insan doğasını yönlendirdiğini, satın alma ve cinsel alışkanlıklarını belirlediğini ortaya koymaktadır.²⁷

Bu verilerin ışığında danışana insan beyninin nöropsikolojisi aktarılmış ve temel probleminin otorite figürü olabileceği ifade edilmiştir. Başlarda otorite baba iken ilerleyen zamanlarda yani kişisel özgürlüğünü kazandığını düşündüğü zamanlarda ise otorite figürü genelde din, özelde ise Tanrının bizzat kendisi olmuştur. Dürtüsel isteklerinin önündeki en büyük engel otoritedir ve dürtüsel açlık ancak otorite inkâr edildiği zaman tatmine ulaşacaktır. Danışmanın bu yorumundan sonra danışan derinlerdeki asıl sorunun bu olduğunu, nörobilim verilerinin aktarılmasından sonra bunu daha iyi anladığını dile getirmiştir.

Öte yandan *doyumsal yoksunluk* olarak ifadesini bulan *frustrasyon* (engellenme) psikolojine göre; içgüdüsel isteklerimiz bilinçdışındaki güçler tarafından, örneğin üstben tarafından doyuma kavuşturulmasının engellemesi halinde doyumsal yoksunluk yaşanabilir. *Hedefe doğru gidilen yolda bir engel çıktığında veya gerginlik giderilemediğinde ortaya çıkan duruma frustrasyon denir. Frustrasyon durumunda yeni tatmin yolları ortaya çıkar, idrakte ve tanımada değişiklikler olur, şiddetli heyecan durumları ortaya çıkar.* Bu gibi engellenmelerde kişi doyumunu engelleyen kaynağa karşı yoğun bir öfke, saldırganlık, düşmanlık davranışları içine girebilmektedir.²⁸ Dahası Freudyen psikolojiye göre bireyi hasta yapan şey frustrasyonun bizzat kendisidir.²⁹ Alan araştırmaları yüksek seviyede frustrasyonun düşük düzeyde iradi denetimine ve aşırı coşkunluk sergilemeye neden olabileceğini ve kızlarda daha yüksek düzeyde olabileceğini ileri sürmektedir. Frustrasyona bağlı olarak oluşan iradi denetiminin güçsüzlüğü agresif davranışlar, uyumsuzluk ve dışsallaştırma problemlerinin ortaya çıkmasına yol açabilmektedir.³⁰

Danışanın, çocukluk ve gençlik yıllarında frustrasyon yaşamının nedeni babası iken ilerleyen yıllarda baba otoritesinden kurtulmakla birlikte din, tanrı otoritesi vicdanda yer edinerek engellenmenin yaşanmasına yol açmıştır. Frustrasyon sonucunda ortaya çıkan irade denetiminin eksikliği, uyumsuzluk, coşkunluk ve dışsallaştırma belirtilerinin danışanda tezahür ettiği gözlenmektedir. Engellenme karşısında sergilenen bir diğer tepki ise inkâr etmektir. Kişi doyumsal isteklerine engel olan şeyi inkâr ederek tekrar doyuma ulaşmaya çalışır. Danışanın hikâyesinde

²⁶ Jonah Lehrer. *Karar Anı: Beynimiz Karar Vermemizi Nasıl Sağlıyor?*. Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi, 2011.

²⁷ Martin Lindstrom. *Buy.ology*. 1.basım, İstanbul, Optimist yayım dağıtım, İstanbul (2011).

²⁸ David Krech ve Richard Crutchfield. *Sosyal Psikoloji Teori ve Problemler*, Çev: Erol Güngör, İstanbul: Ötüken Neşriyat (1999), 86-104.

²⁹ Sigmund Freud. "The Uncanny." In: Standard Edition of *The Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. London: Hogarth Press (1919).

³⁰ Dilara Demirpençe Seçinti ve Hatice Gözde Akkın Gürbüz. "11-14 Yaş Arası Erken Ergenlerde Mizaç Özelliklerinin İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ile İlişkisi." *Turk J Child Adolesc Ment Health* 28.2 (2021), 117-123.

inkâr mekanizması; hadisler, Kur'an'ın bazı ayetleri ve son tahlilde Tanrının inkârı şeklinde ifadesini bulmaktadır.

Olgu 2

24 yaşında, üniversite mezunu, evli, din görevlisi. Düşünce ve davranışta takıntı şeklinde ifadesini bulan Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB) rahatsızlığından dolayı müracaat etmiştir. Din kökenli OKB'nin şiddetlenmesi nedeniyle bazen ibadetlerini yapmak istemediğini, kaçındığını dillendirmiştir. Hatta bazen ibadetler esnasında Tanrıya öfke nedeniyle içinden küfretme, inkâr etme gibi istemediği duyguları yaşadığını ifade etmiş, belirgin olmasa da bir OKB'den kaynaklanan bir inanç krizi yaşadığını ifade etmiştir. Danışanın anamnezinde (öyküsünde) çocukluk yıllarından itibaren muhafazakâr bir ailede yetiştiği, babasının bir tasavvuf grubuna bağlı olduğu bilgilerine ulaşılmıştır. İlkokuldan sonra hafızlık eğitimi almış ve hafızlığını sağlamış. İmam Hatip Lisesine giderken hafızlığını yitirdiğini fark etmiş, meslek dersleri öğretmenleri hafızlığını yitiren kişinin cüzamlılarla birlikte haşredileceğini bildiren hadisi aktarmışlar. Yine namazda Fatıha süresinde geçen “Yalnız sana kulluk eder ve yalnız senden yardım dileriz” ayetini okurken o esnada ne düşünüyorsan onun kulu olmuş olur, şirke girersin şeklinde mesnetsiz bir bilgiden sonra o ayeti her okuduğunda aklına başka şeyleri getirmemeye çalışmış. Ancak istenmeyen düşünce ve görüntüler zihnine musallat olmuş ve o tarihten itibaren ciddi bir şekilde OKB'den mustarip olmuştur. Dinden çıkmış olma düşüncesi nedeniyle danışan sürekli Kelime-i Şehadet getirmekte, her davranıştan sonra istiğfar getirmektedir.

Ne var ki danışan artık bu takıntılı düşünce ve davranışları tekrarlamaktan yorgun düştüğünü, namaz esnasında istenmeyen görüntülere maruz kalmamak için dini vecibelerini bırakmayı düşünmeye kadar kötüleştiğini dile getirmiştir. Psikiyatri desteği almış, ağır antipsikotik ilaçlara maruz kalmıştır. İlaç tedavisi haricinde İstanbul'da oldukça ünlü psikoterapistlerden de yardım almış ama bir fayda göremediği için bıraktığını ifade etmiştir. Gittiği her psikoterapistin bilinen OKB protokolünü uygulamadığını, sadece “hımm” diyerek dinlediklerini ve bu yüzden fayda göremediğini iletmiştir. Çoğu psikoterapistin ise kendisinin kullandığı dini terminoloji ve yaşıntıları anlamadıklarını dile getirmiştir.

Danışana Beck Depresyon Ölçeği uygulanmış ve ölçekten orta düzeyde depresif semptomların olduğu tespit edilmiştir. Danışana OKB protokolünü içeren bilişsel-davranışçı terapi ile birlikte manevi danışmanlık uygulanmış ve 10 seans sonrasında Beck Depresyon Ölçeği puanının ciddi bir şekilde azaldığı ve hafif depresif bir tabloya dönüştüğü gözlenmiştir. Danışanın akılcı olmayan din kökenli bilişsel şemaları yerine yine din kökenli doğru düşüncelerin tespit edilmesi sağlanmış, danışanın onayı alınarak manevi danışmanlık sürece entegre edilmiştir.

Danışmanın Gözlemi: OKB hastalarının bir kısmını (%10) dindar danışanların oluşturduğu bilinmektedir.³¹ Dini anlamda hoş karşılanmayan bir takım düşüncelerin akla gelmesi biçiminde görülen obsesyonlara (düşünce de takıntı) denilmektedir. Dindar birey, OKB neticesinde günaha girdiği düşüncesi ile devamlı kendini suçlar ve

³¹ Ahmet Rifat Şahin. “Obsesif Kompulsif Bozukluk.” (Edt. Cengiz Güleç- Ertuğrul Köroğlu), *Psikiyatri Temel Kitabı I*, Hekimler Yayın Birliği, Ankara (1997), 499.

bu halden kurtulmak için bazı kaçınma davranışları sergiler. Buradan din, OKB'ye neden olur gibi yanlış bir önermeye gitmemek gerekir. Din, OKB için uygun zemin hazırlar. Yanlış dini bilgiler, din eğitiminin ehliyetsiz kişi ve kurumlardan alınması dini bilginin yanlış yorumlanmasına ve OKB'nin ortaya çıkmasına olanak sağlar. Din kökenli obsesyonlar çoğunlukla; Tanrı'ya ve diğer dinî unsurlara saygısızlıkta bulunma, itikadî konulara dayalı şüphe yaşama, günah sayılan şeyleri yapma korkusu, günahkâr olup, farkına varmadan günah işleme düşüncesi, ibadetlere hazırlık niteliğindeki temizlenme durumlarında ortaya çıkan obsesyonlar, dini herhangi bir hükmün yerine getirilmesi hususuna dayalı obsesyonlar şeklinde görülebilmektedir.³²

Danışanda yukarıda sıralanan neredeyse tüm obsesyonların var olduğu belirlenmiştir. Din kökenli kompulsiyonlar ise; tövbe etme, dua etme ve tekrarlama kompulsiyonları, dinî olarak temizlenme faaliyetlerinde ortaya çıkan kompulsiyonlar, ibadetler sırasında ortaya çıkan kompulsiyonlar, dinî obsesyonlardan dolayı yapılan ancak dinî bir muhtevaya sahip olmayan kompulsiyonlar şeklinde görülebilmektedir.³³ Olguda tövbe etme, dua ve tekrarlama kompulsiyonların yoğunlukta olduğu belirlenmiştir. OKB tedavisinde genellikle bilişsel-davranışçı terapi ve ilaç terapisi kullanılır. Terapide değişimin sağlanmasındaki en temel yöntemlerden biri otomatik düşüncelerin incelenmesi ve bunlara olan inancın azaltılmasıdır. Danışanın olumsuz otomatik düşüncesinin dışında durumu daha iyi açıklayan alternatif açıklama veya inançların oluşturulması ya da güçlendirilmesi gerekmektedir.³⁴

Burada dikkat edilmesi gereken husus, din kökenli akılcı olmayan otomatik düşüncelerin seküler izahlarla giderilmesinin oldukça zor olduğu bilgisidir. Akılcı olmayan, sağlıksız dini düşünce yerine yine din kökenli sağlıklı, doğru, alternatif düşüncenin yerleştirilmesiyle sonuca gidilmesi daha olası gözükmemektedir. Öte yandan OKB tedavi protokolüne en dirençli iki türün cinsel ve dini OKB'ler³⁵ olduğu bilgisini de aktarmak gerekiyor. Bir anlamda bu iki gruba dâhil olan OKB'lerin tedavi süreleri de uzun zaman almaktadır.

Önemli olan bir husus ise OKB'den mustarip hastalarda istenmeyen düşüncelerden kaçmaya çalıştıkça bu düşüncelerin artarak ve daha fazla yerleştiği bilgisidir.³⁶ Dindar danışanlar, günah işlemek ve şirke girmek endişeleriyle çoğu

³² Ömer Faruk Söylev. "Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Din." (Edt. Nevzat Gencer- Muammer Cengil - Mustafa Koç), Ruh Sağlığı ve Din, Sonçağ Akademi Yayıncılık, Ankara (2022), 245-249.

³³ Beyzanur Yılmaz. "Dini başa çıkma düzeyinin takıntılı davranışlarla başa çıkma ile ilişkisi üzerine bir araştırma.", *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara, Türkiye. (2020), 30-36.

³⁴ Serkan Akkoyunlu - M. Hakan Türkçapar. "Bir teknik: Alternatif düşünce oluşturulması." *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 2.1 (2013), 53-59.

³⁵ Ömer Faruk Söylev. "Din Perspektifinden Obsesif-Kompulsif Bozukluklar: Modern Yaklaşımlar ve Ebû Zeyd El-Belhî'nin Katkıları." *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 24.2 (2020), 893.

³⁶ Yasemin Angın - Muhammed KIZILGEÇİT. "Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanılı Hastalarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kader Algısı." *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17 (2020): 73-105; Yasemin Angın - Muhammed

zaman dini vecibelerini bırakma aşamasına gelebilmektedirler. Hatta bir kısmında Tanrıya karşı öfke, düşmanlık, küfür etmek gibi düşünce ve davranışlara da dönüşebilmektedir. Çoğunlukla erken yıllarda cezalandırıcı bir din ve tanrı tasavvurunun yerleşmesi sonrasında OKB belirtilerinin ortaya çıktığı müşahade edilmektedir. Olgu 2 de manevi danışmanlığın da OKB tedavi protokolünün eklenmesiyle obsesyonlarda önemli düzeyde bir azalmanın olduğu belirlenmiştir. Buna bağlı olarak depresif belirtilerde de önemli düzelmelerin olduğu tespit edilmiştir.

SONUÇ

Seküler bir dünyada dindar olmak ve bağlı olunan dinin gereklerini yerine getirmek oldukça zor, meşakkatli gözüküyor. İnsanın dürtüsel tabiatına yönelik normal üstü uyarıcıların oldukça yoğun şekilde pompalandığı bir dünyada değerlere, inançlarına, ahlaki ilkelere bağlı kalarak yaşama gayreti beraberinde birçok psikolojik sıkıntıların yaşanmasına da yol açabilmektedir. Ele alıp incelediğimiz her iki olguda yanlış din eğitimi başlangıçta patolojinin temel nedeni olarak ortaya çıkmış olsa da patolojinin düzeltilmesinde de temel kaynak olarak kullanılmıştır. Olgu sunumlarında işlendiği üzere katı, baskıcı ve yanlış verilen bir din eğitimi her iki olguda da olumsuz sonuçlar doğurmuş, patolojiye yol açmıştır. Öte yandan modern dünyanın, popüler kültürün tüm uyarıcılarıyla insan beyninin dürtüsel tabiatına saldırması, insanı iradi olarak güçsüzleştirmekte, savunmasız hale getirmektedir. Danışanların seküler dünya ile inançları arasında bocalamaları tezatlıklar yaşamaları ve bazen de psikolojik hastalıklara düşer olmaları bu zaviyeden bakıldığında anlaşılır hale gelmektedir.

Danışanların dini ve dini bilgiyi anlamlandırma ve yaşama biçiminin de psikolojik hastalıklara yakalanmalarında etkili olduğu gözlenmektedir. Korku temelli bir din eğitimi, Tanrı tasavvurunun olumsuz olması, kişinin Tanrıya bağlanma şekli, dini bilginin yetersiz ya da yanlış olması ve yanlış kaynaklardan alınması gibi unsurlar dindar bireyin psikolojik hastalıklara yakalanmanın diğer nedenleri arasında sayılabilir. Çocukluktan itibaren alınan sağlıklı bir din eğitimi ve samimi dindarlık dini bilgiyi anlamlandırma ve yaşamada olumlu bir katkı sunacaktır.

Bir diğer önemli nokta ise dindar danışanların ortak bir şekilde dile getirdikleri seküler psikoterapist ya da psikiyatrlar tarafından anlaşılamadıkları serzenişidir. Dindar danışanların kullandıkları dini terminoloji ruh sağlığı uzmanları tarafından anlaşılammakta ve farklı yorumlanmaktadır. Ek olarak dindar danışanlar ruh sağlığı uzmanları tarafından inançlı olmaları hasebiyle bazen küçük düşürülmekte, inançlı oluşları eleştirilmekte ya da inançlarına uygun olmayan tedavi modelleri önerilmektedir. Bazı dindar danışanlar ise ruh sağlığı profesyonelleri tarafından anlaşılmadıklarını düşünmektedir. Anlaşılmmama düşüncesi psikoterapi de önem arz eden "terapötik ittifak"ın gerçekleşmemesine neden olabilmektedir. Bu nedenle bu tarz bir inanç krizinde manevi danışmanlığın terapi sürecine dahil edilmesi ve bu

alandanda uzmanlaşmış bir ruh sağlığı profesyonelinin devreye girmesi tedavinin sürecini ve başarı yüzdesini doğrudan etkileyebilecek niteliktedir. Bu bilgilerden hareketle kültüre duyarlı psikoterapi ve psikolojik danışma yaklaşımlarının geliştirilmesi ve Müslüman danışanlar için entegre (bütünleştirilmiş) danışma yaklaşımlarının uygulanması bir zorunluluk haline gelmiştir.

Din fenomeni iki ucu keskin kılıç metaforu ile izah edilebilir. Nasıl, nerede, ne zaman ve ne şekilde kullanıldığına bağlı olarak fayda kadar zarar da verebilir. Din, psikolojik kökenli hastalıkların bizzat nedeni olabileceği gibi bu hastalık ve rahatsızlıklardan kurtulmanın bir yolu da olabilir. Din eğitimi verilirken bu hususun göz önünde tutulması önem arz etmektedir. Son olarak içinde yaşadığımız çağın doğurduğu tüm sorunlara din, dindarlık ve dini pratiklerin mutlaka bir çözüm bulmasını beklemenin sağlıklı bir düşünme olmadığını da ifade etmek gerekiyor. Bu bağlamda din ve dini pratikleri danışanlara bir ilaç, reçete gibi sunmamak gerektiğini de belirtmemiz gerekiyor.

KAYNAKÇA

- Akkoyunlu, Serkan - M. Hakan Türkçapar. "Bir Teknik: Alternatif Düşünce Oluşturulması." *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 2.1 (2013), 53-59.
- Akyüz, İsmail. "Türkiye'de Gençlik, Din ve Değerler Konusunda Yapılan Ampirik Araştırmaların Yöntem ve İçerik Analizi." *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16.30 (2014), 183-202.
- Allport, Gordon W. *Birey ve Dini*. Çeviren: Bilal Samur. Ankara: Elis Yayınları (2004).
- Angın, Yasemin - Kızılgeçit, Muhammed. "Obsesif Kompulsif Bozukluğun Dini Kavramlarla İlişkisi ve Manevî/Dini Temelli Tedavi Yaklaşımları: Teorik Bir Bakış." *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 53 (2020): 331-351.
- Angın, Yasemin - Kızılgeçit, Muhammed. "Obsesif Kompulsif Bozukluk Tanılı Hastalarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kader Algısı." *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17 (2020): 73-105.
- Ay, Mehmet Emin. "Kur'an'da Gençler ve Gençlik Değerleri." (Edt. H. Hökelekli). *Gençlik Dönemi Ve Eğitimi II*, Tartışmalı İlmi Toplantı, 18-20 Nisan. İstanbul: Ensar Neşriyat. (2003), 15-37.
- Bahadır, Abdülkerim. "Ergenlik Döneminde Dini Şüphe ve Tereddütler." *U.Ü.S.B.E.*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa (1994).
- Baynal, Fatma. "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı." *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4.1 (2015), 206-231.
- Bayraktar, Fatih. "Olumlu Ergen Gelişiminde Ebeveyn/Akran İlişkilerinin Önemi." *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 14.3 (2007), 157-166.
- Cohen, Adam B. - Koenig, Harold G. "Din ve Ruh Sağlığı." *Balıkesir İlahiyat Dergisi* 2.1 (2016), 153-160.
- Çapcıoğlu, İhsan - Er, Nurhibe Büşra. "Günümüz Gençliğinin İnanç Sorunları Bağlamında Deizm." *Uluslararası İslam, Modernite ve Gençlik Sempozyumu*, 2-3 Nisan 2021 Zonguldak, Türkiye.
- Düzgün, Şaban Ali. "Çağın Meydan Okumaları Karşısında Genç Zihinler ve İnanç Krizi." *Kader Kelam Araştırmaları Dergisi* 13.1 (2015), 13-22.

- Freud, Sigmund. "The Uncanny." In: Standard Edition Of *The Complete Psychological Works Of Sigmund Freud*. London: Hogarth Press, (1919).
- Gürses, İbrahim. "Din Eğitimi Kişilik İlişkisi Üzerine Bir Araştırma." *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16.2 (2007), 79-122.
- Gürsu, Orhan – Bayındır, Salih. "Covid-19 Hastalığını Geçiren Sağlık Çalışanlarının Başa Çıkma Sürecinde Din ve Maneviyat." *Turkish Academic Research Review* 6.1 (2021), 181-220.
- Gürsu, Orhan. "Değişen Dünyada Aile ve Psikolojik Problemler." *Dicle Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17.1 (2015), 99-130.
- Gürsu, Orhan. "Ergenlik Dönemi Dindarlığı ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi." *Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 34.34 (2015), 49-75.
- Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*, Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, (1993).
- Hurlock, E. B. "Ergenlikte Beden Gelişimi." (Çev. G. Günce), *Ergenlik Psikolojisi (Ed. B. Onur)*, Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık, (1987).
- Kalfa, Nazlı Tutku. "Gençler Nazarında İnanç Problem Alanları ve Dinî Şüphe - Lise Öğrencilerinin İnanç Soruları Üzerine Nitel Bir Araştırma ve Öneri." *Hz. Peygamber ve Gençlik Sorunları Sempozyumu*, Palet Yayınları Konya, Aralık (2019).
- Kalfa, Nazlı Tutku. "Gençlik Dönemi İnanç Gelişimi Ve Eğitiminde Etkili Olan Faktörler Üzerine Nitel Bir Araştırma." Diss. Bursa Uludağ University (Turkey), 2019.
- Kandemir, Ahmet Mekin. "Küreselleşen Dünyada İnanç Krizi ve Gençlik." *VII. Uluslararası Din Görevlileri Sempozyumu*, Sakarya, (2016).
- Kayıklık, Hasan – Yapıcı, Asım. "Gençlerde Dinsel Hayatın Ötekine Yönelik Tutumlara Etkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği." *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5.1 (2005), 5-38.
- Kızılgeçit, Muhammed – Yıldırım, Murat. "Fear of COVID-19, Death Depression and Death Anxiety: Religious Coping as a Mediator." *Archive for the Psychology of Religion* (2022): 00846724221133455.
- Koenig, Harold G. "Din Ve Tıp II: Din, Ruh Sağlığı ve Sağlık Davranışları." *Antakiyat* 3.1 (2020), 118-132.
- Krech, David –Crutchfield, Richard. *Sosyal Psikoloji Teori ve Problemler*, Çev: Erol Güngör, İstanbul: Ötüken Neşriyat (1999), 86-104.
- Kurtdaş, Emine Meliha. "Toplumsal Değişme Bağlamında Gençlik Sorunları." *Electronic Turkish Studies* 12.25 (2017), 513-534.
- Lehrer, Jonah. *Karar Anı: Beynimiz Karar Vermemizi Nasıl Sağlıyor?*. Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi, (2011).
- Lindstrom, Martin. *Buy.Ology*. 1.Basım, İstanbul, Optimist Yayın Dağıtım, İstanbul, (2011).
- Mayes, Linda C. - Cohen, Donald J. *Çocuğunuzu Anlama Rehberi*, 1.Baskı, İstanbul: Beyaz Balina Yayınları, (2006).
- Seçinti, Dilara Demirpençe – Gürbüz, Hatice Gözde Akkın. "11-14 Yaş Arası Erken Ergenlerde Mizaç Özelliklerinin İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri ile İlişkisi." *Turk J Child Adolesc Ment Health* 28.2 (2021), 117-123.

- Söylev, Ömer Faruk. "Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Din." (Edt. Nevzat Gencer-Muammer Cengil- Mustafa Koç), *Ruh Sağlığı ve Din*, Sonçağ Akademi Yayıncılık, Ankara (2022), 231-262.
- Söylev, Ömer Faruk. "Din Perspektifinden Obsesif-Kompulsif Bozukluklar: Modern Yaklaşımlar ve Ebû Zeyd El-Belhî'nin Katkıları." *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 24.2 (2020), 891-909.
- Steinberg, Laurence. *Ergenlik*. Ankara: İmge Kitapevi, (2007).
- Stríženec, Michal – Sezen, Abdulvahid. "Dindarlık ve Bilişsel Süreçler." *Dinbilimleri Journal* 10.3 (2010), 273-286.
- Şahin, Ahmet Rifat. "Obsesif Kompulsif Bozukluk." (Edt. Cengiz Güleç- Ertuğrul Köroğlu), *Psikiyatri Temel Kitabı I*, Hekimler Yayın Birliği, Ankara. (1997), 499.
- Şahin, Mehmet - Göküş, Şeref. "Şeyh Ahî Dâî Fütüvvetnâmesi'nde Ahlâkî Değerler", *Turkish Studies-Comparative Religious Studies*, 15 (2), 237-254.
- Yapıcı, Asım. "Şüphe ve İnanç Kısacında Gençlerin Din ve Dindarlık Algıları." *İlahiyat Akademi* 12 (2020), 1-44.
- Yıldırım, Ali - Şimşek, Hasan. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. (9. Baskı) Ankara: Seçkin yay., (2013).
- Yıldırım, Enbiya. "The Prescription For Overwhelmed Human of the Modern Times: Turning Back to the Values." *Beder Journal of Humanities*. 1.2 (2013), 48-60.
- Yıldırım, Murat, et al. "Meaning in Life, Religious Coping, and Loneliness During the Coronavirus Health Crisis in Turkey." *Journal of Religion and Health* 60.4 (2021): 2371-2385.
- Yılmaz, Beyzanur. "Dini Başa Çıkma Düzeyinin Takıntılı Davranışlarla Başa Çıkma ile İlişkisi Üzerine Bir Araştırma." *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara, Türkiye (2020).