

Yetişkinlerde Dindarlık ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi

Relationship Between Piety And Psychological Resilience In Adults

Sonay YILDIRIM - Orhan GÜRSU

Yüksek Lisans Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, sonayyildirim2507@gmail.com, Orcid ID: 0000-0002-2418-3062

Doç. Dr., Akdeniz Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, orhangursu@akdeniz.edu.tr, Orcid ID: 0000-0002-7478-371X

Makale Bilgisi	Article Information
Makale Türü – Article Type	Araştırma Makalesi / Research Article
Geliş Tarihi – Date Received	19 Ocak / January 2021
Kabul Tarihi – Date Accepted	22 Mart / March 2021
Yayın Tarihi – Date Published	25 Mart / March 2021
Yayın Sezonu	Ocak – Şubat – Mart
Pub Date Season	January – February – March

Atıf / Cite as: Gürsu, Orhan, Yetişkinlerde Dindarlık ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi/Relationship Between Piety And Psychological Resilience In Adults. *tarr: Turkish Academic Research Review*, 6 (1), 27-54. doi: 10.30622 tarr.865014

İntihal / Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelenmiş ve intihal içermediği teyit edilmiştir. / This article has been reviewed by at least two referees and confirmed to include no plagiarism. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tarr>

Copyright © Published by Mehmet ŞAHİN Since 2016- Akdeniz University, Faculty of Theology, Antalya, 07058 Turkey. All rights reserved.



Yetişkinlerde Dindarlık ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi¹

Sonay YILDIRIM - Orhan GÜRSU

Özet

Bu araştırmanın amacı, yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Bu doğrultuda, Antalya ilinde 6 farklı kamu kuruluşunda çalışan 207 erkek ve 236 kadın olmak üzere toplam 443 kişilik bir örneklem grubu oluşturulmuştur. Örneklem grubunun dini tutum ve davranışlarını belirlemek için “Motivasyonel Dindarlık Ölçeği”, psikolojik dayanıklılıklarını ölçmek için ise “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS for Windows 11.5 paket programında, doğrulayıcı faktör analizi ise Lisrel 8.7. paket programında yapılmıştır. Bulgulara göre; demografik değişkenler ile dindarlık ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı farklılıklar söz konusudur. Araştırmada motivasyonel dindarlık ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yetişkinlik, Din, Dindarlık, Psikoloji, Psikolojik Dayanıklılık

Relationship Between Piety And Psychological Resilience In Adults

Abstract

The aim of this survey is to determine the relation between piety and psychological resilience for adults. Accordingly, a sample group of 443 participants was formed, including 207 men and 236 women who were working in 6 separate public institutions in Antalya province. In order to determine the religious attitudes and behaviours of the sample group, “A Scale of Motivational Piety” was used, and “A Scale of Psychological Resilience for Adults” was used to measure their psychological resilience. The statistical analysis of the obtained data was carried out on a packaged software called SPSS for Windows 11.5, and substantiating factor analysis was carried out on a packaged software called Lisrel 8.7. According to the data obtained, there was a significant difference between demographic variables, piety and psychological resilience. In the survey, a positive significant correlation between motivational piety and psychological resilience was discovered.

Keywords: Adulthood, Religion, Piety, Psychology, Psychological Resilience

¹ Bu makale Doç. Dr. Orhan GÜRSU danışmanlığında yapılmış olan “Yetişkinlerde Dindarlık ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi: Antalya Kamu Çalışanları Örneği, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya, 2020” adlı yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

Structured Abstract

Subject of This Study

The study finds out what influence the phenomenon of religion, which has a very significant place in human life against the problems of psychological and sociological origin, has on the adulthood period, which is a vital aspect of human life.

In this study, the relationship of adulthood period and psychological resilience was addressed in the context of religion and religiosity, and examined in a holistic way. In this respect, the study examined the nature of the relationship between religious/religiosity and psychological resilience, both in theory and empirical terms, and particularly its view during the adulthood period.

Objective and Importance of This Study

The aim of this study is to investigate and analyze the impact of religion or religiosity, if any, on the psychological resilience that an individual has in the face of adverse life events and conditions that cause stress during the adulthood period. In addition, our research aims to add a different dimension to the studies on adults working in public institutions and to identify the level of motivational religiosity and psychological resilience of these people.

When we look at the studies on the subject in the relevant literature, it is observed that the issue of religiosity is addressed in relation to the psychological resilience of individuals during the adulthood period, but that there is no study about the religiosity and psychological resilience of adults working in public institutions that we have designated as a sample group.

Based on this, this study is important to contribute to this deficiency in the field and to determine the contribution of the religious beliefs of adult individuals working in these institutions, who we have designated as a sample group, to their psychological resilience in the face of the negativities they have experienced both inside and outside the institution.

Therefore, this study is considered important as it reveals the positive or negative effects of adult religion / religiosity in the face of adversities, the value of psychological resilience, and it contributes to the fields of Psychiatry, Psychological Counseling and Psychology of Religion.

Method

This is a quantitative study using quantitative data collection tools. In line with the hypotheses put forward in the study, the relationship between religiosity and psychological resilience and the influence of independent variable religiosity on

dependant variable psychological resilience are sought to be determined using relevant statistical techniques.

For this purpose, a questionnaire consisting of questions that cover the independent variables related to the subject and another questionnaire including the scales of motivational religiosity and psychological resilience were filled by the subjects. Then, statistical analysis of the data obtained was made in the SPSS for Windows 11.5 packaged software, while confirmatory factor analysis was made in Lisrel 8.7. packaged software.

Findings

When we look at the findings from the study, it is observed that, as a source of power and trust, God sub-dimension of the motivational religiosity scale has a positive significant relationship with all sub-dimensions of the psychological resilience scale. In the study, it was found that the relationship with God, as a source of power and trust, has a positive significant relationship with the self-perception ($r=0,307$; $p=0,001<0.05$), future perception ($r=0,298$; $p=0,001<0.05$), structural style ($r=0,281$; $p=0,001<0.05$), social competence ($r=0,211$; $p=0,001<0.05$), family harmony ($r=0,315$; $p=0,001<0.05$) and social resources ($r=0,297$; $p=0,001<0.05$).

The data obtained from the study show that the relationship with God, which is seen as a source of power and trust, and as a result of this relationship, some religious beliefs, feelings and thoughts have a positive effect on psychological resilience. If the believer not only believes in God, which he sees as a source of power and trust, but internalizes this faith and applies it to his life, a strong and continuous resource can be achieved in all sub-dimensions of psychological resilience. Therefore, thanks to this powerful resource, the troubles and stress experienced can be easily overcome.

When the relationship between the prosocial and religious-intellectual responsibility sub-dimensions of the motivational religiosity scale and the sub-dimensions of the psychological resilience scale is examined, it is observed that prosocial and religious-intellectual responsibility have a positive significant relationship with all sub-dimensions of the psychological resilience scale. In the study, it was found that prosocial and religious-intellectual responsibility have a significant positive relationship with self-perception ($r = 0.292$; $p = 0.001 < 0.05$), future perception ($r=0,267$; $p=0,001<0.05$), structural style ($r=0,240$; $p=0,001<0.05$), social competence ($r=0,198$; $p=0,001<0.05$), family harmony ($r=0,254$; $p=0,001<0.05$) and social resources ($r=0,254$; $p=0,001<0.05$)

Findings regarding the relationship between the prosocial and religious-intellectual responsibility sub-dimension of the motivational religiosity scale and the

sub-dimensions of the psychological resilience scale can be seen as an expression of a strong relationship between the variables. Accordingly, we will have learned that all sub-dimensions of psychological resilience will be positive to the extent that the religiosity in individuals turns into prosocial (spiritual assistance) behaviors. In other words, the relationship with God, which is considered as a source of power and trust, and the knowledge acquired after this relationship will not only be at the level of belief, emotion and thought, but also will turn into a behavior, thus a strong religiosity and, as a result, strong psychological well-being and psychological resilience will be achieved.

When the relationship between the motivational religiosity scale, in other words, the general religiosity and the sub-dimensions of the psychological resilience scale is examined, It is observed that the motivational religiosity scale has a positive significant relationship with all sub-dimensions of the psychological resilience scale. In the study, it was found that there is a statistically positive and significant relationship between motivational religiosity and self-perception ($r=0,314$; $p=0,001<0.05$), future perception ($r=0,298$; $p=0,001<0.05$), structural style ($r=0,275$; $p=0,001<0.05$), social competence ($r=0,214$; $p=0,001<0.05$), family harmony ($r=0,302$; $p=0,001<0.05$) and social resources ($r=0,291$; $p=0,001<0.05$) These data show that there are positive and significant relationships between the motivational religiosity scale and the psychological resilience scale on the basis of all sub-dimensions.

Conclusion and Discussion

According to the findings that we obtained in this study, which examined the relationship between religiosity and psychological resilience in adults; There is a significant positive relationship between the religiosity and psychological resilience level of adults . The data we have and the results obtained from the relevant literature also confirm the information stated in fundamental Islamic sources about the belief in God, which is accepted as a source of power and trust, and the positive effects of prosocial behaviors based on this belief on psychological resilience.

It is observed that faith, worship and welfare are emphasized in Hadith and in many parts of the Quran. It is the most beautiful of all those feelings such as inborn refuge, trust and commitment that humans accept and seek the existence of a supreme power, seek refuge with prayer and supplication.

Thanks to this faith, man has been able to alleviate and overcome the loneliness, despair, fears, sadness and tremors, illnesses, misfortunes and disasters that emerged in his psychological structure and life. Because his faith has given him

hope, consolation and confidence. Man has made his life meaningful thanks to this faith that he has and the strength and confidence he has attained; he has sought to do useful things for him, around him and for society.

Knowing that man is protected by a divine power and source of trust above and beyond himself, taking shelter, endurance and trust in this power when he is in trouble have an important value on adult psychology. Because faith in God, which is accepted as a source of power and trust, and prosocial behaviors based on this faith, as well as giving meaning to life, assume a strong support and protective function in providing a strong sense of control, establishing a balance and harmony with the inner world and outer world of the individual, and in keeping the individual psychologically resilient against the negativities experienced.

Given the relevant literature, there are many examples that illustrate this positive contribution of religion on adult psychological resilience. In this context, the relationship of religious-psychological resilience should not only be on the agenda of religious psychologists, but also on the agenda of psychologists, psychiatrists and psychological consultants.

In conclusion, it can be said that there may be many other factors that affect psychological resilience, as well as the significant impact of religion on psychological resilience. In this sense, with practices that deal with the relationship between religion and psychological resilience and include wider society segments, more stable and valid results can be reached. According to the results of this study, although a positive significant relationship exists between religion and psychological resilience, we are convinced that the generalization of the subject is not very accurate by looking at these results.

In order to make a generalization, more studies about the relationship between religion and psychological resilience should be carried out using different methods for different sample groups, and the effects of religion on psychological resilience should be examined.

1. Giriş

Bütün canlıların hayatında bir gelişme, karar bulma ve gerileme devresi vardır. İnsan hayatı içinde bu böyledir. Çocukluk ile ergenlik çağındaki bedeni ve zihni gelişmeler sonucu; fiziksel, zihinsel, duygusal, ahlaki ve sosyo-kültürel bakımdan belirli bir olgunluğa ermenin göstergesi olan yetişkinlik, yaşam döngüsü içerisinde ortaya çıkan ve insan hayatının önemli bir dönüm noktasını kapsayan bir evre olması açısından oldukça önemlidir (Kılıç, 2013: 8-9).

Yetişkinlik dönemi fiziksel, psikolojik ve sosyal anlamda olgunlaşan bireyin, bir taraftan hem bireysel hem de toplumsal anlamda insanlığa önemli katkılar sağladığı diğer taraftan hayatın anlamına dair düşüncelerin yoğunlaştığı ve gelecek nesillere karşı gerçek bir kaygının da ortaya çıktığı dönemdir. Her ne kadar bu dönem genellikle olumlu bir esenlik ve zihinsel sağlık dönemi olsa da dönem içerisinde yaşanan bazı olaylar psikolojik ve sosyal işlevsellikte radikal değişimleri içeren bir dönem olarak da kabul edilmektedir (Krok, 2015: 26).

Yetişkinlik, yaşamın gereklerine uyum sağlama, ortaya çıkan sorunlarla başarılı bir şekilde mücadele etme ve bunların üstesinden gelebilme adına sürekli değişim gösteren bir süreçtir (Onur, 2017: 103-104). Yetişkinlik dönemiyle birlikte hayata atılan birey, sosyal yaşamında ve iş hayatında birçok risk faktörüyle karşı karşıya kalabilmektedir. Bu risk faktörlerinin zarar verici etkilerine karşı bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere birçok koruyucu faktöre ihtiyaç duyabilmektedir (Akçakanat vd., 2018: 174).

Yetişkinlik döneminin yapısından kaynaklanan sorunlarla birlikte, hızlı yaşam döngüsü, sanayileşme ve sosyo-demografik özellikler olarak tanımlanan yaş, cinsiyet, ekonomik durum ve eğitim durumu gibi özelliklerin, psikolojik ve de sosyolojik kökenli problemlerin görünümünde büyük ölçüde belirleyici olduğu yönünde çok sayıda çalışma ortaya konulmuştur (Gürsu, 2011: 1).

Öte yandan psikolojik dayanıklılık kavramının pozitif psikolojinin de etkisiyle sıkça gündeme geldiği görülmektedir. Psikolojik dayanıklılık, karşılaşılan problemlerle baş edebilme becerisi olarak anlamlandırılabilen ve bireyin kalıtsal olarak getirdiği özellikleri çevresel koşullarla işlevsel hale getirmesi ve potansiyellerini daha da geliştirmesi süreci olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik dayanıklılık kavramı özellikle travmatik süreçler karşısında psikososyal anlamda bağımsızlık sisteminin bir göstergesi olarak kabul edilmiş ve yetişkinlik döneminde de

etkisine yönelik birçok veri sunulmuştur. Alan yazında psikolojik sağlamlığın; psikolojik uyum, mutluluk, öz anlayış ve çatışma çözme becerisi, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu, iyimserlik, öz yeterlilik ve benlik saygısı, empati, öznel iyi oluş gibi olumlu anlam yükleyebileceğimiz değişkenlerle pozitif yönlü; depresyon, anksiyete, mesleki tükenmişlik, yalnızlık, sosyal dışlanma ve sosyal kaygı, umutsuzluk gibi olumsuz değişkenlerle negatif yönlü ilişkisi olduğunu gösteren çok sayıda araştırma mevcuttur (Yakut, 2020).

Bu çalışmada, insan hayatının önemli bir everesini oluşturan yetişkinlik döneminde psikolojik ve sosyolojik kökenli problemler karşısında insan hayatında çok önemli bir yere sahip olan din olgusunun ne gibi bir etkisinin olduğu konu edinilmektedir. Psikoloji literatürüne baktığımızda yetişkinlik dönemi ile ilgili çok sayıda çalışmanın yapıldığını görmekteyiz. Fakat ilgili literatürde din değişkeninin bu süreç üzerindeki etkisinin yeterince incelenmediği gerçeğini de belirtmemiz gerekiyor. Din psikolojisi alanında konu ile ilgili çalışmalar yapılmışsa da (Söylev, 2019: 70-84) yetişkinlik, din/dindarlık ve psikolojik dayanıklılık ilişkisini bir bütün olarak inceleyen çalışmaların yeterli düzeyde olmadığını ifade edebiliriz. Bu çalışmada, yetişkinlik dönemi ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi din, dindarlık çerçevesinde ele alınıp bir bütünlük içerisinde incelenmiştir. Bu anlamda çalışmada hem teorik hem de ampirik açıdan din/dindarlık ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin mahiyeti ve özellikle de yetişkinlik dönemindeki görünümü, etkisi araştırılmıştır.

2. Yöntem

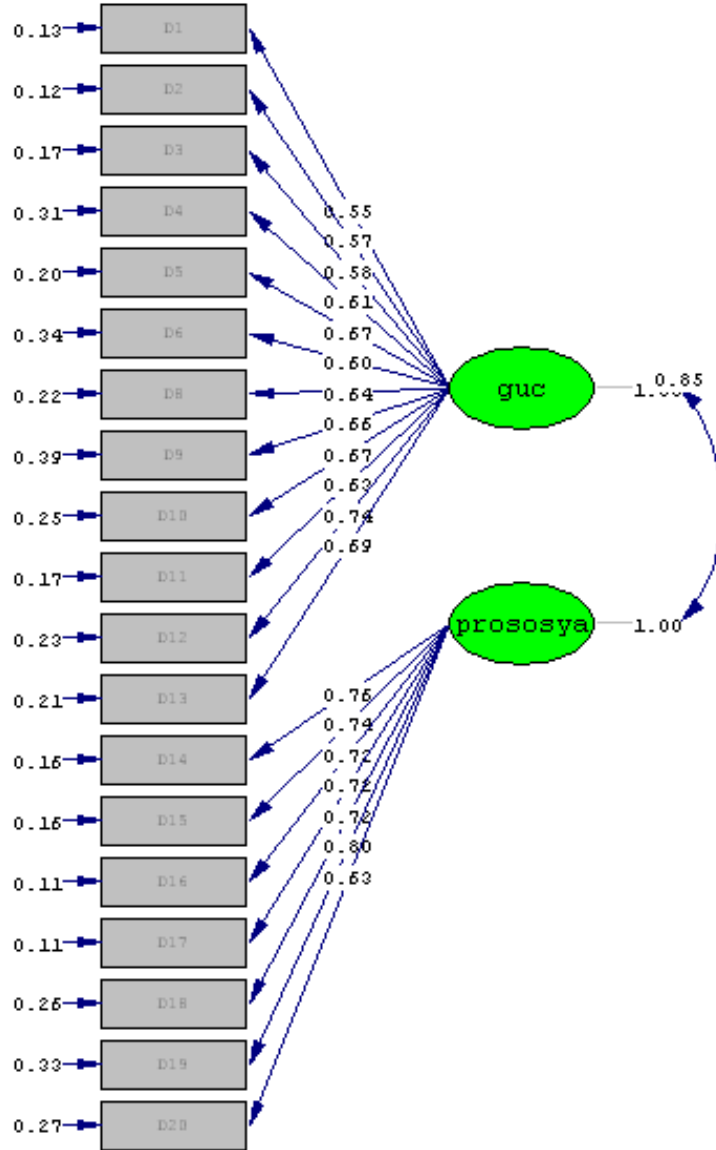
Araştırmanın amacı doğrultusunda, çalışma ilişkisel tarama modeliyle yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, amacına uygun olarak 2019–2020 yılında Antalya ilinde 6 farklı kamu kuruluşunda çalışan ve tesadüfi küme ile seçilen 207 erkek ve 236 kadın olmak üzere toplam 443 kişilik bir örneklem grubu oluşturulmuştur.

2.1. Ölçme Araçları

2.1.1. Motivasyonel Dindarlık Ölçeği (MDÖ)

Orijinal adı “Muncher Motivational Religiosity Scale” olan ve Grom, Hellmeister ve Zwingmann (1998) tarafından geliştirilen, Apaydın (2010) tarafından Türkçeye tercüme edilen “Motivasyonel Dindarlık Ölçeği” (MDÖ), dindarlığın çok boyutlu motifsel yapısını belirlemek amacıyla oluşturulan 5’li likert türü bir ölçektir.

Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması ise Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi öğretim üyelerinden Veysel Uysal ve arkadaşları (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek için 828 kişilik bir grup üzerinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçekte yer alan 20 soru maddesinin özgün ölçekte olduğu gibi iki temel faktör ya da boyutta toplandığı görülmüştür: Faktör 1: Güç ve Güven Kaynağı Olarak Tanrı ile İlişki Boyutu (Varyans: %63,04), Faktör 2: Prososyal ve Dini-Entelektüel Sorumluluk Boyutu (Varyans: %5,863). Dolayısıyla bu iki boyutu/faktörü oluşturan alt faktörler (güdüsel yapılar) ve içerikleri aynı olduğu için özgün isimlendirmeleri aynen kullanılmıştır. Ölçekte yer alan 6. madde “Allah’a inanmakla kalmıyor, aynı zamanda O’na ibadet de ediyorum” ve 7. madde “Allah’ı düşünmek bana her zaman mutluluk verir” ölçek dışı bırakılmıştır. Faktör analizi sonucunda bu iki maddenin muğlak ya da farklı anlam çağrıştırmaları, örneklem grubunda güdüsel dindarlığın her iki boyuta girecek şekilde dağınık olması nedeniyle ölçek 18 soruya indirgenmiştir. 18 soru maddesi, dindarlık tutum ve davranışları ölçecek şekilde hazırlanmış olup her bir ifadeden sonra 1 ile 5 arasında değişen bir değerlendirme parametresi konulmuştur: ‘1: Hiç katılmıyorum’, ‘2: Katılmıyorum’, ‘3: Kararsızım’, ‘4: Katılıyorum’, ‘5: Tamamen katılıyorum’.



Grafik. Motivasyonel Dindarlık Ölçeği için Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Ki-Kare/SD = 1079,43/151 = 7,14, RMSEA=0,06, CFI=0,97 Kabul edilebilir uyum Motivasyonel Dindarlık Ölçeği bizim çalışmamızda uygulanabilir özelliindedir.

2.1.2. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YPDÖ)

Orijinal adı “Resilience Scale For Adults” olan ve Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YPDÖ)”, Psikolojik dayanıklılığın desteklenmesi ve özellikle ruhsal sağlığın tekrar kazanılması ve sürdürülmesinde temel koruyucu faktörlerin neler olduğunu belirlemeyi amaçlamaktadır. Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek için ölçek 350 öğrenci ve 262 çalışan örneklem grubuna uygulanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda özgün ölçekle örtüşen ve “Kendilik algısı”, “Gelecek algısı”, “Yapısal stil”, “Sosyal yeterlilik”, “Aile uyumu” ve “Sosyal kaynaklar” boyutlarını içeren 6 faktörlü ve toplam 33 maddeden oluşan bir yapı ortaya çıkmıştır. Alt boyutların Cronbach Alfa katsayıları öğrenci örnekleme için 0,66 ile 0,81 arasında, çalışan örnekleme için 0,68 ile 0,79 arasında değiştiği görülmüştür. Ayrıca ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı hem öğrenci hem de çalışan örnekleme için 0,86 olarak hesaplanmıştır. Orijinal ölçekte maddelerin değerlendirilmesine yönelik olumlu ve olumsuz ifadeler kullanılmıştır. Bu ifadelerin farklı taraflarda olduğu ve yanıtlar için beş ayrı kutucuğun bulunduğu bir düzenleme yapılmıştır. Bu çalışmada ölçeğin anlaşılabilirliğini kolaylaştırmak ve sağlıklı verilerin toplanabilmesini sağlamak amacıyla orijinal formda yer alan her bir ifade olumlu psikolojik dayanıklılık tutum ve davranışları ölçecek şekilde düzenlenmiştir. Dolayısıyla her bir ifadeden sonra 1 ile 5 arasında değişen bir değerlendirme parametresi konulmuştur: ‘1: Kesinlikle katılmıyorum’, ‘2: Katılmıyorum’, ‘3: Kararsızım’, ‘4: Katılıyorum’, ‘5: Kesinlikle katılıyorum’.

2.2. İşlem ve Uygulama (Verilerin Toplanması ve İstatistiksel Analizi)

Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik dayanıklılık ilişkisinin ele alındığı bu çalışmada, araştırmanın amacına ve problemlerine uygun olarak hazırlanan anket formu, 2019-2020 yılı içerisinde uygulanmıştır. Anketlerin uygulaması Antalya ili sınırları içerisinde yaşayan ve 20 yaş üstü 443 kişinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Yapılan anketler, katılımcılara, genellikle iş yerlerinde uygulanmış ve anketlerin doldurulması 10-15 dakika sürmüştür. Anketlerin uygulanmasında, deneklerin gönüllü olmaları ön planda tutulmuş ve uygulama esnasında gerekli açıklamalar yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS for Windows 11.5 paket programında, doğrulayıcı faktör analizi ise Lisrel 8.7. paket programında yapılmıştır. Değerlendirmelerde; ölçek puanlarının iki kategorili nitel değişkenlere göre karşılaştırmasında bağımsız örneklerde t testi, ikiden çok kategorili nitel değişkenlere göre karşılaştırmasında

Tek Yönlü Varyans analizi ve Tukey testi, ölçekler arası ilişkiler için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Ayrıca iç tutarlılık katsayıları (cronbach alfa) hesaplanmış ve toplam puan-madde korelasyonları için ise Pearson Korelasyon analizi, örneklemin ölçeğe uygunluğu için Doğrulamalı Faktör Analizi kullanılmıştır. Tanımlayıcı değer olarak nicel değişkenler için Aritmetik ortalama±standart sapma (ort.±SS), nitel değişkenler için sıklık ve yüzdelik değerleri verilmiştir. İstatistiksel anlamlılık sınırı 0,05 olarak kabul edilmiştir.

2.3. Evren ve Örneklem

Araştırmanın genel evreni Türkiye'deki kamu kurumlarında çalışan yetişkinler, çalışma evreni ise Antalya'daki kamu kurumlarında çalışan yetişkinlerdir. Örneklem grubu ise Antalya ili sınırları içerisinde bulunan 6 farklı kamu kuruluşunda çalışan ve basit tesadüfi örneklem metodu (evreni oluşturan her bireyin örnekleme seçilme şansı birbirine eşit ve birbirinden bağımsızdır) kullanılarak seçilmiş 443 yetişkin denekten oluşmaktadır. Anketlerin uygulanması, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Antalya İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Sağlık Bakanlığına Bağlı Antalya İl Sağlık Müdürlüğü, Turizm Bakanlığına bağlı Antalya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, Diyanet İşleri Başkanlığına bağlı Antalya İl Müftülüğü, Emniyet Genel Müdürlüğüne bağlı Antalya İl Emniyet Müdürlüğü ve Yükseköğretim Kurumuna bağlı Antalya Akdeniz Üniversitesi gibi 6 farklı kamu kuruluşuna bağlı olarak çalışan yetişkinler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Örneklem grubumuzun % 46,7'sini (s=207) erkekler, % 53,3'ünü (s=236) ise kadınlar oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklem hesabı Motivasyonel Dindarlık Ölçeği Genel Puanı (Uysal vd., 2014: 15-27) esas alınarak hesaplanmıştır. Araştırma evreninin, Yükseköğretim Kurumu, Diyanet İşleri Başkanlığı, Kültür ve Turizm Bakanlığı, Emniyet Genel Müdürlüğü, Sağlık Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığı 2020 yılı verilerine göre 66015 kişi olduğu bilinmektedir Motivasyonel Dindarlık Ölçeği Genel Puanı ortalama ve standart sapması $4,42 \pm 0,65$ olarak alınmıştır. Evrendeki toplam kişi sayısı bilindiğinde, standart sapma 0,65, hata marjı 0,09 olacak şekilde hesaplanmıştır. 66015 kişilik bir evrende % 99 güvenle nicel bir tahmin yapabilmek için 201 kişilik bir örnekleme ihtiyaç olduğu görülmektedir (Lenth, 2018). araştırmanın evrenini altı farklı kamu kuruluşunun çalışanları oluşturduğundan örneklem hesabında desen etkisi dikkate alınmıştır. Desen etkisi 2,2 olarak alındığında 443 kişilik bir örneklem gerektiği hesaplanmıştır. Elde edilen örneklem

sayısı evrendeki alt gruplara yaklaşık dengeli olacak şekilde dağıtılmış ve her bir kamu kuruluşu için gerekli örneklem sayısı hesaplanmıştır.

Tablo 1 Evrendeki Kurum Mevcutlarına Göre Örneklem Sayıları

Kurumlar	Evren (N)	Örneklem (n)	%
1. Milli Eğitim Bakanlığı (Antalya İl Milli Eğitim Müd.)	29254	71	16,0
2. Sağlık Bakanlığı (Antalya İl Sağlık Müd.)	16127	70	15,8
3. Turizm Bakanlığı (Antalya İl Kültür ve Turizm Müd.)	1030	73	16,5
4. Diyanet İşleri Başkanlığı (Antalya İl Müftülüğü)	2919	99	22,3
5. Emniyet Genel Müdürlüğü (Antalya İl Emniyet Müd.)	8707	64	14,5
6. Yükseköğretim Kurumu (Akdeniz Üniversitesi)	7978	66	14,9
Toplam	66015	443	100,0

2.4. Bulgular

2.4.1. Motivasyonel Dindarlık ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisine Dair Bulgular

Tablo 2 Motivasyonel Dindarlık Ölçeğinin Güç ve Güven Kaynağı Olarak Tanrı ile İlişki Alt Boyutunun Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Alt Boyutları ile Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Sonucu

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Motivasyonel Dindarlık Ölçeği	
	Güç ve Güven Kaynağı Olarak Tanrı ile İlişki	
	R	P
Kendilik Algısı	0,307	0,001
Gelecek Algısı	0,298	0,001
Yapısal Stil	0,281	0,001
Sosyal Yeterlilik	0,211	0,001
Aile Uyumu	0,315	0,001
Sosyal Kaynaklar	0,297	0,001

Motivasyonel dindarlık ölçeğinin güç ve güven kaynağı olarak Tanrı ile ilişki alt boyutunun psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyutları ile arasındaki ilişki incelendiğinde, güç ve güven kaynağı olarak Tanrı ile ilişki alt boyutunun, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tüm alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. Araştırmada, güç ve güven kaynağı olarak Tanrı ile ilişkinin kendilik algısı ($r=0,307$; $p=0,001<0.05$), gelecek algısı ($r=0,298$; $p=0,001<0.05$), yapısal stil ($r=0,281$; $p=0,001<0.05$), sosyal yeterlilik ($r=0,211$; $p=0,001<0.05$), aile uyumu ($r=0,315$; $p=0,001<0.05$) ve sosyal kaynaklar ($r=0,297$; $p=0,001<0.05$) ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma sonucu elde edilen bu veriler, güç ve güven kaynağı olarak görülen Tanrı ile ilişki ve bunun bir sonucu olarak ortaya konan bir takım dini inanç, duygu ve düşüncelerin psikolojik dayanıklılık üzerinde olumlu bir etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır. İnanan birey, güç ve güven kaynağı olarak gördüğü Tanrı'ya sadece inanmakla kalmayıp bu inancını içselleştirmesi ve hayatına tatbik etmesi halinde psikolojik dayanıklılığın tüm alt boyutlarında güçlü ve sürekli bir kaynak elde edilebilir. Dolayısıyla elde edilen bu güçlü kaynak sayesinde yaşanan sıkıntı ve stresin üstesinden kolayca gelinebilir.

Tablo 3 Motivasyonel Dindarlık Ölçeğinin Prososyal ve Dini-Entelektüel Sorumluluk Alt Boyutunun Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Alt Boyutları ile Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Sonucu

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Motivasyonel Dindarlık Ölçeği	
	Prososyal ve Dini-Entelektüel Sorumluluk	
	R	P
Kendilik Algısı	0,292	0,001
Gelecek Algısı	0,267	0,001
Yapısal Stil	0,240	0,001
Sosyal Yeterlilik	0,198	0,001
Aile Uyumu	0,254	0,001
Sosyal Kaynaklar	0,252	0,001

Motivasyonel dindarlık ölçeğinin prososyal ve dini-entelektüel sorumluluk alt boyutunun, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyutları ile arasındaki ilişki incelendiğinde, prososyal ve dini-entelektüel sorumluluğun, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tüm alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. Araştırmada, prososyal ve dini-entelektüel sorumluluğun kendilik algısı ($r=0,292$; $p=0,001<0.05$), gelecek algısı ($r=0,267$; $p=0,001<0.05$), yapısal stil ($r=0,240$; $p=0,001<0.05$), sosyal yeterlilik ($r=0,198$; $p=0,001<0.05$), aile uyumu ($r=0,254$; $p=0,001<0.05$) ve sosyal kaynaklar ($r=0,252$; $p=0,001<0.05$) ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Motivasyonel dindarlık ölçeğinin prososyal ve dini-entelektüel sorumluluk alt boyutunun, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyutları ile arasındaki ilişkiye yönelik bulgular, değişkenler arasındaki güçlü bir ilişkinin ifadesi olarak görülebilir. Dolayısıyla buradan hareketle, bireylerde dindarlık prososyal (manevi yardımlaşma) davranışlara dönüştüğü oranda psikolojik dayanıklılığın bütün alt boyutlarının olumlu olacağı bilgisini elde etmiş olacağız. Bir başka deyişle, güç ve güven

kaynağı olarak görülen Tanrı ile ilişki ve bu ilişki sonrası edinilen bilginin sadece inanç, duygu ve düşünce düzeyinde kalmayıp aynı zamanda davranışa dönüşmesi sonucu güçlü bir dindarlık ve bunun sonucu olarak da güçlü bir psikolojik iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık elde edilmiş olacaktır.

Tablo 4. Motivasyonel Dindarlık Ölçeğinin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Alt Boyutları ile Arasındaki İlişkiye Dair Korelasyon Sonucu

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	Motivasyonel Dindarlık Ölçeği	
	Genel Dindarlık	
	R	P
Kendilik Algısı	0,314	0,001
Gelecek Algısı	0,298	0,001
Yapısal Stil	0,275	0,001
Sosyal Yeterlilik	0,214	0,001
Aile Uyumu	0,302	0,001
Sosyal Kaynaklar	0,291	0,001

Motivasyonel dindarlık ölçeğinin diğer bir ifadeyle genel dindarlığın, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyutları ile arasındaki ilişki incelendiğinde, motivasyonel dindarlık ölçeğinin, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tüm alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. Araştırmada, motivasyonel dindarlığın, kendilik algısı ($r=0,314$; $p=0,001<0.05$), gelecek algısı ($r=0,298$; $p=0,001<0.05$), yapısal stil ($r=0,275$; $p=0,001<0.05$), sosyal yeterlilik ($r=0,214$; $p=0,001<0.05$), aile uyumu ($r=0,302$; $p=0,001<0.05$) ve sosyal kaynaklar ($r=0,291$; $p=0,001<0.05$) ile arasında istatistiksel anlamda pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu veriler, motivasyonel dindarlık ölçeği ile psikolojik dayanıklılık ölçeği arasında tüm alt boyutlar bazında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermektedir.

Değerlendirme

Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik dayanıklılık ilişkisinin incelendiği araştırma, motivasyonel dindarlık ölçeği ile psikolojik dayanıklılık ölçeği arasında tüm alt boyutlar bazında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Dolayısıyla, bireylerin motivasyonel dindarlık ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça, psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyutları olan kendilik algısı, gelecek algısı, sosyal yeterlilik, yapısal stil, aile uyumu ve sosyal kaynaklar puanlarının da anlamlı bir şekilde artacağı ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda elde edilen bu veriler ilgili literatür ile de uyumlu görünmektedir.

Nitekim; dindarlık ile kendilik algısı, gelecek algısı, sosyal yeterlilik, yapısal stil, aile uyumu ve sosyal kaynaklar arasındaki ilişkiye dair Türkiye ve Batı alanyazınında çok sayıda çalışmanın yapıldığını söyleyebiliriz. Örneğin Blazek ve Besta (2010: 947) tarafından yapılan ve dindarlığın, kendilik algısı, yaşamdaki anlam duygusu ve iyilik hali ile ilişkinin ele alındığı çalışmada, özellikle içsel dini yönelimin, kendilik algısı, yaşamdaki anlam duygusu ve iyilik hali için önemli bir yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Homaei ve arkadaşları (2016: 53) tarafından yapılan dindarlık ve kendilik algısı ile evlilik memnuniyeti ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmada, medeni tatminin iyimserlik, dindarlık ve kendilik algısı ile desteklendiği görülmüştür. Çalışmada kendilik algısına sahip insanların, derin dini inançları ve kendilerine olan güvenleri sayesinde evliliğin getirmiş olduğu bazı sıkıntılar karşısında sabır gösterebildikleri, problemlerin çözümüne yönelik rasyonel bir yaklaşım sergileyebildikleri görülmüştür.

Korkmaz (2012: 103) tarafından yapılan ve Tanrı'ya bağlanma tarzları ile psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişkilerin değerlendirildiği çalışmada, Tanrı'ya güvenli bağlanma, Tanrı algısı ve kendilik algısı ile psikolojik iyi oluş hali arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Benzer bir çalışmada Dilmaç ve Çiftçi (2020), ergenlerin psikolojik sağlamlık ölçeğinin alt faktörleri ile Tanrı algısı ölçeğinin alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki tespit etmişlerdir. Yine Yakut (2020) tarafından gerçekleştirilen araştırmada hayatından "çok memnun" olan katılımcıların psikolojik sağlamlık ve dindarlık puanlarının yüksek olduğu tespit edilmekle birlikte psikolojik sağlamlık ile dindarlık arasında anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Bir başka ifadeyle dindarlık düzeyinin yükselmesi, psikolojik sağlamlığı orta düzeyde etkilemektedir. Topuz

(2013: 140) tarafından yapılan ve dindarlık tipolojileri ile kendilik algısı/benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, dindarlık ile kendilik algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Çalışmada, dindarlık tipolojileri ile kendilik algısı arasındaki ilişkide; inançsızlık ve gösterişçi dindarlık ile kendilik algısı arasında negatif bir ilişki tespit edilirken; tahkiki (ilmi) dindarlık ve zevk alınan dindarlık ile kendilik algısı arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Motivasyonel dindarlığın, psikolojik dayanıklılığın diğer bir alt boyutu olan gelecek algısı, diğer bir ifadeyle umut ve iyimserlik ile arasındaki ilişkiye baktığımızda, pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Konu ile ilgili alanyazında yapılan çalışmalara bakıldığında dindarlık sayesinde geleceğe daha da ümitle bakıldığı ve bu sayede var olan sıkıntıların hafifletildiği görülmüştür. Örneğin, Lee (2012: 31) tarafından hazırlanan ve örneklem grubunu genç yetişkinlerin oluşturduğu çalışmada, dindarlık ile geleceğe yönelik umut ve iyimserliğin iyi oluş veya psikolojik dayanıklılıkla olan ilişkileri incelenmiştir. Çalışmada, dini inançlar ve buna bağlı olarak geleceğe yönelik ortaya konan umut ve iyimserlik sayesinde yaşanan sıkıntıların görmezden gelindiği görülmüştür. Baljani ve arkadaşları (2014: 28) tarafından yapılan araştırmada, dindarlık ve buna bağlı olarak geleceğe dair ortaya konan iyimser düşüncelerin kanserli hastaların psikolojik dayanıklılıklarını artırdığı ve var olan rahatsızlıklarının iyileştirilmesi adına önemli destek sağladığı tespit edilmiştir. Nell ve Rothmann (2018: 254) tarafından yapılan araştırmada da geleceğe yönelik umutlu olmanın ve iyimser bir tutum içerisinde bulunmanın, özellikle inancın ayrılmaz bir parçası olması nedeniyle zihinsel iyilik ve psikolojik dayanıklılık için katkı sağlayan önemli bir faktör olduğu tespit edilmiştir.

Kandemir (2016: 186) tarafından hazırlanan doktora tez çalışmasında, dindarlığın, psikolojik dayanıklılığının temel kavramları olan umut ve iyimserlik duyguları ile aralarında pozitif yönde ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Uysal ve arkadaşları (2017: 139) tarafından hazırlanan araştırmada, dinî başa çıkmanın geleceğe dair umut, psikolojik dayanıklılık ve hayat memnuniyeti üzerinde etkili olup olmadığını araştırılmış ve araştırmada sonucunda, dindarlığın umut düzeyi, psikolojik dayanıklılık ve hayat memnuniyeti ile pozitif yönde ilişkisinin olduğu görülmüştür.

İlgili literatüre bakıldığında dindarlığın, psikolojik dayanıklılığın bir diğer alt boyutu olan sosyal yeterlilik ile arasındaki ilişkiye dair çalışmalara rastlamak

mümkündür. Örneğin, French ve arkadaşları (2008: 597) tarafından hazırlanan ve dindarlık ile sosyal yeterlilik arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmada, dinin, akran grubu statüsü (popülerlik, liderlik), olumlu gelişme (akademik başarı, prososyal davranışlar) ve uyum (duygusal kontrol, davranış düzenleme ve kendine saygı) gibi sosyal yeterlilikler üzerinde olumlu bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Markstrom ve arkadaşları (2010: 60) tarafından yapılan ve dindarlığın özen gösterme, gönüllülük ve empati değişkenleriyle olan ilişkisinin ele alındığı çalışmada, dini katılımın, bireylere; başkalarına değer verme, gönüllü olma, onlara empatiyle yaklaşma gibi becerilerin gelişimine ve sosyal yeterliliğine katkıda bulunduğu görülmüştür. Fondren ve arkadaşları (2018: 2) tarafından hazırlanan ve dindarlığın çeşitli boyutları ile sosyal yeterlilik kapsamı içerisinde yer alan; kişilerarası ilişkiler, samimiyet, sabır ve dikkat gibi konuları ele alan çalışmada, dindarlığın tüm boyutlarının kişilerarası ilişkiler, samimiyet, sabır ve dikkat gibi sosyal yanlı yönelimler ile pozitif bir şekilde ilişkili olduğu görülmüştür. Çalışmada, dinin insan karakteri üzerindeki olumlu etkisi ve sağladığı birçok kaynakla insan üzerinde olumlu bir imaj oluşturduğu; yaşanan sıkıntı ve zorluklar karşısında bireye yardımcı olabilecek sosyal beceriler veya sosyal yeterlilikler gibi başa çıkma stratejileri geliştirmek adına zemin hazırladığı tespit edilmiştir.

Bayyigit (2005: 119) tarafından hazırlanan ve dini inanç ve tutumların sosyal ilişkiler üzerindeki etkilerinin konu edinildiği yüksek lisans tez çalışmasında, dini tutumlar ile sosyal yeterlilik arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu, dini tutum seviyesi yükseldikçe sosyal ilişkilerdeki niteliği arttıran sosyal cesaret ve sosyal girişkenlik gibi yeterliliklerin de arttığı görülmüştür. Ayten (2009: 159) tarafından hazırlanan ve dindarlığın, sosyal beceri/yeterlilik kavramı içerisinde değerlendirilen; empatik eğilimler ve prososyal davranışlar (yardımlaşma, merhamet ve şefkat duygusu vb. diğer kâim eğilimler) üzerindeki etkisinin incelendiği doktora tez çalışmasında, dini tutum ve davranışlar bütünü, empatik eğilimler ve psrososyal davranışlar üzerinde olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.

Dindarlığın psikolojik dayanıklılık ölçeğinin diğer bir alt boyutu olan yapısal stil ile arasındaki ilişkiye dair çalışmalara baktığımızda; örneğin, Carter ve arkadaşları (2012: 692) tarafından yapılan ve psikolojik dayanıklılık yapısının açıklanması amacıyla ortaya konan ve daha çok öz-disiplinli bir kişilik yapısını içeren yapısal stil ile dindarlık arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmada, dindarlık ile öz-disiplinli bir kişilik arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Çalışmada, dindar insanlar, bütün yapıp etmelerinde kendilerinin yüksek bir güç ve

kuvvet tarafından izlendiklerini kabul edip, buna olan inançları nedeniyle daha fazla öz-disipline/öz-denetime sahip oldukları görülmüştür. McCullough ve Willoughby (2009: 69) tarafından, bazı dini inanç ve davranış türlerinin, öz-disiplinli bir kişilik yapısının oluşmasında ne gibi bir etkisinin olduğuna yönelik yapılan araştırmada, dinin, öz-disiplinli bir kişilik yapısının oluşmasında önemli bir etkisinin olduğu görülmüştür. Ayrıca, dinin, öz-kontrol ve öz-düzenleme üzerindeki etkisi sayesinde olumsuz durumlar karşısında dayanıklı kalındığı ve daha iyi bir psikolojik durum ortaya konulduğu tespit edilmiştir.

Turan (2009: 280) tarafından hazırlanan ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin yapısal stil kavramıyla ilişkili kişilik özelliklerinin dindarlık düzeyi ile arasındaki ilişki ve etkileşimin incelendiği araştırmada, kişiliğin bazı özelliklerinin dindarlık düzeyi ile ilişki ve etkileşim içinde olduğu görülmüştür. Çalışmada, özellikle yapısal stil kavramı içerisinde yer alan öz-disiplinli bir kişilik yapısı ile dindarlık arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu; dolayısıyla, duyguların, isteklerin, içgüdülerin ve davranışların kontrol edilmesi şeklinde adlandırılan öz-disiplin yapısının dindarlığa bağlı olarak arttığı görülmüştür. Türker'in yetişkinler örneklemini üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada elde ettiği bulgulara göre; yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı bir nedensellik ilişkisi bulunmamakla birlikte Dindarlık Ölçeği İnanç ve Tecrübe alt boyutları ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Aile Uyumlu alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Şentepe ve Güven (2015: 38) tarafından hazırlanan ve kişilik özelliklerinin dindarlık ve dinsel eğilimlerle olan ilişkisinin ele alındığı çalışmada, kişilik özellikleri ile dindarlık ve dinsel eğilimler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu görülmüştür. Çalışmada, özellikle kişiliğin uyumluluk ve öz-disiplin diğer bir adıyla sorumluluk boyutları ile dindarlık ve dinsel eğilimler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bireylerin dindarlık düzeyine ilişkin puan ortalamaları yükseldikçe kişiliğin uyumluluk ve sorumluluk boyutundan aldıkları puan ortalamalarının da yükselmiştir.

Dindarlığın psikolojik dayanıklılığın bir diğer alt boyutu olan aile uyumu ile olan ilişkisi konusunda DeSouza (2014: 135) tarafından hazırlanan ve dindarlık ile umudun erkeklerin aile uyumu üzerindeki etkilerinin incelendiği yüksek lisans tez çalışmasında, dindarlık ve umudun aile uyumu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. Erkekler, aile içinde ve dışında yaşadıkları sıkıntılara karşı dini inançları ve geleceğe dair umutları sayesinde karşı koyabilmişlerdir. Beygi ve arkadaşları (2016: 33) tarafından hazırlanan ve savaş

gazileri ve eşleri arasında dindarlık ve affetme eğilimleri ile aile uyumu arasındaki ilişkiyi konu edinen çalışmada, dindarlık ve affetme eğilimleri ile aile uyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Çalışmada, en yüksek korelasyon dindarlık ile aile uyumu arasında olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgular; gaziler ve eşleri arasında dindarlık ve affetme eğilimlerinin artması, daha yüksek aile uyumunu beraberinde getirdiğini göstermiştir.

Ürkmez (2005) tarafından hazırlanan ve eşler arasında dindarlık ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlayan yüksek lisans tez çalışmasında, dindarlık ile evlilik uyumu arasında güçlü bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada, dindarlık, aile uyumunu ve problem çözümünü olumlu yönde etkilemekte; ayrıca, eş seçimi, çocuk sahibi olma, evlilik öncesi tanışma ve ideal evlilik düşüncesi gibi konularda da belirleyici rol oynamaktadır. Hökelekli ve Arvas (2017: 129) tarafından yapılan ve evlilik doyumunda ve evlilikte problem çözme becerilerinde dindarlığın etkisinin araştırıldığı çalışmada, dindarlık ile evlilik doyumunu ve evlilikte sorun çözme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Çalışmada, dindarlık ile evlilik doyumunu ve evlilikte sorun çözme arasında, pozitif yöndeki anlamlı ilişkinin yanı sıra, eşlerin karşılıklı birbirlerine dua etme ile evlilik doyumunu ve evlilikte sorun çözme arasında da pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler görülmektedir

Dindarlığın, psikolojik dayanıklılığın diğer bir alt boyutunu oluşturan sosyal kaynaklar ile olan ilişkisi konusunda birçok çalışmanın yapıldığını görmekteyiz. Örneğin, Sipon ve arkadaşları (2015: 361) tarafından yapılan bir çalışmada, yaşanan doğal afetler sonrası ortaya çıkan sıkıntılar karşısında dindarlık ve sosyal destek arasındaki ilişki incelenmiş ve dindarlık ile sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Assari ve Lankarani (2018: 2) tarafından yapılan çalışmada, Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan siyah ve beyaz ırklara mensup yetişkin bireylerin ulusal bir örneğinde dini ve seküler sosyal desteğin depresif belirtiler üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışmada, seküler ve dini sosyal desteğin, depresif belirtiler karşısında birer koruyucu faktör olduğu, dolayısıyla doğrudan ya da dolaylı olarak stresörlerin etkilerini tamponlayarak, psikolojik dayanıklılığı geliştirdiği tespit edilmiştir.

Türkiye'de Arslan (2009: 112) tarafından yapılan ve yetişkinlerin dini bilgilerini edindikleri yerler, başka bir deyişle dini sosyalleşme kanalları ve bunların yetişkinler üzerindeki etki derecelerinin incelendiği araştırmada, yetişkinlerin dini sosyalleşmesinde en fazla bilgiyi aileden aldıkları, onu cami gibi kurumların takip

ettiği, en zayıf dini sosyalleşme kurumunun ise okul olduğu görülmüştür. Yetişkinlerin, aile ve cami gibi sosyal kaynaklardan edindikleri dini bilgiler, yaşamış oldukları sıkıntılar ile başa çıkmada onlara önemli bir destek sağlamıştır. Göktepe ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan ve dinî başa çıkma, psikolojik dayanıklılık ve sağlıklı davranışlar arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmada, dini başa çıkma, psikolojik dayanıklılık ve sağlıklı davranışlar arasında olumlu ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Çalışmada, olumlu dinî başa çıkma ile psikolojik dayanıklılık değişkeninin kendilik algısı, sosyal kaynaklar alt boyutları ve sağlıklı davranışlar değişkeninin stres yönetimi manevi gelişim alt boyutları arasında olumlu ve anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Genelde din, özelde ise dini merasimler; mevlit, bayramlaşma ve topluca yapılan ibadetler gibi dini sosyal kaynakların, kişiye sosyal bir grubun üyesi olma, aidiyet bilinci kazandırma ve daha mutlu bir yaşam sürme adına geniş fırsatlar sunabilmektedirler (Batan, 2016: 82). Bu bağlamda insanların algıladıkları sosyal desteğin yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilediği ve yaşanan olumsuz durumlar karşısında bunlarla mücadele edebilmede önemli bir kaynak teşkil ettiği ifade edilebilir. Dolayısıyla dini sosyal kaynakların, yaşanan sıkıntılar karşısında bireyi psikolojik olarak dayanıklı kıldığı ve hayata pozitif bir adaptasyon sağlanmasında önemli katkılar sağladığını ifade edebiliriz.

Sonuç

Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada, elde ettiğimiz bulgulara göre; yetişkin bireylerin dindarlık düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Elimizdeki bu veriler ve ilgili literatürden elde edilen sonuçlar, temel İslam kaynaklarında geçen, güç ve güven kaynağı olarak kabul edilen Tanrı inancı ve bu inanca bağlı olarak ortaya konan prososyal davranışların psikolojik dayanıklılık üzerindeki olumlu etkilerine dair ifade edilen bilgileri de doğrulamaktadır. Kur'an-ı Kerim ve Hadis-i Şeriflerde birçok yerde inanç, ibadet ve yardımlaşmaya vurgu yapıldığı görülmektedir. İnsanın, yüce bir kudretin mevcudiyetini kabul edip ona yönelmesi, dua ve niyaz ile ona sığınması; doğuştan getirdiği sığınma, güvenme ve bağlanma duygularının en güzel ifadesidir. İnsan, psikolojik yapı ve yaşayışında ortaya çıkan yalnızlığı, çaresizliği, korkuları, üzüntü ve sarsıntıları, hastalıkları, musibet ve felaketleri sahip olduğu bu inanç sayesinde hafifletebilmiş ve bunun üstesinde gelebilmiştir. Çünkü sahip olduğu bu inanç, ona ümit, teselli ve güven sağlamıştır. İnsan, sahip olduğu bu inanç ve elde etmiş olduğu

bu güç ve güven sayesinde hayatını anlamlandırmış; kendisine, etrafına ve topluma diama faydalı işler yapma peşinde koşmuştur.

İnsanın, kendisinin üstünde ve ötesinde kutsal bir güç ve güven kaynağı tarafından korunduğunu bilmesi, sıkıntıya düştüğünde bu güce sığınması, dayanması ve güvenmesi yetişkin psikolojisi üzerinde önemli değer de taşımaktadır. Çünkü güç ve güven kaynağı olarak kabul edilen Tanrı inancı ve bu inanca bağlı olarak ortaya konan prososyal davranışların, hayata anlam kazandırmanın yanı sıra güçlü bir kontrol duygusu sağlamada, bireyin iç dünyası ve dış dünyasıyla arasında bir denge ve uyum kurmada (sağlamada), yaşanan olumsuzluklar karşısında bireyin psikolojik olarak dayanıklı kalmasında güçlü bir destek ve koruyucu bir fonksiyon üstlenmektedir.

İlgili literatüre bakıldığında, dini inancın yetişkin psikolojik dayanıklılığı üzerindeki olumlu katkısını gösteren pek çok sayıda araştırmanın yapıldığı görülmektedir. Fakat bu araştırmalara baktığımızda, din/dindarlık olgusu, insan hayatının önemli bir dönemini kapsayan yetişkinlik döneminin sadece belli bir dönemiyle; ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik veya da son yetişkinlik dönemiyle ele alındığı, dolayısıyla yetişkinlik, din/dindarlık ve psikolojik dayanıklılık ilişkisini bir bütün olarak ele alan çalışmaların yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Bu çalışmada, yetişkinlik dönemi ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi din, dindarlık çerçevesinde ele alınıp bir bütünlük içerisinde incelenmiştir. Bu anlamda çalışmada hem teorik hem de ampirik açıdan temelde din özelde ise motivasyonel dindarlık olgusu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin mahiyeti ve özellikle de yetişkinlik dönemindeki görünümü, etkisi araştırılmıştır.

Ayrıca, ilgili literatürde, yetişkin bireylerin hayatlarının ayrılmaz bir parçası olarak nitelendirebileceğimiz çalışma hayatında, özellikle de kamusal alanda çalışan yetişkin bireylerin hayatında, temelde dinin özelde ise motivasyonel dindarlığın, psikolojik dayanıklılık üzerindeki muhtemel rolünün ne olduğu ile ilgili her hangi bir çalışmanın yapılmadığı görülmektedir. Dolayısıyla bizim bu çalışmamız, alanda görülen bu eksikliklere bir katkı sağlaması ve örneklem gurubu olarak belirlediğimiz bu kurumlarda çalışan yetişkin bireylerin hem kurum içinde hem de kurum dışında yaşamış oldukları olumsuzluklar karşısında sahip oldukları dini inançlarının, motivasyonel dindarlıklarının onların psikolojik dayanıklılıklarına olan katkısını belirlemesi açısından önem taşımaktadır.

Araştırma sonucunda, güç ve güven kaynağı olarak görülen Tanrı'ya gönülden bağlanma ve prososyal ve dini-entelektüel sorumluluğun, yetişkin bireylerin özellikle de kamu alanında çalışan yetişkin bireylerin psikolojik dayanıklılıklarına pozitif yönde bir katkısının olduğu görülmektedir. İnsan hayatının en uzun ve belki de en önemli evresi olarak nitelendirebileceğimiz yetişkinlik döneminde, birey çalışma hayatı içerisinde yer alırken kendisi veya kendisi dışından kaynaklanan birçok problem de karşılaşmaktadır. Özellikle kamu alanında çalışan bireylerin karşılaştığı gerek iş yükünün ağırlığı, gerek ekonomik yetersizlikler gerekse de mesai arkadaşları tarafından uygulanan baskı, şiddet ve adaletsizlik gibi yıpratıcı etkenler karşısında, ortaya konan bir takım dini inanç, duygu, düşünce ve davranışların yaşanan bu sıkıntıları hafifletebildiği, bunların üstesinden gelme noktasında bireylere destek sağladığı görülmektedir. Dolayısıyla güç ve güven kaynağı olarak görülen Tanrı ile ilişki ve bu ilişki sonrası edinilen bilginin sadece inanç, duygu ve düşünce düzeyinde kalmayıp aynı zamanda davranışa dönüşmesiyle güçlü bir dindarlık ve bunun sonucu olarak da kişi kendisi, ailesi ve sosyal çevresiyle barışık, geleceğe ümitle bakan, güçlü bir kişilik kazanabilmektedir. Bu kişilik sayesinde de yaşanan sıkıntıların bir anlam taşıdığı idrak edilirken, bunlardan kurtulma noktasında, psikolojik dayanıklılığın dini ve manevi unsurları olarak da nitelendirilen sabır ve rıza kavramları gibi dini ve manevi yönelimlerle içsel disiplin geliştirilerek psikolojik dayanıklılık elde edilmektedir. Bu bağlamda din-psikolojik dayanıklılık ilişkisi sadece din psikologlarının gündeminde değil, aynı zamanda psikolog, psikiyatr ve psikolojik danışmanların da gündeminde olmalıdır denilebilir.

Sonuç olarak denilebilir ki, psikolojik dayanıklılık üzerinde dinin önemli bir etkisinin olması ile psikolojik dayanıklılığı etkileyen pek çok faktör de olabilir. Bu değişkenler arasında; yaşam koşulları, toplumsal koşulların zorluğu, sosyal norm etkileri ve bu ilişkiyi etkileyebilecek dinî düzenleme gibi potansiyel bağlamsal arabuluculardan söz edilebilir (Gencer, 2019: 105). Bu manada din ve psikolojik dayanıklılık ilişkisini konu edinen ve daha geniş toplum kesimlerini kapsayan uygulanmalarla, din ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi hakkında daha sağlıklı ve geçerli sonuçlara ulaşılabılır. Yapılan bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre her ne kadar din ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiş olsa da bu sonuçlara bakılarak konu ile ilgili genelleme yapılmasının çok da doğru olmadığı kanaatindeyiz. Genelleme yapılabilmesi için, din ve psikolojik dayanıklılık ilişkisi hakkında daha fazla sayıda ve farklı örneklem gruplarında farklı yöntem ve metotlarla çalışma yapılarak dinin psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkileri incelenmelidir.

Kaynakça

- Akçakanat, T., Uzunbacak, H. H. ve Köse, S. (2018). “Akademisyenlerin Psikolojik Sağlık ve Mutluluklarının Belirleyicileri Olarak Sosyal ve Örgütsel Destek”. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 10(3): 173-193.
- Arslan, M. (2009). “Geleneksellik ve Yaşlı Dindarlığı: Taşrada Sosyal Hizmet Alamayan Yaşlıların Dindarlık Durumları Üzerine Uygulamalı Bir İnceleme”. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi / Elderly Issues Research Journal*, 2009(2): 112-125.
- Assari, S. and Lankarani, M. M. (2018). “Secular and Religious Social Support Better Protect Blacks than Whites Against Depressive Symptoms”. *Behavioral Science*, 8(6): 2-14.
- Ayten, A. (2009). *Pro-sosyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Baljani, E., Kazemi, M. and Amanpour, E. (2014). “The Relationship between Religion, Spiritual Well-being, Hope and Quality of Life in Patients with Cancer”. *Basic & Clinical Cancer Research Journal*, 6(4): 28-36.
- Basım, N. ve Çetin, F. (2011). “Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2): 104-114.
- Batan, S. N. (2016). *Yetişkinlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Dini Başa Çıkma Yaşam Doyumuna Etkileri*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bayyığıt, M. (2005). *Lise Öğrencilerinde Dini İnanç ve Tutumların Sosyal İlişkilere Etkisi Ergani Örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Beygi, A., Mohammadifar, M. A., Najafi, M. and Rezayi, A. M. (2016). “Relationship of Spirituality and Forgiveness with Family Cohesion and Adaptability in Veterans”. *Quarterly of Iranian Journal of War & Public Health*, 8(1): 33-39.

- Blazek, M. and Besta, T. (2010). "Self-Concept Clarity and Religious Orientation: Prediction Of Purpose in Life and Self Esteem". *Journal of Religion and Health*, 51(3): 947-960.
- Carter, E. C., McCullough, M. E. and Carver, C. S. (2012). "The Mediating Role of Monitoring in the Association of Religion With Self-Control". *Social Psychological and Personality Science*, 3(6): 691-697.
- DeSouza, J. J. (2014). *Spirituality and Hope as Influences on Family Cohesion Among African American Men*. Unpublished Doctoral Dissertation. Walden University College of Social and Behavioral Sciences. Minneapolis, United States.
- Dilmaç, B., & Çifci, A. (2020). "14-18 Yaş Grubunda Tanrı Algısı ile Psikolojik Sağlık İlişkisinin İncelenmesi." *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 14-28.
- Fondren, K. M., Bartkowski, J. P. and Xu, X. (2018). "Are Religious Teens Nice Kids? Faith and Congeniality among American Adolescents". *Religions*, 9(11): 2-20.
- French, D. C., Eisenberg, N. and Vaughan, J. (2008). "Religious Involvement and the Social Competence and Adjustment of Indonesian Muslim Adolescents". *Developmental Psychology*, 44(2): 597-611.
- Gencer, N. (2019). "Dindarlık ve Öznel İyi Oluş-Uluslararası Bir Bakış, Din ve Bilim", *Muş Alparslan Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, 2(1), 97-114.
- Göktepe, A. K., Karagöz, S. ve Balcı, S. (2016). "Psikolojik Dayanıklılık, Dinî Başa Çıkma ve Sağlık Davranışları İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma". *Ist Eurasian Congress on Positive Psychology*, 2016, İstanbul.
- Gürsu, O. (2011). *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Homaei, R., Zahra Dasht Bozorgi, Z. D. and Ghahfarokhi, M. S. M. (2016). "Relationship Between Optimism, Marital Satisfaction and Life Satisfaction". *International Education Studies*, 9(6): 53-57.
- Hökelekli, H. ve Arvas, F. B. (2017). "Dindarlık ile Evlilik Doyumu ve Evlilikte Sorun Çözme İlişkisi Üzerine Bir İnceleme". *Değerler Eğitimi Dergisi*, 15(34): 129-160.
- Kandemir, F. (2016). *Umut-İyimserlik ve Dindarlık İlişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Karakaş, A. C. (2017). "Manevi Zekânın İç Yönelimli Dindarlık, Affetme Esnekliği ve Öznel İyi Oluşla İlişkisi". *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, 1(1): 53-63.
- Kılıç, M. (2013). *Gerçek Yaşam Tadında: Gelişim Dönemleri*. Pagem Akademi, Ankara.
- Korkmaz, N. E. (2012). "Tanrı'ya Bağlanma ve Psikolojik İyi Olma". *Toplum Bilimleri Dergisi*, 6(12): 95-112.
- Krok, D. (2015). "Religious Coping and Well-Being in Middle Adulthood: The Mediatipnal Role of Meaning in Life". V. Adkins (ed.). *Subjective Well-Being*. Nova Science Publishers, New York. 21-38.
- Lee, D. B. (2012) *The Role Of Optimism and Religious İnvolvement in the Relationship Between Race-Related Stress and Well-Being*. Unpublished Master Thesis. University of North Carolina, İn the Department of Psychology (Clinical). Chape Hill, United States.
- Lenth, R., "Java Applets for Power and Sample Size".
<https://homepage.divms.uiowa.edu/~rlneth/Power> (erişim tarihi 24.05.5018).
- Markstrom, C. A., Huey, E. and Stiles, B. M. (2010). "Frameworks of Caring and Helping in Adolescence: Are Empathy, Religiosity, and Spirituality Related Constructs". *Youth and Society*, 42(1): 59-80.

- McCullough, M. E. and Willoughby, B. L. B. (2009). "Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications". *Psychologic Bulletin*, 135(1) 69-93.
- Nell, W. and Rothman, S. (2018). "Hope, Religiosity and Subjective Well-being". *Journal of Psychology in Africa*, 28(4): 253-260.
- Onur, B. (2017). *Gelişim Psikolojisi*. İmge Kitabevi, Ankara.
- Sipon, S., Sakdan, M. F. and Mustaffa, C. S. (2015). "Spirituality and Social Support in Flood Victims". *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 185(2015): 361-364.
- Söylev, Ö. F. (2019). *Din Görevlilerinde Dini Danışma ve Rehberlik Yönelimleri*. Emin Yayınları/Düşünce Kitabevi, Bursa.
- Şentepe, A. ve Güven, M. (2015). "Kişilik Özellikleri ve Dindarlık İlişkisi Üzerine bir Ampirik Araştırma". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(31): 29-44.
- Topuz, İ. (2013). "Dindarlık Tipolojileri ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma". *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Sayı: 30, ss.139-154.
- Turan, Y. (2009). "Kişilik ve Dindarlık Üzerine Bir Alan Araştırması". *Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, Sayı: 20, ss. 279-295.
- Türker, N. Y. (2018). *Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik sağlamlık ilişkisi üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Uysal, V., Turan, Ş. ve Işık, Z. (2014). "Motivasyonel Dindarlık Ölçeği (MMRI) Üzerine Bir Değerlendirme". *Journal of Islamic Research*, 25(1): 15-27.
- Uysal, V., Göktepe, A. K., Karagöz, S. ve İlerisoy, M. (2017). "Dinî Başa Çıkma ile Umut, Hayat Memnuniyeti ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki Etkileşim Üzerine Bir Araştırma". *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Cilt-Sayı 52, ss. 139-160.

- Ürkmez, E. (2005). *Dini İnanç, Tutum ve Davranışların Eşler Arası İletişime Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yakut, S. (2020). Psikolojik Sağlamlık -Dindarlık İlişkisi, (Bölüm 4). *İlahiyat Alanında Teori ve Araştırmalar*. Gece Kitaplığı yay., Ankara.