

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DİNDARLIK VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

AN INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PIETY AND  
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN UNIVERSITY STUDENTS

## İLYAS PÜR

DR. ÖĞR. ÜYESİ, NEVŞEHİR HACI BEKTAŞ VELİ ÜNİVERSİTESİ, DİN PSİKOLOJİSİ ANABİLİM DALI,  
DR. NEVŞEHİR UNIVERSITY, PSYCHOLOGY OF RELIGION DEPARTMENT,  
NEVŞEHİR/TURKEY

[ilyaspur@hotmail.com](mailto:ilyaspur@hotmail.com)

<http://orcid.org/0000-0002-7795-8212>

<http://dx.doi.org/10.46353/k7auifd.1090203>

### Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types  
Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Received  
21 Mart / March 2022

Kabul Tarihi / Accepted  
25 Haziran / June 2022

Yayın Tarihi / Published  
Haziran / June 2022

Yayın Sezonu / Pub Date Season  
Haziran / June

#### Atıf / Cite as

Pür, İlyas, "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [An Investigation of the Relationship Between Piety and Psychological Well-Being in University Students]". Kilis 7 Aralık Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi - Journal of the Faculty of Theology 9/1 (Haziran/June 2022): 327-353.

İntihal / Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi. / This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

Published by Kilis 7 Aralık Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi - Kilis 7 Aralık University, Faculty of Theology, Kilis, 79000 Turkey.

[ilahiyatdergisi@kilis.edu.tr](mailto:ilahiyatdergisi@kilis.edu.tr)



## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DINDARLIK VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ\*

### Öz

Bu çalışmanın amacı psikolojik iyi oluş ile dindarlık arasındaki ilişkinin tespit edilmesidir. Araştırmanın problemi “Üniversite öğrencilerinin dinî yaşayış düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında nasıl bir ilişki olduğu” dur. İnsanoğlu var olduğu andan itibaren öğrenen ve öğrendikçe değişen ve gelişen çok yönlü bir yapıya sahiptir. Teknolojik ve bilimsel alandaki ilerlemelerle değişerek küreselleşen dünya bireyleri ve toplumları etkilemektedir. Bu etki sebebiyle insanların yaşam biçimleri ve kültürel değerleri de değişmektedir. Psikolojik süreçler de bu değişimlerden birisidir. Bu durum psikolojinin önemini artırmasının yanı sıra din ve dindarlığa olan ihtiyacı da arttırmaktadır. Çünkü kişinin davranışsal, duygusal ve bilişsel değişiminin en büyük fonksiyonu dindir. Zira dinin ilke ve prensipleri, bireyin karakter ve değerlerinin oluşmasında etkilidir. Nitekim bireyler, inançlarından ve kişisel tecrübelerinden hareketle hem bilişsel hem de davranışsal olarak huzur bozucu olaylarla karşılaşabilmektedirler. Dinin bireyin hayatına anlam ve güven sunması dinin bireye sağladığı destek ve yaşanan bireysel dinî tecrübelerin sağladığı pozitif duygu sayesinde birey bu olaylarla başa çıkabilmek için Tanrı ile manevi bir bağ kurar. Kişi bu bağ sayesinde kendini mutlu hissederek psikolojik iyi oluş düzeyini artırır. Ayrıca kişi dinin sağladığı sosyal destek sayesinde de yalnız olmadığını ve hayatında birilerinin var olduğunu bilir. Bu ise bireyin psikolojik iyi oluş seviyesinin artmasını sağlar. Hayatının bir anlam ve amacının olduğunun bilinmesi bireye geleceğe yönelik iyimser bir bakış açısı kazandırır. Bu da onun yaşadığı hayat memnuniyetini yükseltir. Dinin davranışsal ve duygusal boyutlarını tecrübe eden birey, hayatına özgüven, mutluluk ve psikolojik iyi oluş gibi pozitif duygular katarak bunlar sayesinde hayatta karşılaşılan negatif duygularla başa çıkabilmektedir. Dinin psikolojik iyi oluşu nasıl etkilediği sorusu ise din psikolojisinin incelediği temel konulardan birisidir. Bu araştırmanın temel problemi ise “üniversite öğrencilerinin dinî yaşayış düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında nasıl bir ilişki olduğu”dur. Özellikle Batı dünyasında dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiler hem teorik hem de empirik yöntemlerle incelenmektedir. Dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin nasıl ve ne yönde olduğunu sorgulayan literatür içerisinde birbirleriyle uyuşan ve uyuşmayan bilgi ve bulgulara rastlamak mümkündür. Zira dindarlığın psikolojik iyi oluş üzerindeki tek yönlü ve indirgemeci yaklaşımlarından kaçınmak gerekir. Çünkü dindarlığın bazı şekilleri psikolojik iyi oluş üzerinde negatif, bazıları ise pozitif yönde etkide bulunabilir. Bu, bireyin dini nasıl algıladığı ve onu nasıl anlamlandırdığı ile ilgili bir durumdur. Dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiler sadece din psikologlarının değil aynı zamanda psikologlar hatta sosyologlar tarafından da araştırılmaktadır. Psikolojik sağlığı tanımlamada kullanılan temel ölçütlerden birisi de bireyin yaşadığı hayattan mutlu olmasıdır. Diğer bir ifadeyle, yaşadığı hayatta mutlu ve huzurlu olan kişilerin psikolojik sağlıklarının iyi olduğu kabul edilir. Hayatta tecrübe edilen olayların biçimi ve içeriği bireyin içsel huzurunu, psikolojik iyi oluşunu ve dengesini etkilemektedir. Bu konuda özellikle dinî açıklama biçimleri birçok durumda psikolojik iyi oluş ve mutluluk kaynağı olabilmektedir. Zira dinler, potansiyel olarak bireylerin algılamalarını ve hayata bakışlarını etkilemekte ve onların yaşamlarını kolaylaştırmaktadır. Bu araştırmanın amacı dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Çalışmanın

\* Bu çalışma Mersin Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından 226 karar sayısıyla ile 13.12.2021 tarihinde onaylanmıştır.

örneklemi Mersin Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan 382 kişiden oluşmaktadır. Bu çalışmada ölçme araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Dinî Yaşayış Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada ilk olarak bazı demografik değişkenler ile psikolojik iyi oluş ve dinî yaşayış arasındaki ilişkilere bakılmış daha sonra ise psikolojik iyi oluş ile dinî yaşayış arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen analiz verilerine göre şu sonuçlara ulaşılmıştır: Kız öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve dinî yaşayış düzeyleri erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Yaş ve gelir düzeyi değişkenlerinde ise anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Psikolojik iyi oluşa ilişkin toplam varyansın %23'ü dindarlık değişkeni tarafından açıklanmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Din Psikolojisi, Din, Dindarlık, Psikoloji, Psikolojik İyi Oluş.

## AN INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PIETY AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN UNIVERSITY STUDENTS

### Abstract

This study aims to determine the relationship between psychological well-being and religiosity. The problem of the research is "What kind of a relationship is there between the level of the religious life of university students and their psychological well-being". Human beings have a versatile structure that learns from the moment they exist and changes and develops as they learn. The globalizing world, changing by technological and scientific advances, affects individuals and societies. Because of this effect, people's lifestyles and cultural values also change. Psychological processes are one of these changes. This situation increases the importance of psychology as well as the need for religion and religiosity. Because religion is the biggest function of a person's behavioral, emotional, and cognitive change. The norms and principles of religion are effective in the formation of an individual's character and values. As a matter of fact, individuals may encounter disturbing events both cognitively and behaviorally due to their beliefs and personal experiences. The individual makes a spiritual connection with God due to the positive feelings provided by personal religious experiences and the trust as well as meaning brought by the religion to overcome these events. As a result of this bond, the person improves the level of psychological well-being as they feel happy. Also, due to the social support provided by religion, the one knows that they are not alone and that there are people in their life. This increases the psychological well-being of the individual. Knowing that life has a meaning and purpose gives the individual an optimistic perspective for their future endeavors. This increases their life satisfaction. Individual, who experiences behavioral and emotional dimensions of religion, includes positive emotions such as self-confidence, happiness, and psychological well-being in their life, and as a result of this, they can cope with negative emotions encountered in life. The question of how religion affects psychological well-being is one of the main issues examined by the psychology of religion. The main focus of this research is "what kind of relationship exists between the level of religious life and psychological well-being within university students". The relations between piety and psychological well-being are examined with both theoretical and empirical methods, especially in the Western world. It is possible to come across compatible as well as incompatible information and findings in the literature questioning how the relationship between piety and psychological well-being is structured and the direction of this relationship. This is a matter of how the individual perceives religion and makes sense of it. The relationships between piety and psychological well-being are investigated not specifically by psychologists of religion but also by psychologists in general and sociologists. One of the basic criteria used to define psychological health is the extent

in which an individual is happy with their life. In other words, people who are happy and peaceful in their life are considered to have good psychological health. The formation and content of the events experienced in life affect the inner peace, psychological well-being, and balance of the individual. In this regard, various forms of religious explanation can be a source of psychological well-being and happiness in many cases. It is because religions potentially affect individuals' perceptions and perspectives on life while making their lives easier. The aim of this research is to determine the relationship between religiosity and psychological well-being. The sample of the study consists of 382 people studying in different departments at Mersin University. In this study, Personal Information Form, Religious Life Scale, and Psychological Well-Being Scale were used as measurement tools. At first, the relationship between some demographic variables as well as psychological well-being and religious life were examined, and then the relationship between psychological well-being and religious life were examined. According to the analysis data, the following results were obtained. Levels of psychological well-being and religious life among female students were found to be significantly higher than those among male students. No significant relationship was found between the variables of age and income levels. 23% of the total variance in psychological well-being is explained by the variable of religiosity.

**Keywords:** Psychology of Religion, Religion, Piety, Psychology, Well-Being.

## GİRİŞ

Din, insan hayatını etkileyen en önemli faktörlerden birisidir. Daha geniş düşünüldüğünde din, bir yaşam felsefesidir. Din bir başka açıdan ise bireyin günlük yaşamındaki eylemlerini etkileyen bir unsur olarak değerlendirilebilir. Dinsel tutum ve inançlar, bireyin diğer bireylerle olan ilişkilerini, ahlaki ve değer yargılarını önemli oranda etkilemektedir.<sup>1</sup> Bu sebeple din, inançları, adetleri ve birtakım sosyal gruplara ait ibadet biçimlerini içermesinin yanı sıra bireysel tecrübeleri de ihtiva etmelidir.<sup>2</sup>

Ülkemizde din ve gençlik üzerinde yapılan çalışmaların sayısı az olmakla birlikte özellikle bu konuyla ilgili din psikolojisi alanında yapılan çalışmalar hızla artmaktadır. Bu sahadaki ilk eser Feriha Baymur'un 1961 yılında lise öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmadır. Bu araştırmaya göre din, gençlerin dünyasında diğer faktörlerin üstünde yer almaktadır.<sup>3</sup> Zira gençlerin içinde bulunduğu sosyal çevre de onun din ile ilişkisinin şekillenmesinde önemli bir unsurdur. Bu anlamda dinî bir çevrede yetişen genç ile dinî bakımdan yoksun bir ortamda büyüyen genç arasında önemli fark olması normaldir.<sup>4</sup> Bu veriler ışığında, olumlu kişilik özelliklerinin

<sup>1</sup> Belma Özbaydar, *Din ve Tanrı İnanıcının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma* (İstanbul: Baha Matbaası, 1970), 5.

<sup>2</sup> Orhan Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi* (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, 2011), 40.

<sup>3</sup> Hayati Hökelekli, *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2002), 11-27.

<sup>4</sup> Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*, 42.

ve sağlıklı bir ruh yapısının geliştirilmesinde ve şekillenmesinde de din büyük bir fonksiyona sahiptir. Buna ek olarak dinler sundukları ilke ve prensiplerle topluma ve bireylere huzurlu ve mutlu bir yaşam biçimi kazandırarak önemli görevler icra etmektedirler.<sup>5</sup>

Psikolojik iyi oluş kavramı kişinin başkaları ile uyumlu olması, öz güven, öz saygı ve mutluluk gibi duyguları daha fazla yaşaması ve bir problemle karşılaştığında bununla daha kolay başa çıkabilmesi anlamlarına gelmektedir. Bireysel açıdan gençlik dönemi her ne kadar fiziksel güçlenme anlamına gelse de psikolojik problemlerin en yoğun yaşandığı bir dönem olarak karşımıza çıkar.<sup>6</sup> Din bu anlamda içerdiği öğretiyi ve ibadetler sayesinde gençlerin düşünce, duygu ve davranışlarına yön vererek onların hem ruh sağlıklarına ve hem de psikolojik iyi oluşlarına olumlu yönde etkide bulunmaktadır.<sup>7</sup> Bu çalışma üç temel probleme dayanmaktadır. Bunlardan ilki gençlerin cinsiyet, yaş ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine oranla psikolojik iyi oluş ve dinî yaşayış seviyeleri değişmekte midir? İkincisi dinî yaşayış ile psikolojik iyi oluş arasında nasıl bir ilişkiden söz edebiliriz? Diğeri ise dindarlığın psikolojik iyi oluşu ne oranda yordadığıdır?

Çalışmanın neticesinde ulaşılan sonuçlar çalışmanın yapıldığı zaman ve yerle sınırlıdır. Bu sonuçlar herkes için geçerli değildir. Alanyazında psikolojik iyi oluş üzerinde çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Ancak psikolojik iyi oluş ile dindarlık arasında yapılan çalışmalar daha az sayıdadır. Bu konu daha önce Öztürk<sup>8</sup> tarafından lise öğrencileri, Ulu<sup>9</sup> ve Satan<sup>10</sup> tarafından üniversite öğrencileri, Çınar<sup>11</sup> tarafından din görevlileri, Balcı<sup>12</sup> ve Ayhan<sup>13</sup> tarafından değişik yaş gruplarındaki bireylerde incelenmiştir.

## 1. TEMEL KAVRAMLAR

### 1.1. Dindarlık

Dindarlık, psikolojik, toplumsal ve biyolojik olmak üzere çok çeşitli

<sup>5</sup> Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*, 44.

<sup>6</sup> Necmi Karşlı, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık", *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 53 (2021): 165-194.

<sup>7</sup> Karşlı, *İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık*, 166.

<sup>8</sup> Yusuf Öztürk, *Ergenlerde Dindarlık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çarşamba Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi, 2017), 68.

<sup>9</sup> Mustafa Ulu, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşları ile Değer Yönelimleri Arasındaki İlişki". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (SAUIFD)*, 37 (2018), 183-215.

<sup>10</sup> Aysin Aydınay Satan, "Dini İnanç ve Bilişsel Esneklik Düzeylerinin Öznel İyi Oluş Düzeyine Olan Etkisi", 21. *Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi* 3/7 (2014): 56.

<sup>11</sup> Hatice Acar Çınar, "Din Görevlilerinde Dindarlık Biçimleri ve Psikolojik İyilik Halleri: Sivas Örneği", *Journal of Turkish Studies* 13/26 (2018): 1.

<sup>12</sup> Fatma Balcı, *Psikolojik ve Öznel İyi Olma Hali ile Dini İnançlar Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme* (Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2011), 153.

<sup>13</sup> Hatice Ayhan, *Dini Tutumun Adaletle Duyarlılık, Ahlaki Yüreklilik ve Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Kastamonu Üniversitesi, 2019), 66.

faktörlerden oluşmaktadır. Kişinin dindarlığından söz edildiğinde onun duygularından, arzularından, korku ve endişelerinden bahsediliyor demektir. Diğer taraftan bireysel ve toplumsal hayatla sıkı bir ilişkisi olan dindarlığın boyutları da çok önemlidir. İnsan, doğası gereği farklı yönleri olan bir varlıktır. Dolayısıyla dindarlığın boyutları da çok yönlüdür. Bu itibarla bireyin dindarlığını ve dindarlığının boyutlarını da onun çok çeşitli hayat tecrübesinde aramak gerekmektedir.<sup>14</sup> Buna ilaveten dindarlık kişilik yapısıyla da yakından ilişkilidir. Örneğin; kişi hoşgörüsüz bir düşünce yapısına sahipse o kişide cezalandırıcı bir dindarlık anlayışı oluşacak; ancak birey hoşgörülü ve anlayışlı bir kişiliğe sahipse o bireyde sevecen bir dindarlık anlayışı gelişecektir.<sup>15</sup>

Gençlik dönemi, zihinsel, psikolojik ve fizyolojik değişimlerin hızlı bir şekilde ortaya çıktığı kişisel açıdan önemli özellikleri bünyesinde barındıran bir çağdır.<sup>16</sup> Bu zihinsel ve psikolojik değişimlerden ötürü gençlik dönemi sorgulamaların en çok yaşandığı bir evredir. Bu nedenle genç çevresinin dinsel değerleri üzerinde etraflıca düşünmeye başlar. Bu düşünme sonucunda gençte Allah'ın varlığı, dinsel ritüeller ve konulara yönelik şüphe ve tereddütler belirmeye başlar. Ayrıca fizyolojik açıdan gençteki cinsel gelişmeyle birlikte fizyolojik ihtiyaçlar ile dinin kuralları çatışmaya başlayınca genç birtakım ruhsal bunalımlar ve çatışmalar yaşar. Fakat din bu çatışmanın nedeni olduğu gibi gencin varoluşsal sorularına cevap vererek onda kimlik oluşumuna da katkı sağlar.<sup>17</sup> Bilimsel araştırmalarda ergenlik çağı kendi içerisinde ilk, orta ve son ergenlik olmak üzere üç kısma ayrılmıştır. Ergenliğin ilk döneminde psikolojik ve fiziksel gelişim ile birlikte dinî gelişimde de bir hareketlilik yaşanmaktadır. Zira bu dönemde dinsel gelişim yaşı da denmektedir. Gençler bu evrede duygusal açıdan çalkantılar yaşarlar. Küçük yaşlarda gizli bulunan ve henüz ortaya çıkmamış olan dinî duygular ergenlik döneminde bilinç alanına çıkar. Ergen bu yüzden dinsel istek ve arzu ile dünyaya yönelim sağlar. Bu arzu ve arayışın etkisiyle zihinsel gelişim belirli bir noktaya gelerek dinsel uyanışın oluşumunu sağlar.<sup>18</sup> Fakat ilk ergenlikteki bu zihinsel gelişim bazı problemlere

<sup>14</sup> Hasan Kayıklık, "Bireysel Dindarlığın Psikolojik Kaynakları", *Dini Araştırmalar* 5/13 (2002): 38-39.

<sup>15</sup> İlyas Pür, *Ortaöğretim Öğrencilerinde Dinî Hayat ile Kaygı ve Yalnızlık Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma* (Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, 2020), 13.

<sup>16</sup> Neda Armaner, *Din Psikolojisine Giriş* (Ankara: Ayyıldız Matbaası, 1980), 91; Hasan Kayıklık, *Din Psikolojisi* (Adana: Karahan Yayınevi, 2011), 97.

<sup>17</sup> Abdülkerim Bahadır, "Ergen Kişiliği Bağlamında Din-Kişilik İlişkisi", *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 14 (2002): 111-123; Kayıklık, *Din Psikolojisi*, 98-99; Ahmet Albayrak, "Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği: İmam-Hatip Lisesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma", *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* içinde, ed.Hayati Hökelekli (İstanbul: Dem Yayınları, 2015), 369-404; Ali Köse-Ali Ayten, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2015), 119-120.

<sup>18</sup> Armaner, *Din Psikolojisine Giriş*, 92-94; Selahattin Parlador, *Din Eğitimi Bilimine Giriş* (İzmir, 1996),

sebeptir. Din psikolojisi açısından bakıldığında bu dinsel uyanışla birlikte ergende dinî şüphe ve tereddütlerin yoğun olarak yaşandığı dönem ilk ergenlik dönemidir. Soyut düşüncenin uyanışı ile birlikte ergende tenkit ve muhakeme gücü gelişir. Bu sebeple ergen, her şeyin kaynağına inmeye çalışarak olayların gerçek sebebine ulaşmaya çalışır.<sup>19</sup>

## 1.2. Psikolojik İyi Olma

Psikolojik iyi olma kavramı, pozitif psikolojinin en önemli konularından birisidir. Dünya Sağlık Teşkilatı 1948 tarihinde psikolojik iyi oluşu, bireyde herhangi bir zihinsel hastalığın bulunmaması ile açıklarken bazı psikologlar ise psikolojik iyi oluşu yapılandırmaya ve tanımlamaya gitmişlerdir.<sup>20</sup> Bu tanımlardan birisi de psikolojik iyi oluşun hayat tarzından oluşan çok yönlü bir yapı olduğudur. Bu çok boyutlu bir yapıya göre psikolojik iyi oluş çevresel egemenlik, özerk olma, çevresel gelişim ve başkaları ile iyi ilişkiler kurma gibi geniş bir alanı kapsamaktadır.<sup>21</sup> Bu tanımlardan bir diğeri de kişinin yaşamında üzüntü-mutluluk duygusunun üzüntü duygusuna galip gelmesidir.<sup>22</sup> Bilimsel çevrelerde mutluluğun ne olduğu konusunda halen ortak bir tanım yapılamasa da mutluluk kavramı bazı psikologlar tarafından içgüdüler, fizyolojik süreçler ve kişilik kavramlarıyla değerlendirilir. Sosyologlar ise mutluluğu sosyal bir olgu kavramı ile açıklarken; filozoflar ahlâksal bir durum olarak değerlendirirler.<sup>23</sup> Mutluluk duygusu iyi bir ruh sağlığı göstergelerinden biri olmakla beraber tek başına yeterli değildir. Çünkü insanın mutlu olduğu bazı durumlar, psikolojik bir rahatsızlığın sebebi de olabilmektedir.<sup>24</sup>

Psikoloji biliminin önde gelen temsilcileri psikolojik iyi oluş ve mutluluk üzerine bazı görüşler ileri sürmüşlerdir. Bu psikologlardan biri olan William James, mutluluğu bütün insanların sürekli sürdürmeyi istediği gizli bir motivasyon kaynağı olarak görür. Aynı zamanda James, dinî tecrübeyi dinsel hayatın en önemli faktörü olarak kabul eder. Ona göre bu

47; Naci Kula, "Gençlik Döneminde Kimlik ve Din", *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi* içinde, ed. Hayati Hökelekli (İstanbul: Dem Yayınları, 2015), 40-45.

<sup>19</sup> Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi* (Samsun: Aksiseda Matbaası, 2000), 173-174; Abdülkerim Bahadır, "Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler: Lise Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma", *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi* içinde, ed. Hayati Hökelekli (İstanbul: Dem Yayınları, 2015), 308-313; Kula, *Gençlik Döneminde Kimlik ve Din*, 40-45.

<sup>20</sup> Ulu, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşları İle Değer Yönelimleri Arasındaki İlişki", 185.

<sup>21</sup> Carol Diane Ryff, "Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being", *Journal of personality and social psychology* 57/6 (1989), 1069.

<sup>22</sup> Karşlı, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık", 168.

<sup>23</sup> Wolfgang Glatzer, "Happiness: Classic Theory in the Light of Current Research", *Journal of Happiness Studies* 1/4 (2000): 501.

<sup>24</sup> Norman M. Bradburn, *The structure of psychological well-being* (Chicago: Aldine Publishing Company, 1969), 8.

tecrübe mutluluğun temel kaynağıdır.<sup>25</sup> Freud ise hayatın temel amacının hazza ulaşmak olduğunu savunur. Bu sebeple mutluluk Freud'a göre ilkel bir yapı arzeder ve ego'dan ortaya çıkar. Ona göre mutluluk içgüdüsel ve cinsel haz ile aynıdır.<sup>26</sup> Fromm ise mutluluğu Freud'dan farklı olarak değerlendirerek asıl mutluluğun sevgi ve akıl güçlerinin doğru kullanımından kaynaklandığını ileri sürer.<sup>27</sup> Mutluluk ile ilgili birçok araştırma yapan Diener, mutluluğun üç önemli özelliğinden söz eder. Ona göre ilk olarak mutluluk kişinin kendi tecrübesi ile kazandıklarıdır. Bu öznel bir yapı arzeder. İkinci olarak mutluluk olumsuz durumların yokluğu ile değil, olumlu faktörlerin varlığını içerir. Son olarak ise mutluluk hayata yönelik genel bir değerlendirmedir.<sup>28</sup> Pozitif psikoloji ve mutluluk üzerine birçok çalışma yapan Seligman, pozitif duyguları erdem, güç ve yaşam ile ilgili olaylar olarak üç kısımda incelemiştir. Ona göre iyimser duygular geçmiş, şuan ve gelecek olarak üç bölümde ele alınabilir.<sup>29</sup>

Psikolojik iyi oluş ve mutluluk ile ilgili ileri sürülen fikirler öznel ve nesnel iyi olma üzere iki kısımda değerlendirilebilir. Öznel iyi olma fikrine göre mutluluk kişinin bir şeyi sevip sevmemesidir. Nesnel iyi oluş ise kişisel isteklerden ziyade daha genel isteklere önem verir. Bunlar arasında sağlık, sosyo-ekonomik düzey ve sosyal davranış biçimleri sayılabilir.<sup>30</sup> Psikolojinin önde gelen isimlerinden Freud ve Maslow psikolojik iyi oluş ve mutluluk ile ilgili bazı teoriler öne sürmüşlerdir. Bu teoriler psikanalitik ve hümanistik yaklaşım çerçevesinde açıklanmaya çalışılmıştır. Bu psikologlara göre asıl psikolojik iyi oluş ve mutluluk, bireyin haz alması, yeme içme ve cinsellik gibi içgüdüsel arzuların giderilmesi, kişinin maddi ve manevi ihtiyaçlarının karşılanması ve istenilen bir amaca ulaşmak gibi durumlardır.<sup>31</sup> Diğer taraftan psikolojik iyi oluşu genetik faktörlerle açıklayan bilim adamları da vardır. Bartels ve Baselmans'a göre psikolojik iyi oluş

<sup>25</sup> William James, *The varieties of religious experience: a study in human nature: being the Gifford lectures on natural religion delivered at Edinburgh in 1901-1902* (Mineola, N. Y. Dover Publications, 2002), 66.

<sup>26</sup> Sigmund Freud, *Civilization and its Discontents* (New York: W. W. Norton Company, 1961), 23-31.

<sup>27</sup> Erich Fromm-David Ingleby, *The sane society* (London, New York: Routledge, 2008), 196.

<sup>28</sup> Ed Diener, "Assessing subjective well-being: Progress and opportunities", *Social Indicators Research* 31/2 (1994): 106.

<sup>29</sup> Martin E. P. Seligman, *Authentic Happiness* (New York: The Free Press, 2002), 282-283.

<sup>30</sup> Jukka Varelius, "Objective Explanations of Individual Well-Being", *The Explanation of Happiness*, ed. Antonella Delle Fave, *Happiness Studies Book Series* (Dordrecht: Springer Netherlands, 2013), 15; Michael Eid-Randy J Larsen, *The Science of subjective well-being* (New York: Guilford Press, 2008), 4.

<sup>31</sup> Freud, *Civilization and its Discontents*, 23-31; Abraham Maslow, *Motivation and Personality* (New York: Harper & Row Publishers, 1954), 99; Joachim C. Brunstein, "Personal goals and subjective well-being: A Longitudinal study", *Journal of Personality and Social Psychology* 65/5 (1993): 1061; Robert A. Emmons, "Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being.", *Journal of Personality and Social Psychology* 51/5 (1986): 1058.



genetik ve değişmeyen bir özelliğe sahiptir. Bu bilim adamlarına göre genetik faktörünün psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi % 40 civarındadır.<sup>32</sup>

### 1.3. Dindarlık ve Psikolojik İyi Oluş

Dinsel bir inanca sahip olmak ve bu inancın sunmuş olduğu prensipleri kabul ederek yaşama uygulamaya çalışmak kişinin hayatını ve yaşam memnuniyetini doğrudan etkilemektedir. Dindar bireyler karşılaştıkları olumsuz olayları kabul ettikleri inanç sistemi sayesinde çözüme kavuşturabilmektedirler. Dolayısıyla bu inanç sistemleri insanların olumsuz olaylarla baş edebilmelerine ve kendilerini psikolojik açıdan daha iyi hissetmelerine olanak tanımaktadır.<sup>33</sup> Buna ek olarak din, insanların başına gelen hem olumlu hem de olumsuz bütün olayların üstün ve büyük güç sahibi bir yaratıcının takdiri ve iradesi ile olduğunu belirterek kişide güvenlik duygusu oluşturmaktadır.<sup>34</sup> Dini ibadetlerin ve özellikle de şükretmenin insan üzerinde maddi manevi birçok etkisi bulunmaktadır. Şükretmek kişinin yaşamındaki negatif olaylarla mücadelesinde, kişiler arası ilişkilerde, fiziksel, ruhsal ve ahlksal durumunu iyileştirmede özellikle hayat ile daha mutlu, huzurlu ve barışık olmasında yani yaşam doyumunda etkili bir faktördür.<sup>35</sup> Bu konuda yapılan bilimsel çalışmalarda dinin ilke ve prensiplerinin insan hayatına öz kontrol, sabır, empati ve anlam gibi birçok olumlu duygu kazandırdığı buna karşılık insanı olumsuz duygu ve davranışlardan önemli ölçüde koruduğu ve psikolojik iyi oluşa katkıda bulunduğu ortaya çıkmıştır.<sup>36</sup> Buna ek olarak; din ve dinî inanç kişiye sosyal destek sağlayarak psikolojik iyi oluşa pozitif açıdan katkısı olmaktadır. Sosyal destek yaşamın bütün dönemlerinde gerekli olmakla birlikte yaşlılıkta daha önemli hale gelmektedir. Çünkü yaşlı bireyler hem beden hem de ruh sağlığı açısından sosyal desteğe ihtiyaç duymaktadırlar. İslâm dininde günde beş vakit namazın farz olması, yine teravih, cuma ve bayram namazlarının cemaatle kılınması bireye sosyal destek sağlamakta, onların birlik ve dayanışmasını pozitif yönde etkilemekte ve psikolojik iyi oluş düzeylerini artırmaktadır.

<sup>32</sup> Meike Bartels-Bart M. L. Baselmans, "Molecular genetics of psychological well-being", *Genetics of Psychological Well-Being* (Oxford: Oxford University Press, 2015), 163.

<sup>33</sup> Öztürk, *Ergenlerde Dindarlık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çarşamba Örneği)*, 1.

<sup>34</sup> Karşlı, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık", 175.

<sup>35</sup> Gülüşan Göçen, *Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması* (Ankara: Ankara

Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2012).

<sup>36</sup> Karşlı, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık", 173.

Balcı'nın<sup>37</sup>, Öztürk'ün<sup>38</sup> Gürsu'nun<sup>39</sup>, Ayten'in<sup>40</sup>, Tuzgöl'ün<sup>41</sup>, Göçen'in<sup>42</sup>, Beyaz ve Kaldık'ın<sup>43</sup>, Maltby ve arkadaşlarının<sup>44</sup> çalışmalarında da dindarlık ile psikolojik iyi olma arasında pozitif yönde manidar ilişki tespit edilmiştir.

### Araştırmanın Hipotezleri

1. Kız öğrencilerin dini yaşayış skorları erkek öğrencilerden yüksektir.
2. Örneklemin yaşı ilerledikçe psikolojik iyi oluş düzeyi ve dini yaşayış düzeyleri artmaktadır.
3. Örneklemin aylık gelir düzeyi yükseldikçe psikolojik iyi oluş düzeyi ve dini yaşayış düzeyleri yükselmektedir.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini 2021-2022 eğitim ve öğretim yılında Mersin Üniversitesinde öğrenimi devam eden örnekleme yöntemiyle seçilen 382 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemin 122'si (%31, 9) 18-20 yaş grubunda, 205'i (%53,7) 21-23 yaş grubunda, 33'ü (%8,6) yaş grubunda yer almaktadır. Örneklemin 248'i (%64,9) kadın, 134'ü (%35, 1) erkektir. Örneklemin 42'sinin (%11, 0) sosyo-ekonomik düzeyi düşük, 89'nun (%23, 3) orta, 251'nin (%65, 7) ise ekonomik düzeyi yüksektir.

### 2.2. Veri Toplama Araçları

#### 2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırma anketinin demografik değişkenler içeren bu kısmında katılımcıların yaş, cinsiyet ve ekonomik durumu ile ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır.

<sup>37</sup> Balcı, *Psikolojik ve Öznel İyi Olma Hali ile Dini İnançlar Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme*, 153.

<sup>38</sup> Öztürk, *Ergenlerde Dindarlık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çarşamba Örneği)*, 68.

<sup>39</sup> Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*, 255.

<sup>40</sup> Ali Ayten, "Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir

Araştırma", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13 (2013), 7.

<sup>41</sup> Meliha Tuzgöl Dost, "Ruh Sağlığı ve Öznel İyi Oluş", *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 20 (2005).

<sup>42</sup> Gülüşan Göçen, "Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dini Yönelim İlişkisi: Yetişkinler Üzerine

Bir Araştırma", *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7/13 (2013), 97.

<sup>43</sup> Rafet Beyaz - Behçet Kaldık, "Üniversite Gençliğinde Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi: Tokat Gaziosmanpaşa

Üniversitesi Örneği", *Journal of International Social Research* 11/60 (2018): 622.

<sup>44</sup> John Maltby v.dğr., "Religious orientation and psychological well-being: The role of the frequency of personal prayer", *British Journal of Health Psychology* 4/4 (1999): 363.

### 2.2.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Psikolojik iyi oluş ölçeğini Diener ve arkadaşları<sup>45</sup> geliştirmiştir. Ölçekten alınan skorlar en düşük 8 ile en yüksek 56 skor arasında değişmektedir. Ölçek; olumsuz duygular, psikolojik iyi oluş, olumlu duygular ve ikisi arasındaki denge ve pozitif düşünme kavramlarını içermektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik araştırması ve Türkçe'ye uyarlanması Telef<sup>46</sup> tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 8 maddeden oluşmaktadır. Geçerlik çalışmasında, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ve benzer ölçek geçerliği metotları yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizden elde edilen sonuç toplam varyansın %42'sini açıklayan tek faktörlü bir yapıdır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksleri uygun görülebilir düzeyde olduğu saptanmıştır. Psikolojik iyi oluş ölçeğinin güvenilirlik Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.80'dir. Ölçeğin test- tekrar test güvenilirliği ise 0.86'dır. Ölçek maddeleri yeterli düzeyde ayırt edicidir. Bu çalışmada Psikolojik İyi Oluş ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır.<sup>47</sup> Ölçeğin psikometrik özellikleri 5 üniversitede ve toplam 573 öğrenciye uygulanmış ve iyi düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğu tespit edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizinde toplam varyansın %68'inin açıklandığı ve maddelerin 6 faktörde toplandığı görülmüştür. Faktör yükleri .30 ile .94 arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= .07, NFI= .97, CFI= .98, GFI= .93 ve SRMR= .06 olarak bulunmuştur.

### 2.2.3. Dinî Hayat Ölçeği

İlk şekli Kayıklık'ın<sup>48</sup> geliştirdiği Dinî Hayat Ölçeği (DYÖ), sonraları Kayıklık ve Kalgı<sup>49</sup> tarafından gözden geçirilmiştir. Ölçek; ibadet, iman ve ahlâk olmak üzere toplam üç kısımdan oluşmaktadır. Bu kısımların her birisi 12'ser maddedir. Ölçeğin inanç boyutunda en düşük 12, en yüksek 84 skor alınabilmektedir. Ölçeğin hem ahlâk hem de ibadet boyutları da 12'ser maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin ibadet ve ahlak boyutlarından elde edile-

<sup>45</sup> Ed Diener ve ark. "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction", The Oxford Handbook of Positive Psychology, kitap editörü Ed Diener ve ark., ed. Shane J. Lopez - C.R. Snyder (Oxford University Press, 2009), 247.

<sup>46</sup> Bülent Baki Telef. "Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması". *Hacettepe*

*Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), (2013), 374.

<sup>47</sup> Telef, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması, 381-382.

<sup>48</sup> Hasan Kayıklık, *Orta yaş ve yaşlılıkta Dinsel Eğimler* (Adana: Baki Kitabevi, 2003).

<sup>49</sup> Hasan Kayıklık ve Mehmet Emin Kalgı "Dinsel Yaşayış Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması." *Çukurova*

*Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (1), (2017): 1-19.

bilecek asgari skor 12, maksimum skor ise 84'tür. Yapılan işlemlerin neticesinde ölçekten elde edilebilecek asgari skor 36, maksimum skor ise 252'dir. Bununla birlikte örneklem ortanın üstünde bir skor elde edebiliyorlarsa dindar olarak nitelendirilmektedir. Dinsel yaşayış ölçeğini oluşturan maddelerin iç tutarlık katsayısı 0.93 olarak bulunmuş ve Faktör-1, Faktör-2 ve Faktör-3'ün iç tutarlık katsayısı sırasıyla 0.82, 0.93 ve 0.87 olarak hesaplanmıştır. Güvenirlilik katsayısının 0.70 ve üstünde çıkması test skorlarının güvenilirliği için uygunluk arz etmektedir. Ölçeğin yapı geçerliğine bakmak amacıyla açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. İbadet boyutu için uygulanan faktör analizine göre maddelerin faktör yük değerleri 0.39 ile 0.74, inanç kısmı için uygulanan faktör analizine göre maddelerin faktör yük rakamları 0.79 ile .97, ahlâk boyutu için uygulanan faktör analizine göre maddelerin faktör yük değerleri 0.63 ile 0.83 oranında değişmektedir. Üç faktörlü 36 maddelik "Dinsel Yaşayış Ölçeği"nin kuramsal yapısını test etmek için yapılan "Doğrulamalı Faktör Analizi-DFA" çalışmasında; modelin uyum indekslerinden  $X^2/sd$ 'nin değeri 1.93, NFI değeri 0.91, NNFI değeri 0.95, CFI değeri 0.95, SRMR değeri 0.07 ve RMSEA değeri 0.07 olarak bulunmuştur.<sup>50</sup> Bu değerlerin "Doğrulamalı Faktör Analizi-DFA" sonucunda ölçeğin faktör yapısının uyumunun iyi olduğunu göstermektedir.

### 2.3. Veri Toplama İşlemi ve Analizi

Araştırma verilerinin toplanabilmesi için etik kurul kararı ve uygulama izni alınmıştır. Bu araştırma 2021-2022 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Mersin Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan 382 birey üzerinde gönüllülük esasına göre anket uygulaması gerçekleştirilmiştir. Uygulama yapılmadan önce katılımcılara elde edilen verilerin gizli kalacağı hususunda bilgi verilmiştir. Araştırmada elde edilen verilerin analizi için SPSS (v20) yazılımı kullanılmıştır. Öncelikle yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, dinin birey için önemi ve dindar hissetme durum değişkenlerine bakılmış sonra psikolojik iyi oluş ve dinsel yaşayışın demografik değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Son olarak ise dinsel yaşayış ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki tespit edilmiştir. Yapılan analizlerde korelasyon, t-testi, tek yönlü Anova, dini yaşayışın psikolojik iyi oluşu hangi oranda yordadığını tespit etmek için regresyon analizi ve Pearson korelasyon işlemleri uygulanmış ve anlamlı olan bulgulara araştırmada yer verilmiştir.

<sup>50</sup> Kayıklık ve Kalgı, *Dinsel Yaşayış Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması*, 11.

## 3. BULGULAR

Tablo 1: Demografik Değişkenler

		n	%
Cinsiyet	Kadın	248	64,9
	Erkek	134	35,1
Yaş	18-20 yaş	122	31,9
	21-23 yaş	205	53,7
	24-26 yaş	33	8,6
	27-30 yaş	9	2,4
	31 yaş ve üstü	13	3,4
Aylık Gelir	1500 TL altı	42	11,0
	1500-3000 TL arası	89	23,3
	3000 TL üstü	251	65,7
Dinin Birey İçin Önemi	Hiç Önemli Değil	61	16,0
	Biraz Önemli	74	19,4
	Önemli	129	33,8
	Çok Önemli	118	30,9
Dindar Hissetme	Hiç Dindar Değil	94	24,6
	Biraz Dindar	149	39,0
	Dindar	119	31,2
	Çok Dindar	20	5,2

Tabloda örneklemin kişisel bilgilerinin dağılımı sunulmuştur. Elde edilen verilere göre örneklemin % 64,9'u kadın ve % 35,1'i erkektir. Katılımcıların % 53,7'si 21-23 yaş aralığındadır. Ankete katılanların % 65,7'sinin aylık geliri 3000 TL üstüdür. Dinin birey için önemi sorusuna katılımcıların % 33,8'i önemli yanıtını vermiştir. Dindar hissetme durumunda ise katılımcıların % 39'u biraz dindar olduğunu dile getirmiştir.

Tablo 2. Dinsel Yaşayış ve Psikolojik İyi Oluş Değişkenlerinin Betimsel İstatistikleri

	$\bar{x}$	ss.	min.	maks.	çarpıklık	basıklık
Psikolojik İyi Oluş	40,19	9,45	8	56	-0,950	1,233
İnanç	66,77	24,18	12	84	-1,268	0,127
Ahlâk	60,37	23,88	12	84	-0,892	-0,541
İbadet	47,24	23,15	12	84	-0,001	-1,180
Dinsel Yaşayış	174,38	63,20	36	252	-0,808	-0,486

Psikolojik İyi Oluş ve Dinsel Yaşayış ölçeklerine yönelik elde edilen verilerin normal dağılıma uygunluğunu tespit etmek amacıyla basıklık ve çarpıklık değerleri hesaplanmıştır. Ölçeklerden elde edilen çarpıklık ve basıklık oranlarının +3 ile -3 arasında olması normal dağılım için uygun kabul edilmektedir.<sup>51</sup> Buna göre her iki ölçekte normal dağılım göstermektedir. Bu nedenle analizlerde parametrik testler tercih edilmiştir.

**Tablo 3. Cinsiyete Göre Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık Düzeyleri**

	Kadın		Erkek		t	p
	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.		
Psikolojik İyi Oluş	40,75	8,85	39,16	10,43	1,568	0,118
İnanç	68,45	22,55	63,66	26,76	1,763	0,079
Ahlâk	63,90	22,94	53,85	24,29	4,002	0,000*
İbadet	49,03	23,00	43,93	23,13	2,062	0,040*
Dinsel Yaşayış	181,38	61,07	161,44	65,23	2,973	0,003*

Tablo 3'deki verilere göre kadınların psikolojik iyi oluş ortalaması  $\bar{x}=40,75$  iken erkeklerin ise  $\bar{x}=39,16$ 'dır. Uygulanan t testi (114)=1.568 sonucunda kadınların psikolojik iyi oluş seviyelerinin erkeklerden istatistiksel anlamda daha yüksek düzeyde olduğu bulgulanmıştır. ( $p=.0,118$ ,  $p<.05$ ). Ayrıca tablo 3'teki verilere göre kadınların dinsel yaşayış ortalaması  $\bar{x}=181,38$  iken erkeklerinki  $\bar{x}=161,44$ 'dür. Uyguladığımız t testi (114)=2.973 sonucunda kadınların dinsel yaşayış düzeylerinin erkek katılımcılardan istatistiksel anlamda daha yüksek düzeyde olduğu bulgulanmıştır ( $p=.0,003$ ,  $p<.05$ ). Buna ek olarak; dinsel yaşayış inanç, ahlâk ve ibadet alt boyutlarında da kadınların skoru erkeklerden istatistiksel yönden anlamlı oranda daha yüksek bulgulanmıştır.

<sup>51</sup> Kazım Özdamar, *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi* (Ankara: Nisan Kitabevi Yayınları, 2015), 256.

**Tablo 4. Yaş Durumuna Göre Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık Düzeyleri**

Dini Yaşayış	18-20 Yaş		21-23 Yaş		24-26 Yaş		27-30 Yaş		31 yaş ve üstü		F	P
	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.		
Psikolojik İyi Oluş	40,22		40,92		35,91		41,33		38,62			
İnanç	70,45		64,89		70,91		65,22		52,38			
Ahlâk	60,66		59,71		66,27		64,00		50,77			
İbadet	48,89		45,99		52,36		55,11		33,08			
Yaşayış	180,00		170,59		189,55		184,33		136,23			
	57,69		64,90		54,68		84,19		78,15			
	21,52		23,80		20,91		32,24		21,44			
	23,08		24,25		19,33		29,05		30,95			
	2,145		2,093		1,073		2,242		1,767			
	0,075		0,103		0,385		0,084		0,158			

Tablo 4'teki verilere göre katılımcıların yaşlarına göre psikolojik iyi oluş, dini yaşayış inanç, ahlâk ve ibadet alt boyut skorlarının bağımsız örneklem ANOVA sonuçları görülmektedir. F testi (114)=2.145, 2.093, 1.073, 2.242, 1.767 sonuçları görülmektedir. Yapılan bu analiz sonuçlarına dayanarak yaş değişkeni ile psikolojik iyi oluş, dini yaşayış inanç, ahlâk ve ibadet alt boyut skorlarında istatistiksel yönden manidar fark görülememektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5. Aylık Gelir Durumuna Göre Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık Düzeyleri**

Dinsel Yaşayış	1500 TL altı		1500-3000 TL arası		3000 TL üstü		F	P
	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.		
Psikolojik İyi Oluş	37,50		39,94		40,73			
İnanç	68,45		69,48		65,53			
Ahlâk	61,19		64,52		58,77			
İbadet	50,52		51,01		45,35			
Yaşayış	180,17		185,01		169,65			
	61,68		56,68		65,30			
	24,69		22,70		23,11			
	11,64		20,53		24,50			
	2,158		2,455		1,941			
	0,117		0,087		0,145			

Tablo 5'e göre katılımcıların aylık gelir durumlarına göre psikolojik iyi oluş, dini yaşayış inanç, ahlâk ve ibadet alt boyut skorlarının bağımsız örneklem ANOVA sonuçları görülmektedir. F testi (114)=2.158, 1.142, 1.941, 2.455, 2.151 verileri elde edilmiştir. Yapılan bu analize göre örneklemin aylık gelir seviyesi ile psikolojik iyi oluş, dini yaşayış inanç, ahlâk ve ibadet alt boyut skorları arasında istatistiksel açıdan manidar bir fark görülmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6. Dinin Birey İçin Önemine Göre Psikolojik İyi Oluş ve Dini Yaşayış Düzeyleri**

	Hiç Önemli Değil		Biraz Önemli		Önemli		Çok Önemli		F	p
	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.		
	Psikolojik İyi Oluş	38,67	10,49	39,59	7,87	40,67	8,82	40,83		
<i>İnanç</i>	30,92	22,09	59,15	21,19	76,65	13,66	79,28	14,06	94,134	0,000*
<i>Ahlâk</i>	34,90	24,58	47,84	22,39	67,40	17,68	73,72	14,83	58,903	0,000*
<i>İbadet</i>	23,59	18,57	35,11	19,73	50,81	17,31	63,18	18,49	75,733	0,000*
Dinsel Yaşayış	89,41	55,57	142,09	52,60	194,86	36,86	216,18	39,54	103,180	0,000*

Tablo 6'da dinin birey için önemine göre psikolojik iyi oluş ve dinî yaşayış alt boyut skorlarının ANOVA testi F (114) =0.915, 94.134, 58.903, 75.73, 103.18 sonuçları görülmektedir. Tablo 6'daki verilere göre dinin birey için öneminde inanç alt boyut skoru yönünden istatistiksel oranda manidar bir fark vardır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre, hiç önemli değil yanıtı verenlerin inanç alt boyut skoru diğer tüm gruplardan düşüktür. Ayrıca biraz önemli yanıtı verenlerin inanç alt boyut skoru, önemli ve çok önemli yanıtı verenlerden düşük, hiç önemli değil diyenlerden yüksektir.

Dinin birey için öneminde ahlâk alt boyut skoru yönünden istatistiksel oranda manidar bir fark vardır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre, bütün gruplar arasında manidar fark tespit edilmiştir. Hiç önemli değil diyenlerin ahlâk alt boyut skoru en düşük çıkarken çok önemli diyenlerin ahlâk alt boyut skoru ise en yüksek bulunmuştur.

Dinin birey için önemi grupları arasında ibadet alt boyut skoru yönünden istatistiksel oranda manidar bir fark vardır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre, bütün gruplar arasında manidar fark tespit edilmiştir. Hiç önemli değil di-



yenlerin ibadet alt boyut skoru en düşük çıkarken çok önemli diyenlerin ibadet alt boyut skoru ise en yüksek tespit edilmiştir.

Dinin birey için önemi grupları arasında dinî yaşayış skoru bakımından istatistiksel olarak manidar fark bulunmaktadır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre bütün gruplar arasında manidar fark tespit edilmiştir. Hiç önemli değil diyenlerin dinî yaşayış skoru en düşük tespit edilirken çok önemli diyenlerin dinî yaşayış skoru ise en yüksek bulgulanmıştır. Fakat tablo 6'daki verilerde dinin birey için önemi ile psikolojik iyi oluş skorlarında herhangi bir manidar farka rastlanmamıştır ( $p=0,434$ ,  $p>0,05$ ).

**Tablo 7. Dindar Hissetme Durumuna Göre Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri**

	Hiç Dindar Değil		Biraz Dindar		Dindar		Çok Dindar		F	p
	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.	$\bar{x}$	ss.		
Psikolojik iyi oluş ölçeği	38,47	10,06	40,36	8,68	41,30	9,62	40,50	10,64	1,620	0,184
İnanç	39,22	26,33	71,21	17,90	80,70	7,45	80,25	13,35	78,488	0,000*
Ahlâk	38,88	24,08	61,72	20,69	72,71	16,06	77,90	8,86	60,020	0,000*
İbadet	27,39	19,95	46,03	19,38	59,88	18,10	74,35	9,97	92,007	0,000*
Dinsel Yaşayış Ölçeği	105,50	60,35	178,97	48,04	213,29	33,58	232,50	24,74	100,068	0,000*

Tablo 7'deki verilerde dindar hissetme durumuna göre psikolojik iyi oluş ve dinî yaşayış alt boyut skorlarının ANOVA testi  $F(114)=1.620, 78.488, 60.020, 92.007, 100.068$  sonuçları görülmektedir. Bu verilere göre; dindar hissetme skorları ile inanç alt boyut skoru bakımından istatistiksel olarak manidar fark bulunmaktadır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre hiç dindar değilim yanıtını verenlerin inanç alt boyut skoru diğer tüm gruplardan düşüktür. Ayrıca biraz dindarım yanıtını verenlerin inanç alt boyut skoru dindarım yanıtını verenlerden düşük tespit edilmiştir.

Dindar hissetme skorları ile ahlâk alt boyut skoru bakımından istatistiksel yönden manidar fark bulgulanmıştır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre hiç dindar değilim yanıtını verenlerin ahlâk alt boyut skoru diğer tüm gruplardan düşüktür. Ayrıca biraz dindarım yanıtını verenlerin ahlâk alt boyut skoru dindarım ve çok dindarım diyenlerden düşük bulunurken hiç dindar değilim diyenlerden ise yüksek bulunmuştur.

Dindar hissetme skorları ile ibadet alt boyut skoru bakımından istatistiksel açıdan manidar fark vardır ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre bütün gruplar

arasında manidar fark tespit edilmiştir. Hiç dindar değilim diyenlerin ibadet alt boyut skoru en düşük çıkarken çok dindarım diyenlerin ibadet alt boyut skoru ise en yüksek bulunmuştur.

Dindar hissetme skorları ile dinî yaşayış skoru bakımından istatistiksel yönden manidar fark vardır. ( $p=0,000$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre bütün gruplar arasında manidar fark tespit edilmiştir. Hiç dindar değilim diyenlerin dinî yaşayış skoru en düşük çıkarken çok dindarım diyenlerin dinî yaşayış skoru ise en yüksek bulunmuştur. Fakat tablo 7'deki verilerde dindar hissetme skorları ile psikolojik iyi oluş skorlarında istatistiksel açıdan manidar ilişki bulunmamıştır ( $p=0,184$ ,  $p>0,05$ ).

**Tablo 8: Dini Yaşayış ile Psikolojik İyi Oluş Korelasyonları**

Psikolojik İyi Oluş		
İnanç	r	0,160
	p	0,002
Ahlâk	r	0,137
	p	0,007
İbadet	r	0,106
	p	0,038
Dinî Yaşayış	r	0,152
	p	0,003

Tablo 8'de Psikolojik iyi oluş ile dinî yaşayış ve alt boyutlarının ilişki testi sonuçları görülmektedir. Pearson korelasyon katsayılarına göre 0-0.25 çok zayıf, 0.26-0.49 zayıf, 0.50-0.69 orta, 0.70-0.89 yüksek, 0.90-1.00 ise çok yüksek ilişki anlamına gelmektedir.<sup>52</sup> Tablo 8'deki verilere göre; Dinî yaşayış inanç alt boyut skoru ile psikolojik iyi oluş skoru ( $r=0,160$ ) arasında pozitif açıdan oldukça düşük bir ilişki vardır. Dinî yaşayış ahlâk alt boyut skoru ile psikolojik iyi oluş skoru ( $r=0,137$ ) arasında oldukça düşük bir ilişki vardır. Dinî yaşayış ibadet alt boyut skoru ile psikolojik iyi oluş skoru ( $r=0,106$ ) arasında pozitif yönlü düşük bir ilişki vardır. Dinî yaşayış genel skoru ile psikolojik iyi oluş skoru ( $r=0,152$ ) arasında pozitif açıdan düşük bir ilişki bulunmaktadır.

<sup>52</sup> Yahşi Yazıcıoğlu ve Samiye Erdoğan. *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Detay Yayıncılık, 2014).

**Tablo 9. Psikolojik İyi Oluş ile Dinsel Yaşayış Arasındaki Regresyon Analiz**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	Sonnuları			Model		
		$\beta$	t	p	F	p	R <sup>2</sup>
Psikolojik İyi Oluş	sabit	36,230	25,763	0,000	8,985	0.003	0.023
	Dinsel	0,023	2,998	0,003			
	Yaşayış						

Tablo 9'da psikolojik iyi oluş ile dinsel yaşayış kavramlarının basit regresyon analizi sonuçlarına ait bulgulara ulaşılmıştır. Regresyon analizi  $F=8.985$  sonuçlarına göre dinsel yaşayış, psikolojik iyi oluş'u anlamlı düzeyde yordamaktadır ( $p<0,5$ ). Regresyon analizinde bağımsız değişken olarak dinî yaşayış, bağımlı değişken olarak ise psikolojik iyi oluş kabul edilmiştir. Uygulanan basit regresyon analizi sonucunda dinî yaşayışın psikolojik iyi oluş üzerinde %23 oranında etkisinin olduğu bulunmuştur ( $\beta=36,230$ ,  $p=.000<.05$ ). Bu duruma göre örneklemin dinî yaşayış düzeyi yükseldikçe psikolojik iyi oluş düzeyi de %23 oranında yükselecektir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada kadın katılımcıların psikolojik iyi oluş seviyelerinin erkek katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Böyle bir durumun olmasında kadınların daha duygusal bir yapıya sahip olmaları ve problemlerle başa çıkmada diğer hemcinsleriyle paylaşımcı olmaları ve sosyal destek almaları kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerini artırmaktadır. Erkeklerin ise mali sorumluluklarının kadınlardan fazla olması ve son zamanlarda artan istihdam ve barınma ile ilgili problemlerin baş göstermesi erkek öğrencilerin psikolojik iyi oluş seviyelerini düşürmektedir. Buna ek olarak; kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek çıkmasında diğer bir etken de dindarlıktır. Nitekim bu çalışmada kadınların dindarlık seviyelerinin anlamlı şekilde erkeklerden yüksek çıktığı bulgulanmıştır. Aydın'ın yaptığı araştırmada da kadınların dindarlık düzeyinin erkeklerden yüksek çıktığı tespit edilmiş fakat bu anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır.<sup>53</sup> Benzer şekilde Yapıcı'nın bu konu ile ilgili yaptığı araştırmada da cinsiyet ile dindarlık arasındaki ilişkide kadınlar lehine bir ayrışmanın olduğu tespit edilmiştir.<sup>54</sup> Buna sebep olarak kadınların

<sup>53</sup> Cüneyd Aydın. "Üniversite Öğrencilerinin Dini Tutum ile Hayattaki Anlam Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 6/4 (2017): 94.

<sup>54</sup> Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*. (Adana: Karahan Kitabevi, 2013), 183.

mutluluk, sevgi, güven ve sabır gibi pozitif duyguları daha fazla yaşamaları ve hayatta karşılaşılan sıkıntılı durumlar için dinin tedavi edici ve koruyucu özelliğinden daha çok faydalanmaları onların dindarlık düzeylerinin erkek öğrencilerden yüksek çıkmasında etkili olmuş olabilir. Karşılı'nın Trabzon ilahiyat fakültesi öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada da kız öğrencilerin dindarlık düzeyleri erkeklerden yüksek çıkmıştır.<sup>55</sup> Tura'nın çeşitli yaş ve meslektan kişiler üzerinde yaptığı çalışmasında da kadınların dindarlık düzeyleri anlamlı derecede erkeklerden yüksek çıkmıştır.<sup>56</sup> Yine Ulu tarafından ilahiyat fakültesinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada da kız öğrencilerin dindarlık düzeyleri erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.<sup>57</sup> Fakat cinsiyet ile dindarlık ilişkisi üzerine yapılan diğer çalışmalarda farklı sonuçlarla karşılaşmaktayız. Aydın'ın dindarlık ile bilinçli farkındalık arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında erkeklerin dindarlık düzeyinin kadınlardan yüksek çıktığını tespit etmiştir.<sup>58</sup> Örneğin; Ok ve Cirhinlioğlu'nun yaptığı meta-analiz çalışmasında da kadınların daha dindar oldukları ancak dinî kaygı ve belirsizlikleri sık yaşadıkları ve dinin duygu boyutuna daha çok önem verdikleri saptanmıştır.<sup>59</sup>

Araştırmada yaş değişkeni ile psikolojik iyi oluş, dinî yaşayış ve alt boyutlarında herhangi bir manidar ilişki tespit edilememiştir. Manidar bir ilişki olmasa da 18-20 yaş ile 31 yaş ve üzeri arasında psikolojik iyi oluş, dinî yaşayış ve alt boyutlarında hafif derecede negatif yönde seyreden farklılıklar göze çarpmaktadır. Söz konusu farklılıkta örneklemin yaş düzeyi yükseldikçe psikolojik iyi oluş, dinî yaşayış ve alt boyutları skorlarında da yükseliş olmaktadır. Benzer şekilde Aydın tarafından yapılan araştırmada da örneklemin yaşı yükseldikçe dindarlık düzeyinin de yükseldiği tespit edilmiştir.<sup>60</sup> Yapıcı 20-23 yaş arası örnekleminde yaptığı çalışmasında da dua etme sıklığı hariç dindarlığın diğer boyutlarında manidar bir ilişki bulamamıştır.<sup>61</sup> Yine bu konu ile ilgili olarak Kimter'in<sup>62</sup>, Pür'ün<sup>63</sup>,

<sup>55</sup> Karşılı, *İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık*, 179.

<sup>56</sup> Hatice Tura, *Dindarlık, Affetme ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi,

<sup>57</sup> Ulu, *İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşları ile Değer Yönelimleri Arasındaki İlişki*, 183-215.

<sup>58</sup> Cüneyd Aydın. "Dindarlık ile Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47 (2019): 241-269.

<sup>59</sup> Fatmagül Cirhinlioğlu ve Üzeyir Ok, "Kadınlar mı Yoksa Erkekler mi Daha Dindar?", *ZFWT: Zeitschrift für die Welt der Türken* 3/1 (2011): 121-141.

<sup>60</sup> Aydın, "Dindarlık ile Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", 253.

<sup>61</sup> Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*, 193.

<sup>62</sup> Nurten Kimter, *Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi*. (Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2008).

<sup>63</sup> Pür, *Ortaöğretim Öğrencilerinde Dinî Hayat ile Kaygı ve Yalnızlık Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma (Mersin Örneği)*.

Gürsu'nun<sup>64</sup> ve Yakut'un<sup>65</sup> yaptığı çalışmalarda da yaş ile dindarlık arasında manidar bir ilişki bulunamamıştır. Ancak her ne kadar anlamlı olmasa da genel anlamda bir değerlendirme yapıldığında ülkemizde yapılan araştırmalara bakıldığında yaş ile birlikte dindarlığın da artma eğiliminde olduğu görülmektedir.<sup>66</sup>

Bu araştırmada katılımcıların aylık gelir durumlarına göre psikolojik iyi oluş skorları bakımından istatistiksel olarak manidar bir fark tespit edilememiştir. Manidar bir ilişki olmasa da gelir durumu ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı düzeyde olmasa da farklılık vardır. Diğer bir ifadeyle, örneklemin gelir düzeyi yükseldikçe psikolojik iyi oluş skorlarında da yükselme olmaktadır. Literatüre bakıldığında araştırma bulgusunu destekler nitelikte gelir düzeyine göre psikolojik iyi oluş düzeylerinde manidar bir ilişkinin olmadığını tespit eden çalışmalar vardır. Eryücel<sup>67</sup>, Acar Çınar<sup>68</sup> ve Topuz'un<sup>69</sup> yaptıkları araştırmalarda örneklemin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile gelir düzeyleri arasında manidar bir ilişki bulunamamıştır. Gelir düzeyi ile dindarlık ilişkisi üzerine de pek çok çalışma yapılmıştır. Bireylerin gelir düzeyi ile sosyal durumu ele alındığında sosyo-ekonomik düzey ve sosyal sınıf kavramları da kullanılmıştır. Aylık gelir seviyesi genellikle üst, orta ve alt olmak üzere üç gruba ayrılmaktadır. Ancak burada yapılan sınıflama ve tanımlamalar hem bilimsel ölçütlere göre farklılık göstermekte hem de bu gruplandırmaların ülkelere göre farklı anlamlar içerdiği bilinmektedir. Bu araştırmada aylık gelir değişkeni ile dinî yaşayış ve alt boyutlarında herhangi bir manidar ilişki tespit edilememiştir. Benzer şekilde Kızılgeçit<sup>70</sup>, Şengül<sup>71</sup>, Gürsu<sup>72</sup> ve Baynal<sup>73</sup> tarafından yapılan araştırmalarda da dindarlık ile sosyo-ekonomik düzey arasında manidar bir ilişkiye ulaşılamamıştır. Kaya ve Aydın tarafından yapılan bir araştırmada da gelir düzeyi ile dindarlık arasında manidar bir ilişki tespit edilmemiştir.<sup>74</sup> Gelir

<sup>64</sup> Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*.

<sup>65</sup> Selahattin Yakut, *Öğretmenlerde Yabancılaşma, Yalnızlık ve Dindarlık İlişkisi: Polatlı Örneği*. (Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, 2016)

<sup>66</sup> Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*, 193.

<sup>67</sup> Sema Eryücel, "Din Hizmetleri Çalışanlarında Dini Yönelim ve Psikolojik İyi Olma". *Journal of Turkish Studies*, 12/10 (2017): 118.

<sup>68</sup> Acar Çınar, *Din Görevlilerinde Dindarlık Biçimleri ve Psikolojik İyilik Halleri: Sivas Örneği*, 11.

<sup>69</sup> Cemrenur Topuz, *Üniversite Öğrencilerinde Özgeçiciliğin Öznel İyi Olusu ve Psikolojik İyi Olusu ile İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, 2013), 76.

<sup>70</sup> Kızılgeçit, *Yalnızlık, Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine: Psiko-Sosyal bir Çalışma*, 182.

<sup>71</sup> Fatma Şengül, *Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi*, (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, 2007).

<sup>72</sup> Gürsu, *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*, 183.

<sup>73</sup> Fatma Baynal, "Yetiskinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkinin Çeşitli Degiskenlere Göre İncelenmesi", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi 4/1* (2015): 217.

<sup>74</sup> Mevlüt Kaya ve Cüneyd Aydın, "Üniversite Öğrencilerinin Dini İnanç ile Ahlaki Olgunluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 30* (2011): 15-42.

düzeyle dindarlık arasında manidar bir ilişkinin çıkmamasının sebebi güncel hayat şartları ile ilgili olabilir. Zira teknolojik ve bilimsel gelişmeler sonucunda ekonomik farklılıklar ortadan kalkarak tek tip ekonomik model ortaya çıkmaktadır. Dinî hayat biçimi de bundan etkilenmektedir. Fakat bazı çalışmalarda gelir düzeyi ile dindarlık arasında pozitif yönde seyreden ilişkiler de tespit edilmiştir. Örneğin; Öztürk<sup>75</sup> ve Kimter<sup>76</sup> yapılan araştırmalarda gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin dinî uygulamaları yerine getirme davranışlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bir başka ifadeyle gelir düzeyi yükseldikçe örneklemin dindarlığı da yükselmektedir. Gelir düzeyinin yükselmesine paralel olarak dindarlığın artmasını yaşamdan alınan doyumla açıklayabiliriz. Zira maddi ihtiyaçların çoğunu elde eden bireyler, ruhsal anlamda bir boşluk içine girecekler ve bu boşluğu da dine daha fazla sarılmakla dolduracaklardır. Ancak gelir düzeyi ile dindarlık arasındaki ilişki bazen negatif yönde de olabilmektedir. Diğer bir ifadeyle; örneklemin gelir düzeyi yükseldikçe dindarlık düzeyi azalmaktadır. Zira Karanlı<sup>77</sup> ve Yapıcı<sup>78</sup> tarafından yapılan araştırmada gelir düzeyi ile dindarlık arasında negatif yönde seyreden bulgulara ulaşılmıştır. Maddi ihtiyaçlar ve çaresizlikler insanları bir dine inanmaya ve sığınmaya yöneltmektedir. Ekonomik düzeyin yüksek olması maddi ihtiyaçlara daha kolay erişim sağlamaktadır. Bu nedenle çaresizlik ve acizlik duygularının azalması dinî yaşayış seviyesini düşürebilmektedir.

Bu çalışmada dinî yaşayış ile psikolojik iyi oluş arasında zayıfta olsa pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda ise dinî yaşayışın psikolojik iyi oluş üzerinde %23 düzeyinde bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Bu itibarla öğrencilerde dindarlık oranı arttıkça psikolojik iyi oluşun da arttığı görülmektedir. Din, olumsuz hayat koşullarına, anlam arayışına ve diğer varoluşsal sorulara cevaplar vererek psikolojik iyi oluşa pozitif yönde katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda din, kötü davranışları yasaklamakta ve kişiye sabır, umut, merhamet gibi pozitif duyguları geliştirerek kişide psikolojik iyi oluşun yerleşmesini sağlamaktadır. Dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasında yapılmış çalışmalara bakıldığında genellikle bu ikisi arasında pozitif yönlü ilişkinin olduğu görülmektedir. Örneğin; Kaya ve Küçükün<sup>79</sup> üniversite örnekleminde yaptıkları bir çalışmada dinî pratikler ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü mani-

<sup>75</sup> Öztürk, *Ergenlerde Dindarlık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çarşamba Örneği)*, 55.

<sup>76</sup> Kimter, *Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi*, 195.

<sup>77</sup> Karanlı, *İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık*, 180.

<sup>78</sup> Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*, 186.

<sup>79</sup> Mevlüt Kaya - Nurettin Küçük, "İbadetler ile Hayatın Anlamı ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 42 (2017): 17.

dar ilişkiler bulunmuştur. Öztürk'ün<sup>80</sup> lise öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada da özellikle ibadet yapma davranışının öznel iyi oluşa pozitif yönde etkisinin olduğunu saptamıştır. Yine Gürsu'nun<sup>81</sup> Antalya'da yaşlı bireyler üzerinde yaptığı çalışmada dindarlık ile manevi iyi oluş arasında manidar ilişki saptanmıştır.

Dindalık ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada kız öğrencilerin psikolojik iyi oluş ve dindarlık seviyelerinin erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek çıktığı bulunmuştur. Öğrencilerin yaş ve gelir değişkenleri ile dindarlık ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında manidar bir ilişkiye ulaşılmamıştır. Dindarlık, olumsuz davranışları yasaklamakta bunun yerine umut, güven, sabır, hoşgörü ve empati gibi olumlu duyguları geliştirmekte ve psikolojik iyi oluşa katkıda bulunmaktadır. Bu çalışmada elde edilen bulgular daha önce bu konu üzerinde araştırmalarla uygunluk arz etmektedir. Araştırma sadece üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olması nedeniyle sınırlıdır. Bu konu ile ilgili daha net bir biçimde tespitlerde bulunmak için çeşitli örneklemeler üzerinde çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKÇA

- Acar Çınar, Hatice. "Din Görevlilerinde Dindarlık Biçimleri ve Psikolojik İyilik Halleri: Sivas Örneği". *Journal of Turkish Studies* 13/26 (2018): 1-18.
- Albayrak, Ahmet. "Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği: İmam-Hatip Lisesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma". *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* içinde. ed. Hayati Hökekleli. 369-404. İstanbul: Dem Yayınları, 2015.
- Armaner, Neda. *Din Psikolojisine Giriş*. Ankara: Ayyıldız Matbaası, 1980.
- Aydın, Cüneyd. "Üniversite Öğrencilerinin Dini Tutum İle Hayattaki Anlam Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 6/4 (2017).
- Aydın, Cüneyd. "Dindarlık ile Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47 (2019): 241-269.
- Ayhan, Hatice. *Dinî Tutumun Adalet Duyarlılık, Ahlaki Yüreklilik ve Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Kastamonu Üniversitesi, 2019.

<sup>80</sup> Öztürk, *Ergenlerde Dindarlık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çarşamba Örneği)*, 75.

<sup>81</sup> Orhan Gürsu, "Din, Manevi İyi Oluş ve Yaşlılık", *Journal of International Social Research* 11/61 (2018): 1176-1190.

- Ayten, Ali. "Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 13(2013): 7-31.
- Bahadır, Abdülkerim. "Ergen Kişiliği Bağlamında Din-Kişilik İlişkisi". *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 14 (2002): 111-123.
- Bahadır, Abdülkerim. "Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler: Lise Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma". *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* içinde. ed. Hayati Hökelekli. 369-404. İstanbul: Dem Yayınları, 2015.
- Balcı, Fatma. *Psikolojik ve Öznel İyi Olma Hali ile Dinî İnançlar Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2011.
- Bartels, Meike-Baselmans, Bart M. L. "Molecular genetics of psychological well-being". *Genetics of Psychological Well-Being*. 163-176. Oxford: Oxford University Press, 2015.
- Baynal, Fatma. "Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4 (1), (2015): 206- 231.
- Beyaz, Rafet - Kaldık, Behçet. "Üniversite Gençliğinde Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi: Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Örneği". *Journal of International Social Research* 11/60 (20 Aralık 2018): 622-632.
- Bradburn, Norman M. *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Publishing Company, 1969.
- Brunstein, Joachim C. "Personal Goals and Subjective Well-Being: A Longitudinal Study." *Journal of Personality and Social Psychology* 65/5 (1993): 1061-1070.
- Cirhinlioğlu, Fatmagül ve Ok, Üzeyir. "Kadınlar mı Yoksa Erkekler mi Daha Dindar?", *ZFWT: Zeitschrift für die Welt der Türken* 3/1 (2011): 121-141.
- Diener, Ed. "Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities". *Social Indicators Research* 31/2 (1994): 103-157.
- Diener, Ed - Oishi, Shigehiro - Lucas, Richard E. "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction". *The Oxford Handbook of Positive Psychology*. kitap editörü Ed Diener -Shigehiro Oishi - Richard E. Lucas. 186-194, ed. Shane J. Lopez -C.R. Snyder. Oxford University Press, 2009.
- Emmons, Robert A. "Personal Strivings: An Approach to Personality and Subjective Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* 51/5 (1986): 1058-1068.
- Eryücel, Sema. "Din Hizmetleri Çalışanlarında Dini Yönelim ve Psikolojik İyi Olma". *Journal of Turkish Studies*, 12/10 (2017): 101-122.



- Freud, Sigmund. *Civilization and its Discontents*. New York: W. W. Norton Company, 1961.
- Fromm, Erich-Ingleby, David. *The Sane Society*. London, New York: Rutledge, 2008.
- Glatzer, Wolfgang. "Happiness: Classic Theory in the Light of Current Research". *Journal of Happiness Studies* 1/4 (2000): 501-511.
- Göçen, Gülüşan. *Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, 2012.
- Göçen, Gülüşan. "Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dinî Yönelim İlişkisi: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma". *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7/13 (2013): 97-130.
- Gürsu, Orhan. *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, 2011.
- Gürsu, Orhan. "Din, Manevi İyi Oluş ve Yaşlılık". *Journal of International Social Research* 11/61 (2018): 1176-1190.
- Hökelekli, Hayati. *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2002.
- James, William. *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature: Being the Gifford Lectures on Natural Religion Delivered at Edinburgh in 1901-1902*. Mineola, N. Y: Dover Publications, 2002.
- Kahn, Jeffrey H – Hessling, Robert M – Russell, Daniel W. "Social Support, Health, and Well-Being among the Elderly: What is the Role of Negative Affectivity?" *Personality and Individual Differences* 35/1 (2003): 5/17.
- Karslı, Necmi. "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık". *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 53 (2021): 165-194.
- Kaya, Mevlüt-Aydın, Cüneyd. "Üniversite Öğrencilerinin Dini İnanç ile Ahlaki Olgunluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 30 (2011): 15-42.
- Kaya, Mevlüt - Küçük, Nurettin. "İbadetler ile Hayatın Anlamı ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 42 (2017): 17-43.
- Kayıklık, Hasan. "Bireysel Dindarlığın Psikolojik Kaynakları". *Dinî Araştırmalar* 5/13 (2002): 27-40.
- Kayıklık, Hasan. *Orta yaş ve yaşlılıkta Dinsel Eğimler*. Adana: Baki Kitabevi, 2003.
- Kayıklık, Hasan. *Din Psikolojisine Giriş*. Adana: Karahan Yayınevi, 2011.
- Kayıklık, Hasan ve Kalgı, Mehmet Emin. *Dinsel Yaşayış Ölçeği: Geçerlik Güvenir-*

- lik Çalışması. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (1) (2017): 1-19.
- Kızılgöçer, Muhammed. *Yalnızlık, Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine: Psiko-Sosyal bir Çalışma*. Ankara: Gece Kitaplığı Yayınları, 2015.
- Kımtır, Nurten. *Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi*. Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2008.
- Köse, Ali-Ayten, Ali. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2015.
- Kula, Naci. "Gençlik Döneminde Kimlik ve Din". *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*. ed. Hayati Hökelekli. 33-81. İstanbul: Dem Yayınları, 2015.
- Maltby, John - Lewis, Christopher Alan - Day, Liza. "Religious Orientation and Psychological Well-Being: The Role of the Frequency of Personal Prayer". *British Journal of Health Psychology* 4/4 (1999): 363-378.
- Maslow, Abraham. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row Publishers, 1954.
- Özbaydar, Belma. *Din ve Tanrı inancının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma*. İstanbul: Baha Matbaası, 1970.
- Özdamar, Kazım. *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi*. Ankara: Nisan Kitabevi Yayınları, 2015.
- Öztürk, Yusuf. *Ergenlerde Dindarlık ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çarşamba Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi, 2017.
- Parladır, Selahattin. *Din Eğitimi Bilimine Giriş*. İzmir, 1996.
- Peker, Hüseyin. *Din Psikolojisi*. Samsun: Aksiseda Matbaası, 2000.
- Pür, İlyas. *Ortaöğretim Öğrencilerinde Dinî Hayat ile Kaygı ve Yalnızlık Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma (Mersin Örneği)*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, 2020.
- Ryff, Carol Diane. "Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being". *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989): 1069-1081.
- Satan, Aysin Aydınay. "Dinî İnanç ve Bilişsel Esneklik Düzeylerinin Öznel İyi Oluş Düzeyine Olan Etkisi". *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi* 3/7 (2014): 56-74.
- Seligman, Martin E. P. *Authentic Happiness*. New York: The Free Press, 2002.
- Şengül, Fatma. *Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, 2007.
- Telef, Bülent Baki. "Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması". *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), (2013): 374-384.

- Topuz, Cemrenur. *Üniversite Öğrencilerinde Özgeçiliğin Öznel İyi Olus ve Psiko İyi Olus ile İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, 2013.
- Tura, Hatice. *Dindarlık, Affetme ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, 2019.
- Tuzgöl, Dost Meliha. "Ruh Sağlığı ve Öznel İyi Oluş", *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 20 (2005): 223- 231.
- Ulu, Mustafa. "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşları ile Değer Yönelimleri Arasındaki İlişki". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (SAUIFD). 20/37 (2018): 183-215.
- Varelius, Jukka. "Objective Explanations of Individual Well-Being". *The Explanation of Happiness*. Ed. Antonella Delle Fave. 15-30. *Happiness Studies Book Series*. Dordrecht: Springer Netherlands, 2013.
- Yakut, Selahattin. (2016). *Öğretmenlerde Yabancılaşma, Yalnızlık ve Dindarlık İlişkisi: Polatlı Örneği*. Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, 2016.
- Yapıcı Asım. *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi, 2013.
- Yazıcıoğlu, Yahşi ve Erdoğan Samiye. *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık, 2014.