



Türk Din Psikolojisi Dergisi
Turkish Journal for the Psychology of Religion

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 9-42
Issue: 7 • June 2023 • 9-42



İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Yönelim ve Mutluluk İlişkisi: Isparta Örnekleme

The Relationship between Religious Orientation and
Happiness in Early Adulthood: Sample of Isparta



Mahmut Kurnaz

Okul Psikolojik Danışmanı
Milli Eğitim Bakanlığı
Isparta Özel Eğitim Meslek Okulu
E-posta: kurnazmd32@gmail.com
Orcid: 0000-0002-4615-1758
Isparta / Türkiye

Habil Şentürk

Prof. Dr.
Uşak Üniversitesi
İslami İlimler Fakültesi
E-posta: habil.senturk@usak.edu.tr
Orcid: 0000-0002-2375-7271
Uşak / Türkiye

School Counselor

Isparta Special Education

Vocational School

E-posta: kurnazmd32@gmail.com

Orcid: 0000-0002-4615-1758

Isparta / Turkey

Professor

Uşak University

Faculty of Islamic Sciences

E-mail: habil.senturk@usak.edu.tr

Orcid: 0000-0002-2375-7271

Uşak / Turkey

<https://doi.org/10.59379/tdpd.1256218>

Türk Din Psikolojisi Dergisi
Turkish Journal for the Psychology of Religion

Makale Türü • Article Type
Geliş Tarihi • Received
Kabul Tarihi • Accepted

Araştırma • Research
24 Şubat 2023 • 24 February 2023
22 Mart 2023 • 22 March 2023

Ö z e t

Dinin inanç esaslarını ve tavsiye ettiği ibadet ritüellerini gözlemleyerek ve deneyimler yoluyla tecrübe ederek, dine karşı tutum ve davranışta bulunmaya hazır olma hali olarak tanımlanan dinî yönelimin, insanların psikolojik iyi oluşları üzerinde doğrudan etkili olduğu görülmektedir. Dinler, bireysel ve toplumsal hayata ilişkin açıklamalar ve telkinler yoluyla mensuplarını ortaya çıkarabilecek psiko-sosyal problemlerle baş etme açısından güçlendirmekte, ruhsal rahatlama açısından önemli bir kaynak işlevi görmekte böylece içsel huzur ve mutluluğa kapı açmaktadır. Ayrıca; insanların zorlu yaşam olayları ve engellerle karşılaşmalarında, kendilerinden üstün bir varlık olan Yüce Yaratıcı'ya yönelerek sığınmaları, iletişim kurmaları ve O'nun yanlarında olduğunu bilmeleri, güvende olma duygusunu ve mutluluğu beraberinde getirmektedir. Bu makale, ilk yetişkinlerde dinî yönelim- mutluluk ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan bir araştırmadır. Ayrıca makalede araştırmaya dâhil olan yetişkinlerin demografik özellikleri (cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, gelir durumu, dinî bilgi düzeyi, öznel dindarlık düzeyi) ile dinî yönelim ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. 22-40 yaş arası ilk yetişkinlik döneminde bulunan katılımcılardan oluşan 498 kişilik bir örneklem grubuyla yapılan araştırmada; “Dinî Yönelim Ölçeği”, “Oxford Mutluluk Ölçeği” ve araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Tespit edilen bulgulara göre dinî yönelim ile mutluluk düzeyi ve alt boyutlarında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Dinî yönelim ile demografik özelliklerden cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, gelir durumu, dinî bilgi düzeyi ve algılanan dindarlık düzeyinde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Mutluluk düzeyi ile öğrenim durumu, gelir durumu, dinî bilgi düzeyi ve algılanan dindarlık düzeyinde anlamlı ilişkiler saptanırken, cinsiyet ve medeni durumda anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Dinî yönelim ile mutluluk düzeyi toplam puanı, içsel dinî yönelim ve dışsal sosyal dinî yönelim alt boyutlar arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki, mutluluğun dışsal kişisel alt boyutuyla anlamlı bir ilişki görülmüştür. Araştırma sonuçlarından hareketle dinî yönelim ve mutluluk düzeyi toplam puanlarına bakıldığında, ilk yetişkinlerde dinî yönelim arttıkça mutluluk düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Din psikolojisi • Din • Dini yönelim
Mutluluk • İlk yetişkinlik

A b s t r a c t

The concept of religious orientation defined as a state of readiness to engage in attitudes and behaviors towards religion by observing and experiencing its beliefs and recommended worship rituals, has been found to have a direct impact on individuals' psychological well-being. Religions, through their explanations and guidance on individual and social life, empower their followers to cope with potential psychosocial problems, while also serving as a significant source of spiritual solace, thereby leading to inner peace and happiness. Additionally, when individuals encounter challenging life events and obstacles, seeking refuge, communicating with, and acknowledging the presence of a transcendent being, the Supreme Creator, brings about a sense of security and happiness. This article presents a research study conducted to examine the relationship between religious orientation and happiness in early adulthood. Furthermore, the article investigates the associations between demographic characteristics (gender, marital status, educational level, income level, religious knowledge, subjective religiosity) and religious orientation and happiness levels among the participating adults. The research involved a sample group of 498 individuals aged between 22 and 40 years, and utilized the "Religious Orientation Scale," the "Oxford Happiness Scale," and a "Personal Information Form" developed by the researcher. The obtained data were analyzed using the SPSS 22 software package. The findings revealed significant relationships between religious orientation and happiness levels, as well as their sub-dimensions. Moreover, significant associations were observed between religious orientation and demographic characteristics such as gender, marital status, educational level, income level, religious knowledge, and perceived religiosity. While significant relationships were found between the level of happiness and educational level, income level, religious knowledge, and perceived religiosity, no significant associations were observed with gender and marital status. Notably, a positive and significant relationship was identified between religious orientation and the total score of happiness levels, as well as the sub-dimensions of internal religious orientation and external social-religious orientation; however, no significant relationship was found with the external personal sub-dimension of happiness. Based on the research findings, it can be concluded that an increase in religious orientation among individuals in early adulthood is associated with higher levels of happiness.

K e y w o r d s

Psychology of religion • Religion • Religious orientation
Happiness • Early adulthood

Giriş

İnsanların davranışlarına yön veren, getirdiği esas ve ritüellerle yaşamlarına anlam katan, kutsal, üstün bir güç ve yaratıcı kavramına dayanan inançlar törenler, semboller sistemi (Budak, 2000: 214) olan din ile ilgili değerlendirmeleri, tutumları, tepkileri dinî yönelimlerini belirler (Onay, 2001: 443). Bir yetişkinin dinî yönelim anlayışı, dinî hayatında motive edici kaynakların neler olduğuna ve din ile ilgili algı ve yaklaşımlarına bağlıdır (Erdoğan, 2014: 169-170). Dinî yönelime sahip yetişkinler için din, yaşamlarına anlam veren değerlerden oluşan bir sistemler bütünüdür ve yetişkinler bu sistem içerisinde içselleştirdikleri değerlere göre günlük yaşamlarını sürdürme eğilimindedirler (Cirinlioğlu, 2010: 1369-1370). Dinî yönelimleri sonucu benimsediği din ve dinin getirdiği inanç sistemi bireyde sağlıklı bir kişilik ve şahsiyet oluşmasını sağlayabileceği (Şentürk, 2010: 115) gibi karşılaştığı psikolojik, sosyal, ekonomik vb. problemlerle de baş etme becerisini doğrudan etkileyebilecektir.

İnsanlar hayatlarının her döneminde içsel ve dışsal faktörlerin etkisi altında gelişim ödevlerini yerine getirerek kendilerini geliştirirler (Ayten, 2005: 185). Bu süreçte içinde yaşadığı toplumun değerleri ile şekillendirdiği gelişimini içselleştirerek yaşantısına aktarır. İşte bireyin bu içselleştirdiği değerlerden birisi de dinî değerlerdir. Çünkü birey içinde yaşadığı toplumun dinî inançlarını, ritüellerini tecrübe ederek kendine özgü dindarlık yaşantısı oluşturmaktadır. Dinler bir yandan mensuplarının zihinsel ve duygusal yapısını biçimlendirirken bir yandan da sosyal ilişkilerini düzenleyerek psikolojik ve sosyal uyumlarını sağlamaktadır (Yapıcı-Kayıklık, 2005: 177). Psikososyal gelişimler üzerinde önemli bir etkiye sahip olan dinler, ruhsal sorunlarla karşılaşan mensuplarının yaşadıklarını anlamlandırarak algılarını yönetmekte ve yaşam koşullarını kabul etmelerini kolaylaştırma gücü sağlamaktadır (Kayıklık: 2011: 295).

İnsanlar tarih boyunca bazen inanarak, bazen reddederek, bazen de nefret ederek din ile iletişim içine girmiş ve din çeşitli şekillerde onların hayatlarını etkilemiştir. Dinin etki alanlarından birisi de hiç şüphesiz insanların ruhsal yapısıdır. Din, getirdiği inanç esaslarıyla mensuplarına hem bu dünya ile ilgili hem de ölümden sonraki dünya ile ilgili vaatlerde bulunarak, onların ruhsal yapılarını güçlendirmeyi, öznel iyi oluşlarını yani mutluluklarını artırmayı amaçlamaktadır.

İnsanların hayatlarındaki en temel amaçlarından birisi psikolojik iyi oluşlarını artıracak eylemlerde bulunarak mutluluk düzeylerini artırmaktır. Ünlü Yunan filozofu Platon mutluluğu, insan doğasının üç ayrı parçası olan akıl, fiziksel arzular ve ruhsal gereksinimlerin arasındaki uyumlu birlikteliğin bir sonucu olarak tanımlamaktadır (Marar, 2012: 17). Bir

başka ifadeyle mutluluk insanın malını, mülkünü ve bedenini koruyabildiği ve kullanabildiği, refah ve haz içerisinde bağımsız bir yaşam sürdürebildiği ruhsal bir eylem (McMahon, 2013: 60-64) olarak tanımlanabilir. İnsanlar yaşamları boyunca mutlu olmak için çabalamaktadır. Bu çaba içerisinde insanlar bir yandan acı ve memnuniyetsizlikten uzaklaşmaya çalışırken bir yandan da güçlü haz duygularını yaşamak için uğraşmaktadır. (Gilbert, 2008. 50).

Wilson mutluluk üzerine yaptığı doktora çalışmasında mutluluk ile ilgili en avantajlı durumda olan kesimlerin gençler, sağlıklılar, iyi eğitim ve ekonomiye sahip olanlar, dışa dönük zeki olanlar, dindarlar ve evliler olduğunu belirtmektedir (Seligman, 2007: 57). Bu alanda ilk araştırmacılardan olan Diener yaşam doyumu, olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım olmak üzere mutluluğun üç ögeyi barındırdığını ifade etmiştir (Eryılmaz, 2011: 18). Sonuç olarak mutlu insanların bir kısmı kötü olayları unutarak, mutlu olayları daha fazla hatırlayarak (Seligman, 2007: 42), diğer bir kısmı da yemek yiyebilecekken diyet yaparak, uyuyabilecekken daha çok çalışmayı tercih ederek (Gilbert, 2008: 50) olumlu duygularını geleceğe yansıtmaktadırlar (Yetim, 2001: 137).

Dinler, mutluluk düzeylerini artırmak için inananlarına birtakım prensipler ve görevler sunmuşlardır. Bu prensipler ve görevler dinî yaşıntıyı şekillendiren inanç ve ibadet ilkelerinin yanısıra beden ve ruh sağlığına ilişkin esasları da içermektedir. Din insanların hayata umutla bakabilmesini ve sorunları ile iyimser bir bakış açısıyla başa çıkabilme becerisini geliştirirken bir yandan da hayatı olumlu karşılama, sabretme ve kabullenme düzeyini artırıcı misyon üstlenmektedir (Hökelekli, 2012: 75). Ayrıca din, hoş görmediği ahlaki ilkeleri yasaklayarak, hoşgörü, tevazu ve sevgi gibi olumlu nitelikleri tavsiye ederek insanların ruhsal açıdan olgunlaşmalarına ve mutluluklarına katkı sağlamaktadır (Köylü, 2007: 65).

Din ve getirdiği inanç esasları yetişkinlik döneminde de ruhsal sağlığı önemli derecede etkilemektedir. Yetişkin, kendi başına karar alabilen, üretim yapabilen, bedensel ve ruhsal gelişimini tamamlamış ve toplum tarafından kabul görmüş birey olarak tanımlanmaktadır (Gökkoca, 2001: 412). Yetişkinlik döneminde bireyler kişiliklerini, yeteneklerini, ilgilerini, güçlü ve zayıf yönlerini tanıyarak ve kendi yaşamını yönetebilme becerisini kazanarak yaşantılarına yön vermektedirler. Kendini tanımaya çalışan yetişkinler bu süreçte bazen zorlanmakta, kafaları karışmakta bazen de anne-babalarıyla, eşleriyle, çocuklarıyla sorun yaşamakta ve bu yaşantılar sonucunda genel bir huzursuzluk içerisine girmektedirler (Cüceloğlu,

1995: 412). Yetişkinlerin zorlandığı bu süreçte dinî yönelimleri ve inançları hayatlarına yön vermekte ve psikososyal açıdan olgunlaşmalarına yardımcı olmaktadır. Mevcut inanç ve değerlerin test edildiği ve yeniden yapılandırıldığı (Karaca, 2007: 194) bu dönemde yetişkin, kendisiyle yüzleşmeye, benliğinin daha fazla farkına varmaya, olgunlaşmaya ve bütünlük arzusuyla hareket etmeye başlamaktadır (Topuz, 2013: 143). Dinî şurun gelişmesiyle dinî inanç ve idealleri ile dünyevi yaşayış tarzı bütünleşen (Güngör, 1993: 54-55) yetişkinlerin, ruh dünyaları şekillenmekte, psikolojik iyi oluşları güçlenerek mutluluk düzeyleri artmaktadır.

Koenig ve Larson tarafından dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisi ile ilgili 850 araştırma üzerinde yapılan meta-analiz çalışmasında araştırmaların %80'inde dinî inanç ve pratikler ile hayat memnuniyeti arasında olumlu ilişki tespit edilmiştir. Bunun yanında depresyon ile dindarlık ilişkisini ele alan araştırmaların üçte ikisinde dindarlık seviyesi yüksek olanların düşük olanlara göre daha az depresyona girdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka araştırmada Levin, Markides ve Ray tarafından dinî ibadetlere devamın psikolojik etkileri ile ilgili genç, orta ve ileri yaş yetişkinlerden oluşan 1125 kişi üzerinde 11 yıl süren çalışmalarında orta ve ileri yaşta dinî ibadetlere devam edenlerin etmeyenlere göre hayatlarından daha fazla memnun olduğu, genç yaşta ibadetlere devam edenlerin depresyon düzeylerinin düşük olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır (Köylü, 2010: 10-18). Yaptığımız bu araştırmada da 22- 40 yaş arası ilk yetişkinlerde dinî yönelimin mutluluk düzeyleri üzerinde etkisi olup olmadığı ortaya koyulmaya çalışılmıştır.

a. Yöntem

İnsanların ruh sağlığı üzerinde doğrudan etkiye sahip olan dinî yönelimlerinin hayatlarındaki önemli bir dönüm noktası olan ilk yetişkinlik dönemlerindeki mutluluk düzeylerine etkisi bu araştırmanın ana konusunu oluşturmaktadır. İlk yetişkinlik döneminde dinî yönelim ile ruhsal yaşantının bir dışı vurumu olan mutluluk düzeyi ilişkisi ve alt boyutları test edilmiştir. Bu bağlamda araştırmanın temel problemi “İlk yetişkinlerde dinî yönelim ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklinde belirlenmiş ve incelenmiştir.

İlk yetişkinlerde dinî yönelim-mutluluk ilişkisini bazı değişkenler açısından ele alabilmek için soru listeleri aracılığıyla kişilerin okuyup cevaplayabileceği bilgi edinme araçları olan standardize edilmiş ölçekler incelenmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda bu araştırmada standardizasyon çalışması Cirhinlioğlu tarafından yapılan, Allport ve Ross'un geliştirdiği “Dinî Yönelim Ölçeği” ile Doğan ve Sapmaz'ın standardize ettiği,

Hills ve Argyle tarafından geliştirilen “Oxford Mutluluk Ölçeği” kullanılmıştır.

Allport ve Ross’un geliştirdiği, Cirhinlioğlu (2006) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Dinî Yönelim Ölçeği” içsel dinî yönelim, dışsal-sosyal dinî yönelim, dışsal-kişisel dinî yönelim olmak üzere 3 alt boyuttan ve 22 maddeden oluşmaktadır (Cirhinlioğlu, 2006: 43). Katılımcıların 3 alt boyutta katılım derecelerini belirlemek amacıyla 5 seçenekli likert ölçeği kullanılmıştır. Dinî Yönelim Ölçeği’nin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlık katsayısı ve iki yarım güvenilirliği hesaplanmış ve sırasıyla Cronbach alfa katsayısı iç tutarlılıkta 0.90, iki yarım güvenilirliğinde 0.89 hesaplandığı görülmektedir. 3 alt boyutta iç tutarlılık kat sayıları sırasıyla içsel dinî yönelimde 0.90, dışsal-kişisel dinî yönelimde 0.74, dışsal-sosyal dinî yönelimde 0.60 olarak, iki yarım güvenilirliği sırasıyla içsel dinî yönelimde 0.79, dışsal-kişisel dinî yönelimde 0.82, dışsal-sosyal dinî yönelimde 0.59 olarak hesaplanmıştır (Cirhinlioğlu, 2006: 45). Bu değerler, dinî yönelim ölçeğinin ve alt boyutlarının güvenilirlik açısından oldukça iyi değerlere sahip olduğunu göstermektedir.

Hills ve Argyle tarafından geliştirilen, Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Oxford Mutluluk Ölçeği” tek boyuttan ve 29 maddeden oluşmaktadır. Katılımcıların tek boyutta katılım derecelerini belirlemek için 6’lı likert tipi ölçek kullanılmıştır (Doğan, Sapmaz, 2012: 298-299). Ölçeğin güvenilirlik çalışmasındaki ölçümlere göre iç tutarlılık katsayısı 0.91, test yarılama yöntemi kullanılarak elde edilen güvenilirlik katsayısı 0.86 olarak tespit edilmiştir. Oxford Mutluluk Ölçeği’nin Cronbach alfa katsayısı bileşik güvenilirlikte 0.91 olarak bulunmuştur (Doğan, Sapmaz, 2012: 302-303). Ölçeğin bu değeri yüksek derecede güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın evreni, Isparta ilinde bulunan 22-40 yaş arası ilk yetişkinlik döneminde bulunan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini araştırmanın evrenine giren, random (tesadüfi) örnekleme yöntemiyle seçilmiş, demografik değişkenler açısından farklı özelliklere sahip bireylerden oluşmaktadır. Belirlenen ölçekler araştırmacı tarafından gönüllü 578 kişiye uygulanmıştır. Fakat 80 katılımcı hatalı ve eksik yanıtları nedeniyle örneklemden çıkarılmış ve örneklem 498 kişi olarak belirlenmiştir. Araştırmanın yapıldığı 2015 yılında Türkiye’de Cumhurbaşkanlığı seçiminin gerçekleşmesi nedeniyle katılımcıların seçim öncesi siyasi kaygıları anketlere katılımları olumsuz etkilemiş ve bu durum araştırmanın veri toplama sürecini uzatmıştır.

Verilerin analizi SPSS-22 istatistik programı ile yapılmıştır. Araş-

tırmada veriler analiz edilirken iki ortalama arasındaki farkın anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla t-testi, ikiden daha fazla ortalama arasındaki farkın anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) (Büyüköztürk, 2013: 67) kullanılmıştır. Bulguların değerlendirilmesinde F değerinin anlamlı olması durumunda gruplar arasında belirlenen anlamlı farkların kaynağının incelenmesinde “Sidak” testi uygulanmıştır.

Elde edilen verilerin analizi sürecinde değişkenler değerlendirilmiş; gelir durumu değişkenindeki “çok iyi” (4 kişi) seçeneği “iyi” seçeneğine eklenerek analiz edilmiştir. Medeni durum değişkeninde boşanmamış ama ayrı seçeneği (3 Kişi) ve boşanmış (5 kişi) seçeneği, algılanan dindarlık düzeyi değişkeninde “dine ilgisizim” (6 kişi) seçeneği katılımcı sayısının yetersiz olması nedeniyle analize dahil edilmemiştir.

İlk yetişkinlerde dinî yönelim-mutluluk ilişkisinde cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, gelir durumu, dinî bilgi düzeyi, algılanan dindarlık düzeyi gibi demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılığın oluşup oluşmadığı ve dinî yönelim ile mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada aşağıdaki hipotezler bilimsel olarak test edilmiştir:

(i) Hipotez-1. Demografik değişkenler ile dinî yönelim arasında anlamlı bir fark vardır.

(ii) Hipotez-2. Demografik değişkenler ile mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir fark vardır

(iii) Hipotez-3. Dinî yönelim ile mutluluk arasında anlamlı bir fark vardır. Dinî yönelim arttıkça mutluluk artmaktadır.

Araştırmada katılımcılara ait demografik özelliklere ilişkin veriler aşağıdaki tabloda yer almaktadır (bkz. Tablo-1)

Tablo-1:
Katılımcıların demografik değişkenlerine ilişkin sonuçları

		n	%
Cinsiyet	Kadın	374	65,1
	Erkek	174	34,9
Medeni Durum	Bekâr	79	15,9
	Evli	411	82,5
	Boşanmış	5	1
	Boşanmamış Fakat Ayrı	3	0,6
Öğrenim Durumu	İlkokul	46	9,2
	Ortaokul-İlköğretim	36	7,2
	Ortaöğretim (Lise)	108	21,6
	Lisans-Önlisans	266	53,4
	Lisansüstü	39	8

Gelir Durumu	Çok İyi	4	0,8
	İyi	217	43,6
	Orta	239	48
	Düşük	26	5,2
	Çok Düşük	12	2,4
Dinî Bilgi Düzeyi	Çok İyi	29	5,8
	İyi	220	44,2
	Orta	219	44
	Zayıf (Yetersiz)	30	6
Algılanan Dindarlık Düzeyi	Çok Dindarım	24	4,8
	Dindarım	396	69,5
	Az Dindarım	122	24,5
	Dine İlgisizim	6	1,2

Tablo-1 incelendiğinde araştırmaya katılanların cinsiyet değişkenine göre; 324'ünün kadın (%65,1), 174'ünün erkek (%34,9) olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan kadınların sayısı erkeklere göre daha fazladır. Medeni duruma ilişkin verilerin dağılımına bakıldığında katılımcıların 79'u bekar (%15,9), 411'i evli (%82,5), 8'i boşanmış veya ayrı yaşadığını belirtmiştir. Araştırmaya en fazla evliler katılmıştır. Öğrenim durumuna göre; katılımcıların 46'sı ilkokul (%9,2), 36'sı ortaokul-ilköğretim (%7,2), 108'i ortaöğretim (%21,6), 266'sı lisans-önlisans (%53,4), 39'u lisansüstü (%8) mezundur. Araştırmaya en fazla lisans-önlisans mezunu katılırken, en az ortaokul-ilköğretim mezunu olanlar katılmıştır. Gelir durumuna göre; katılımcıların 4'ü çok iyi (%0,8), 217'si iyi (%43,6), 239'u orta (%48), 26'sı düşük (%5,2), 12'si çok düşük (%2,4) olarak gelir durumunu belirtmiştir. Katılımcıların çoğunluğu gelir durumunu orta olarak tanımlamaktadır. Dinî bilgi düzeyine göre katılımcıların 29'u çok iyi (%5,8), 220'si iyi (%44,2), 219'u orta (%44), 30'u zayıf (yetersiz) olarak dinî bilgi düzeyini belirtmiştir. Katılımcıların büyük çoğunluğu iyi düzeyde dinî bilgiye sahip olduklarını belirtmiştir. Algılanan dindarlık düzeyine göre; 24'ü (%4,8) çok dindar olduğunu, 396'sı (%69,5) dindar olduğunu, 122'si (%24,5) az dindar olduğunu, 6'sı (%1,2) dine ilgisiz olduğunu belirtmiştir.

b. Bulgular

Bu bölümde yapılan araştırmanın amaç ve hipotezlerine uygun şekilde katılımcıların cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, gelir durumu, dinî bilgi düzeyi, algılanan dindarlık düzeyi gibi demografik özelliklerinin dinî yönelim-mutluluk düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığı, şayet anlamlı bir farklılık var ise farklılığın hangi gruplar arasında olduğu ile ilgili sonuçlara ve değerlendirmelere yer verilmiştir. Aşağıda katılımcıların demografik özellikleri ve katılımcılara uygulanan Dinî Yönelim Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği sonuçlarına ilişkin t-

testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları tablolar halinde verilmiş ve Türkiye’de demografik özelliklere göre dinî yönelim-mutluluk ilişkisi üzerine yapılan diğer çalışma sonuçları ile değerlendirilmiştir.

b.a. Dinî Yönelim ve Demografik Özellikler

b.a.a. Dinî Yönelim ve Cinsiyet İlişkisi

Dinî yönelimin cinsiyete göre farklılığına ilişkin yapılan t-testi sonuçları Tablo-2’ de verilmiştir.

Tablo-2:

Dinî yönelimin cinsiyete göre farklılığına ilişkin t-testi sonuçları							
	Cinsiyet	n	X	Ss.	T	Sd	p
Dinî Yönelim	Kadın	289	87,92	9,18899	2,915	244,496	,004
	Erkek	158	84,52	13,0030			

Tablo-2’de yer alan cinsiyete göre t-testi analiz sonuçlarına göre cinsiyet ile dinî yönelim ($t = 2.915, p < .01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Kadın katılımcıların dinî yönelime ilişkin almış oldukları puan ortalamalarının ($X=87,92$) erkek katılımcıların ortalamalarından ($X=84,52$) daha yüksek olduğu, buradan hareketle kadınların erkelere göre dine daha fazla yönelim gösterdikleri söylenebilir.

Konuyla ilgili literatürde yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında Kayıklık, orta yaş ve yaşlılar üzerine yaptığı çalışmada kadınların dinsel yaşantının ibadet boyutunda, erkelere göre daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğunu ifade etmiştir (Kayıklık, 2003: 130). Ceviz orta yaş ve yaşlılıkta dindarlık, mistik tecrübe ve benlik saygısı üzerine yaptığı çalışmada kadınların puan ortalamalarının erkelere göre yüksek olduğunu, kadınların erkelere göre anlamlı düzeyde daha yüksek dinî eğilime sahip olduğunu belirtmiştir (Ceviz, 2009: 54). Başka bir çalışmada Köftegül ise dinî davranış ve pratikleri kadınların erkelere göre daha fazla yerine getirdiği sonucuna ulaşmıştır (Köftegül, 2018: 123). Şengül “Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi” konulu çalışmasında kadınların dindarlığın inanç, bilgi-ibadet, tecrübe alt boyutlarında erkelere göre daha yüksek puan aldığını saptamıştır (Şengül: 2007: 124). Yoğurtçu “Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı” konulu çalışmasında kadınların erkelere göre daha dindar olduğu bulmuştur. (Yoğurtçu, 2009: 52). Cinsiyete göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Yapıcı’nın 60 ayrı araştırma üzerinde dindarlık ölçeği kullanılarak yaptığı meta-analiz çalışmasında elde ettiği 136 bulgudan 38’inde (%27,94) kadınların daha fazla dindar olduğu, 28’inde (%20,59) erkeklerin daha fazla dindar olduğu, 70’inde (%51,47) erkek ve kadınlar arasında

anlamli bir fark olmadığı tespit edilmiştir (Yapıcı, 2012: 16-17). Yapılan araştırmalarda kadınların erkeklere göre daha fazla dine yönelim gösterdikleri görülmektedir. Buradan hareketle “Türkiye’de kadınlar erkeklere göre neden dine yönelimleri daha fazladır?” sorusu akla gelmektedir. Kadınlarda şartsız sevgiyi ifade eden şefkat duygusunun dinlerin insanlara tavsiye ettiği merhamet duygusuyla örtüşmesinin, doğaları gereği dine yönelimlerini artırdığı ve onları dine daha yatkın hale getirdiği düşünülebilir. Ayrıca erkeklere göre kendilerini güçsüz ve zayıf hissetmeleri, erkekler kadar kuvvetli olmadıkları düşüncesinin ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Bu yetersizlik algısı kendilerini koruyan, gözeten yaratıcıya daha çok yönelmelerini sağlamaktadır (Tarhan, 2005: 333-334). Kadınların aile kurumunun bütünlüğünü koruma ve kollama konusunda erkeklere göre daha yüksek sorumluluk ve güdüye sahip olmaları (Cırhinlioğlu, Ok, 2011: 131), bu anlamda aile kurumuna çok önem veren dine yönelimini kolaylaştırmıştır.

Dinler getirdiği inanç esasları ve ibadet şekilleri ile bireylere öncelikle yaratıcıya ve onun emirlerine boyun eğmeyi ve itaati emretmektedir. Özellikle daha otoriter ataerkil toplumlarda erkeler daha serbest, bağımsız öğretilerle yetiştirilirken, kadınların daha temkinli, uysal, bağımlı, sorumlu ve itaatkâr olma yönünde yetiştirilmesinin dinin emirlerine uyma ve itaat davranışlarını kolaylaştırdığı söylenebilir. Ayrıca kadınların psikolojik yapıları gereği daha duygusal olmaları, bağlanma duygularını daha yoğun yaşamaları, dinî telkine daha yatkın olmalarını sağlayabilir. Türkiye’de kadınların çoğunluğunun ev hanımı olmasının dindar kadınların dinî aktivitelere katılma ve düzenleme konusunda daha fazla zaman ayırabilmelerini sağladığı, bu süre içerisinde yaşadıkları dinî tecrübelerin de dinî yönelimlerini güçlendirdiği düşünülebilir.

b.a.b. Dinî Yönelim ve Medeni Durum İlişkisi

Dinî yönelimin medeni duruma göre farklılığına ilişkin t-testi sonuçları Tablo-3’te verilmiştir.

Tablo-3:

Dinî yönelimin medeni duruma göre farklılığına ilişkin t-testi sonuçları							
	M D	n	X	Ss.	T	Sd	p
Dinî Yönelim	Bekâr	74	82,28	12,66374	-3,452	445	,001
	Evli	365	87,55	10,23948			

Tablo-3’te yer alan medeni duruma göre t-testi analiz sonuçlarına göre medeni durum ile dinî yönelim ($t=-3,452$, $p<.01$) arasında anlamlı

bir farklılığın olduğu görülmüştür. Evli katılımcıların dinî yönelime ilişkin almış oldukları puan ortalamalarının ($X=87,55$), bekâr ($X=82,28$) katılımcıların ortalamasından daha yüksek olduğu ve buradan hareketle evlilerin bekârlara göre dine daha fazla yönelim gösterdikleri söylenebilir.

Konuyla ilgili literatürde yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında, Okumuş “Genç Yetişkinlerde Narsisizm ve Dindarlık İlişkisi” adlı çalışmasında evlilerin içsel dinî yönelimlerinin bekârlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir (Okumuş, 2020: 60). Aydemir “İlk Yetişkinlerde Dindarlık Mutluluk İlişkisi” konulu çalışmasında evli olanların bekârlara göre dinî yönelimlerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu bulmuştur (Aydemir, 2008: 49). Koç yaptığı çalışmada evlilerin iç güdümlü dindarlık eğilimlerinin, bekârlar ve dullardan daha yüksek olduğunu saptamıştır (Koç, 2008: 272). Şengül yaptığı çalışmasında evlilerin bekârlara göre dindarlığın bütün boyutlarında yüksek puana sahip olduğu sonucuna varmıştır (Şengül, 2007: 127). Sonay evlilerin puan ortalamalarının bekârlara, nişanlılara ve boşanmışlara göre istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu, evlilerin bekârlara göre daha dindar olduğunu ifade etmiştir (Sonay, 2020: 75). Yoğurtçu araştırmasında evlilerin bekârlara göre puan ortalamalarının daha yüksek olduğu, evlilerin bekârlara göre daha dindar olduğu sonucuna ulaşmıştır (Yoğurtçu, 2009: 54-55). Medeni duruma göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Evlilik, kadın ve erkek olarak eşlerin hem birbirleriyle hem de çocuklarıyla sevgi, saygı ve hoşgörü gibi değerlerin paylaşıldığı, aynı zamanda da görev ve sorumlulukların üstlenildiği bir müessesedir. Evlilikle birlikte yetişkinler hem eşlerine hem de bir ebeveyn olarak çocuklarına olumlu bir rol model olabilmek amacıyla hayatın birçok alanında olduğu gibi dinin inanç esasları ve öğretilerini içine alacak şekilde bir yaşam biçimini benimseyebilmektedirler. Özellikle içinde bulunulan toplumun evlilik kurumundan ahlaklı, çocuklarına örnek, iyi eğitim veren, manevi yönü güçlü ebeveynler olma beklentisi, evlilerin dine yönelimini artırmıştır. Yetişkinlerin evlilikle birlikte hayatlarının daha planlı olması ve düzene girmesi, dinin getirdiği düzen ve kurala uymasını kolaylaştırmıştır. Ayrıca eşlerden birinin dinî yaşantısının güçlü olmasının diğer eşin dinî yaşantısını da olumlu yönde etkilemesinin evlilerde dinî yönelimi artırdığı söylenebilir.

b.a.c. Dinî Yönelim ve Öğrenim Durumu İlişkisi

Dinî yönelimin öğrenim durumuna göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-4’te verilmiştir.

Tablo-4:
Dinî yönelimin öğrenim durumuna göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Ö D	n	X.	Ss		KT	Sd	KO	F	p
İlkokul	39	90,33	9,01266	Gruplar arası	2268,870	5	453,774	4,020	,001
Ortaokul-ilköğretim	31	88,61	9,45402	Grup içi	49776,284	441	112,871		
Orta Öğretim	92	89,36	10,01726	Toplam	52042,154	446			
Lisans-Önlisans	244	85,34	10,96849						
Lisansüstü	38	83,44	12,31061						

Tablo-4'te yer alan öğrenim durumuna göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre öğrenim durumu ile dinî yönelim ($F_{5-441} = 4.020$, $p < .01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre öğrenim düzeyini lise olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X=89.36$) lisan-önlisans ($X=85,34$) ve lisansüstü olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=83.44$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle öğrenim durumu düzeyi düştükçe dine yönelimin anlamlı bir şekilde arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında Acar vd., bireylerin dindarlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi konulu çalışmalarında öğrenim durumu düştükçe dindar ve çok dindarların oranında artış olduğu, öğrenim düzeyi yükseldikçe dindarlık düzeyinde bir azalma olduğunu bulmuşlardır (Acar vd., 1996: 50). Gezenler yaptığı çalışmada en yüksek puan ortalamasına sahip grubun ilkokul ve lise grubu, en düşük puan ortalamasına sahip grubun üniversite grubu olduğunu, buradan hareketle öğrenim durumu yüksek olan bireylerin dindarlık düzeylerinin daha düşük olduğunu tespit etmiştir (Gezenler, 2019: 57). Aydemir en yüksek dindarlık puan ortalamasına sahip olanların ilkokul mezunu olduklarını, buradan hareketle öğrenim durumu düştükçe dindarlık düzeyinin arttığı ifade etmiştir. (Aydemir, 2008:52). Benzer şekilde Aksoy (Aksoy, 2019: 47), Yoğurtçu (Yoğurtçu, 2009: 58), Köftegül (Köftegül, 2018: 131) yaptıkları çalışmalarda eğitim düzeyi azaldıkça dindarlık düzeyinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Öğrenim durumuna göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Yetişkinlerde öğrenim düzeyinin yükselmesiyle birlikte dinî inançlar üzerinde daha liberal, rasyonel, bireysel eğilim güçlenmektedir. Gelecekte, itaate dayalı dinî yaşantının seküler kültürün etkisiyle çözülmesi ve gerilemesi doğal gözükmektedir (Hökelekli, 2009: 96). Alınan eğitimin içeriği ve niteliği dinî yönelim üzerinde doğrudan etkili olduğu için bu konuda genelleme yapmamakla birlikte, eğitim düzeyi yükseldikçe yetişkinlerin aldığı eğitimin içeriğine ve niteliğine bağlı olarak düşünce yapılarında irrasyonel yapıdan rasyonele doğru bir evrilme olmaktadır. Yani eğitim seviyesi arttıkça yetişkin, dinin inanç esasları ve getirdiği dinî görevler ile ilgili şüphelerini ortaya koymaktadır. Bu şüphe ile daha fazla sorgulayan, irdeleyen, bilişsel süreci ön plana çıkaran yetişkinde seküler bir bakış açısı oluşmaktadır. Bu bağlamda eğitim düzeyi düşük yetişkinlerin, eğitim düzeyi yüksek olanlara göre dinî yönelimlerinin yüksek olmasını, dinin inanç esaslarını sorgulamadan yerine getirmeleri, adanmışlık ile daha teslimiyetçi tutum ve davranış sergiledikleri, şüpheye mahal vermeden kalben inanarak içselleştirmeleri olarak açıklanabilir.

b.a.d Dinî Yönelim ve Gelir Durumu İlişkisi

Dinî yönelimin gelir durumuna göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-5’te verilmiştir.

Tablo-5:

Dinî yönelimin gelir durumuna göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

G D	n	X.	Ss	KT	Sd	KO	F	p
İyi	202	88,47	8,48313	Gruplar arası	1438,997	3	479,666	4,199 ,006
Orta	211	85,33	11,99936	Grup içi	50606,157	443	114,235	
Düşük	24	86,95	10,49836	Toplam	52045,154	446		
Çok Düşük	10	80,30	19,57918					

Tablo-5’te yer alan gelir durumuna göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre gelir durumu ile dinî yönelim ($F_{3-443}=4.119$, $p<.01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre gelir durumu düzeyini iyi olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X=88.47$) orta olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=85.33$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle gelir durumu yükseldikçe dine yönelimin anlamlı bir şekilde arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında Aydemir, çalışmasında gelir düzeyi ile dindarlık arasında anlamlı bir fark olduğunu, gelir düzeyi arttıkça dindarlık düzeyinin arttığını saptamıştır (Aydemir, 2008: 51). Sevindik orta yaş yetişkinlere yönelik yaptığı çalışmada gelir durumuyla dindarlık düzeyi arasında anlamlı bir fark olduğunu, gelir durumu arttıkça dindarlık düzeyinin arttığını tespit etmiştir (Sevindik, 2015: 81-82). Köftegül yaptığı çalışmada düşük gelir düzeyine sahip bireylerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip bireylere göre dinî pratik ve davranışları daha az yerine getirdiğini bulmuştur (Köftegül, 2018: 129). Kimter dinselliğin inanç ve ibadet boyutunda ailelerin gelir durumu arttıkça dindarlık puanlarının arttığı sonucuna ulaşmıştır. (Kimter, 2008: 195). Gelir durumuna göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Gelir durumu yetişkinlerin yaşam koşullarını belirleyen en önemli etkenlerden birisidir. Dinî yönelim boyutlarında farklı sosyoekonomik düzeye sahip yetişkinler farklı davranış ve tutum geliştirebilmektedir. Gelir durumu yüksek olan yetişkinlerin ekonomik olarak kendi ve aile yaşantılarını finanse etme ve devamını sağlamada zorlanmamaları, psiko-sosyal davranışlarda bulunmalarını kolaylaştırmaktadır. Sosyoekonomik düzeyi ve statüsü yüksek olan yetişkinlerin daha düşük düzeydekilere göre psiko-sosyal açıdan daha rahat olmaları, yaşam doyumlarının da yüksek olmasını sağlamaktadır. Bu rahatlıkla dünyevi ihtiyaçları karşılama konusunda kaygı ve stres yaşamadan zihinlerini dinî konulara ve eylemlere yöneltebilmekte, psikolojik olarak huzurlu olmaktadır. Ayrıca sosyoekonomik şartların verdiği rahatlıkla hem kendi hem de başkalarının yaşantılarını finanse etmede zorlanmamaları, ekonomik imkânlarla gerçekleştirilebilen dinî vecibeleri (hac, kurban, zekât vb.) yerine getirmelerini kolaylaştırarak dine yönelimlerini artırmaktadır.

b.a.e. Dinî Yönelim ve Dinî Bilgi Düzeyi İlişkisi

Dinî yönelimin dinî bilgi düzeyine göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-6'da verilmiştir.

Tablo-6:

Dinî yönelimin dinî bilgi düzeyine göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

D B D	n	X	Ss	KT	Sd	KO	F	p
Çok İyi	28	91,89	7,74281	Gruplar arası	5781,341	3	1927,114	18,453 ,000
İyi	198	89,14	8,80126	Grup içi	46263,814	443	104,433	

Orta	195	85,03	10,95180	Toplam	52045,154	446
Zayıf	26	75,42	15,64141			

Tablo-6'da yer alan dinî bilgi düzeyine göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre dinî bilgi düzeyi ile dinî yönelim ($F_{3-443} = 18,453$, $p < .01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre dinî bilgi düzeyini orta olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X=85.03$), çok iyi ($X=91,89$) ve iyi olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=89.14$) anlamlı düzeyde daha düşük, zayıf olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=75,42$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle dinî bilgi düzeyi yükseldikçe dine yönelimin anlamlı bir şekilde arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında Kılıç yetişkinlerin aldıkları din eğitimleri ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişki konulu çalışmasında sahip olduğu ibadet bilgisi iyi olanların, ibadet bilgisi hiç olmayanlara göre dindarlık düzeyinin daha yüksek olduğunu saptamıştır (Kılıç, 2019: 60). Çolak'ın orta yaş döneminin psikolojik, dinî inanış ve davranış özellikleri konulu çalışmasında dinî bilgi düzeyi ile Allah'a inanç arasındaki ilişki anlamlı bulunmuş, dinî bilgi düzeyi arttıkça inanç düzeyinin arttığı tespit edilmiştir (Çolak, 2006: 55). Kavas dinî tutum-stresle başa çıkma konulu çalışmasında dinî bilgi düzeyi ile dinî tutum arasında anlamlı bir fark oluştuğunu, dinî bilgi düzeyi arttıkça dinî tutum düzeyinde artış olduğunu bulmuştur (Kavas, 2013: 112). Türker dinî eğitim alanların, kısmen dinî eğitim alanlara göre dindarlık düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır (Türker, 2018: 64). Dinî bilgi düzeyine göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

İnsanlar bilgi yoluyla kendi yeteneklerini geliştirmek ve geliştirdikleri bu yetenekleri en üst düzeyde kullanarak kendini gerçekleştirmek istemektedir. Farklı özellikleri içerisinde barındıran insanın bu özelliklerini keşfedebilmek, yaşantısına aktarabilmek için kendi anlam arayışı içerisinde ona yol gösterecek, duygu, düşünce ve davranışlarını anlamlandıracak kaynaklardan en önemlilerinden birisi de din ve onun inanç esaslarıdır. Özellikle kişiliğin oturduğu ve hayatın anlamlandırılmasının daha olgun şekilde yapılabildiği yetişkinlik döneminde hem kendisi için hem de çocuklarına doğru rol model olabilmek için dinî konularda bilgi edinmekte ve bu bilgileri sorgulamaktadır. Bu arayış ve sorgulama içerisinde sahip olduğu dinsel inanış ve yaşantının zenginliğini ortaya çıkarmaktadır.

Edindiği bilgi ve birikimle dindarlığı şekillenen, dinî doyum yaşayan yetişkin, yüce yaratıcıyla olumlu bir bağ kurarak dinî konu ve aktivitelere yönelmede daha istekli ve kararlı olmaktadır. Başka bir ifadeyle iyi düzeyde bilgiye sahip olma dinî yaşantının kalitesini nitelik ve nicelik açısından güçlendirmektedir.

b.a.f. Dinî Yönelim ve Algılanan Dindarlık Düzeyi İlişkisi

Dinî yönelimin algılanan dindarlık düzeyine göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-7’de verilmiştir.

Tablo-7:

Dinî yönelimin algılanan dindarlık düzeyine göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

A D D	n	X.	Ss	KT	Sd	KO	F	p
Çok Dindarım	23	91,04	10,5721	Gruplar arası	11584,351	3	3861,450	43,040 ,000
Dindarım	306	89,24	7,67477	Grup içi	39565,905	441	89,719	
Az Dindarım	110	80,80	12,38340	Toplam	51150,256	444		

Tablo-7’de yer alan algılanan dindarlık düzeyine göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre algılanan dindarlık düzeyi ile dinî yönelim ($F_{3-441}=43,040$, $p<.01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre algılanan dindarlık düzeyinde az dindar olduğunu ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X=80.80$), çok dindar ($X=91,04$) ve dindar olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=89,24$) anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle algılanan dindarlık düzeyi yükseldikçe, dine yönelimin arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında Özkan yetişkinlerde bağlanma stilleri ve dinî başa çıkma ilişkisi konulu araştırmasında öznel dindarlık algısı ile dindarlığın inanç-etki ve bilgi-ibadet boyutları arasında pozitif korelasyon olduğunu, dindarlık algısı arttıkça dindarlık düzeyinin artacağı sonucunu bulmuştur (Özkan, 2019: 80). Yüce, yaptığı çalışmada öznel dindarlık algısı ile dindarlık eğiliminin bilgi, ibadet, dinî etkinlik boyutunda anlamlı bir ilişki olduğunu, öznel dindarlık arttıkça dindarlığın arttığını tespit etmiştir (Yüce, 2009: 121-122). Kılıç yetişkinlerin aldıkları din eğitimi ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişki konulu çalışmasında dindarlık algısı arttıkça dindarlık düzeyinin arttığını saptamıştır (Kılıç, 2019: 59-60). Tapdık kendilerini dindar olarak

algılayan kişilerin dinî yönelimle doğrusal bir ilişki içinde olduğunu sonucuna ulaşmıştır (Tapdık, 2013: 67). Öznel dindarlık algısına göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Dindarlık dine inanarak, inanç ve ibadet boyutunda gerekli bilgilere sahip olmak, içselleştirmek, eylemlerle tecrübe etmektir (Apaydın, 2016: 68). Dindarlık algısı ise kişinin kendi dinî bilgilerini, eylemlerini ve bulunduğu kültürdeki yaşantıyı gözden geçirerek, kendi dinî yaşantısını değerlendirmesidir. Kişinin dindarlık algısı ile dindarlık düzeyi farklılık gösterebileceği gibi, doğrusallık da gösterebilir. Yani kendisini çok dindar olarak tanımlayan yetişkinlerin dindarlık düzeyinin düşük olabileceği gibi, kendini az dindar olarak tanımlayan yetişkinlerin dindarlık düzeyi yüksek olabilir. Yetişkinler yaşamlarında gösterdikleri dinî davranış ve tutumlarına uygun dindarlık algısı geliştirmelidir. Burada kendisi ile ilgili yüksek dindarlık algısına sahip yetişkinlerin tutarlılığı, yaptıkları dinî eylem ve davranışlarının yüksekliğine bağlıdır. Bir başka ifadeyle salih amel ve güzel ahlakı içselleştiren, ibadet ile bütünleştirerek dindarlık düzeyini artıran yetişkinlerin dindarlık algısı da yüksektir denilebilir.

b.b. Mutluluk Düzeyi ve Demografik Özellikler

b.b.a. Mutluluk Düzeyi ve Cinsiyet İlişkisi

Mutluluk düzeyinin, cinsiyete göre farklılığına ilişkin yapılan t-testi sonuçları Tablo-8' de verilmiştir.

Tablo-8:

Mutluluk düzeyinin cinsiyet göre farklılığına ilişkin t-testi testi sonuçları

	Cinsiyet	n	X	Ss.	T	Sd	p
Mutluluk	Kadın	324	116,9969	18,44992	-1,145	337,149	,261
Düzeyi	Erkek	174	119,0230	19,52646			

Tablo-8'de yer alan cinsiyete göre t-testi analiz sonuçlarına göre cinsiyet ile mutluluk düzeyi ($t=-1,145$ $p>,05$) arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Buradan hareketle cinsiyetin katılımcıların mutluluk düzeyleri üzerinde farklılık göstermediği söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırma bulgularına bakıldığında Seligman, araştırmasında kadınların erkeklere göre hem mutlu hem mutsuz şeklinde yaptığı açıklamasında mutluluk açısından kadınlar ile erkekler arasında anlamlı bir farkın olmadığını tespit etmiştir (Seligman, 2007: 66). Aydın, cinsiyete göre mutluluk düzeyi ortalamalarında anlamlı düzeyde bir farkın olmadığını bulmuştur (Aydın, 2018: 1026). Göcen yaptığı çalışmada kadınların erkeklere göre puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu saptamasına rağmen, psikolojik iyi olma açısından anlamlı bir

farka ulaşamamıştır (Göcen, 2013: 111). Benzer şekilde Aydemir (Aydemir, 2008: 55), Gezenler (Gezenler, 2019: 46), Sevindik (Sevindik, 2015: 91) cinsiyet faktörü açısından erkek ve kadınların puan ortalamalarının birbirine yakın olduğunu, cinsiyete göre mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farkın olmadığı saptamışlardır. Cinsiyete göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

İnsanın ruh halinin dışı vurumunun pozitif göstergelerinden birisi de mutluluktur. Mutluluk genetik özelliklerden, sağlıktan, yaşam deneyimlerinden, kişisel ve sosyal ilişkilerden, huy ve mizaç gibi çok çeşitli faktörlerden etkilenebilen çok yönlü, karmaşık bir duygudur. İnsanların mutluluğu üzerinde etkili olan etkenlerden biri de cinsiyettir. Cinsiyet ile mutluluk arasındaki ilişki yetişkinin kendisinin ve içinde bulunduğu toplumun oluşturduğu ve şekillendirdiği cinsiyet rolleri ve beklentileri ile doğrudan ilişkilidir. Toplumda cinsiyet eşitsizliği ve toplumsal cinsiyet rollerine bağlı olarak belirli cinsiyetlerin daha fazla sosyal, ekonomik ve politik zorluklara maruz kalması mutluluk düzeylerini olumsuz etkilemektedir. Aksine toplumda hak kazanma, kabul görme de mutluluğun artmasını sağlamaktadır. Geçmiş yıllarda Türkiye’de erkeklerin sahip oldukları daha geniş hak ve özgürlükleri, onların mutluluk düzeylerini pozitif yönde etkilerken, kadınların daha bağımlı, itaatkâr, sorumlu olma beklentileriyle sınırlı haklara sahip olması psikolojik yapıları gereği korkuya, anksiyete eğilimli olmalarına ve bu durumda mutluluk düzeylerinin düşmesine neden olmuş olabilir. Kadınlar ve erkekler arasında mutluluk düzeyinde anlamlı bir farkın olmayışı günümüzde dezavantajlı konumda olan kadının güçlendirilmesine yönelik yapılan çalışmalar, kadınların daha çok sosyal ortamda yer dinmesi ve ekonomik özgürlüğünü kazanmasıyla açıklanabilir. Sonuç olarak kadınların toplumsal rol ve statülerinin artması, mücadele gücü ve özgüvenlerini artırmış, bu artış da mutluluk düzeylerinde pozitif bir etkiye sebep olmuş olabilir.

b.b.b. Mutluluk Düzeyi ve Medeni Durum İlişkisi

Mutluluk düzeyinin medeni duruma göre farklılığına ilişkin t-testi sonuçları Tablo-9’da verilmiştir.

Tablo-9:

Mutluluk düzeyinin medeni duruma göre farklılığına ilişkin t-testi sonuçları							
	MD	n	X	Ss.	T	Sd	p
Mutluluk Düzeyi	Bekâr	79	118,2874	19,68940	,317	496	,751
	Evli	411	117,5815	18,67567			

Tablo-9’da yer alan medeni duruma göre t-testi analiz sonuçlarına

göre medeni durum ile mutluluk düzeyi ($t=,317$, $p>,05$) arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Buradan hareketle bekâr ve evli olduğunu belirten katılımcıların mutluluk düzeylerinde farklılık olmadığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırmaların bulgularına bakıldığında Yıldırım, yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi konusunda yaptığı çalışmada medeni duruma göre mutluluk düzeylerinde anlamlı bir farkın olmadığını bulmuştur (Yıldırım, 2020: 92). Sevindik yaptığı araştırmada medeni duruma göre mutluluk düzeyinde istatistikî olarak anlamlı bir fark olmadığını saptamıştır (Sevindik, 2015: 96), Benzer şekilde Göcen (Göcen, 2013: 114) ve Şaşmaz (Şaşmaz, 2016: 32) yaptıkları çalışmalarda medeni durum ile mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Medeni duruma göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Seligman tarafından yapılan meta-analiz çalışmasında evlilerin %40'ının, boşanmışların ise %24'ünün evli olmayanlara kıyasla çok mutlu olduklarını ifade ettiklerini tespit etmiştir (Seligman, 2007: 62)

Yetişkinlere destekleyici sosyal etkileşim sunan, sunduğu arkadaşlık ortamı ve sosyal çevre ile yalnızlıktan kurtaran, yaşam sorumluluklarının paylaşılmasıyla yüklerin hafiflemesini sağlayan, yaşama yeni anlamlar katan ve duygusal destek sunan evlilik, yaşam doyumunu artırdığı için mutluluk düzeyi üzerinde olumlu etkiye sahip olabilir. Fakat evlilikle birlikte yaşanan uyum sorunları ve iletişim problemleri, çocukların doğmasıyla mevcut sorumlulukların, yüklerin artması ve gelecek düşüncesi, maddi sorunların stres ve anksiyeteye düzeyini arttırarak mutluluk düzeyini düşürdüğü söylenebilir. Aynı zamanda yetişkinlerin evlilik veya bekarlığa yükledikleri anlam ve her iki tercihte de elde ettiği sonuçlar mutluluk düzeyini doğrudan etkileyecektir. Her iki açıdan bakıldığında pozitif ve negatif yönü olabileceği görülen medeni durum, mutluluk düzeyinde anlamlı bir farklılık oluşturmamış olabilir.

b.b.c. Mutluluk Düzeyi ve Öğrenim Durumu İlişkisi

Mutluluk düzeyinin öğrenim durumuna göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-10'da verilmiştir.

Tablo-10:

Mutluluk düzeyinin öğrenim durumuna göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Ö D	n	X.	Ss	KT	Sd	KO	F	p
-----	---	----	----	----	----	----	---	---

İlkokul	46	117,67	19,21559	Gruplar arası	5905,191	4	1476,298	
Ortaokul-ilköğretim	36	111,94	14,53261	Grup içi	170470,417	493	345,782	4,26 ,002
Ortaöğretim (Lise)	107	118,33	20,40634	Toplam	176375,608	496		
Lisans-Önlisans	267	116,36	17,85534					
Lisansüstü	39	116,66	18,13943					

Tablo-10’da yer alan öğrenim durumuna göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre öğrenim durumu ile mutluluk düzeyi ($F_{4-493} = 4.269$, $p < .01$) arasında anlamlı düzeyde farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre öğrenim düzeyini ilköğretim olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X = 117.67$), lisan-önlisans ($X = 116,36$) ve lisansüstü olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X = 116,66$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle öğrenim düzeyi düştükçe mutluluk düzeyinin anlamlı bir şekilde arttığı, öğrenim durumunu ilköğretim olarak belirten katılımcıların, durumunu lisans-önlisans ve lisansüstü olarak belirten katılımcılara göre daha mutlu olduğu söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırmaların bulgularına bakıldığında Aydemir, ilk yetişkinlere yönelik dindarlık ve mutluluk ilişkisi konulu çalışmasında ilköğretim mezunu olanların, üniversite ve lise mezunu olanlardan daha yüksek mutluluk seviyesine sahip olduğu, eğitim durumu arttıkça mutluluk düzeyinin azaldığını tespit etmiştir (Aydemir, 2008: 59). Demirel, yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ilişkisi ile ilgili çalışmasında ilköğretim mezunlarının yaşam doyumlarının yükseköğretim veya üniversite mezunlarına göre yüksek olduğu sonucuna varmıştır (Demirel, 2018: 27). Vural, yaptığı çalışmada ilköğretim düzeyine sahip yetişkinlerin psikolojik iyi oluşlarının, üniversite-yükseköğretim ve yüksek lisans-doktora eğitim düzeyine sahip olanlara göre daha yüksek olduğunu, eğitim durumu düşük olan yetişkinlerin yüksek olanlara göre kendilerini psikolojik olarak daha iyi hissettiklerini saptamıştır (Vural, 2016: 70). Gezer, öğrenim durumuna göre mutluluk puan ortalamasının en yüksek ortaokul grubu, en düşük üniversite/yükseköğretim grubu olduğunu bulmuştur (Gezer, 2019: 51). Öğrenim durumuna göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Öğrenim durumu yetişkinin mutluluğu üzerinde önemli bir etkiye

sahiptir. Bir yetişkinin okul veya üniversite eğitimini tamamlamasıyla kariyer hedeflerine ulaşması ve yüksek maaş kazanması, kişisel doyum ve tatmini sağlayacağı, ulaşılabilirliği artıracığı için mutluluk düzeyini artırabilir. Fakat öğrenim hayatı süresince rekabete, bireyselliğe dayalı sistem nedeniyle empatiden uzak, bencil bir kişilik geliştirmesi, aynı zamanda süreç içerisinde yaşadığı stres, başarı kaygısı, maddi sıkıntılar ve sosyal baskı gibi nedenlerle tükenmişlik düzeyi artmış ve mutluluk düzeyi düşmüş olabilir. İçinde bulunduğu toplumun normlarını ve kurallarını içselleştirerek sorgulamadan kabul ederken, öğrenim durumunun artmasıyla entelektüel düzeyi artmakta, bulunduğu toplumun değerlerini sorgulayarak farklı eğilimlere yönelmektedir. Benimsenen bu farklı değerlerin ve eğilimlerin içinde bulunduğu toplum tarafından kabul görmemesi veya eleştirilmesi yetişkini umutsuzluğa ve mutsuzluğa itmiş olabilir.

b.b.d. Mutluluk Düzeyi ve Gelir Durumu İlişkisi

Mutluluk düzeyinin gelir durumuna göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-11’de verilmiştir.

Tablo-11:

Mutluluk düzeyinin gelir durumuna göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

G D	n	X.	Ss		KT	Sd	KO	F	p
İyi	221	121,96	19,36736	Grup arası	7311,029	3	2437,01	7,121	,000
Orta	239	114,44	17,70286	Grup içi	169064,580	494	342,236		
Düşük	26	114,19	19,44226	Toplam	176375,608	497			
Çok Düşük	12	111,66	15,09565						

Tablo-11’de yer alan gelir durumuna göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre gelir durumu ile mutluluk düzeyi ($F_{3-494} = 7,121$, $p < .01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre gelir durumu düzeyini iyi olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X = 121,96$), orta olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X = 114,14$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle gelir durumu yükseldikçe mutluluk düzeyinin arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırmaların bulgularına bakıldığında Baynal, yetişkinlerde dindarlık ruh sağlığı ilişkisi ile ilgili yaptığı çalışmada ekonomik durum yükseldikçe umutsuzluk düzeyinin azaldığını, öz

saygının arttığını bu bağlamda ekonomik durumu iyi olanların ruh sağlığının daha iyi olacağını bulmuştur (Baynal, 2015: 223). Bilgin, Ergenç, Timur ve Yetim yaptıkları bir başka çalışmada güvenlik gereksinimini karşılamak için bireylerin parayı mutlulukta birinci unsur olarak gördüklerini tespit etmişlerdir (Yetim, 2001: 150). Yılmaz'ın yaptığı çalışmaya göre aylık gelirleri ortalama gelirin üzerinde olanların yaşam memnuniyetlerinin iyi durumda olduğu görülmektedir (Yılmaz, 2018: 61). Aydemir, yaptığı çalışmada ekonomik olarak çok iyi durumda olanların mutluluk ortalamalarının diğer gelir düzeylerine göre yüksek olduğu, gelir durumu arttıkça mutluluk düzeyinin arttığı sonucuna ulaşmıştır (Aydemir 2008: 63). Yoğurtçu, yüksek düzeyde harcama yapan kişilerin umutsuzluk düzeyleri düşük, öz saygılarının yüksek olduğunu, gelir durumunun artmasının ruh sağlığını artırdığını saptamıştır (Yoğurtçu, 2009: 69). Gelir durumuna göre göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Dünyada yapılan araştırmalar incelendiğinde gelir durumunun artmasının mutluluk üzerinde etkili oluşunun temel sebebi temel gereksinimlerin yeterince karşılanmasıdır (Yetim, 2001: 150). Yani ekonomik sıkıntıların bireyin yaşamında tehdit oluşturmasıyla yaşanan korku ve anksiyetenin yerini, gelir durumunun artmasıyla oluşan mali güvencenin getirdiği güvende olma ve huzur hissinin almasının yetişkinlerin mutluluk düzeylerini artırdığı söylenebilir. Ayrıca yetişkinlerde gelir durumunun iyi olmasının şan ve şöhreti arttırması, saygınlık kazandırması, aynı zamanda mal ve hizmetlere ulaşımı kolaylaştırması, yetişkinlerin özsaygılarını ve öz güvenlerini arttırmış, dolayısıyla bu durumun getirdiği rahatlık ve hareket genişliği mutluluk düzeylerini pozitif yönde etkilemiş olabilir.

b.b.e. Mutluluk Düzeyi ve Dinî Bilgi Düzeyi İlişkisi

Mutluluk düzeyinin dinî bilgi düzeyine göre farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları 'Tablo-12' de verilmiştir.

Tablo-12:

Mutluluk düzeyinin dinî bilgi düzeyine göre farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

D B D	n	X.	Ss	KT	Sd	KO	F	p
Çok İyi	29	121,68	24,32533	Gruplar arası	4041,010	3	1347,003	3,861 ,009
İyi	220	120,30	17,74849	Grup içi	172233,599	494	348,855	
Orta	219	114,62	18,25677	Toplam	176375,608	497		
Zayıf	30	117,26	22,06407					

Tablo-12'de yer alan dinî bilgi düzeyine göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre dinî bilgi düzeyi ile mutluluk düzeyi ($F_{3-494} = 3,861, p < .01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre dinî bilgi düzeyini iyi olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X=120,30$), orta olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=114,62$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle dinî bilgi düzeyi yükseldikçe bireylerin mutluluk düzeylerinin anlamlı bir şekilde arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırmaların bulgularına bakıldığında Topuz, dinî gelişim seviyeleri ile dinî başa çıkma tutumları arasındaki ilişki ile ilgili yaptığı araştırmada dinî bilgisi yüksek olanların stresli durumlarda daha çok olumlu dinî başa çıkma tutumlarını kullandıklarını saptamıştır (Topuz, 2003: 161). Dinî bilgi düzeyine göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Dinler ve getirdiği inanç esasları bilinmeyen alanlarla (ahiret, cennet, cehennem vb.) ilgili bilgi vererek, insanların içinde bulunduğu dünyada yaşadıkları olay ve durumları anlamasına ve anlamlandırmasına destek olmaktadır. Din sunduğu bilgilerle insanların yaşadıkları zihinsel, duygusal, sosyal, ekonomik ve sağlıkla ilgili olumlu veya olumsuz durumlara ilişkin yaptığı açıklamalarla yetişkinlerin hayatın anlamını ve amacını tanımlarını sağlar. Örneğin İslâm dinindeki kader inancıyla birlikte insan yaşadığı acı durumları daha kolay kabul edebildiği gibi, dünyanın bir imtihan yeri olduğu düşüncesiyle başına gelen olumsuzluk ve problemlerle mücadelede baş etme gücünü arttırabilir. İşte dinî bilgi düzeyi arttıkça yetişkinlerin inandıkları dinin emir ve kaidelerine göre hayatlarını şekillendirmeleri, ibadetlerin manasını anlayarak içselleştirmeleri yüce yaratıcıyla bağ kurmalarına olanak sağlamaktadır. Kurdukları bağ ile onun takdirini kazanmalarının getirdiği huzur ve mutluluk düzeylerini arttırabilir.

b.b.f. Mutluluk Düzeyi ve Algılanan Dindarlık Düzeyi İlişkisi

Mutluluk düzeyinin algılanan dindarlık düzeyi farklılığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo-13'te verilmiştir.

Tablo-13:

Mutluluk düzeyinin algılanan dindarlık düzeyi farklılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

A D D	n	X.	Ss	KT	Sd	KO	F	p	
Çok	24	123,7083	24,12554	Grup	3608,510	2	1804,255	5,174	,006

Dindarım		arası		
Dindarım	344 118,9506	18,41505	Grup içi	171906,837 493 248,695
Az				
Dindarım	122 113,5469	18,22945	Toplam	175515,347 495

Tablo-13'te yer alan algılanan dindarlık durumuna göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre algılanan dindarlık düzeyi ile mutluluk düzeyi ($F_{2-493}=5,174$, $p<.01$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Farkın kaynağını görmek için yapılan sidak testi sonucuna göre mutluluk düzeyinde az dindar olduğunu ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının ($X=113,54$), kendilerini dindar ($X=118,95$) ve çok dindar olarak ifade eden katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarından ($X=123,70$) anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle algılanan dindarlık düzeyi yükseldikçe mutluluk düzeyinin arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik yapılan araştırmaların bulgularına bakıldığında Güven, depresyon ve dindarlık ilişkisi üzerine yetişkinlerle yaptığı çalışmada öznel dindarlık algısı ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı negatif ilişki olduğunu, öznel dindarlık algısı arttıkça depresyon düzeylerinin düştüğünü bulgulamıştır (Güven, 2008: 123). Öznel dindarlık algısına göre bu araştırma sonuçları yapılan çalışmayı desteklemektedir.

Yetişkinlerde algılanan dindarlık ile mutluluk arasındaki ilişki yüce yaratıcı ile kurduğu bağın gücü, dinî inanç ve ritüellere katılımları ve bu doğrultuda şekillendirdiği hayat tarzıyla doğru orantılıdır. Algılanan dindarlık düzeyi hayatlarını anlamlandırmakta, dünya görüşlerini belirlemede ve bu doğrultuda hayatlarını yönlendirmektedir. Algılanan dindarlık düzeyi arttıkça yüce yaratıcının yapılmasını istediği eylemleri yapıp yasaklarından uzaklaşması sonucu kurduğu itaate dayalı bağ ile gözetildiğini ve korunduğunu düşünmesi, yaratıcıya karşı güven ve sevgi oluşturarak mutluluk düzeyini pozitif yönde etkilemektedir. Ayrıca dinî emir ve kaidelerin yerine getirildiği düşüncesinin yaratıcının sevdiği kul olduğu düşüncesini güçlendireceği ve bu algı yükseldikçe mutluluk düzeyinin de yükseleceği söylenebilir.

b.c. Dinî Yönelim ve Mutluluk İlişkisi

Dinî yönelim ve mutluluk arasındaki ilişkisine yönelik korelasyon sonuçları Tablo-14' te verilmiştir.

Tablo-14:

Dinî yönelim ve mutluluk arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon sonuçları					
Mutluluk	İçsel Dinî	Dışsal Sosyal	Dışsal Kişisel	Dinî	
	Yönelim	Dinî Yönelim	Dinî Yönelim	Yönelim	

Mutluluk	1	,111*	,129**	-,012	,121
İçsel Dinî Yönelim	,111*	1	,428**	,084	,816**
Dışsal Sosyal Dinî Yönelim	,129**	,428**	1	398**	,758**
Dışsal Kişisel Dinî Yönelim	,012	,084	,398**	1	,577**
Dinî Yönelim	,121*	,813**	,758**	,577**	1

*p<.05, ** p<.01

Tablo-14'te yer alan korelasyon sonuçları incelendiğinde mutluluk ve dinî yönelimin dışsal kişisel alt boyutu ($r=,012$, $p>,05$) arasında anlamlı bir ilişki görülmezken, mutluluk ile dinî yönelim içsel alt boyutu ($r=,111$, $p<,05$), dışsal sosyal alt boyutu ($r=,129$, $p<,01$), dinî yönelim toplam puanı ($r=,121$, $p<,05$) arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu görülmüştür. Bu sonuçlardan hareketle dinî yönelim ve mutluluk toplam puanına bakarak dinî yönelim arttıkça mutluluğun arttığı söylenebilir.

Yetişkinlere yönelik dinî yönelim ile mutluluk ilişkisi üzerine yapılan araştırmaların bulgularına bakıldığında Aydemir, dindarlık ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, dindarlığın arttıkça mutlulukta arttığı ifade etmiştir (Aydemir, 2008: 63). Yıldırım, yaptığı çalışmada dindarlık, psikolojik dayanıklılık ve alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, dindarlık aldıkça psikolojik dayanıklılığın da arttığı sonucuna ulaşmıştır (Yıldırım, 2020: 107). Şengül yaptığı araştırmada dindarlığın bilgi-ibadet boyutu ile ruh sağlığının anksiyete boyutu, dindarlığın bilgi-ibadet ve sosyal boyutu ile öfke düşmanlık duyguları, dindarlığın tecrübe-etki boyutu ile olumsuz benlik arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğunu bulmuştur (Şengül, 2007: 154). Acaboğa din ile mutluluk ilişkisi konulu çalışmasında mutluluğun en önemli nedeninin Allaha inanmak, mutsuzluğun ise dinî görevleri yerine getirememek olduğunu saptamıştır (Acaboğa, 2007: 27). Göcen yaptığı çalışmada dinî yönelim arttıkça psikolojik iyi olma alt boyutlarından hayatın anlamı, kendini kabul, diğerleriyle olumlu ilişki kurma düzeylerinin arttığını tespit etmiştir (Göcen, 2013: 118). Yapılan araştırmaların sonuçları bu çalışmayı desteklemektedir.

Din, dindarlık ve ruh sağlığı üzerine 1998-2004 yılları arasında Wong, Rew ve Slaikeu'nun 20 araştırma üzerine yaptığı meta-analiz çalışmasının %90'unda, yine 1998-2003 yılları arasında, Rew ve Wong'un 43 araştırma üzerine yaptığı meta-analiz çalışmasının %84'ünde, 2000 yılın-

dan önce Koenig tarafından 700 araştırma üzerinde yaptığı analiz çalışmasının %71'inde din ve ruh sağlığı arasında olumlu ilişki tespit edilmiştir (Köylü, 2010: 7; Hökelekli, 2012: 72).

Dinler inananlarına inanç ve ibadet esaslarını içeren prensipler sunarak yaşam tarzlarını şekillendirdiği gibi aynı zamanda ruh sağlıklarını da önemli derecede etkilemektedir. Psikolojide modern uygulamalardan önce ruhsal hastalıkların tedavisinde dinin iyileştirici gücü kullanılmış, halen günümüzde de kullanılmaya devam etmektedir. İnsanların iç dünyasına yolculuk yaptıran, dünyevî bunalım ve sıkıntılardan uzaklaştırarak iç huzuru ve aydınlanmayı sağlayan yoga, geçmişte bir dinî ritüel olarak yapılırken günümüzde bir meditasyon yöntemi olarak kullanılmaktadır. İç huzuru sağlamak, kötü ruhlardan uzaklaşmak amacıyla ülkemizde kurşun dökme, muska yapma, türbe ziyaret etme, dua alma; Avrupa'da ise ayin, günah çıkarma, mum yakma gibi dinî ritüeller ve uygulamalar yapılmaktadır.

Ruh sağlığının iyi olduğunun göstergesi olan yaşamdan zevk alma ve mutlu olma ruh sağlığını tanımlamada temel ölçülerdendir. Yaşanan sorunların biçimi ve içeriği insanın içsel dengesini ve huzurunu etkilemektedir (Kayıklık, 2011: 295). İşte bu noktada insan yaşamını geliştiren ve şekillendiren dinî inançlar önemli bir unsurdur. Bireyler dinlerin inanç esaslarını ve ritüellerini kullanarak yakın olan ve kendilerine yardım edebilecek, kendilerinden üstün varlık olan yüce yaratıcıya yönelerek sıkıntı ve problemlerinden kurtulmakta, mutluluk ve huzuru yakalamaktadır.

Yetişkinler dinî inançlarının kendilerine pozitif düşünme ve kendi ötesinden yardım hususlarında destek sağladığı için inanmayanlara göre daha iyimser tutumlar sergilemektedirler (Bahadır, 2011: 103). W. James'e göre dinlerin ve getirdiği inanç esaslarının görevi, insanların hayatını zenginleştirerek, neşe katarak, huzurlu kutsal hayata ulaştırmaktır (Ayten, 2006: 457-458). Dinler insanların davranış ve eylemlerini şekillendirerek iyi kul olma bilincini oluşturmakta ve bu bilinçle yüce yaratıcıya karşı görevlerini yerine getirmenin huzurunu ve mutluluğunu yaşatarak yaşamlarını değerli kılmalarını sağlamaktadır.

İnsan mutluluğunun ve umudunun güç kaynağı olan dinler daha yaşanabilir bir dünya vaad ederek mensuplarına özel bir gelecek tasarımı sunarlar. Bu yönüyle dinler en güçlü mutluluk kaynağı ve umut taşıyıcılarıdır (Bahadır, 2011: 96). Dinler hayatla iç içe bulunan ibadet ritüelleriyle yüce yaratıcıyla iletişime geçmeyi, ona acizliğini güçsüzlüğünü belirterek ondan yardım dilemeyi sağlayan araçlardır. Bu yolla insan sürekli kendini gören, duyan ve dinleyen yüce yaratıcıdan destek alarak hayatta

yaşadığı sıkıntı ve zorluklar karşısında kendini yalnız hissetmemekte, çaresizlik ve umutsuzluktan uzaklaşmaktadır. Mutluluğun temel belirleyicisi olan sevgiyi ve ümidi destekleyerek ruhsal sağlığını güçlendirmektedir.

Dinler getirdiği ibadet ritüelleri ile aynı inancı paylaşanları bir araya getirerek sosyal desteğe kaynaklık etmektedir. Aynı inanca sahip, aynı ibadeti yapan, aynı duygu ve düşünceye sahip mensuplarını affetmeye, merhamete, şefkate ve cömertliğe yönlendirerek birbirlerine bağlılıklarını ve dayanışmalarını artırmaktadır. Dinler toplu yapılan ibadetler yoluyla nifak ve ayrılıkları bitirerek birliği, beraberliği, grupla bütünleşmeyi sağlamakta toplumsal huzur ve mutluluğu artırmaktadır.

Ayrıca dinler sigara ve alkol bağımlılığı, zorbalık, intihar gibi kötü alışkanlık ve eğilimlere karşı güçlü bir başa çıkma mekanizması olarak işlev görmektedir (Baynal, 2015: 2008). İslam dininde başa çıkma mekanizmaları olarak dua, ibadet (namaz, oruç, hac, zekât, kurban vb.), tevekkül, kader inancı gibi dinî ritüeller ve düşünceler kullanılmaktadır. Yüce yaratıcıdan dua vasıtasıyla alınan ilahî enerji korkuları, kaygıları ve gerginlikleri azaltmakta, psikolojik rahatlığı sağlamakta ve ruhun ihtiyaçlarını karşılamaktadır. Namaz, hac gibi ibadetler içerdiği beden hareketleriyle fiziksel rahatlamayı sağlamakla birlikte yaratıcıyla doğrudan iletişim kurularak, yalnızlık hissini azaltmakta, güven ile iç huzuru artırmaktadır. Zekât, sadaka, kurban gibi ibadetler fakirlere ihtiyacını karşılamasının ferahlığını yaşatırken zenginlere, yardım etmenin huzurunu yaşatarak diğer kâmlık ve empatiyi güçlendirmektedir. Stres ve sıkıntı durumunda tevekkül ve kader inancıyla hareket edip acizliğini kabul ederek yüce yaratıcısına sığınanlar huzur ve mutluluğu yakalamaktadır.

Sonuç olarak yetişkinlerde dinî yönelimlerinin mutluluk düzeyine etkileri konulu çalışmaların büyük çoğunluğunda olumlu yönde anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. İlk yetişkinlere yönelik yapılan bu çalışmada da dinî yönelim ile mutluluk arasında anlamlı bir fark oluşmuş, dinî yönelim arttıkça mutluluk düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. İnsanların yaşamına bir anlam katan dinî yönelimleri onların hayata daha pozitif bakmalarını sağlayarak mutluluklarını artırmaktadır.

S o n u ç

Yapılan bu araştırmanın amacı “İlk yetişkinlerde dinî yönelim ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusunu yanıtlamaktır. Buradan hareketle öncelikle ilk yetişkinlerde demografik özellikler ile dinî yönelim arasındaki ilişki, sonrasında demografik özellikler ile mutlu-

luk arasındaki ilişki incelenmiştir. Dinî yönelim ile mutluluk düzeyi arasında çoklu regresyon analizi yapılmış ve korelasyon sonuçları incelenmiştir.

Katılımcıların cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, gelir durumu, dinî bilgi düzeyi, algılanan dindarlık durumu gibi demografik özellikleri ile dinî yönelimleri ve mutluluk düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığına dair bulgulara yönelik değerlendirmeler yapılmıştır.

Cinsiyete göre, dinî yönelimde anlamlı bir farklılaşma olduğu, mutluluk düzeyinde ise anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Dinî yönelimde kadınların aldığı puan ortalamalarının erkek katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, kadınların erkeklere göre dine daha fazla yönelimli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Medeni duruma göre, dinî yönelimde anlamlı bir farklılaşma olduğu, mutluluk düzeyinde ise anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Dinî yönelimde evli katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının bekar olduğunu belirten katılımcılara göre daha yüksek olduğu, evlilerin bekarlara göre dine daha fazla yöneldikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Öğrenim durumuna göre, dinî yönelim ve mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir. Dinî yönelimde öğrenim durumunu lise olarak belirten katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının öğrenim durumlarını önlisans-lisans ve lisansüstü olarak belirten katılımcılara göre daha yüksek olduğu, öğrenim durumu düşüğe dinî yönelimin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Mutluluk düzeyinde öğrenim durumunu ilkokul olarak belirten katılımcıların almış oldukları puan ortalamalarının eğitim durumunu önlisans-lisans ve lisansüstü olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, öğrenim durumu yükseldikçe mutluluğun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gelir durumuna göre dinî yönelim ve mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir. Dinî yönelimde gelir durumunu iyi olarak belirten katılımcıların almış olduğu puan ortalamalarının gelir durumunu orta olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, gelir durumu yükseldikçe dinî yönelimin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Mutluluk düzeyinde gelir durumunu iyi olarak belirten katılımcıların almış olduğu puan ortalamalarının gelir durumunu orta olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, gelir durumu yükseldikçe mutluluk düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Dinî bilgi düzeyine göre dinî yönelim ve mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir. Dinî yönelimde dinî

bilgi düzeyini orta olarak belirten katılımcıların almış olduğu puan ortalamalarının dinî bilgi düzeyini iyi ve çok iyi olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha düşük, zayıf olduğunu belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, dinî bilgi düzeyi yükseldikçe dinî yönelimin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Mutluluk düzeyinde dinî bilgi düzeyini iyi olarak belirten katılımcıların almış olduğu puan ortalamalarının gelir durumunu orta olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, dinî bilgi düzeyi yükseldikçe mutluluk düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Algılanan dindarlık düzeyine göre dinî yönelim ve mutluluk düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir. Dinî yönelimde algılanan dindarlık düzeyini az dindar olarak belirten katılımcıların almış olduğu puan ortalamalarının algılanan dindarlık düzeyini çok dindar ve dindar olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu, algılanan dindarlık düzeyi yükseldikçe dinî yönelimin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Mutluluk düzeyinde algılanan dindarlık düzeyini az dindar olarak belirten katılımcıların almış olduğu puan ortalamalarının algılanan dindarlık düzeyini dindar ve çok dindar olarak belirten katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu, algılanan dindarlık düzeyi yükseldikçe mutluluk düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda ilk yetişkinlerde dinî yönelim ile mutluluk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Mutluluk ile dinî yönelimin alt boyutu olan dışsal-kişisel dinî yönelim arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır. Buradan hareketle dinî yönelim arttıkça mutluluk düzeyini arttığını söylemek mümkündür.

Kaynaklar

Acaboğa, A. (2007). *Din-mutluluk ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş: Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Acar, N.V., Yıldırım, İ., & Ergene, T. (1996). Bireylerin dindarlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12, 45-56.

Aksoy, E. (2019). *Yetişkinlik döneminde hayati anlamlandırma ve dindarlık ilişkisi (Gaziantep örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Aydemir, R. E. (2008) *Dindarlık ve mutluluk ilişkisi (ilk yetişkinlik dönemi)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Aydın, M. (2018). Genç yetişkinlerde mutluluğun özgünlük ve kişisel erdemler açısından incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6 (6), 1023-1030.

Ayten, A. (2004). *Kendini gerçekleştirme ve dindarlık ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ayten, A. (2005). Kendini gerçekleştirme ve dindarlık: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2, 185-204.

Ayten, A. (2006). William James (1842–1910) ve din psikolojisinde tecrübe merkezli bir yaklaşım. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 19, 457-464.

Bahadır, A. (2011). *İnsanın anlam arayışı ve din*. İstanbul: İnsan Yayınları.

Baynal, F. (2015). Yetişkinlerde dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4, 206-231.

Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Büyüköztürk, Ş. (2013). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Ceviz, F. H. (2009). *Orta yaş ve yaşlılıkta dindarlık, mistik tecrübe ve benlik saygısız*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Cirhinlioğlu, F. G. & Ok, Ü. (2011). Kadınlar mı yoksa erkekler mi daha dindar? *Zeitschrift Für Die Welt Der Türken Journal of World of Turkes, Zjwnt Vol. 3* (1), 121-141.

Cirhinlioğlu, F. G. (2006). *Üniversite öğrencilerinde utanç eğilimi, dini yönelimler, benlik kurguları ve psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkiler*. (Basılmamış Doktora Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Cirhinlioğlu, F. G. (2010). Dini yönelimler ve önyargı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (1), 1366-1384.

Cüceloğlu, D. (1995). *Yeniden insan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Doğan, T. & Sapmaz, F. (2012). Oxford mutluluk ölçeği Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin üniversite öğrencilerinde incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25 (4), 297-304.

Erdoğan, E. (2014). Üniversite öğrencilerinde tanrı algısının dini yönelim biçimleri ile ilişkisi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11 (25), 167-185.

Eryılmaz, A. (2011). Yetişkin öznel iyi oluşu ile pozitif psikoterapi bağlamında birincil ve ikincil yetenekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 14, 17-28

Gezenler, A. (2019). *Orta yetişkinlik dönemi dindarlık ve mutluluk ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gilbert, D. (2008). *Mutluluk üzerine çeşitlemeler*. (çev. F. Şar & A. H. Gül). İstanbul: Optimist Yayınları.

Göcen, G. (2013). Pozitif psikoloji düzleminde psikolojik iyi olma ve dini yönelim ilişkisi: yetişkinler üzerine bir araştırma. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7 (13), 97-130

Gökkoca, F. Z. U. (2001). Sağlık eğitimi açısından yetişkin eğitimi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 10 (11), 412-415.

Günay, Ü. (1999). *Erzurum ve çevre köylerinde dini hayat*. Erzurum: Erzurum Kitaplığı.

Güngör, E. (1993). *Değerler psikolojisi*. Amsterdam: Hollanda Türk Akademisyenler Birliği.

Güven, H. (2008). *Depresyon ve dindarlık ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hökelekli, H. (2012). *Din psikolojisine giriş*. İstanbul: DEM Yayınları.

Karaca, F. (2007). *Dini gelişim teorileri*. İstanbul: DEM Yayınları.

Kavas, E. (2013). *Dini tutum-stresle başa çıkma*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kayıklık, H. (2003). *Orta yaş ve yaşlılıkta dinsel eğilimler*. Adana: Baki Kitabevi.

Kayıklık, H. (2011). *Din psikolojisi: bireysel dindarlık üzerine*. Adana: Karahan Kitapevi.

Kılıç, A. A. (2019). *Yetişkinlerin aldıkları din eğitimi ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişki (ismek örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kimter, N. (2008). *Benlik saygısı ve dindarlık ilişkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Koç, M. (2008) *Yetişkinlik döneminde dindarlık ile benlik kavramı değişkenleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Köftegül, Ö. (2018). *Yetişkin bireylerde ölüm kaygısı ve dindarlık*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale: Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Köylü, M. (2007). *Ruh sağlığı ve din: Batı toplumu açısından bir değerlendirme*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 23, 65-92.

Köylü, M. (2010). Ruh ve beden sağlığı ile din ilişkisi üzerine yapılan araştırmaların bir değerlendirmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 28, 5-36.

Kurt, A. (2009). Dindarlığı etkileyen faktörler. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18 (2), 1-26.

Marar, Z. (2012). *Mutluluk paradoksu özgürlük ve onaylanma*. (çev. S. Çağlayan) İstanbul: Kitap Yayınevi.

McMahon, D. M. (2013). *Mutluluk üzerine tarihsel bir çalışma*. (çev. K. Tanrıyar) İstanbul: E Yayınları.

Okumuş, E. (2020). *Genç yetişkinlerde narsisizm ve dindarlık ilişkisi Kayseri: Kocasinan ilçesi örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Onay, A. (2001). Dindarlık ölçme çalışmaları: dindarlığın ölçümünde üç farklı yaklaşım ve ölçmenin esasları. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 14 (3-4), 439-449.

Özkan, B. (2019). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve dini başa çıkma ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek mutluluk*. (çev. S. K. Akbaş). Ankara: Hyb Yayınları.

Sevindik, D. (2015). *Orta yaş dönemi bireylerde dindarlık- mutluluk ilişkisi: Denizli örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şaşmaz, Ş.C. (2016). *Çocuğu olan evli ve evli olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şengül, F. (2007). *Dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şentürk, H. (2010). *Din psikolojisine giriş*. İstanbul: İz Yayınları.

Tapdık, S. (2013). *Dindarlık algısı çerçevesinde kadın yöneticiye bakış: Ankara ilinde bir alan çalışması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tarhan, N. (2005). *Kadın psikolojisi*. İstanbul: Nesil Yayınları.

Topuz, İ. (2013). Dindarlık tipolojileri ile benlik saygısı arasındaki ilişki: yetişkinler üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 30, 139-154.

Türker, N. Y. (2018). *Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik sağlamlık ilişkisi üzerine bir araştırma*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Uysal, V. (2006). *Türkiye’de dindarlık ve kadın*. İstanbul: Dem Yayınları.

Vural, M. E. (2016). *Yetişkinlerde alçakgönüllülük, dindarlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yapıcı, A. (2007). *Ruh sağlığı ve din*. Adana: Karahan Yayınları.

Yapıcı, A. (2012). Türk toplumunda cinsiyete göre dindarlık farklılaşması: bir meta-analiz denemesi. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (2), 1-34.

Yapıcı, A., Kayıklık, H. (2005). Ruh sağlığı bağlamında dindarlığın öz saygı ve kaygı ile ilişkisi: *Çukurova Üniversitesi örneği. Değerler Eğitimi Dergisi*, 3 (9), 177- 206.

Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri*. Ankara: Bağlam Yayınları.

Yıldırım, S. (2020). *Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi: Antalya kamu çalışanları örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Antalya: Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yoğurtçu, F. (2009). *Yetişkinlerde dindarlık ve ruh sağlığı*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yüce, F. (2009). *Gençlerde dini yönelim ve kişilik*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

* Bu makale, birinci yazarın *İlk yetişkinlerde dini yönelim - mutluluk ilişkisi* (2015) başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.