



**T.C.
İZMİR KÂTİP ÇELEBİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**GAZİ VE GAZİ YAKINLARINDA
STRES VE DİNİ YÖNELİM**

Yüksek Lisans Tezi

HAMİDE KARACA

İZMİR-2023

T.C.
İZMİR KÂTİP ÇELEBİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

GAZİ VE GAZİ YAKINLARINDA
STRES VE DİNİ YÖNELİM

Yüksek Lisans Tezi

HAMİDE KARACA

DANIŞMAN: DR. ÖĞR. ÜYESİ ABDURRAHMAN AKBOLAT

İZMİR-2023

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi Olarak Sunduğum: “Gazi ve Gazi yakınlarında Stres ve Dini yönelim ” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

04/09/2023

Hamide KARACA

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

GAZİ VE GAZİ YAKINLARINDA STRES VE DİNİ YÖNELİM

Hamide KARACA

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

Bu çalışma gazi ve gazi yakınlarının hayatları boyunca karşılaştıkları problemlerle ilgili stres ve dini yönelim ölçekleri uygulanarak Gazi ve Gazi yakınlarını daha iyi anlayabilmek için yapılmış bir çalışmadır:

Gazi ve Gazi yakınlarının hayata bakış açılarını yansıtmak, karşılaştıkları problemleri nasıl ele aldıklarını gözlemlemek, bu problemlerle baş etme sürecinde olumlu ya da olumsuz ne tür dini yönelime başvurdıklarını tespit etmek araştırmanın temel amacını oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında bireylerin cinsiyet ve yaş gibi demografik özellikleriyle dini dini yönelimleri arasındaki ilişkiler de incelenmiştir. Araştırma, ilişkisel tarama yöntemine uygun, anket tekniğinin kullanıldığı bir saha araştırması niteliğindedir. Örneklem, Gazi ve Gazi yakınları bireylerden oluşmaktadır. Yaşları 18 ile 64 ve üzeri arasında değişen 80 kişiye, Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen ve Mehmet Eskin, Hacer Harlak, Fatma Demirkıran ve Çiğdem Dereboy (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Algılanan Stres Ölçeği ile Dini Yönelim Ölçeği ve Müslüman Dindarlık Ölçeği" uygulanmıştır.

Araştırma sonucunda "Gazi ve Gazi yakınlarının olan Stres ile dini yönelim arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmada elde edilen bulgular şu şekildedir.

Cinsiyet değişkenine göre; erkeklerin dini yönelim düzeyleri kadınlara nazaran biraz daha yüksektir. Yaş değişkenine göre; dini yönelim ile stres arasındaki puan ortalaması anlamlı değildir. Medeni durum değişkenine göre; eşi vefat etmiş olan katılımcıların bekârlara, boşanmışlara ve evlilere göre dini yönelimleri daha

pozitifdir. Eğitim durumu değişkenine göre; en yüksek dini yönelim tutum puan ortalamasına okur-yazarların sahip olduğunu göstermektedir. Dini yönelimi en düşük olanlar ise ilkokul mezunlarıdır. İlkokul mezunlarından ortaokul ve lise mezunların doğru gidildikçe dini yönelimin arttığı söylenebilir. Meslek değişkenine göre; işçilerin, ev hanımları ve işçi emeklilerine göre dini yönelimleri daha olumsuzdur. Başka bir ifadeyle ev hanımları ve işçi emeklilerinin dini yönelimleri işçilere göre daha pozitiftir. Ekonomik durum değişkenine göre; dini yönelimi fakirlere göre daha yüksek olanlar, kendilerini ne fakir ne zengin görenlerdir. Hem fakirlere hem de kendilerini ne fakir ne zengin görenlere göre dini yönelimi en güçlü grup ise aylık geliri fazlasıyla yettiğini düşünenlerdir. Hayatını en uzun süre geçirdiği yer değişkenine göre; en yüksek dini yönelim tutumuna sahip olanlar ilçede hayatını uzun süre geçirenler, en düşük dini yönelime ise il merkezinde en uzun süre yaşayanlardır.

Allah'a yönelme, hayra yorma, toplumsal dini yaklaşma, doğru tevekkül ve yakarış ve dini dönüşüm ve istikamet arayışı gibi olumlu dini başa çıkma etkinliklerine, şerre yorma, dinsel sosyal mesafe, manevi hoşnutsuzluk ve yanlış tevekkül gibi boyutların kapsadığı olumsuz dini başa çıkma etkinliklerine göre daha sık başvurdukları" belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Gazi, Gazi yakınları, Stres, Dini Yönelim

ABSTRACT

Master Thesis

Stress and Religious Orientation in and Around Gazi

Hamide KARACA

İzmir Kâtip Çelebi University

Institute Of Social Sciences

Department of Philosophy and Religious Studies

This study is a study conducted to better understand the relatives of veterans and veterans by applying stress and religious orientation scales about the problems they face throughout their lives.

The main purpose of the research is to reflect the perspectives of Gazi and his relatives on life, to observe how they deal with the problems they encounter, and to determine what kind of religious orientation they apply, whether positive or negative, in the process of coping with these problems. Within the scope of the research, the relationships between the demographic characteristics of individuals such as gender and age and their religious orientations were also examined. The research is a field study in which the survey technique is used in accordance with the relational survey method. The sample consists of Gazi and Gazi relatives. The "Perceived Stress Scale" was developed by Cohen, Kamarck and Mermelstein (1983) and adapted into Turkish by Mehmet Eskin, Hacer Harlak, Fatma Demirkıran and Çiğdem Dereboy (2010) and Eskin and Harlak (2018) Religious Orientation and Muslim Religiosity Scale" was applied.

As a result of the research, "Stress of Gazi and Gazi relatives and religious orientation was found to be negatively correlated. The findings obtained in the study are as follows.

According to the gender variable, men's religious orientation levels are slightly higher than women's. According to the age variable, the mean score between religious orientation and stress is not significant. According to the marital status variable, the religious orientation of the widowed participants is more positive than the singles, divorced and married ones. According to the educational status variable,

it shows that literate people have the highest religious orientation attitude score average. Those with the lowest religious orientation are primary school graduates. It can be said that religious orientation increases as primary school graduates move towards secondary and high school graduates. According to the occupation variable, the religious orientation of the workers is more negative than housewives and worker retirees. In other words, the religious orientation of housewives and retired workers is more positive than that of workers. According to the economic situation variable, those who have a higher religious orientation than the poor are those who consider themselves neither poor nor rich. According to both the poor and those who consider themselves neither poor nor rich, the group with the strongest religious orientation is those who think that their monthly income is more than enough. According to the variable of the place where they spent the longest time, those who have the highest religious orientation are those who spend a long time in the district, and those who live the longest in the city center with the lowest religious orientation.

According to positive religious coping activities such as turning towards Allah, estimating goodness, social religious rapprochement, right resignation and supplication, and religious conversion and seeking direction, negative religious coping activities covered by dimensions such as bad faith, religious social distance, spiritual discontent and false reliance. It was determined that they applied more frequently”.

Keywords: Psychology of Religion, Veteran, Veteran relatives, Stress, Religious Orientation,

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	v
KISALTMALAR	xiv
ÖNSÖZ.....	xiii

GİRİŞ

ARAŞTIRMANIN KONUSU VE PROBLEMİ.....	1
ARAŞTIRMANIN AMACI.....	7
ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	7
ARAŞTIRMANIN KAPSAM VE SINIRLILIKLARI.....	8
TEMEL VE ALT HİPOTEZLER	9
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	9
ÇALIŞMA GRUBU.....	10
ÖLÇME ARAÇLARI	10
VERİLERİN TOPLANMASI VE İSTATİSTİKSEL ANALİZİ.....	11

1.BÖLÜM

GAZİ VE GAZİ YAKINLARINDA STRES VE DİNİ YÖNELİM

1. TEMEL KAVRAMLAR.....	7
1.1.Gazi.....	7
1.2. Gaza	8
1.3. Stres.....	9
1.3.1. Stresin Belirtileri	11
1.3.1.1. Fiziksel Belirtiler.....	12

1.3.1.2 Duygusal Belirtiler	12
1.3.1.3. Zihinsel ve davranışsal Belirtiler	12
1.3.1.4. Sosyal Belirtiler.....	13
1.4.-Din	13
1.4.1. Din Tanımlanması.....	13
1.4.2. Dindarlık	15
1.5. Dini Yönelim.....	15
1.5.1.Dini Yönelim Biçimleri	16
1.5.1.1. İçsel (Intrinsic) Dini Yönelim	17
1.5.1.2. Dışsal (Extrinsic) Dini Yönelim	18
1.6. Dini Başa Çıkma	19
1.7. Din ve Stres İlişkisi	20
2. Stres ve Din ile ilgili çalışmalar	26

II. BÖLÜM

GAZİ VE GAZİ YAKINLARININ STRES ALGILARI VE DİNİ YÖNELİMLERİ

1. Gazi ve Gazi Yakınlarının Demografik Özellikleri	32
1.1. Gazi ve Gazi Yakınlığı Durumu	32
1.2. Cinsiyet	32
1.3. Yaş	33
1.4. Medeni Durum	33
1.5. Eğitim Durumu	34
1.6. Meslek.....	34
1.7. Ekonomik Durum.....	35
1.8. Yaşanılan Yer.....	35

2. Gazi ve Gazi Yakınlarının Demografik Özellikleri ve Dini Yönelim	36
2.1. Cinsiyet ve Dini Yönelim	36
2.2. Yaş ve Dini Yönelim.....	36
2.4. Eğitim Durumu ve Dini Yönelim.....	39
2.5. Meslek ve Dini Yönelim	40
2.6. Ekonomik Durum ve Dini Yönelim.....	41
2.7. Hayatın En Uzun Süre Geçirildiği Yer ve Dini Yönelim	42
2.8. Gazilik ve Gazi Yakınlığı ve Dini Yönelim	43
3. Gazi ve Gazi Yakınlarının Demografik Özellikleri ve Algılanan Stres.....	44
3.1. Cinsiyet ve Algılanan Stres	44
3.2. Gazi veya Gazi Yakınlığı Durumu ve Algılanan Stres	44
3.3. Yaş ve Algılanan Stres	45
3.4. Medeni Durum ve Algılanan Stres.....	47
3.5. Eğitim Durumu ve Algılanan Stres	48
3.6. Meslek ve Algılanan Stres	49
3.7. Ekonomik Durum ve Algılanan Stres	50
4. Algılanan Stres ve Dini Yönelim İlişkisi	51
TARTIŞMA VE SONUÇ.....	54
ÖNERİLER	61
KAYNAKÇA	62
EKLER.....	70

TABLolar VE ŐEKİLLER

Tablo 1. Katılımcıların Gazi veya Gazi yakınlığı durumuna göre dağılımı	32
Tablo 2. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı	32
Tablo 3. Katılımcıların yaş gruplarına göre frekans dağılımı	33
Tablo 4. Katılımcıların Medeni duruma göre frekans dağılımı	33
Tablo 5. Katılımcıların Eğitim durumuna göre frekans dağılımı.....	34
Tablo 6. Katılımcıların Meslek durumuna göre frekans dağılımı.....	34
Tablo 7. Katılımcıların ekonomik duruma göre frekans dağılımı	35
Tablo 8. Katılımcıların en uzun süre yaşadığı yer durumu frekans dağılımı.....	35
Tablo 9. Cinsiyet ve Dini Yönelim t-Testi Analizi	36
Tablo 10. Yaşa göre Dini Yönelim tutumlarının Betimsel İstatistik Sonuçları	36
Tablo 11. Yaşa göre Dini Yönelim Tutumlarının Anova Dunnett C Analizi	37
Tablo 12. Medeni Duruma göre Dini Yönelim Faktörü İle İlgili Tutumların Betimsel İstatistik Sonuçları.....	37
Tablo 13. Medeni Duruma Göre Dini Yönelim Faktörü İle İlgili Tutumların Anova Dunnett C Analizi	38
Tablo14. Eğitim Durumuna göre Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel Analizi	39
Tablo 15. Eğitim Durumuna göre Dini Yönelim Tutumlarının Anova Dunnett C Analizi.....	39
Tablo 16. Mesleğe Göre Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel Analizi.....	40
Tablo 17. Mesleğe göre Dini Yönelim Tutumlarının Anova Dunnett C Analizi	40
Tablo 18. Ekonomik Durum ve Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel İstatistik Sonuçları	41
Tablo 19. Ekonomik Durum ve Dini Yönelim Anova Post Hoc LSD Analizi.....	41
Tablo 20. Hayatın En Uzun Süre geçirildiği Yer ve Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel Analizi.....	42
Tablo 21. Hayatın En Uzun Süre Geçirildiği Yer ve Dini Yönelim Tutumlarının Anova Post Hoc LSD Analizi	42
Tablo 22. Gazilik ve Gazi Yakınlığı ile Dini Yönelim Betimsel İstatistik Dağılımları	

.....	43
Tablo 23. Gazilik ve Gazi Yakınlığı ile Dini Yönelim Anova Dunnett C Analizi	43
Tablo 24. Cinsiyet ve Algılanan Stres t-Testi Analizi	44
Tablo 25. Gazi veya Gazi Yakınlığı Durumu ve Algılanan Stres Betimsel İstatistik Dağılımı	44
Tablo 26. Gazi veya Gazi Yakınlığı ile Algılanan Stres Anova Dunnett C analizi sonuçları.....	45
Tablo27. Gazi veya Gazi Yakınlarının Yaş Grupları ve Algılanan Stres Betimsel Analiz Dağılımları.....	45
Tablo 28. Gazi ve Gazi Yakınlarının Yaş Gruplarına göre Algılanan Stres Anova Dunnett C Sonuçları.....	46
Tablo 29. Gazi ve Gazi Yakınlarının Medeni Durumu ile Algılanan Stres Betimsel Analizi Sonuçları.....	47
Tablo 30. Gazi ve Gazi Yakınlarının Medeni Durumu ile Algılanan Stres Anova Dunnett C Analizi	47
Tablo 31. Gazi veya Gazi Yakınlarının Eğitim Durumuna Göre Algılanan Stres Betimsel Analizi Sonuçları	48
Tablo 32. Gazi veya Gazi Yakınlarının Eğitim Durumuna Göre Algılanan Stres Anova Dunnet C Analizi Sonuçları	48
Tablo 33. Gazi veya Gazi Yakınlarının Meslek Değişkenine Göre Algılanan Stres Betimsel Analiz Sonuçları	49
Tablo 34. Gazi veya Gazi Yakınlarının Meslek Değişkenine Göre Algılanan Stres Tutumları Anova Lsd Post Hoc Testi Sonuçları	49
Tablo 35. Gazi veya Gazi Yakınlarının Ekonomik Durumu ile Algılanan Stres Tutumları Betimsel Analiz Sonuçları	50
Tablo 36. Gazi veya Gazi Yakınlarının Ekonomik Durumu ile Algılanan Stres Tutumları Anova Post Hoc Lsd Analizi Sonuçları	50
Tablo 37. Algılanan Stres ve Dini Yönelim Arasındaki Basit Korelasyon Analizi...	51
Şekil 1. Algılanan stres ile dini yönelim saçılımı	52

KISALTMALAR

Akt.	:Aktaran
Bkz.	:Bakınız
DY	:Dini Yönelim
Çev.	:Çeviren
H.	:Hipotez
Fak.	:Fakülte
MEB	:Milli Eğitim Bakanlığı
s.	:Sayfa
ss.	:Sayfalar arası
SPSS	:Statistical Package for the Social Sciences (Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı)
vd.	:Ve diğerleri
y.y.	:Yüzyıl
WHO	:Dünya Sağlık Örgütü

ÖNSÖZ

Bir milletin gücü, kahramanlarının cesareti ve fedakârlığıyla şekillenir. Gaziler ve gazilerin yakınları, bu kahramanların arasında yer alan ve toplumumuzun en değerli bireyleridir. Onlar, ülkeleri ve halkları için gösterdikleri olağanüstü cesaret ve özveriyle tarihe adlarını altın harflerle yazdırmışlardır.

Gaziler, çeşitli savaş ve cihat ortamlarında ülke savunmasında gösterdikleri kahramanlıklarla tanınan bireylerdir. Vatanları ve dinleri için canlarını tehlikeye atarak mücadele etmiş, yaralanmış veya yaralanarak sakat kalmış bu insanlar, üstün cesaretleri ve vatan sevgileriyle takdir edilmektedirler. Onlar, sadece fiziksel zorlukları aşmamış, aynı zamanda zihinsel ve duygusal savaşları da vermişlerdir.

Gaziler, toplumun saygı duyduğu ve minnettar olduğu bireylerdir. Ancak kahramanlık sadece gazilerle sınırlı değildir. Gazilerin yakınları da, kahramanlık destanının önemli bir parçasıdır. Eşler, çocuklar, ebeveynler, aile üyeleri ve arkadaşlar, gazilerin fedakârlıklarını anlamakta ve desteklemekte büyük bir rol oynamaktadır. Onlar, güçlü bir dayanışma ve destek ağı oluşturarak, gazilerin rehabilitasyon ve entegrasyon süreçlerinde önemli bir rol oynarlar.

Gazilerin ve gazilerin yakınlarının karşılaştıkları zorluklar da göz ardı edilemez. Savaşın etkileri, fiziksel ve ruhsal yaraların yanı sıra aile ilişkilerini de derinden etkileyebilir. Bu nedenle, gaziler ve yakınları için sağlık hizmetleri, rehabilitasyon programları ve sosyal ve manevi destek uygulamaları son derece önemlidir. Toplumun bu kahramanlara ve ailelerine sunduğu destek, onların yaşam kalitesini artırmak ve topluma uyum sağlamalarına yardımcı olmak için büyük bir öneme sahiptir.

Gaziler ve gazilerin yakınlarına yönelik toplumsal bilinç ve hassasiyet de gerekmektedir. Onların yaşadıkları deneyimleri anlamak, onlara saygı göstermek ve gerektiğinde yardım elini uzatmak, bir toplumun sorumluluğudur. Gazilerimize ve ailelerine olan minnettarlığımızı ifade etmek, onların hikâyelerini dinlemek ve onları toplumun aktif bir parçası haline getirmek için çaba sarf etmek, onlara olan vefa borcumuzun bir ifadesidir.

Sonuç olarak, gaziler ve gazilerin yakınları, ülkemizin en değerli varlıklarıdır. Onların kahramanlıkları ve fedakârlıkları, toplumumuzun gücünü ve birlik ruhunu

temsil eder. Gazilerimize ve ailelerine gereken değeri vermek, onlara saygı göstermek ve ihtiyaç duydukları destek ve imkânları sağlamak, bir insanlık görevidir. Unutmayalım ki, gaziler ve gazilerin yakınları, geleceğimize umutla bakmamızı sağlayan yaşayan kahramanlardır.

Gazi ve gazi yakınlarında Stres ve Dini yönelim konulu çalışmamızda yaşanan travma sonrası sosyal, ekonomik ve kültürel alanlarda gazi ve yakınlarının bu durumlarla nasıl başa çıktıkları araştırılmıştır. Görevi başında sakat kalanların yaşamın her alanında desteklenmesi gerekmekte olduğu için gaziler sosyal güvenceye sahip özel olarak korunması gereken kişiler statüsünde yer almaktadırlar.

Gazilerin sosyal, kültürel ve ekonomik yaşam standartlarının iyileştirilmesi, yaşam kalitesinin artırılması, sosyal dışlanma yaşamamaları, toplumsal uzlaşımın sağlanabilmesi ve milli bilincin artarak devamlığı açısından önemli bir konudur.

1982 Anayasanın 61'inci maddesinde “Devlet harp ve vazife şehitlerinin yetimleriyle, malul ve gazileri korur ve toplumda kendilerine yaraşır bir hayat seviyesi sağlar, sakatların korunmalarını ve toplum hayatına intibaklarını sağlayacak önemli tedbirler alır.” denilerek sosyal adaletin sağlanabilmesi ve toplumsal yaşamın uyumu ve işlevselliğini artırmak için malul, gazi ve yakınlarının sosyal kültürel ve ekonomik alanlarda yaşam standartlarının iyileştirilmesi, sosyal hayatta dışlanmanın en aza indirilerek sosyal uyumun artırılması, toplum içerisinde sosyal dışlanma yaşamadan hayatlarını devam ettirebilmeleri ve sosyal ekonomik durumlarının iyileştirilmesi anayasal bir zorunluluk olarak kabul edilmiştir.

Çalışmamızda gazi ve yakınlarının maddi manevi sıkıntı yaşamadan, toplum içerisinde daha saygın bir şekilde yaşamlarını devam ettirmelerini hedefleyen sosyal güvenlik uygulamalarının şehit yakınları ve gazilerin sosyal dışlanmışlık algısı ve yaşam kalitesine olan etkisini ve zorluklarla başa çıkmada devlet yetkililerine ve ilgili kuruluşlara yardımcı olmayı hedefleyen bir araştırmadır.

Çalışmanın sonuç ve öneriler kısmında, alan araştırmasında elde edilen bulgular neticesinde Gazi ve yakınlarının yaşanan olaylara karşı başa çıkmayı artırabilecek teklif ve önerilere yer verilmiştir.

Her çalışma gibi bu çalışma da uzun bir çaba ve emeğin neticesinde vücut bulmuştur. Bu çalışmanın nihayete kavuşmasında bizleri teşvik eden, çalışma

boyunca yaptığı telkin ve tavsiyeleriyle çalışmamıza şekil veren danışman hocam Dr. Öğretim Üyesi Abdurrahman AKBOLAT'a, değerli hocam Doç. Dr. Hakkı KARAŞAHİN'e şükranlarımı sunuyorum. Bu çalışmanın başlangıcında bize rehberlik eden ve bizi bu alanda çalışmaya sevk eden kıymetli hocam Prof. Dr. Mehmet BAHÇEKAPILI 'ya da teşekkürü bir borç bildiğimi de belirtmek isterim. Son olarak çalışmamız boyunca destek ve ilgilerini şahsımdan esirgemeyen sevgili eşim Hayri Karaca'ya ve çocuklarım Şükrü Karaca ile Ömer Faruk Karaca'ya teşekkür ederim.

Hamide KARACA

İzmir - 2023

GİRİŞ

ARAŞTIRMANIN KONUSU VE PROBLEMİ

Her birey, hayata dair kendine has bir yönelim sistemine sahiptir. Kutsal veya seküler temelli olabilen bu sistem ile insan, hayat boyunca karşılaştığı olayları anlama, yorumlama ve çözebilme arayışına girer. Sıkıntılı olay ve durumlarla karşılaşan, anlam dünyası dağılan, kontrol mekanizmasını yitiren, kendini yalnız ve yetersiz hisseden insanların bu denli komplike durumlardan kurtulmak veya bu sorunların etkisini en aza indirmek için hangi ve nasıl bir başa çıkma yöntemlerine başvurduğu hem modern bilimin hem de din bilimlerinin önemli uğraş alanlarından biri olmuştur.

İnsanlar yaşamları süresince birçok farklı problemle karşılaşmakta, bunların çözümünde ise farklı farklı yönelimlere başvurmaktadır. Söz konusu yönelimler arasında en çok başvurulanlardan biri de dini yönelimdir. İnsanın mevcut sorunlarını çözerken dini inanç ve değerlerine başvurmasına ve bu problemleri çözmeye çalışması normal bir durumdur. Başka bir deyişle dini yönelim kişinin inandığı dine nasıl (hangi güdülerle) inandığıdır.

Pek çok araştırmacı dini yönelimin bedensel, ruhsal ve duygusal sağlık açısından pozitif etkilerinin de olduğunu ileri sürmektedir. Gazi ve Gazi yakınları söz konusu edildiğinde dini yönelimin önemli bir yeri olduğunu söyleyebiliriz.

Dini inanç ve değerlerin insan yaşamındaki önemli katkılarından biri ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkileridir. Birey dini inancı sayesinde, sağlam ve güçlü bir maneviyata sahip olarak hayatın getirdiği engeller karşısında mücadele edebilme gücünü kendinde bulabilmektedir (Cüceloğlu, 1993, s.227). Din, dindarlık ve maneviyat ile ruh sağlığı ve hayat memnuniyeti arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar, değişkenler arasında pozitif ilişkilerin olduğunu göstermektedir. Özellikle din ve maneviyatın insanların ruh sağlığına ve iyi olma hallerine (kendilerini iyi hissetmelerine) katkı sağladığı, bunun da ötesinde her iki faktörün “kaygı, yabancılaşma ve yalnızlık konusunda (hatta kronik hastalıklardan hayatlarını

kaybedenler üzerinde yapılan araştırmalar da dâhil olmak üzere) insanlara pozitif destek sunduğu ve sıkıntılarında insanları koruduğu ileri sürölmektedir (Moberg, 1971; 1997; akt. Bahçekapılı, 2016, s.30).

Dini inanç ve değerlerin kişilerin ruh sağlığına katkıları olduğu kadar, onların sosyal hayatlarına da önemli katkılar sunmaktadır. Özellikle ibadetlerin sosyal uzanımları ve sosyal olaylarla farklı oranlarda etkileşimleri söz konusudur. Ayrıca dinin en çok gözlenen fonksiyonu bütünleşme ve entegrasyondur (Tekin, 2012, s.69-71).

Aynı inancın mensuplarınca hep birlikte yapılan dini ibadet ve çeşitli aktiviteler bireylerin sosyalleşmesine ve sosyal uyumlarına destek vermektedir. Bu araştırmada dini yönelim ve algılanan stres durumu gazi ve gazi yakınları üzerinden incelenmeye çalışılmıştır. Bu araştırmada gazi ve gazi yakınlarının algılanan stres düzeyleri ile dini yönelimleri sorunu analiz edilecektir. Ayrıca çalışmada demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum vb.) ile stres algısı ve dini yönelim düzeyleri arasındaki anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemeye yönelik problem çözümlenmeye çalışılmıştır.

ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma gazilik, dindarlık, dini yönelim ve stres gibi olguların kavramsal ve kuramsal olarak incelenmesini, gazi ve gazi yakınlarının algılanan stres düzeyleri ve dini yönelimleri sorununu çözümlenmeyi amaç edinmektedir. Gazi ve gazi yakınlarının psiko-sosyal özellikleri ile algılanan stres düzeyleri ve dini yönelimleri arasındaki farklılaşmaların analiz edilmesi hedeflenmektedir. Başka bir ifadeyle araştırma, gazi ve gazi yakınlarının, cinsiyet, yaş, medeni durum, ekonomik durum, meslek ve eğitim durumu gibi değişkenler ile algılanan stres düzeyleri ve dini yönelimleri arasındaki farklılaşmaların olup olmadığının tespit edilmesini amaç edinmektedir.

ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Tüm bireyler kendine özel bir yönelim sistemine sahiptir. Kutsal veya sekülere ait olan bu sistem ile insan hayat boyunca karşılaştığı durumları anlamaya yorumlamaya çözmeye çalışır. Üzücü olay ve olgularla karşılaşan ruhsal dünyası karışan kontrol mekanizması dağılan ne yapacağını bilmeyen ve aynı zamanda kendini yetersiz hisseden bu karmaşık dağılmış zihin ile bu komplike durumdan kurtulmak veya bu sorunların etkisini aza indirmek için kendi yorumunu tutumunu belirlemek için hangi dini yöneline başvurduğu Din psikolojisinin ilgi alanı olmuştur.

Stres insanın normal işlevlerini olumsuz etkileyen, psikolojik ve biyolojik dengenin bozulmasına neden tepki durumudur. Tehdit duygusuna veya acıya neden olan olaylara karşı vücudun kendi dengesini bulabilmek üzere verdiği tepkidir. Ayrıca stres farklı şekillerde karşımıza çıkmaktadır. Stresin karşımıza çıktığı şekillerden ilki günlük strestir. Bu şekillerden bir diğeri gelişimsel streslerdir. Bunlarla beraber ayrıca hayat krizi şeklinde de karşımıza çıkmaktadır. Üzerinde duracağımız konumuz olan gazi ve gazi yakınları için inceleme yapacağımız stres şekli hayat krizi şeklinde karşımıza çıkan stres halidir.

Din insanların stres ile başa çıkmalarında güçlü bir etkiye sahiptir (Pargament 196). Gazi ve gazi yakınlarının algıladıkları stres düzeyleri ve dini yönelimleri ile ilgili herhangi bir çalışma literatürde yok görünüyor. Özellikle gazi ve gazi

yakınlarının bireysel özellikleri ile stres algı düzeyleri ve dini yönelimleri arasındaki ilişkileri inceleyen herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. İşte bu araştırma gazi ve gazi yakınlarının özellikleri ile stres algıları ve dini yönelimleri arasındaki etkileşimleri analiz edecek olmasından dolayı önem kazanmaktadır. Nitekim Türkiye yıllardır terörist oluşumların yoğun tehdit ve saldırısı altında kalmış, birçok evladını şehit vermiştir. Bu hain teör saldırıları neticesinde gazi ve gazi yakınlarına her zaman yenileri eklenmiştir. Her ne kadar, ebedi gaza kültürünün beslediği gazi ve gazi yakınları üzerinde ortaya çıkarabilecek travmaları ve stresleri en aza indirecek, Ülkemiz, Devletimiz ve toplumumuz tarafından geliştirilen araçlar ve uygulamalar söz konusu olsa da gazi ve gazi yakınlarının yaşadıkları stres düzeylerinin ve dini yönelimlerinin olgusal olarak tespit edilmesi, onların stres algı düzeylerine ve dini yönelimlerine etki eden faktörlerin belirlenmesi daha da önem kazanmaktadır. İşte bu nedenle araştırma gazi ve gazi yakınlarının stres algılarını ve dini yönelimlerini betimsel olarak analiz etmesi bakımından çok önem kazanmaktadır. Bu çalışma ile gazi ve gazi yakınlarının bu durumları incelenerek ileride bu konulara ışık tutulması, bu konuda yapılacak başka araştırmalara ve araştırmalara rehberlik etmesi umut edilmektedir.

ARAŞTIRMANIN KAPSAM VE SINIRLILIKLARI

Bu araştırmada gönüllü katılım esasına dayalı gazi ve gazi yakınları olan bireyler üzerinde algılanan Stres ve Dini Yönelim incelenmeye çalışılmıştır. Bu çalışmada hedef kitle olan gazi ve gazi yakınlarında yer alan; gazinin kendisi, gazi ebeveynleri, gazi eşleri, gazi çocukları, gazi yakınları seçilmiştir. Bu hedef kitle yaş durumuna, cinsiyet durumuna, medeni durumuna, eğitim durumuna, Meslek durumuna, ekonomik durumuna ve hayatını yaşadığı yere göre değerlendirmeler yapılmıştır. Bu çalışma 1 Mart 2023 ile 1 Mayıs 2023 arasında İzmir ili merkezi içinde yaşayan 710 Malül gazi, 7 Onbeş Temmuz Gazisi, 100 Kore gazisi ve 1890 Muharip Gazi ve Gazi yakınları ile sınırlıdır.

TEMEL VE ALT HİPOTEZLER

Araştırmamızın temel hipotezi, *gazi ve yakınlarının dini yönelim ile stres durumları arasında ilişki vardır, dini yönelim arttıkça stres puanları düşmektedir.*

Araştırmamızın alt hipotezleri ise şöyledir;

1. Yaş grupları ile dini yönelim arasında farklılık vardır.
2. Eğitim durumu ile dini yönelim arasında negatif yönde anlamlı bir farklılaşma vardır.
3. Medeni duruma göre dini yönelim farklılık göstermektedir.
4. Sosyo-ekonomik duruma göre dini yönelim i anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir.
5. Hayatın en uzun süre geçirildiği yere göre dini yönelim faktörü anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.
6. Mesleğe göre dini yönelim tutumları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.
7. Gazi ve Gazi yakınlığı ile dini yönelim arasında farklılaşma vardır.
8. Yaş gruplarına göre algılanan stres faktörü anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.
9. Medeni duruma göre algılanan stres anlamlı bir farklılık göstermektedir.
10. Eğitim düzeyi ile algılanan stres arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.
11. Mesleğe göre algılanan stres arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır.
12. Sosyo-ekonomik durum ile algılanan stres arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

İki bölümden oluşan çalışmanın birinci bölümünde literatür tarama tekniği kullanılmıştır. Nitel araştırma tekniklerinden olan literatür taraması ile araştırma yapılan konu ile ilgili daha önce yapılmış çalışmalar incelenmiştir. Böylelikle, söz konusu problem hakkında ne yapıldığının görülmesi sağlanarak, çalışma boyunca nelerin yapılabileceğine dair yol haritası belirlenmiştir (Balcı, 2006, s.57). Araştırmada seçilen örneklem grubundan bilgi toplamak amacıyla tarama modellerinden *ansal ilişkisel tarama modeli* kullanılmıştır. Bilgi toplama ve ölçme amacıyla ise anket tekniğinden yararlanılmıştır.

Çalışmada araştırma kapsamına giren evreni temsil yeteneğine sahip olduğu düşünülen örneklem seçiminde yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum vb. gibi

değişkenler kullanıldığı için “Tabakalı Basit Tesâdüfî Örneklem” tekniği kullanılmıştır (Karasar, 1991). Basit Tesâdüfî Örneklem Yöntemi; bu yöntemde evren, kesin sınırlar ile belirlenir ve evreni oluşturan her bir birime bir numara verilerek liste yapılır. Hazırlanan listedeki her bir birime ilişkin numaralardan örneklem sayısı kadar numara kura yöntemiyle ya da bilgisayar yardımıyla şansa bağlı olarak (rastgele) belirlenir. Diğer taraftan örnekleme oluşturan numaralar, tesâdüfî sayılar tablosundan yararlanılarak da belirlenebilir (Ural, 2011,38).

ÇALIŞMA GRUBU

Bu çalışmada veri toplama sürecinde sadece kamu kurum kuruluşları ile sınırlı kalınmamış olup, İzmir ili merkezinde ikamet eden Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğüne kayıtlı yaklaşık 2707 (İkibin yediyüz yedi) sayıdaki Gazi ve Gazi yakınları esas alınarak kartopu örnekleme yöntemine başvurulmuştur. Buna göre 2707 gazi ve gazi yakını araştırma evreni olarak belirlenmiştir. Bu araştırma evreninden kartopu örnekleme tekniği ile 80 kişilik bir örneklem grubu seçilmiştir.

İngilizcesi Snowball sampling demek olan Kartopu örnekleme sosyal bilimlerde özellikle nitel araştırmalarda kullanılan bir örnekleme yöntemidir. Kartopu örnekleme bir *olasılık dışı örnekleme* yöntemidir (Patton, 2005).

Bu örneklemin kullanımı ise; Kartopu örnekleminde araştırmacı ilk olarak araştırdığı konu ile ilgili olarak "*en fazla bilgiye sahip olduğunu düşündüğü*" veya "*görüşmeye kiminle başlaması gerektiğini*" tespit eder. Araştırmada ilk katılımdan başlamak üzere görüştüğü kişilerden diğer katılımcılara ulaşmaya çalışır. Bu çalışmada da ilk olarak Gaziler belirlenmiş olup, daha sonra bu gazilerin yakınlarına ulaşılmıştır. Bu şekilde örneklem sayısının artırılması hedeflenmiştir. Bu çalışmaya katılan 80 kişilik örneklem grubunun % 45 'ini Kadınlar, % 55'ini ise Erkekler oluşturmaktadır.

ÖLÇME ARAÇLARI

Çalışmamızda bilgi toplama ve ölçme aracı olarak kullandığımız Kişisel Bilgi formu, Algılanan Stres Ölçeği ve Dini Yönelim ve Müslüman Dindarlık Ölçeği kullanılmıştır.

Çalışma grubunun stres düzeyini tespit etmek amacıyla Eskin ve arkadaşları (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan *Algılanan Stres Ölçeği* kullanılmıştır. Bu ölçekle bireylere stres ile başa çıkma etkinliklerini ne sıklıkla yaptıkları veya yapmadıkları sorulmuştur. Her soruda “hiçbir zaman, Neredeyse hiçbir zaman, bazen, Oldukça sık ve Çok Sık” şeklinde beş farklı seçenek yer almıştır. Puanlama yapılırken en olumludan olumsuz doğru sırasıyla 5, 4, 3, 2 ve 1 değerlerinde puanlar verilmiştir.

Katılımcıların dini yönelim düzeylerini tespit etmek amacıyla Eskin ve Harlak (2018) tarafından geliştirilen *Dini Yönelim ve Müslüman Dindarlık Ölçeği* kullanılmıştır. Bu bağlamda bireylere dini yönelim etkinliklerini ne sıklıkla yaptıkları veya yapmadıkları sorulmuştur. Her soruda “hiçbir zaman, Neredeyse hiçbir zaman, bazen, Oldukça sık ve Çok Sık” şeklinde beş farklı seçenek yer almıştır. Puanlama yapılırken en olumludan olumsuz doğru sırasıyla 5, 4, 3, 2 ve 1 değerlerinde puanlar verilmiştir.

Her bir boyut için ayrı olmak üzere, aritmetik ortalamalar hesaplanmış ve analizler bu ortalamalara göre yapılmıştır.

VERİLERİN TOPLANMASI VE İSTATİSTİKSEL ANALİZİ

Araştırmada kullanılan anket çalışmaları, Ocak-Nisan 2023 tarihleri arasında İzmir ve İzmir çevresinde yaşayan 80 gazi ve gazi yakınına uygulanmıştır. Anketlerin bir kısmı eksik ve hatalı doldurulma sebebiyle değerlendirilmeye alınmamış ve anketlerdeki bazı cevaplar daha az sayıdaki katılımcı ile yetinilmiştir.

Araştırmada elde edilen bilgilerin istatistiksel işlemleri SPSS istatistiksel paket programı ile yapılmıştır. Bu kapsamda verilerin analizinde frekans dağılımı, T-testi, Anova LSD Testi, Varyansların eşit olmadığı durumlarda ise Anova Dunnett C testi kullanılmıştır. Çalışmada konunun teorik alt yapısının oluşturulmasında ve bulguların yorumlanması ve karşılaştırmaların yapılması sırasında diğer araştırmaların ulaştığı bulgulardan da yararlanılmıştır.

1.BÖLÜM

1. TEMEL KAVRAMLAR

1.1.Gazi

Müslümanlıkta düşmanla savaşan veya savaş yapmış kimseye, olağanüstü yararlıklar göstererek düşmanı yenen komutanlara ve askerlere devlet tarafından verilen onur unvanına ve savaştan sağ olarak dönen kimseye Gazi denir. (TDK Sözlük 2015, s.80)

Arapça kökenli olan gazi kelimesi; savaştan, gaza eden, düşmanla yapılan savaşa katılıp ölmeden yurduna sağ dönen kişi anlamında bir unvandır. Gazilik, cihata veya savaşa katılarak kahramanlıklar gösteren askerlere verilen bir unvandır (Özcan 1996, s. 443).

Gaza eden, ordunun başına geçip savaştan sağ ve muzaffer dönen; böyle bir ordunun başkomutan (Develioğlu, 1997, s. 45).

Devletin bağımsızlığı, milletin egemenliği yolunda oluşturulan gerekli harekete katılıp canını ortaya koyup, görevini yapıp sağ kalan insana gazi, bu yolda ecelle kucaklaşana şehit denir. (Tural, 2004, s. 60).

Dinimizde Gaziliğin önemi Kuran-ı Kerimde ve hadislerde bu konu ile ilgili ayetler ve hadislerin olması sebebiyle önem arz etmektedir.

“Allah yolunda öldürülenlere ölüdür demeyin Aslında onlar diridirler. Fakat siz bunu bilemezsiniz” (Bakara 2/154; Yazır, 2006, s. 23).

“Ve sakın Allah yolunda öldürülenleri ölmüşler sanma! Hayır, hep hayattadırlar, Rablerinin indinde yaşarlar” (Al-i İmran 3/169).

“Allah’ın lütfundan kendilerine bahsettiği saadetle mutlu olarak rızıklanırlar, arkalarından şehitlik (mertebesine ermekle) kendilerine yetişemeyen mücahitler (henüz şehit olmamışlar gaziler) hakkında da şunu müjdelerler ki; onlara bir korku yok, onlar da mahsun olmayacaklar. (Al-i İmran 3/170; Yazır, 2006, s. 71).

“O halde seferber olun da o geçici dünya hayatı ahretin ebedi hayatına

satacak olanlar Allah yolunda çarpışsın! Her kim Allah yolunda çarpışır da öldürülür veya galip gelirse iki surette de biz ona yarın pek büyük bir mükâfat vereceğiz. (Nisa 4/74; Yazır, 2006, s. 88).

Bu örneklerin dışında Kuran-ı Kerimde daha birçok ayet olduğu gibi Hz. Muhammed'in hadislerinde de şehitlik ve gazilik övülmüş ve teşvik edilmiştir. Hz. Peygamberin şehitlik ve gaziliğin faziletleri hakkındaki sözleri gaziliğin değerini arttırmış ve “ölürsem şehit, kalırsam gazi” düsturunun ortaya çıkmasına vesile olmuştur. İslam dininin belirgin bir şekilde öne çıkardığı cennetle müjdelediği şehitlik ve gazilik mertebesine ulaşma isteği Türk-İslam ordularının en büyük motivasyon kaynağı olmuştur (Şıvgın, 2011).

Gaziler de kendi içinde üçe ayrılır. Gazilik, temel olarak Muharip Gazi ve Malul Gazi ve 15 Temmuz Sivil Demokrasi Gazileri olmak üzere üç kavram altında toplanmıştır (TDK.2015).

a)Muharip Gazi: Milli mücadeleye katılması sebebiyle İstiklal Madalyası verilmiş bulunan Türkiye Cumhuriyeti vatandaşları Muharip Gazi olarak kabul edilmektedirler.

b) Malul Gazi: Türk Silahlı Kuvvetleri üyelerinden; Türkiye Cumhuriyeti Devleti hudutlarını korumak ve güvenliğini sağlamak görevi ile savaşta veya Devletin varlığını ve birliğini yıkmayı amaçlayan her türlü terör örgütüne yönelik yurtiçi ve yurt dışında sürdürülen mücadelenin hazırlık ve icrası esnasında düşman ya da terörist silahlarının etkisiyle veya operasyon bölgesindeki harekât ve hizmetlerin sebep ve tesiriyle yaralananlardan maluliyeti sağlık raporu ile kesinleşen kişiler malul gazi olarak tanımlanmaktadır. (www.muharipgaziler.org.tr).

c) 15 Temmuz Sivil Demokrasi Gazileri: 15 Temmuz 2016 tarihinde gerçekleştirilen darbe teşebbüsü ile bu eylemin devamı niteliğindeki eylemler sebebiyle malul olan veya hayatını kaybedenler 15 Temmuz Sivil Demokrasi Gazileri olarak isimlendirilmektedir. (bkz. Demirhan ve Öztürk,2020)

1.2. Gaza

Eski sözlüklerde dar anlamda “düşmanla savaşma” şeklinde tarif edilen kelime (Tekin,1989, s. 140). Osmanlı Beyliği'nin ortaya çıktığı XIII. yüzyıl sonları ile XIV. yüzyıl başlarında Anadolu uç boylarında yaşanan çatışmalarda, Türkmen

beylikleri ve derviş toplulukları arasında çok defa hem bir motivasyon hem de bir meşruiyet unsuru olarak kullanılmış; İslâmiyet’i yaymak, müslümanların yönetimindeki toprakları yahut nüfuz alanını genişletmek gibi gayretler uğrunda akınlara katılmak ve “cenk etmek” anlamını kazanmıştır. Ortaçağ müslüman toplulukları arasında kullanımı çok daha eskilere giden bu kavramın Anadolu’da nasıl yayıldığı ve Türk dilinde kahramanlık ifade eden alplik ile örtüşmeye ne zaman başladığı tam olarak bilinmemekte, ancak XIII. yüzyılın sonlarında Anadolu’nun batı ve kuzeybatısında kullanılmakta olduğu kesin olarak tespit edilebilmektedir. (Özcan, 1996, s. 443).

1.3. Stres

Stres, günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçasıdır. Stres Nedir? Stres sözcüğü, Latince "estricia"dan gelmektedir. Stres, 17. Yüzyılda felaket, bela, musibet, dert, keder, elem gibi anlamlarda kullanılmıştır. 18 ve 19. Yüzyıllarda ise, kavramın anlamı değişmiş ve güç, baskı, zor gibi anlamlarda objelere, kişiye, organlara ve ruhsal yapıya yönelik olarak kullanılmıştır. Buna bağlı olarak da stres, nesne ve kişinin bu tür güçlerin etkisi ile biçiminin bozulmasına, çarpıtılmasına karşı bir direnç anlamında kullanılmaya başlamıştır. Selye (1956), stres konusuyla ilgilenen öncü bilim adamlarındandır ve stresi, "vücuda yüklenen herhangi bir özel olamayan isteme karşı, vücudun tepkisi" olarak tanımlamaktadır. (Johnstone, 1989) Cüceloğlu’na göre, stres, "bireyin fizik ve sosyal çevredeki uyumsuz koşullar nedeniyle, bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcadığı gayrettir" (Cüceloğlu, 1994, s. 321).

“Stres” kelimesini aslında Türkçe’ye çevirmek ancak anlamından fedakârlık yapmakla mümkündür. Çünkü stres yaygın olarak kullanıldığı gibi, sıkıntı, üzüntü, problem, zorlanma, endişe, gerginlik, dert, kaygı kelimelerinin ifade ettiğiinden daha fazla ve daha farklı bir anlama gelmekte ve yerine göre yukarıda sayılanlara yol açmaktadır. Bu sebeple biz stresi de, radyo, televizyon, telefon, video gibi Türkçe imlasıyla yazıp, kullanmanın doğru olacağını düşündük. (Baltaş, 2013)

Günümüzde, yaşam gün geçtikçe daha karmaşık bir hal almakta ve karşılaşılan stresi önlemek ise neredeyse imkânsız hale gelmektedir İnsanların birbirleriyle ve çevreleriyle sürekli etkileşim halinde olmaları nedeniyle stres

yaşamaları kaçınılmazdır. Stres, kişisel farklılıklar ve psikolojik süreçlerin çevresel ve toplumsal etkenlere karşı uyum sağlama davranışı olup, kişi üzerinde psikolojik ve fiziksel baskı yaratan herhangi bir çevresel etkenin organizmaya yansımaları sonucu ortaya çıkmaktadır. Bir başka deyişle, organizmanın çevreyle etkileşime girmesi sonucu fizyolojik ve psikolojik uyum halinin bozulmasıyla meydana gelen duygusal gerilim ve gerginlik olarak ifade edilmektedir. Diğer bir tanıma göre ise stres; günlük yaşam rutininde değişikliğe neden olan, uğraşılması zor bulunulan bir duruma tepki olarak içsel yaşanan deneyim olarak da tanımlanmaktadır (Raber, Dyck, 1993).

Selye, stresi, bireyi etkileyen çevresel uyarıcı olarak görmüştür. 1950 yılında yaptığı bir çalışmadan sonra stres terimini, organizmanın içindeki çevreye karşı aldığı bir durum olarak tanımlamıştır. Bu yaklaşımın sonunda Selye, stres ve stresör kavramlarını ön plana çıkarmış, bireyde bir dizi tepki yaratan çevresel uyarıcıyı stresör, bireyin bu tür uyarıcılara karşı gösterdiği tepkiye de stres demiştir. Sonuç olarak Selye, stresi "bireyin çeşitli çevresel stresörlere karşı gösterdiği genel bir tepki" olarak tanımlamıştır (Erdoğan, 1999). Selye, stresi, canlının içsel dengesinin o canlının içsel veya dışsal çevresi, ortamı tarafından zorlandığı bir durum olarak tanımlamıştır. Selye'ye göre stres, herhangi bir anda vücutta devam eden tüm farklı uyumların toplamıdır. Organların çalışması, kasların gerilmesi ve gevşemesi, salgılar vb. Stres, yaşam sonucu ortaya çıkan normal ve gerekli bir süreçtir (Dyce, 1973). Stres ve uyarıcı arasında çok ince bir fark vardır. Çünkü uyarıcı da organizmada bir tepkiye yol açan herhangi bir şeydir. Stres ve uyarıcı arasında bir derece farklılığı mevcuttur. Herhangi bir uyarıcının stres oluşturucu olabilmesi için, belli bir duyu organına yönelik önceden programlanmış olan rahatlık eşliğini aşmış, sistemin dengesini bozması gerekir. Sistem, bu stres tepkisi sayesinde tekrar dengeye dönmek için bir uyum süreci başlatır. Gerilim, stres durumunun sistem üzerindeki etkisidir. Gerilim nedeniyle sistem, stres durumunda olduğu bilgisini alır ve dengeye dönme sürecine girer. Zorlanma ise, dengeye dönme süreci içinde sistemin ödediği bedel ya da harcadığı enerjinin miktarıdır (Şahin, 1995). Stres, bireyler üzerinde etki yapan ve onların davranışlarını, başka insanlarla ilişkilerini etkileyen bir kavramdır. Stres, durup dururken ya da kendiliğinden oluşan bir durum değildir. Stresin oluşması için insanın içinde bulunduğu ya da hayatını sürdürdüğü ortam ve çevrede meydana gelen değişimlerin insanı etkilemesi gerekir. Ortamdaki değişimlerden her birey etkilenir

ancak, bazı bireyler bu değişmelerden daha çok veya daha yavaş etkilenmektedirler. Stresi, insanın yaşadığı ortamda meydana gelen bir değişimin veya insanın ortamı değiştirmesinin onun üzerinde etkiler bırakması ile ilgilidir. Etki altında kalan insanın kişilik özelliklerinin, bu etkilerin tesiri altında kalma derecesini etkilemesidir. Stresin oluşması için ortamdan etkilenen bireyin vücudundaki özel biyo-kimyasal değişmelerin oluşmasıyla bireyin vücut sisteminin harekete geçmesi gereklidir (Pehlivan, 1995).

Stres, bireyler üzerinde etki yapan ve onların davranışlarını, başka insanlarla ilişkilerini etkileyen bir kavramdır. Stres, durup dururken ya da kendiliğinden oluşan bir durum değildir. Stresin oluşması için insanın içinde bulunduğu ya da hayatını sürdürdüğü ortam ve çevrede meydana gelen değişimlerin insanı etkilemesi gerekir. Ortamdaki değişmelerden her birey etkilenir ancak, bazı bireyler bu değişmelerden daha çok veya daha yavaş etkilenmektedirler. Stresi, insanın yaşadığı ortamda meydana gelen bir değişimin veya insanın ortamı değiştirmesinin onun üzerinde etkiler bırakması ile ilgilidir. Etki altında kalan insanın kişilik özelliklerinin, bu etkilerin tesiri altında kalma derecesini etkilemesidir. Stresin oluşması için ortamdan etkilenen bireyin vücudundaki özel biyo-kimyasal değişmelerin oluşmasıyla bireyin vücut sisteminin harekete geçmesi gereklidir (Pehlivan,1995)

Netice itibariyle stres bireyin hayatını çepeçevre kuşatan, bireyin ruhsal, sosyal ve fizyolojik yönüne etki eden yapıya sahip olduğunu söylemek mümkündür. Buradan hareketle stresin belli başlı belirtilerinin olacağını ifade etmek mümkündür

1.3.1. Stresin Belirtileri

Stresin kendine özgü bazı belirtileri vardır. Bu belirtiler; gerginlik hali, sürekli endişe duyma, aşırı derecede alkol ve sigara kullanımı, uykusuzluk, işbirliğine girmede yaşanan zorluklar, yetersizlik duygusu, duygusal dengesizlik, sindirim sorunları, yüksek tansiyondur .Stres kısa süreli yaşansa bile, gerginlik, kalp atışlarındaki yükselme veya aşırı alkol ve sigara kullanımı gibi kısa sürede ortaya çıkan sonuçların kalıcı olmasına neden olabilir (Davis, 1984, s. 439; Pehlivan, 1995, s.45).

Stres, kronik kalp rahatsızlığı için yüksek bir risk taşıyan aşırı yeme-içme ve sigara kullanımının artmasına da neden olur (Kahn ve Cooper, 1993).

Stresle ilgili belirtiler, fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyal olmak üzere dört grupta toplanabilir (Braham, 1998, s.52-54). Stres, kronik kalp rahatsızlığı için yüksek bir risk taşıyan aşırı yeme-içme ve sigara kullanımının artmasına da neden olur (Kahn ve Cooper, 1993). Stresle ilgili belirtiler, fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyal olmak üzere dört grupta toplanabilir (Braham, 1998, s. 52-54).

1.3.1.1. Fiziksel Belirtiler

Baş ağrısı, düzensiz uyku, sırt ağrıları, çene kasılması veya diş gıcırdatma, kabızlık, ishal ve kolit, döküntü, kas ağrıları, hazımsızlık ve ülser, yüksek tansiyon veya kalp krizi, aşırı terleme, iştahta değişiklik, yorgunluk veya enerji kaybı, kazalarda artış. Yorgunluk, uyuşukluk, çarpıntı, nabzın yükselmesi, hızlı ve yüzeysel solunum, kas gerginliği ve ağrıları, titreme, seğirme, tik, mide yanması, hazımsızlık, diyare, konstipasyon, sinirlilik, ağız kuruluğu, aşırı terleme, el ve ayaklarda soğuma, deri döküntüleri, kaşıntı, tırnak yeme, sık idrara çıkma, peptik ülser, kalp hastalıkları, libido seviyesinde azalma, aşırı yemek yeme ya da iştah kaybı, baş ağrısı, baş dönmesi, hareketlerde dengesizlik, konuşma güçlüğü, gürültü, ses ve ışığa duyarlılık, Adale ağrıları, Yerinde duramama, Ellerin terlemesi gibi durumlardır (Güçlü, 2001).

1.3.1.2 Duygusal Belirtiler

Kaygı veya endişe, depresyon veya çabuk ağlama, Ruhsal durumun hızlı ve sürekli değişmesi, asabilik, gerginlik, özgüven azalması veya güvensizlik hissi, aşırı hassasiyet veya kolay kırılabilirlik, öfke patlamaları, saldırganlık veya düşmanlık duygusal olarak tükendiğini hissetme. Sinirlilik, sabırsızlık, öfke, düşmanlık, endişe, kaygı, panik, huzursuzluk, üzüntü, gerilim, hafızada zayıflık, karar vermede güçlük, aşırı hassasiyet, cinsel yaşamda değişiklik, sık sık hayal kurma, ölüm ve intihar düşüncelerinin sık sık tekrarlanması, uyku bozukluğu, depresyon, alkol ve madde kullanımında artış, benlik saygısı ve verimlilik de azalmadır (Güçlü, 2001).

1.3.1.3. Zihinsel ve davranışsal Belirtiler

Endişelenme, Konsantrasyon güçlüğü, Kontrolsüzlük duygusu, Sinirlilik, Unutkanlık, karar vermede güçlük, zihin karışıklığı, hafızada zayıflık, aşırı derecede hayal kurma, tek bir fikir veya düşünceyle meşgul olma, mizah anlayışı kaybı, düşük

verimlilik, İş kalitesinde düşüş, hatalarda artış, muhakemede zayıflama. Aşırı hareketlilik ya da tam tersi davranış sergileme, huzursuzluk, öfke patlamaları, ağlama krizi, dinleme yeteneğinde bozulma ve donukluk olmasıdır. Bir maddeye aşırı düşkünlük (sigara, alkol), Beslenme ve uyku dengesinin bozulması (ya normalden fazla ya da az olması), Telaşla oradan oraya koşuşturmak, Sosyal ortamlardan kaçınmada davranışsal tepkilerdir. (Güçlü, 2001).

1.3.1.4. Sosyal Belirtiler

İnsanlara karşı güvensizlik, başkalarını suçlamak, randevulara gitmemek veya çok kısa zaman kala iptal etmek, İnsanlarda hata bulmaya çalışmak ve sözle rencide etmek, haddinden fazla savunmacı tutum, birçok kişiye birden küs olmak, konuşmamak. (Güçlü, 2001, s. 95)

Netice itibariyle biyo-psiko-sosyal bir canlı olan bireyin hayatındaki stresin yansımalarının da fizyolojik psikolojik ve sosyal belirtilerinin olması beklenen bir durumdur.

1.4. Din

1.4.1. Dinin Tanımlanması

Filologlar, din kelimesinin Arapça deyn kökünden masdar veya isim olduğunu kabul ederler. Cevherî dinin “âdet, durum; ceza, mükâfat; itaat” şeklinde başlıca üç anlamını verir ve terim olarak dinin bu son anlamdan geldiğini belirtir (Cevheri,1984). Râgıb el-İsfahânî sadece “itaat” ve “ceza” (karşılık) anlamlarını kaydetmiştir (İsfahani, 2010). İbn Manzûr bunlara “hesap” ve “İslâm”ı da eklemiştir, ayrıca deynin masdar, dinin isim olduğu yolundaki bir görüşü aktarmıştır (İbn Manzur, 2003). Mütercim Âsım Efendi ise dinin otuzu aşkın anlamından söz etmiştir. Bunlardan dinin terim anlamını yakından ilgilendirenler bazıları Ceza ve karşılık, İslâm, örf ve âdet, zül ve inkıyad, hesap, hâkimiyet ve galibiyet, saltanat ve mülkiyet, hüküm ve ferman, makbul ibadet, millet, şeriat, itaat (Asım Efendi, 2013) kavramlarıdır.

Din, tanımlamak gerekirse; insanların yaratıcı olarak kabul ettikleri üstün güce olan imanlarını, ona yapacakları ibadetlerin bütünü ve bu imana göre

davranışlarının nasıl olması gerektiğini düzenleyen inanış yolu demektir. Diğer bir ifadeyle din, hayatı çepeçevre kuşatan, belirli kural, emir ve yasakları bulunan, bu bağlamda dindarlık perspektifleri sunan, dindarlarına değişik / çeşitli direktifler veren ve sınırları bazen esnek bazen sert bir şekilde çizilmiş bir yaşam tarzı, bazen statik bazen dinamik hayat döngüsü sunan, değişik yaşam alanlarında davranış biçimleri öngören öğretiler bütünüdür. (Bilgin, 2014)

Kur'an'a göre din, insanın zihinsel işlevlerini / inanç ve düşüncelerini, tutumlarını, davranışlarını / ibadetlerini ve sosyal yapılarını / cemaatler v.b. organizasyonlarını belirleyen bir sistemdir. Buna göre Tanrı fikrine yer versin veya vermesin, metafizik değerlere sahip olsun ya da olmasın insanın düşünce dünyasında ve hayat döngüsünde belirleyici olan her sistem dindir. Kur'an, insanlar için temelde iki dinden bahseder. Bunların birincisi, Allah'ın insanlar için seçtiği ve razı olduğu İslam, diğeri ise İslam'dan gayri din veya dinlerdir. Kur'an'da, sadece İslam'ın insanları doğruya ve kurtuluşa erdireceği, diğer dinlerin ise makbul olmadığı anlatılır (Al-i İmran 1/19, Maide, 5/3, Gündüz, 1998; Çalışkan, 2002). Dindar ise, bağlı bulunduğu dinin emir ve yasaklarına hakkıyla uyan, dinine kuvvetle bağlı olup gereklerini yerine getiren kimse demektir. Başka bir ifadeyle dindar, mensubu olduğu dinin inanç, ilke, pratik ve sembollerini içselleştirip bunları tutum ve davranışlarında sergileyen kişidir (Ayverdi, 2008; Kurt, 2009). Dolayısıyla bir kişinin dindar olduğu vurgulandığında, onun kendi inanç alanı içindeki bireysel gerçeklik durumu hakkında kanaat sahibi olunmaktadır. Çünkü inancın ruhsal ve fiziksel işaretleri içinde birey, kendi sosyal konumundan hareketle tanrısal gerçekliğe bağlanmakta, gündelik hayatın bütün etkilerini üzerinde taşıyan bir gerçeklik teması içinde dini, yaşamının fonksiyonel bir göstergesi haline getirmektedir (Subaşı, 2014).

Dindarlığı, dindar olma, kişinin herhangi bir dinsel yapıya bağlı olma ve dinin emirlerini gayretle yerine getirme durumu, kişinin mensubu olduğu dine ait inanç, ibadet ve sembollere ilişkin kabul, yoğunlaşma ve meşgul olma derecesi olarak tanımlayabiliriz (Ayverdi, 2008; Kurt, 2009; Gündüz, 1998). Dindarlık, insanın iman-amel temelinde ortaya koyduğu dinî tutum, deneyim ve davranış biçimini, yani dinî yaşantıyı veya dindarca hayatı; inanılan dinin emir ve yasakları doğrultusunda yaşamayı ifade eden ve inanç, bilgi, tecrübe / duygu, ibadet, etki, organizasyon gibi boyutları olan bir olgu olarak anlaşılabilir (Okumuş, 2006).

1.4.2. Dindarlık

Dindarlık genel olarak dindarlık, belli bir dinin inanç ve öğretilerinin belli zaman ve şartlarda, bir kişi, grup ya da toplum tarafından yaşanması olarak tanımlanmaktadır (Hökelekli, 2010). Bu açıdan bakıldığında dindarlığın, bireyin benimsediği din tanımını hayata geçirmesi, dini her şeyiyle kendi hayatına mal etmesi anlamına geldiği söylenebilir. Dinin, bireyin inanç, duygu, davranış ve bilgi dünyasına nüfuz eden çok boyutlu bir kavram olması (Paloutzian, 2017, s. 12), dindarlığın çok boyutlu bir şekilde incelenmesi gerekliliğini beraberinde getirmiştir. 1950’li yıllardan itibaren akademik çalışmalarda bu gereklilik göz önüne alınmış ve dindarlık çok boyutlu bir değişken olarak incelenmeye başlanmıştır. (Karaca, 2011). Dindar ise belirli aşkın ve kutsal şeylere inanan, bu inançlar doğrultusunda belirli aktiviteler yapan ve dinî bir grup üyesi olan herkes dindardır. Günay ise dindarlığı, “kutsal olanın yahut özel bir formu olmak itibarıyla belli bir dinin muayyen bir zaman ve şartlarda belli bir kişi veya grup ya da toplum tarafından yaşanmasıdır”, kısaca “yaşanan din” şeklinde tanımlamaktadır (Karaşahin, 2008).

1.5. Dini Yönelim

Dini yönelim dine ve dini uygulamalara yönelik güdülenmeleri ifade etmek için kullanılan bir terimdir. Dini Yönelim Bireylerin dine yönelim derecelerini esas almak suretiyle Gordon Allport ve Michael Ross, dindarlığın ölçümü hususunda, iki kutuplu bir dindarlık modeli geliştirmiştir. Dindarlığın derinlemesine boyutları olarak da bilinen iki boyuttan oluşan bu model, dindar bireylerin dış güdümlü dindarlar ve iç güdümlü dindarlar olmak üzere iki kutuba ayrılabilceği iddiasını taşımaktadır. Dış güdümlü dindarlar dini kullananlar, iç güdümlü dindarlar ise dini yaşayanlar şeklinde tanımlanabilmektedir. Bu bakış açısına göre dış güdümlü dindarlık yönelimine sahip bireyler dini, daha değerli buldukları bir hedefe ulaşabilmek amacıyla kullanmaktadırlar. İç güdümlü dini yönelime sahip bireyler için ise güdüleyici faktör dinin kendisidir. Onlar için dinden öte bir amaç söz konusu olmadığından diğer bütün ihtiyaçlarını dini inançlarıyla uyumlu hale getirmektedirler. (Allport ve Ross, 1967).

Dini yönelim, öteden beri Allport'un ayırımı gibi içten ve dıştan ayrımı

yapılarak ele alınmaktadır. Dıştan dini yönelim (DDY) kişilerin kendi dünyevi amaçları veya öte dünya hedeflerini gerçekleştirmek üzere dini "kullanma" yönünde güdülenmedir. Buna karşılık içten dini yönelim (İDY), dini hayata geçirme ciddiye alma, ve "dinin kendisini nihai bir son olarak" algılama anlamına gelir. Allporta göre, din ile tüm hayatı arasında bağ kurma önyargılı olmayıp bütünleştirici olma ve düzenli olarak ibadet etme anlamına gelirken; DDY din ile tüm hayat arasında bağ kurma, ön yargılı olmayıp bütünleştirici olma ve düzenli olarak dini yaşama anlamına gelir. Başka bir deyişle eğer insanlar dinin kendisini nihai bir şey olarak algılayarlarsa ona gerçekten inanırlar, ciddiye alırlar fakat eğer dini, ayetler için bir araç olarak görülürse, onu maddi veya maddi olmayan kazançlar için kullanırlar (Allport ve Ross, 1967)

1.5.1.Dini Yönelim Biçimleri

Dini yönelim, kişinin dinini nasıl yaşadığı ve dinin onun için ne anlam ifade ettiği ile ilgili bir kavramdır. Bireyin dini hayatında motive edici kaynakların neler olduğu ve bireyin din ile ilgili algı ve yaklaşımlarının ortaya konması dini yönelim biçiminin anlaşılmasında önemlidir. Dinin kendisi için çok önemli olduğunu söyleyen ve hayatını dini referansları dikkate alarak şekillendiren kimseler genelde dindar olarak değerlendirilir. Ancak dine önem veren ve dinini yaşamaya çalışan her bireyin dine yönelik duygu ve düşünceleri aynı değildir. Kişilerin dini duygu ve düşüncelerinin farklı formları olacağını söyleyerek ilk olarak içsel ve dışsal yönelim biçimlerini ortaya atan bunları kavramsallaştıran kişi Gordon Allport'tur. Daha sonraları bu iki yönelimin dışında dine sorgulayıcı bir bakış açısının da mümkün olacağını söyleyen Batson (1976) dini yönelimin üçüncü şeklini ortaya koymuştur. Allport'un (1954) dinin hem önyargı doğuracağı hem de doğurmayacağı tespitinden sonra McFarland (1989) ayırmacılık ile ilişkisine bakmak amacıyla katı kuralcı dini yönelimle ilgili bir ölçme aracı geliştirmiş ve bu yönelimin önyargı ile anlamlı ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Allport içsel ve dışsal yönelim kavramlarını henüz şu anki şekliyle isimlendirmemekle ve tam olarak tanımlamamakla birlikte önyargı ile ilgili eserlerinde dinin iki farklı şeklinin irksal önyargı ile ilişkisini ele almıştır. Bu çalışmada içsel ve dışsal yönetime karşılık "içselleştirdiğimiz" ve "kurumsallaştırdığımız" iki din şeklinden bahseder. Allport içsel ve dışsal etiketini

ilk defa “Din ve Önyargı” (1959) isimli çalışmasında kullanmıştır. Bu iki kavramın formal tanımlarını bir makalesinin (1960) önsözünde yapmıştır. Bu kavramların eksiksiz tanımlarını ise yine dinin önyargı ile ilişkisini ele aldığı "The Religious Context of Prejudice" (1966) ve Ross ile birlikte yaptığı “Personal Religious Orientation and Prejudice” (1967) adlı çalışmalarında yapmış ve içsel, dışsal kavramlarını kullanmaya başlamıştır (akt. Hunt ve King, 1971). Allport (1963) davranış bilimleri, din ve akıl sağlığı ile ilgili çalışmasında “dini duygularının bazı formları daha törapatik ve koruyucu olabilir mi?” sorusuna cevap aramıştır. İçsel ve dışsal dindarlık kavramlarını ortaya atarak içsel dindarlığın dışsal olana göre daha koruyucu ve tedavi edici olduğunu ileri sürmüştür. Önyargı ile kişinin dinini yaşama biçimi arasındaki ilişkiyi ele alan Allport ve Ross (1967) içsel ve dışsal dindarlığı ölçen dini yönelim envanterini (Religious Orientation Scale) ortaya koymuştur. Hunt ve King (1971) Allport’un bu ayırımı yapmasındaki temel çıkış noktasının dini inanç ve uygulamalarla ilgili kişiyi motive edici faktörler olduğunu söyler. Hoge (1972) içsel ve dışsal dindarlık ölçümünün dini davranışın kendisini değil, dini davranışı ortaya çıkaran motive edici unsurları ölçtüğünü ifade eder.

1.7.1.1. İçsel (Intrinsic) Dini Yönelim

İçsel dini yönelime sahip olanlar için ana motive edici unsur dinin kendisidir. Bu kimseler dinin kurallarını mümkün olduğunca takip edip yaşamaya, dini inanç ve kurullarla uyum içinde olmaya ve dini içselleştirmeye çalışırlar. Dışsal dini motivasyona sahip olanlar dini daha ziyade kendi çıkarları için kullanırken içsel dindarlar dini yaşarlar. (Allport ve Ross, 1967). Allport (1959, 1960) bu tür bir dini duygunun tüm yaşamı anlam ve motivasyonla dolduracağını ve ancak böyle geliştirilen bir dini duygu içinde kardeşlik öğretisinin kök salabileceğini söyler. Bu eğilimdeki bireylerin dinin kendisine hizmet etmesinden kendisinin dine hizmet etmesi konusunda daha istekli olduklarını söyler (akt. Hunt ve King, 1971). Bu kimseler için din tüm yaşamı anlamlandıran bir bakış açısı sunar (Donahue, 1985).

1.7.1.2. Dışsal (Extrinsic) Dini Yönelim

Allport ve Ross (1967) dışsal dindarların dini kendi çıkarları için kullandıklarını, dini inancın daha önemli olan ihtiyaçlara hizmet etmesi için şekillendirildiğini, dışsal değerlerin daima çıkarıcı olduğunu öne sürmüşlerdir. Bu eğilimdeki insanlar dini güvenlik sağlama, sosyal ilişkiler kurma, kendini haklı çıkarma (Genia ve Shaw, 1991), oyalanma, avunma, sosyal statü elde etme gibi birçok konuda kullanır. Teolojik olarak dışsal dindar Tanrı'ya yönelmişse de aynı anda kendine de yönelmiş olmaktan vazgeçmez. Bu sebeple din onun için öncelikle kendi benmerkezciliğini korumak için bir kalkandır (Allport, 1963, Allport ve Ross, 1967). Allport'un içsel dışsal ayırımı ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Daha sonra bazı araştırmacılar dışsal dini yönelimi dışsal-kişisel (extrinsic-personal) ve dışsal-sosyal (extrinsic-social) olarak iki alt boyutta ele almışlardır (Goursuch ve McPherson, 1989; Goursuch ve Venable, 1983; Kirkpatrick, 1989; Maltbly, 1999; Genia, 1996). Dışsal-kişisel yönelime sahip bireyler dini daha çok rahatlama, korunma, güvenlik elde etme ve teselli gibi bireysel faydaları için kullanırlar. Dışsal-sosyal boyut ise dinin bireye sağladığı sosyal faydalar için kullanılması ile ilgilidir (Goursuch ve McPherson, 1989; McFarland, 1989). Mesala arkadaş edinme, sosyal statü elde etme vb. Ancak daha sonra dışsal yönelimle ilgili bu ayırımı ortaya atan Kirkpatrick bunun ciddi bir bulgu olmadığını, psikometrik bir hata olduğunu söylemiştir (Kirkpatrick ve Hood, 1990). Buna rağmen bazı araştırmacılar bu ayırımı doğru bulmuşlar ve bunun Allport'un içsel-dışsal dini yönelim ölçeğinin psikometrik özelliğini iyileştirdiğini ifade etmişlerdir. Nitekim dini yönelim ile ilişkisine en fazla bakılan kavramlardan olan önyargı ve ayrımcılık, dışsal-sosyal yönelim ile olumlu anlamlı bir ilişki göstermiştir. McFarland (1989) dört dini yönelim biçiminin siyahlara, kadınlara, eşcinsellere ve komünistlere yönelik ayrımcılığı yordama gücüne bakmıştır. Sorgulayıcı yönelim tüm gruplara karşı ayrımcılıkla negatif ilişki gösterirken, dışsal sosyal yönelim siyahlara karşı önyargıyı yordayan bir boyut olarak dikkat çekmiştir. Genia (1996) dışsal yönelimi iki boyutlu ele almıştır. Dışsal sosyal yönelimle psikolojik iyi olma ve manevi iyi olma (spiritual well being) arasında herhangi bir ilişki bulunmazken, dışsal kişisel yönelim yüksek psikolojik sıkıntı ve Tanrı ile ilişkideki memnuniyet düzeyi ile olumlu ilişkili, yaşam

memnuniyetiyle ise ilişkisiz bulunmuştur. Bu sonucun dışsal kişisel yönelimli bireylerin duygusal stresten kurtulmak ve rahatlamak için Tanrı'ya yaklaştıkları fikrini desteklediğini ileri sürmüştür. Araştırmacılar tarafından ortaya konmamakla birlikte dışsal dini yönelimin maddi ve manevi faydalar olmak üzere iki alt boyutu daha olduğu söylenebilir. “Öbür dünyada cezalandırılmamak adına dini kurallara bağlı yaşamaya çalışırım” maddesi dışsal yönelimde manevi bir motivasyon kaynağına işaret etmektedir. “Toplumda iyi bir yer edinmek için dinime bağlı kalmaya çalışırım” maddesi sosyal statü ve çevre kazanma gibi maddi, “Din, her şeyden önce, başıma acı ve felaket geldiği zaman beni teselli eder” gibi bazı maddelerse dünyevi amaçlarla dinin kullanıldığını göstermektedir (Erdoğan, 2014).

1.6. Dini Başa Çıkma

Baş a çıkma stratejileri ile ilgili literatürde pek çok strateji vardır. Ancak baş etmenin kavramsallaştırılması ve göreceli olarak sabit tanımlayıcı özelliklerinin olmasına içeriksel faktörlerden daha fazla ihtiyaç duyulmaktadır (Carver ve diğ. 1989). Bu bağlamda insanların stresli yaşam olayları karşısında genel eğilimleri üzerine Carver ve arkadaşları (1989), Lazarus ve Folkman (1988) gibi araştırmacılar problem odaklı (aktif baş etme, plan yapma, rekabeti azaltan aktivite, duruma hakim olma, etkili sosyal destek arama) duygu odaklı baş etme (duygusal sosyal destek arama, olumlu yeniden anlamlandırma, kabul etme, din ve mizah) uyumsuz duygu odaklı baş etme (inkar, davranışsal bozukluk, zihinsel bozukluk, duygulara odaklanma ve duyarsızlık, alkol ve uyuşturucu kullanımı) gibi farklı kategoriler önermişlerdir. Aslında baş etme kompleks çok boyutlu, yaşam boyunca devam eden çevre, istekler ve kaynaklara duyarlı olduğu kadar kişisel özellikler, olayın değerlendirilmesi ve tercih edilen baş etme stratejilerini de içeren bir kavramdır. (Folkman, 2008; Folkman ve Moskowitz, 2004). Lazarus (1993) evrensel bir iyi kötü baş etme stratejisinin olmadığını vurgular, bazı baş etme stratejileri diğerlerinden daha iyi veya daha kötü değildir. Bazı şartlarda örneğin değiştirilemeyen durumlarda duygu odaklı baş etme daha iyidir; fakat değiştirilebilen durumlarda problem odaklı baş etme daha verimli olabilir. İnsanlar diğer zamanlar veya durumlarından farklı olarak bazen bazı özel durumlarda özel baş etme stratejileri kullanabilir; geliştirebilirler. Bunları öngörmek ne bireysel ne de akademik anlamda mümkün

olmayabilir. Literatürde öne çıkan başa çıkma tarzlarından farklı olarak Folkman, anlam odaklı başa çıkma adını verdiği bir başka başa çıkma stratejisi öne sürer. Anlam odaklı başa çıkma, yaşamdaki önceliklerin ve olayların yeniden bir çerçeve oluşturularak olumlu anlamlar ile yeniden sıralanmasıdır. Folkman (2008) anlam odaklı başa çıkmanın, değerlendirme odaklı başa çıkma ile benzer olduğunu ifade eder. Fakat problem ve duygu odaklı başa çıkmanın her ikisinden de daha az durumun ne olduğu ile ilgilenir. Olumlu yeniden değerlendirme, öncelikle amaçları yeniden düzenleme, manevi inançlar ile sıradan olayları anlamlandırmadır. Baş etmenin sağlanması ve motive olmak için kişinin inançları, değerleri, varoluşsal amaçları ve stresli durumlarda iyi olma durumlarından faydalanılır. Folkman (2008) her stresli durumda olumlu duyguların psikolojik başa çıkma kaynaklarının ve psikolojik yenilenmenin yeniden yapılandırma da kritik rol oynadığına inanır. Anlam odaklı başa çıkmada başa çıkma süreçleri ve mekanizmalarını tamamen anlayabilmek için inançların, değerlerin, insanların yaşam amaçları belirleyici faktörlerdir. Başa çıkma inanç, değer, maneviyat ve dindarlığa bağlı olmasına rağmen çok az çalışma baş çıkma sürecinde özel dini inançların rolüne yer vermiştir (Newton ve McIntosh, 2010).

1.7. Din ve Stres İlişkisi

Dindarlık ve stres ilişkisi din ile bedensel ve zihinsel sağlık arasındaki ilişkiyi açıklayan etmenler içerisinde konunun temelini oluşturan konu din ve stres arasındaki ilişkidir.

Din ve stres ilişkisi stres, din ve dini başa çıkma gibi üç temel kavram etrafında şekillenmektedir. Aynı zamanda bu üç kavram din ile bedensel, zihinsel ve ruhsal sağlık arasındaki ilişkiyi açıklamada anahtar kavramlardır. Birey, potansiyel olarak stresli durumlarla karşılaştığında ilk önce olayın anlamını değerlendirmeye çalışır. Sonra değerlendirilmiş anlamın onun evrensel anlam sisteminden ne kadar farklı olduğuna dair karar verir. Bu tutarsızlığın boyutu (değerlendirilmiş anlamın bireyin evrensel inançlarını ve hedeflerini ne kadar ihlâl ettiği) olayın sebep olduğu sıkıntının seviyesini belirler. Zamansız bir ölüm zamanlı bir ölümden daha çok sıkıntıya sebep olabilir; çünkü bu durum, dünyanın adaleti ve iyimserliği hakkındaki mevcut inançları ihlâl edebilir veya çok yakın bir arkadaşın ölümü bir yabancının

ölümünden daha çok sarsıcı olabilir. (Crystal, 2005) Lazarus ve Folkman'a göre; insanların olaylara bakış açısı, onların stresle başa çıkmasını etkileyen başlıca unsurdur. Birey stres veren bir durumla karşılaştığında ilk olarak, "Bu olay benim için tehdit mi, bana iyilik mi, kötülük mü, kâr mı, zarar mı getiriyor?" vb. farklı değerlendirmelerde bulunmakta ve bunun sonucunda ise stresle başa çıkmada kullanacağı kaynaklara yönelmektedir(Newton, 2010).

Son zamanlarda konuyla ilgili yapılan çalışmalar göstermiştir ki; bireyin stresle başa çıkma sürecinde kullandığı en etkili kaynak dindir. Pargament, dinin bireylerin stresle başa çıkma yollarını önemli ölçüde etkilediğini öne sürerek; (Newton, 2010) dinin bu noktadaki gücünü, olayların anlamını dönüştüren, (Park, 1990) düzenleyici ve dengeleyici bir sistem (Fabricatore, ve diğ., 2004) olmasına bağlamıştır. Pek çok insan için din, insanların dünya görüşünü etkileyen önemli bir felsefi yönlendirmedir ve ancak din, stresli durumları ve hayatın gerçekliğini anlaşılabilir ve dayanılabilir kılar. (Park, 1990, s. 711).

Dinî başa çıkma, din-sağlık ilişkisinin en geniş şekilde araştırılan bölümü olmuştur. Dini inancın ve dinsel davranışların; içinden çıkılması zor, birçok konunun çözümünde dini olmayan stratejilerden daha iyi sonuç verdiği konusunda fikir birliği söz konusudur. Carver ve arkadaşları, dinî başa çıkma ve dinî olmayan başa çıkmayı karşılaştırmış ve dinî başa çıkma stratejilerinin sonuçlar üzerinde önemli ve benzersiz bir katkıya sahip olduğunu ifade etmişlerdir(James, 1973). Tix ve Frazier çalışmalarında, ailelerin çocuklarına dini gerekliliklerin önemi konusundaki fikirlerini aktarması ve hayatta karşılaştıkları sorunların çözümünde dinsel kuralların, stresli hayat tarzından onları nasıl kurtarabilecekleri hususu üzerinde durmaları gerektiğini belirtmişlerdir. Krause ise araştırmasında, manevi desteğin insanlar üzerindeki pozitif etkisinin benzersiz bir dışsal etki yarattığı ve bunun da bir çeşit sosyal destek olduğu üzerinde durarak; sosyal hayat içerisindeki bu tür manevi davranışların bireylerin huzura kavuşmasında benzersiz bir rol oynadığını ifade etmiştir(James, 1973).

Din hakkındaki bütün bu olumlu düşünce ve araştırmalara rağmen Pargament "Din sağlığımız için iyi midir? sorusuna, "Duruma göre değişir." cevabını vererek; din ve sağlık arasında kesinlikle basit bir ilişkinin olmadığını vurgulamaya çalışmıştır. Pargament'e göre din ve sağlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için şu

sorulara verilecek cevap önem arz etmektedir:

1)İnsanlar neden dindardır?

2)İnsanlar nasıl dindardır? İnsanlar ne zaman dindardır?

3)Dine göre kişi kimdir ve nerededir?

Dinin gücü, o dinin üyelerinin birtakım farklı ihtiyaçlarına cevap verebilmesinde yatar. Freud ve Durkheim'dan beri sosyal bilimciler dinin ana fonksiyonu hakkında çeşitli tartışmalarda bulunmuşlar ve bu tartışmaların sonucunda da insanların birtakım ihtiyaçlarını karşılamak için dine yöneldiklerini ortaya koymuşlardır. Yapılan çalışmalar, “dinin kaygıyı azatlığını, acıya anlam verdiğini, toplumsal bir bilinç oluşturduğunu, bağımsızlık hissi oluşturduğunu ve bireyin dürtülerini kontrol etmesine yardımcı olduğunu ortaya koymuştur.” (Pargament, 1998) “Hayatımızı nasıl en güzel şekilde yaşayacağımız, bu dünyaya neden gönderildiğimiz, ölüm, acı çekme gibi” konular hakkında cevaplanamayan sorulara insanlar, inandıkları dinin bir cevap bulmasını bekler. Çok feci bir trafik kazasından sonra felç olan dindar bir adamın motivasyonu ele alındığında şöyle dediği gözlemlenmiştir: “Bu bir öğrenme tecrübesi... Tanrı beni bu duruma, kendimi ve O'nu daha iyi tanımak ve diğer insanlara nasıl yardım edebileceğimi öğrenmem için getirdi.” (Bulman ve Wortman, 1977)

İnsanlar nasıl dindardır? Birisinin dindar olup olmadığını bilmekten ziyade kişinin nasıl dindar olduğunu bilmek, o kişinin sağlığı hakkında bize daha açık ipuçları sunabilir. Dolayısıyla insanların inançlarını yaşamlarına nasıl aktardıkları çok önemli bir unsurdur (Pargament, Presentation to Heritage Foundation). İnsanların daha çok stres durumlarında Tanrı'ya yöneldikleri açık bir vakıadır. 11 Eylül Dünya Ticaret Merkezi ve Pentagon'a yapılan saldırılardan sonra uygulanan ulusal bir anketin sonuçları; insanların % 90'nın bu felaketle ilgili negatif duygularıyla başa çıkabilmek için Tanrı'ya yöneldiklerini ortaya koymuştur(Schuster ve diğ. 2001). Travmatik durumlarla başa çıkabilmek için insanlar Tanrı'ya üç şekilde yönelirler:

Birinci yaklaşım, John Wayne'in kendini yönlendirme yaklaşımıdır. Bu yaklaşım Tanrı'nın insanlara beyin verdiğini ve insanların onu kullanması gerektiğini söyler. Kontrol, insanların kendi içinde gerçekleşir. “Zor bir durumla karşılaştığımda duygularıyla Tanrı'nın yardımı olmadan başa çıkarım” ifadesi bu yaklaşımı anlatan

örnek bir cümledir (Schuster ve diğ. 2001).

İkinci yaklaşım, ötelemedir. Bu yaklaşım bir problem olduğunda onu Tanrı'ya yönlendirmeyi ve problemi bireyin yerine Tanrı'nın çözmesini ifade eder. Kontrol, Tanrı yoluyla gerçekleşir. "Bir problemin çözümünde doğru yolu kendim bulmak yerine onunla nasıl başa çıkacağıma Tanrı karar verir." ifadesi bu yaklaşımın örnek cümlesidir (Schuster ve diğ. 2001).

Üçüncü yaklaşım ise işbirlikçi yaklaşımdır. Bu yaklaşımda birey ve Tanrı arasındaki ilişkide ortaklık vardır. Kontrol birey ve Tanrı arasındaki ilişki yoluyla gerçekleşir. "Bir probleme çözüm üretilmesi gerektiğinde Tanrı ve ben ortak çalışırız" ifadesi de bu yaklaşımın örnek cümlesidir. Yapılan araştırmalarda Amerika'da işbirlikçi yaklaşımın daha yaygın olduğu görülmüştür(Schuster ve diğ. 2001).

İslami gelenekte yine benzer bir şekilde zorluklar ve tehlikelerle dolu bir dünyada yaşayan insanın, kader inancıyla birlikte inandığı varlığın koruyuculuğunu hissederek rahatlaması, içinde bulunduğu durumla başa çıkabilmede önemli bir kazanım olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda özellikle Ehlisünnet kader algısına göre birey, hiçbir davranışında yalnız ve tek başına değildir. Her şeyin yaratıcısı olan Allah, bireyin herhangi bir zamanda bir davranışı icra etmeye karar verdiği anda, onda o davranışı icra edebilecek gücü yaratacak kadar ona yakındır. Bu durumda birey, kader algısının dinî şuuruna kazandırdığı dinamizmle kendini güvencede hissedebilmektedir(Karaca, 2006).

İnsanlar ne zaman dindardır? Aslında dini başa çıkmanın erteleyici yaklaşımının dahi çok fazla işe yaradığı durumlar vardır. Asıl önemli olan bu zamanların hangi zamanlar olduğudur. Ölümçül bir hastalık gibi tamamen kontrol dışı olan durumlar buna örnek verilebilir. Bazen, tıbbî tedavisini dinî sebepler yüzünden reddeden kişilerin ertelemeci yaklaşımı kullanması tehlikeli sonuçlar doğurabileceği gibi, bu durumun aksine tamamen kontrol dışı olan durumlara tepki olarak kendini yönlendirme davranışının kullanılması da problem yaratabilir. Hatta bu durum "duvara toslamakla" eş değerdir (Pargament, 1998).

Dolayısıyla bireylerin Tanrı'ya yönelmede kullanabilecekleri başa çıkma stratejileri duruma göre değişebilmelidir. Dine göre kişi kimdir ve nerededir? Söz konusu din olduğunda insanlar ne ekerse onu biçer. Dinsel yaşamına daha çok

yatırım yapan bireyler, haliyle dinden sağlık bakımından daha fazla yararlanırlar (Krause 2008).

Kısaca, stres- dindarlık ilişkisinde asıl önemli olan dini başa çıkmaların yerinde ve zamanında kullanılmasıdır (Pargament, Presentation to Heritage Foundation) Dinin, başa çıkmayla çok yakın bir ilişki içerisinde olduğu bilinmesine rağmen dinin başa çıkma sürecinde nasıl rol oynadığı ve başa çıkma sürecini nasıl şekillendirdiği konusu daha az bilinmektedir(Newton, 2010). Dünya üzerindeki birçok dinin yaşamdaki zorluklar, acı çekme, çatışma vb. durumlar karşısında odak nokta olması şaşırtıcı bir durum değildir. Her bir din, bu durumlara karşı kendi içinde farklı bir yol izler. Budizm’de acı çekmek, var olmanın asıl nedeni olarak görülürken; Hristiyanlık’ta ise acı çekmek, Hz. İsa’nın çarmıha gerilmesinin bir sembolü olarak sunulur. Antropolog Geertz, dinlerin bireylerin çektikleri acıları, kayıpları ve yıkımları nasıl katlanılabilir hale getireceğini bireylere göstermesi gerektiğini savunur(Pargament, 1998).

Dinin stresle olan ilişkisinde din ve başa çıkmayı incelemenin üç önemli sebebi vardır:

İnsanoğlunun en önemli anlarında maskesi düşer ve gerçek yüzü ortaya çıkar. Bu önemli anları incelemek, insanların günlük yaşamda karşılaştıkları zorluklarla ilgili bilgi edinme hususunda genel bir çerçeve edinmeyi sağlayabilir. Bu çerçeve, insanların kendilerini ve başkalarını nasıl aldattıklarını, karmaşıklıklarını, kendi çıkarları doğrultusunda başkalarını nasıl feda ettiklerini vb. kötü yanlarını ortaya çıkarabilir. Bunun yanı sıra bu durum tutarlılık, yaşama isteği, cesaret, kahramanlık gibi insan hayatında var olan iyi yanları da gösterebilir (Pargament, 1997; akt. Tokur, 2011).

Din ve başa çıkma ilişkisi, din hakkında daha fazla bilgi ve fikir edinmeyi sağlar; çünkü din, çoğu zaman soyut inançlar sistemi, ritüeller, semboller ve duygular bütünü olarak ele alınır. Kiliseye gitmeyen bir dini cemaat üyesine; “Niçin kiliseye gitmediği” sorulduğunda aslında bu durumun kiliseye gitmekten hoşlanmadığından değil; kilisede yapılan okumaların, törenlerin ve ilahilerin hayatında olup biten şeylerle bağlantısını kurmakta zorlandığından dolayı olduğunu belirtmiştir. Ayrıca üye, “Ne kadar dindar olduğum konusunda emin olmamama rağmen kendimi hala dindar birisi olarak hissediyorum” şeklinde cevap vermiştir.

İşte dini anlamak için insanların kriz durumlarını ve başa çıkma yollarını incelemekten ve araştırmaktan daha uygun bir ortam yoktur (Pargament, 1997; akt. Tokur 2011).

İnsanlar stresli durumlarla karşılaştıkları zaman adeta dinsel kaynak oluşturmuş olurlar. Dolayısıyla, insanların karşılaştıkları bu zor durumlar araştırmacılara en uygun ve en saf dini tecrübeyi sunabilir (Pargament, 1998). Bütün bu yargılar şunu açıkça gösterir ki; din, stres ve başa çıkma ilişkilerinde krizler her şeyin odak noktasıdır. Çünkü söz konusu kriz olunca din, bireyin onu algıladığı biçimde hemen harekete geçer ve bireye neyi, nasıl yapacağı konusunda rehberlik eder. Dinin stresi kontrol altına alıp azalttığını bir vakıa olarak gösteren iddialı çalışmalar vardır. Bu çalışmalara katılan strese maruz kalmış bireylerin verdikleri cevaplar doğrultusunda; dinin insanların hayata bakış açılarını şekillendirdiği, Tanrı'nın insanları izlediği ve onların ihtiyaçlarının farkında olduğu ve bu ihtiyaçları doğrultusunda insanları yönlendirdiği hususunda fikir birliği vardır (Merrill, 2009).

Stresle başa çıkmada kullanılan dua ve bilişsel süreçler kadar bir başka önemli dini başa çıkma yöntemi de inançtır. Zorluk, tehdit veya bir kayıp karşısında halkın içinden oluşturulan bir örneklem grubuna sunulan yirmi yedi tane başa çıkma mekanizması içinden inancın en etkili başa çıkma yöntemi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Pargament, 1998). Dini inancın etkisiyle insan, hayatında başına gelen kötü şeyleri Tanrı'nın bir parçası veya Tanrı'nın bir planı olarak görür. Bunu da kişisel gelişimini sağlaması için Tanrı'nın ona sunduğu bir fırsat olarak değerlendirir. Böylece dinsel inanç insanların hayatına anlam ve amaç katabilir (Merrill, 2009, s. 507).

Ancak bu şekildeki bir dinsel inanç, bireyin zihnindeki Tanrı imajıyla çok yakından ilgilidir. Dolayısıyla bir başa çıkma yöntemi olarak dinsel inanç denildiğinde daha çok bireyin zihnindeki Tanrı imajı anlaşılır. Daha pozitif ve daha olumlu Tanrı imajı, insanların olaylar karşısında anlam oluşturmaya ve daha olumlu değerlendirmeler yapmasına yol açabilir. Tanrı'nın iyi olduğuna inanmak ve O'na güvenmek, stresli olaylar karşısında bireyin kendisini geliştirmesi için bu olayların Tanrı tarafından kendisine verilen bir fırsat olarak görülmesini sağlayabilir (Newton 2010).

2. Stres ve Din ile ilgili yapılmış çalışmalar

Bu alanda yapılan çalışmalar derlenmiş olup, alan çalışması yapılmıştır. Konumuz ile ilgili olan çalışmalardan bazıları aşağıda kronolojik olarak sıralanmıştır.

Güçlü (2001) tarafından gerçekleştirilen Stres Yönetimi başlıklı araştırmada yazar; Genç bireylerde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişki incelemiştir. Araştırmanın örneklemini Trabzon'da ikamet eden yaşları 16-26 arasında değişen 290'u bayan ve 195'i erkek toplam 485 genç bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kendine Saygı Ölçeği, İçsel Dini Motivasyon Ölçeği ve Dini Şuur Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada öncelikle örneklemin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, eğitim seviyesi, sigara ve alkol kullanımı, sağlık durumu ve kişilik yapısını içeren demografik özellikleri benlik saygısı ve dindarlık açısından incelenmiş, daha sonra dindarlık ve özsaygı arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi sonucunda, sosyo-ekonomik durum ve kişilik yapısı ile özsaygı arasında pozitif ilişki; eğitim seviyesi ile özsaygı arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın temel problemi ile ilgili olarak, içsel dini motivasyon ve dini şuur ile özsaygı arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Filiz (2005) tarafından yapılan Stresle Başa Çıkma da Din Eğitiminin Rolü başlıklı çalışmada yazar; Stresle başa çıkma davranışında din eğitiminin rolünü ortaya koyabilmeyi amaçlamıştır. Bireyin aldığı dini eğitimin türü, dini bilgi düzeyi ve ayrıca dini pratiklerin, stresle başa çıkma tutumlarına etki edip etmediği tespit edilmeye çalışmıştır. Bu araştırma, stresli durumlarla karşılaşan bireyin başa çıkma davranışlarında, aldıkları dini eğitimin, algıladıkları dini bilgi düzeyinin ve ayrıca uyguladıkları ibadetlerin etkili olup olmadığını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Sonuç olarak yapılan stres ölçekleri ile din eğitiminin stresi azalttığı ile ilgili bulgulara ulaşılmıştır.

Cufta (2016), tarafından yapılan Stres ve Dini İnanç adlı çalışmada; Birçok insan karşılaştığı yüksek düzey stres ile uğraşmak için çok az bir kaynağa ya da becerilere sahip olduğunu düşünür. Yazarın bu makalenin amacı stres, dini inanç, stresin etkisi ve sonuçları hakkında bilgi vermektir. Bunun yanında dini inancın stres üzerine nasıl bir etkisi olduğunu ortaya koymaktır. Bu bilgiler stresi kontrol etmek ve pozitif becerileri öğrenmek isteyenler için faydalı olacağını belirtmektedir.

Şahin (2006) tarafından yapılan Din Kaynaklı Stres Üzerine Bir Araştırma adlı çalışmada; Araştırmanın temel hipotezi olarak, dini hayatla ilgili tecrübelerin birey için stres kaynağı olabileceği, din kaynaklı stresin dindarlarca farklı yoğunluk ve sıklıkta yaşanabileceği ve bireyi dindarlık yönünde motive edeceği şeklinde belirlemiştir. Yazar bu hipotezi çalışma neticesinde doğrulamıştır

Tokur (2011) tarafından yapılan Stres ve Dindarlık Üzerine Bir Araştırma doktora çalışmasında; Stres ile dindarlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu amaçla 16-90+ yaş aralığında, genelde Erzurum, Bayburt ve Trabzon'da ikamet eden 1000 bireye Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ), Dini Hayat Ölçeği ve İçsel Dini Motivasyon Ölçeği'nden oluşan anket formu uygulamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin dinsel yaşantı biçimleri (İnanç, İbadet, Duygu ve İçsel dini motivasyon) ile stres ve bağımsız değişkenler arasında değişik ilişkilerin var olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca dindarlık ve stres ile sosyo-demografik değişkenler arasında anlamlılık derecesinde farklılıkların, ilişki ve etkileşimlerin olduğu tespit etmiştir. Çalışmanın sonunda dinsel yaşantı biçimleri (İnanç, İbadet, Duygu ve İçsel dini motivasyon), toplam dindarlık ve stres arasında ters yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Yani, bireylerin dini hayatın inanç, ibadet, duygu içsel dini motivasyon ve toplam dindarlık düzeylerinden aldıkları puanların yükselişine oranla stres düzeyi puan ortalamalarının düştüğü gözlenmiştir.

Gün (2012) tarafından Stresle Başa Çıkma Bilişsel Süreçler ve Dindarlık Üzerine Bir İnceleme adlı yüksek lisans çalışmasında; hayatın merkezinde yer alan dinin, bilişsel boyutta, stresle başa çıkma süreci üzerindeki etkileri incelenmiştir. Diğer taraftan, stresle başa çıkmak için, insanların dinden ne oranda ve nasıl faydalandıkları üzerinde durulmuş, başa çıkma-din ilişkisi irdelenmiştir. Bu bağlamda tezdeki yaklaşımlar, Kenneth Pargament'in başa çıkma teorisi çerçevesinde ortaya koyulmuştur. Dini başa çıkma metotlarının pozitif ve negatif yönleri, ayrı başlıklar halinde açıklanmıştır. Son olarak hayatta anlam arayışı sürecinde dinin etkisinin ne olduğu üzerinde durulmuş, belli başlı çalışmalar eşliğinde, din, başa çıkma ve anlam kavramları arasındaki bağlantılar vurgulanmıştır.

Kırman (2013) Stres ve Din: Lise Gençliği Üzerine Psikolojik Bir Araştırma adlı yüksek lisans çalışmasında; çalışmayı giriş ve iki ana bölümden oluşturmuştur.

Giriş bölümünde araştırmanın problemi, amacı, önemi, kapsam ve sınırlılığı, varsayımları, evren ve örnekleme, yöntem ve veri toplama teknikleri ile ilgili bilgiler yer almıştır. İlk bölümde stres ile ilgili kavramsal ve kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Son bölümde ise anket tekniğiyle elde edilen veriler tablolar halinde verilmiş ve elde edilen bulgular yorumlanıp tartışılmıştır. Yapılan değerlendirmelerde ulaşılan sonuçlar ayrıca verilmiş, daha sonra araştırılmasında fayda görülen konulara ilişkin öneriler yapılmıştır.

Eryücel (2013) Yaşam Olayları ve Dini Başa Çıkma adlı doktora çalışmasında; tez konusu olarak yaşam olayları ile başa çıkma süreci ile dini başa çıkmanın ilişkisini araştırmıştır. Dini başa çıkmanın yaşam kitapları ile başa çıkma sürecinde çok farklı sonuçların ortaya çıkması hedeflemiştir. Dini başa çıkmanın başa çıkma sürecinin nasıl bir işlevi olduğu merak edilmiştir. Literatürden hareket ile dini başa çıkma çok anlaşılmalı bir kavram olduğu genel bir ölçüm almak yerine daha derin bir çalışmanın yapılması gerektiği düşünülerek nitel araştırma yöntemi tercih etmiştir.

Kavas (2013) Dini Tutum- Stresle Başa Çıkma İlişkisi adlı çalışmasında; Stresle başa çıkmada etkili dinî tutumları incelemiş olup; “Oruç tutmak, akşama kadar aç kalmanın başka bir ismidir.”, “Dua etmek, insanın kendi kendini tatmin etmesidir.”, “İbadetin faydası yalnız psikolojiktir.” dışındaki diğer tutumların stresle başa çıkma tutum ortalaması arasında korelasyon katsayıları göz önünde bulundurulduğunda, pozitif yönde çok zayıf bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Sonuç olarak dinî tutum puanı ile stresle başa çıkma tutum puanı arasındaki ilişki incelendiğinde; dinî tutum puanı ortalamaları ile stresle başa çıkma tutum puanı ortalamaları arasında pozitif yönde çok zayıf bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Dinî tutum puanı ile stresle başa çıkma tutum puanı arasındaki pozitif yönde çok zayıf bir ilişkinin olması, dinî tutumların stresle başa çıkmada etkisinin sınırlı olduğunu bulgularına ulaşmıştır.

Akbolat (2014) Yaşlılık Döneminde Yaşam Kalitesi ve Dindarlık İlişkisi (Şanlıurfa İli Örneği), adlı yüksek Lisans çalışmasında; Yaşlılık dönemindeki bireylerde yaşam kalitesi ve dindarlık arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışma yaşlılarda dindarlıkla yaşam kalitesi arasında bir ilişkinin olup olmadığının açıklanmasını amaçlamaktadır. Araştırmanın çalışma grubu Şanlıurfa'daki yaşlı

bireylerden oluşan 220 katılımcıdır. Alan araştırması şeklinde yürütülen çalışmada dindarlıkla ilgili ölçümlerde "Dinî Hayat Ölçeği" ve yaşam kalitesinin ölçümünde de "WHOQOL-OLD Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın uygulanması sürecinde bu iki ölçek ile altı soruluk demografik özellikleri ölçen soruların birleştirilmesiyle oluşan bir anket formunun katılımcılar tarafından doldurulması sağlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, sosyo demografik değişkenlerle yaşam kalitesi ve dindarlık arasında ilişki söz konusudur. Araştırma sonuçlarına göre kadınlar, erkeklere göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir. Bunun yanında erkeklerin kadınlardan daha fazla yaşam kalitesi puanına sahip olduğuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırmada dindarlık puanları ile yaşam kalitesi puanları arasında anlamlı düzeyde olmasa da olumlu ilişkilerin var olduğuna ulaşılmış ve dindarlık düzeyi arttıkça bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin de düşük düzeyde pozitif yönde arttığı tespit edilmiştir.

Ayten ve Sağır (2014) Dinî Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi, Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma adlı çalışmada; Suriye'deki iç savaştan kaçan sığınmacıların dini başa çıkma ve depresyon ilişkisini incelemiştir. Bu araştırma, Suriye'deki iç savaştan kaçarak Türkiye'ye sığınan ve araştırma yapıldığı dönemde Kilis'te yaşayan 553 Suriyeliyi kapsamaktadır. Dindarlık, dinî başa çıkma ve depresif eğilim arasındaki ilişkinin tespiti için, Dinî Başa Çıkma Ölçeği, Epidemiyolojik Depresyon Ölçeği ve tek soruluk öznel dindarlık sorusundan oluşan anket formu kullanılarak veri toplanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, dinî başa çıkma ile depresif eğilim arasında olumlu ilişki tespit edilmiştir. Ayten ve Tura (2017) Affetme ve Dindarlık, Hayat Memnuniyetini Nasıl Destekler? adlı çalışmada; Affetme dindarlık ve hayat memnuniyetiyle ilişkisi bağlamında araştırılma yapmışlardır. Araştırmanın temel amacı dindarlığın hem affetme hem de hayat memnuniyeti üzerindeki rolünün belirlenmesi, aynı zamanda affetmenin hayat memnuniyeti üzerindeki rolünün tespitidir. Ayrıca araştırmada cinsiyet ve yaşın affetme eğilimindeki rolü de ele alınmıştır. Araştırma grubu İstanbul'da yaşayan Kuran Kursu öğrencileri, cami cemaati ve üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan 350 kişiden % 45.1'i (N=158) erkek, %54.9'u (N=192) kadındır. Katılımcıların yaşları, 17 ile 71 arasında değişmektedir. Yaş ortalaması ise M=33.12 (SD=13.72)dir. Katılımcılara, "Dindarlık Ölçeği", "Affetme Eğilimi Ölçeği" ve "Hayat Memnuniyeti Ölçeği" uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, dindarlık,

affetme eğilimi ve hayat memnuniyetinde cinsiyet değişkeni anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Yaş arttıkça dindarlık, affetme ve hayat memnuniyeti düzeyi artmıştır. Dindarlığın hem affetme eğiliminde hem de hayat memnuniyetinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, yine affetme eğiliminin de hayat memnuniyeti üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu anlaşılmıştır.

Karlı (2017) Gençlerde Özsaygı-Dindarlık İlişkisi konulu çalışmada; Genç bireylerde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişki incelemiştir. Araştırmanın örneklemini Trabzon'da ikamet eden yaşları 16-26 arasında değişen 290'u bayan ve 195'i erkek toplam 485 genç bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kendine Saygı Ölçeği, İçsel Dini Motivasyon Ölçeği ve Dini Şuur Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada öncelikle örneklemin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, eğitim seviyesi, sigara ve alkol kullanımı, sağlık durumu ve kişilik yapısını içeren demografik özellikleri benlik saygısı ve dindarlık açısından incelenmiş, daha sonra dindarlık ve özsaygı arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi sonucunda, sosyo-ekonomik durum ve kişilik yapısı ile özsaygı arasında pozitif ilişki; eğitim seviyesi ile özsaygı arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın temel problemi ile ilgili olarak, içsel dini motivasyon ve dini şuur ile özsaygı arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Ateş (2019) Dua ve Dinî Başa Çıkma: Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Aileleri Örneği adlı çalışmada; Şehit aileleri, gaziler ve ailelerinin dini başa çıkma sürecini anlamak ve açıklamaktır. Araştırmanın örneklemini Adana ilinde ikamet eden 7 gazi, 7 gazi yakını ve 17 şehit yakını oluşturmaktadır. Uygulama aşamasında yarı yapılandırılmış görüşme formları kullanılmış ve elde edilen veriler içerik analizi ve anlam analizine tabi tutulmuştur. İçerik analizi için NVivo10 programı kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların en sık kullandıkları kelimeler Allah, iyi, zor, sabır ve dua kelimeleridir. En yoğun olarak kullanılan dini başa çıkma etkinliği duadır ve deneyimin açıklanmasında imtihan inancı ön plana çıkmaktadır. Şefaathı imanını iken, Sabır ve empatik destek olumlu dini başa çıkmada ön plana çıkan olaylardır, travmanın ilk yaşandığı dönemlerde sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duyulur ve zamanla hem sosyal desteğe olan ihtiyaç azalır hem de sosyal desteği sağlamak zorlaşır. Her üç grupta da profesyonellerden psikolojik ve

psikiyatrik destek almak yetersiz görünmektedir. Bu da yaşanan travmanın yıkıcı etkisinin daha uzun ve kalıcı olmasına neden olur. Şehit ailelerinin yaşadığı yas genellikle anormal tipte olup, hayata uyum konusunda önce kardeşler, sonra eşler, son sırada ise babalar ve anneler gelmektedir. Olumsuz dini başa çıkma travmanın erken dönemlerinde görülse de zamanla şekli değişmekte ve duygu odaklı olumlu dini başa çıkmaya doğru evrilmektedir. Savaş gazilerinde travma sonrası sosyal uyum uzun zaman almaktadır. Bu noktada aileden sonra en önemli işlevler paydaşlardan oluşan sivil toplum kuruluşlarına düşmektedir. Savaş gazilerinin yakınları, diğer gruplara oranla çok daha fazla minnettarlık ifade etmektedir. En büyük zorluğu gazilerin eşleri yaşarken, en büyük desteği de aile büyüklerinden alıyorlar. Yaşanan travmalar nitelik olarak farklı olsa da kullanılan dini başa çıkma etkinlikleri ve bunların yansımaları yaygındır. Din, başa çıkma sürecinde duygu odaklı ve olumlu yönde katkı sağlar. Savaş gazilerinin yakınları, diğer gruplara oranla çok daha fazla minnettarlık ifade etmektedir. En büyük zorluğu gazilerin eşleri yaşarken, en büyük desteği de aile büyüklerinden alıyorlar. Yaşanan travmalar nitelik olarak farklı olsa da kullanılan dini başa çıkma etkinlikleri ve bunların yansımaları yaygındır. Din, başa çıkma sürecinde duygu odaklı ve olumlu yönde katkı sağlar. Savaş gazilerinin yakınları, diğer gruplara oranla çok daha fazla minnettarlık ifade etmektedir. En büyük zorluğu gazilerin eşleri yaşarken, en büyük desteği de aile büyüklerinden alıyorlar. Yaşanan travmalar nitelik olarak farklı olsa da kullanılan dini başa çıkma etkinlikleri ve bunların yansımaları yaygındır. Din, başa çıkma sürecinde duygu odaklı ve olumlu yönde katkı sağlar.

II. BÖLÜM

GAZİ VE GAZİ YAKINLARININ STRES ALGILARI VE DİNİ YÖNELİMLERİ

1. Gazi ve Gazi Yakınlarının Demografik Özellikleri

1.1. Gazi ve Gazi Yakınlığı Durumu

Tablo 1. Katılımcıların Gazi veya Gazi yakınlığı durumuna göre dağılımı

Gazi ve Gazi Yakınlığı	N	%
Gaziyim	16	20,0
Gazi ebeveyniyim	14	17,5
Gazi eşiyim	10	12,5
Gazi Çocuğuyum	22	27,5
Gazi Kardeşiyim	18	22,5
Toplam	80	100,0

Çalışmaya katılanların % 20 sini gaziler, % 17.5 ini gazi ebeveyni, %12.5 ini gazi eşi, % 27.5 ini gazi çocuğu, % 18 ini gazi kardeşleri oluşturmaktadır.

1.2. Cinsiyet

Tablo 2. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı

Cinsiyet	N	%
Kadın	36	45,0
Erkek	44	55,0
Toplam	80	100,0

Çalışmaya katılanların % 45 ini kadınlar, % 55 ini erkekler oluşturmaktadır.

1.3. Yaş

Tablo 3. Katılımcıların yaş gruplarına göre frekans dağılımı

Yaş	N	%
18-34	15	18,8
35-64	50	62,5
65 ve üzeri	15	18,8
Toplam	80	100,0

Çalışmaya katılanların % 18,8 ini 18-34 yaş gurubu, % 62,5 ini 35-64 yaş grubu, % 18 ini 65 yaş ve üzeri oluşturmaktadır.

1.4. Medeni Durum

Tablo 4- Katılımcıların Medeni duruma göre frekans dağılımı

Medeni Durum	N	%
Bekar	16	20,0
Evli	47	58,8
Boşanmış	13	16,3
Eşi vefat etmiş	4	5,0
Toplam	80	100,0

Çalışmaya katılanların % 20 sini bekarlar, % 58.8 ini Evliler, % 16.3 ünü boşanmışlar, % 5 ini eşi vefat etmişler oluşturmaktadır.

1.5. Eğitim Durumu

Tablo 5- Katılımcıların Eğitim durumuna göre frekans dağılımı

Eğitim Durumu	N	%
Okur-yazar değil	1	1,3
Resmi eğitim almamış ancak okur-yazar	4	5,0
İlkokul Mezunu	12	15,0
Ortaokul Mezunu	15	18,8
Lise mezunu	30	37,5
Üniversite- Lisansüstü mezunu	18	22,5
Toplam	80	100,0

Çalışmaya katılanların %1.3 ünü okur-yazar olanlar, % 5 ini resmi eğitim almamış okur-yazar olanlar, % 15 ini ilköğretim mezunu olanlar, %1.8 ini Ortaokul mezunu olanlar, % 37, 5 ini lise mezunu olanlar, % 22,5 ini Üniversite-Lisansüstü eğitim alanlar oluşturmaktadır.

1.6. Meslek

Tablo 6- Katılımcıların Meslek durumuna göre frekans dağılımı

Meslek Durumu	N	%
Ev hanımı	9	11,3
Memur	26	32,5
İşçi	11	13,8
Öğretmen	3	3,8
Memur Emeklisi	2	2,5
İşçi Emeklisi	8	10,0
Çalışmıyor	13	16,3
Diğer	8	10,0
Toplam	80	100,0

Katılımcıların % 11,3 ünü ev hanımı olanlar, % 32,5 ini Memur olanlar, %13, ini işçi olanlar, % 3,8 ini öğretmen olanlar, % 2,5 ini memur emeklisi olanlar, % 10 unu işçi emeklisi olanlar, % 16,3 ünü çalışmıyor olanlar,% 10 unu diğer gruptan olanlardan oluşmaktadır.

1.7. Ekonomik Durum

Tablo 7- Katılımcıların ekonomik duruma göre frekans dağılımı

Ekonomik Durum	N	%
Fakirim	11	13,8
Ne Fakirim ne de zenginim	65	81,3
Aylık gelirim fazlasıyla yetiyor	3	3,8
Toplam	79	98,8
Cevapsız	1	1,3
Toplam	80	100,0

Örneklem grubunun % 13,8 i kendini fakir görenlerden, % 81,3 ünü kendini ne fakir ne de zengin görenlerden, % 3,8 i kendini aylık geliri fazlasıyla yeten olarak görmektedir.

1.8. Yaşanılan Yer

Tablo 8- Katılımcıların en uzun süre yaşadığı yer durumu frekans dağılımı

Yaşanılan Yer	N	%
İl Merkezi	50	62,5
İlçe merkezi	14	17,5
Köy	16	20,0
Toplam	80	100,0

Çalışmaya katılanların % 62,5 i il merkezinde, % 17,5 i ilçe merkezinde, % 20 si köy de yaşayanlardan oluşmaktadır.

2. Gazi ve Gazi Yakınlarının Demografik Özellikleri ve Dini Yönelim

2.1. Cinsiyet ve Dini Yönelim

Tablo 9. Cinsiyet ve Dini Yönelim t-Testi Analizi

Cinsiyetiniz	N	X	S.	Sd	t	p
Kadın	36	82,44	13,62863	,78	,029	,977
Erkek	44	82,54	17,02728	77,971		

Katılımcıların cinsiyete göre dini yönelim faktörüne ilişkin t-Testi analiz sonuçları Tablo 9’da verilmiştir. Buna göre kadınların 82,44, erkeklerin 82,54 ortalama dini yönelim tutum puanlarına sahip oldukları anlaşılmaktadır. Erkeklerin dini yönelim düzeyleri kadınlara nazaran biraz daha yüksektir. t-Testi analiz sonuçları cinsiyet değişkeni ile dini yönelim tutumları arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını ortaya koymuştur($t(78)=029$; $p>0.05$).

2.2. Yaş ve Dini Yönelim

Tablo 10. Yaş göre Dini Yönelim tutumlarının Betimsel İstatistik Sonuçları

	N	X	S
18-34	15	78,33	15,16889
35-64	50	81,70	16,00414
65 ve üzeri	15	89,33	12,54516
Toplam	80	82,50	15,49520

Tablo 11. Yaşa göre Dini Yönelim Tutumlarının Anova Dunnett C Analizi

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	992,833	2	496,417	2,126	,126
Gruplar içi	17975,167	77	233,444		
Toplam	18968,000	79			

Tablo 10’da katılımcıların yaş değişkenine göre dini yönetim tutumları betimsel ortalama puan ve standart sapma dağılımları verilmiştir. 18-34 yaş arasında bulunanların dini yönelim tutum puan ortalaması, 78,33, 35-64 yaş grubunda bulunanların 81,70, 65 ve üzerindeki ise 89,33’dür. Bu puan ortalamaları yaş ilerledikçe dine yönelimin arttığını göstermektedir. Varyanslar eşit olmadığı için seçilen Anova Dunnett C analizi sonuçlarına göre yaş grupları arasında dini yönelim puan ortalamaları arasındaki farklılar anlamlı değildir($F(2-77)=2,126; p>0.05$).

2.3 Medeni Duruma Göre Dini Yönelim

Tablo 12. Medeni Duruma göre Dini Yönelim Faktörü İle İlgili Tutumların Betimsel İstatistik Sonuçları

	N	X	S
Bekâr	16	79,00	16,93911
Evli	47	86,97	12,90347
Boşanmış	13	66,38	11,94807
Eşi vefat etmiş	4	96,25	2,62996
Toplam	80	82,50	15,49520

Tablo 13. Medeni Duruma Göre Dini Yönelim Faktörü İle İlgili Tutumların Anova Dunnett C Analizi

	Kareler Ortalaması	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Gruplar arası	5271,194	3	1757,065	9,749	,000	2,3-4 4,1-2-3
Gruplar içi	13696,806	76	180,221			
Toplam	18968,000	79				

Yukarıdaki tablolarda medeni duruma göre dini yönelim ölçeği ile ilişkili tutumların betimsel istatistik ve Anova Dunnett C analizi sonuçları verilmiştir. Tablo 13'e göre bekârların dini yönelim tutum puan ortalaması, 79,00, evlilerin 86,97, boşanmışların, 66,38, eşi vefat etmiş olanların 96,25 olduğu anlaşılmaktadır. Bu sonuçlar en düşük dini yönelim tutumuna boşanmış olanların, daha sonra bekârların sahip olduğunu göstermektedir. Evlilerin dine yönelimleri boşanmış ve bekârlara göre yüksek fakat eşi vefat etmiş olanlara göre düşük kalmıştır. Dini yönelim tutumu en yüksek olanlar ise eşi vefat etmiş katılımcılardır. Medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Anova Dunnett C analizine göre evliler ile boşanmışlar arasında pozitif, eşi vefat etmiş olanlar ile de negatif, eşi vefat etmiş olanların, boşanmışlara, bekârlara ve evlilere göre daha pozitif ve anlamlı bir dini yönelim tutum farklılaşması olduğu tespit edilmiştir ($F(3-76)=9,749$; $p<0.05$). Şu halde evlilerin dini yönelimleri, boşanmışlara göre daha olumlu yani daha yüksek, eşi vefat etmişlere göre ise daha negatiftir. Eşi vefat etmiş olan katılımcıların bekârlara, boşanmışlara ve evlilere göre dini yönelimleri daha pozitif yani çok olumludur.

2.4. Eğitim Durumu ve Dini Yönelim

Tablo14. Eğitim Durumuna göre Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel Analizi

	N	X	S
Okur-yazar değil	5	87,80	4,32435
Resmi eğitim almamış ancak okur-yazar	12	87,25	10,89725
İlkokul Mezunu	15	73,86	18,04307
Ortaokul Mezunu	30	82,00	17,30856
Lise mezunu	18	85,88	12,36165
Total	80	82,50	15,49520

Tablo 14’de eğitim durumu değişkeni ile dini yönelim tutumlarının betimsel analiz dağılımları verilmiştir. Buna göre okur-yazar olmayanların dini yönelim puan ortalaması 87,80, okur-yazarların 87,25, ilkokul mezunlarının 73,86, ortaokul mezunlarının 82, 00, lise mezunlarının ise 85,88’dir. Bu bulgular, en yüksek dini yönelim tutum puan ortalamasına okur-yazarların sahip olduğunu göstermektedir. Dini yönelimi en düşük olanlar ise ilkokul mezunlarıdır. İlkokul mezunlarından ortaokul ve lise mezunların doğru gidildikçe dini yönelimin arttığı söylenebilir.

Tablo 15. Eğitim Durumuna göre Dini Yönelim Tutumlarının Anova Dunnett C Analizi

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	1743,439	4	435,860	1,898	,120
Gruplar içi	17224,561	75	229,661		
Toplam	18968,000	79			

Tablo 15’de eğitim ile dini yönelim tutumları arasındaki Anova Dunnett C analizi sonuçları gösterilmiştir. Eğitim durumuna göre dini yönelim tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma ortaya çıkmamıştır ($F(4-75)=1,898$; $p>0.05$). Başka ifadeyle eğitim durumu değişkeni dini yönelim puan ortalamaları farklıları üzerinde etkin bir faktör olmadığı ifade edilebilir.

2.5. Meslek ve Dini Yönelim

Tablo 16. Mesleğe Göre Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel Analizi

	N	X	S
Ev hanımı	9	91,11	6,77208
Memur	26	87,76	13,05774
İşçi	11	72,90	13,96749
Öğretmen	3	79,00	11,78983
Memur Emeklisi	2	74,00	31,11270
İşçi Emeklisi	8	92,25	7,45941
Çalışmıyor	13	78,53	17,64282
Diğer	8	69,00	16,95372
Toplam	80	82,50	15,49520

Tablo 17. Mesleğe göre Dini Yönelim Tutumlarının Anova Dunnett C Analizi

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Gruplar arası	5004,856	7	714,979	3,687	,002	1-3; 3-6
Gruplar içi	13963,144	72	193,933			
Toplam	18968,000	79				

Meslek ve dini yönelim aritmetik ortalama puanlar, Anova Dunnett C sonuçları tablo16 ve 17’de verilmiştir. Ev hanımı katılımcıların dini yönelim ortalama puanları 91,11, memurların 87,76, işçilerin, 72,90, öğretmenlerin 79,00, memur emeklilerinin 74,00, işçi emeklilerinin 92,25, çalışmayanların 78,53, diğer olarak belirtenlerin ise 69,00’dur. Mesleğe göre işçi emeklilerinin en yüksek dini yönelim tutumuna sahip oluşu, onları, ev hanımlarının ve memurların takip ettiği görülmektedir. En düşük dini yönelime sahip olan meslek grubu ise işçilerdir.

Katılımcıların meslek gruplarına göre dini yönelim tutumları ortalama

puanlarının Anova Dunnett C analizine göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ($F(7-72)=3,687$; $p<0.05$). Buna göre işçilerin, ev hanımları ve işçi emeklilerine göre dini yönelimleri daha olumsuzdur. Başka bir ifadeyle ev hanımları ve işçi emeklilerinin dini yönelimleri işçilere göre daha pozitiftir.

2.6. Ekonomik Durum ve Dini Yönelim

Tablo 18. Ekonomik Durum ve Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel İstatistik Sonuçları

Ekonomik Durum	N	X	S
Fakirim	11	64,4545	15,73762
Ne Fakirim ne de zenginim	65	85,3385	13,78096
Aylık gelirim fazlasıyla yetiyor	3	89,6667	3,21455
Toplam	79	82,5949	15,57078

Tablo 18’de katılımcıların ekonomik durumu ile dini yönelim tutum puan ortalamaları, katılımcı sayıları ve standart hata puanları verilmiştir. Kendileri ekonomik durum bakımından fakir olarak görenlerin dini yönelim ortalama puanları, 64,45, ne fakir ne zengin görenlerin 85,33, aylık gelirlerinin fazlasıyla yettiğini düşünenlerin 89,59’dur. Bu sonuçlara göre katılımcıların kendilerini ekonomik olarak üst seviyede görme durumu arttıkça dini yönelim tutumlarının da arttığı söylenebilir. Nitekim dini yönelimi fakirlere göre daha yüksek olanlar, kendilerini ne fakir ne zengin görenlerdir. Hem fakirlere hem de kendilerini ne fakir ne zengin görenlere göre dini yönelimi en güçlü grup ise aylık geliri fazlasıyla yettiğini düşünenlerdir.

Tablo 19. Ekonomik Durum ve Dini Yönelim Anova Post Hoc LSD Analizi

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Gruplar arası	4259,090	2	2129,545	11,046	,000	1,2-3
Gruplar içi	14651,948	76	192,789			
Toplam	18911,038	78				

Tablo 19’da katılımcıların ekonomik durum ve dini yönelim tutum puan ortalamalarının Anova Post Hoc LSD analizine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur($F(2-76)=11,046;p<0.005$). Anlamlı farklılaşmaların hangi gruplar arasında olduğunu gösteren Post Hoc LSD analizi sonuçlarına göre kendilerini fakir görenlerin, kendilerini ne fakir ne zengin ve aylık geliri kendilerine fazlasıyla yettiğini düşünler açısından daha olumsuz bir dini yönelim tutumuna sahip oldukları anlaşılmaktadır.

2.7. Hayatın En Uzun Süre Geçirildiği Yer ve Dini Yönelim

Tablo 20. Hayatın En Uzun Süre geçirildiği Yer ve Dini Yönelim Tutumlarının Betimsel Analizi

	N	X	S
İl Merkezi	50	80,4400	15,21165
İlçe merkezi	14	86,6429	18,35382
Köy	16	85,3125	13,34526
Toplam	80	82,5000	15,49520

Tablo 21. Hayatın En Uzun Süre Geçirildiği Yer ve Dini Yönelim Tutumlarının Anova Post Hoc LSD Analizi

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	579,028	2	289,514	1,212	,303
Gruplar içi	18388,972	77	238,818		
Toplam	18968,000	79			

Hayatını en uzun süre köy, ilçe ve ilde geçiren katılımcıların dini yönelim tutumlarının betimsel ortalama puan farklılıkları ile Anova Post Hoc LSD analizi dağılımları Tablo 20 ve 21’de sunulmuştur. Hayatını en uzun süre il merkezinde geçirenlerin dini yönelim ortalama puanları 80,44, ilçe merkezinde geçirenlerin,

86,64, köyde geçirenlerin ise 85,35'dir. Bu bulgulara göre en yüksek dini yönelim tutumuna sahip olanlar ilçede hayatını uzun süre geçirenler, en düşük dini yönelime ise il merkezinde en uzun süre yaşayanlardır. Her ne kadar katılımcıların hayatlarını en uzun süre geçirdikleri yerlere göre dini yönelim ortalama puanları farklılaşsa da bu puan ortalamaları Anova Post Hoc LSD testi analiz sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamsızdır($F(-2-77)=1,212; p>0.05$).

2.8. Gazilik ve Gazilik Yakınlığı ve Dini Yönelim

Tablo 22. Gazilik ve Gazi Yakınlığı ile Dini Yönelim Betimsel İstatistik Dağılımları

	N	X	S
Gaziyim	16	85,7500	13,83956
Gazi ebeveyniyim	14	88,0000	11,86462
Gazi eşiyim	10	85,2000	13,74207
Gazi Çocuğuyum	22	81,7273	15,39073
Gazi Kardeşiyim	18	74,7778	18,53314
Toplam	80	82,5000	15,49520

Tablo 23. Gazilik ve Gazi Yakınlığı ile Dini Yönelim Anova Dunnett C Analizi

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	1751,925	4	437,981	1,908	,118
Gruplar içi	17216,075	75	229,548		
Toplam	18968,000	79			

Tablo 22'de katılımcıların dini yönelim puan ortalamaları verilmiştir. Bu verilere bakıldığında gazilerin dini yönelim ortalama puanları 87,75, gazi ebeveyni olanların 88,00, gazi eşlerinin 85,20, gazi çocuklarının 85,72, gazi kardeşlerin ise 82.50'dir. Katılımcılardan dini yönelimleri en yüksek grup gazi ebeveynleridir. Bunları gaziler, gazi eş ve çocukları takip etmektedir. En düşük dini yönelim

ortalama puanını ise gazi kardeşleri almışlardır. Tablo 23'deki veriler, katılımcıların aldıkları betimsel dini yönelim puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını göstermektedir($F(4-75)=1,908$; $p>0.05$).

3. Gazi ve Gazi Yakınlarının Demografik Özellikleri ve Algılanan Stres

3.1. Cinsiyet ve Algılanan Stres

Tablo 24. Cinsiyet ve Algılanan Stres t-Testi Analizi

Cinsiyet	N	X	S	Sd	t	P
Kadın	36	40,80	5,20340	,78	.,-405	,703
Erkek	44	41,25	5,13141	74,477		

Tablo 24'deki verilere göre örneklem grubundaki kadınların algılanan stres düzeyleri ortalama puanları 40,80, erkeklerin ise 41,25'dir. Buna göre erkeklerin algılanan stres düzeyleri kadınlara göre daha yüksektir. Bu ortalama puanlar arası farklılıkların anlamlı olup olmadığını belirlemek üzere yaptığımız t-Testi analizi sonuçlarına göre cinsiyet ile algılanan stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır($t(78)=405$; $p>0.05$). Bu sonuç cinsiyet faktörünün algılanan stres ortalama puanları arasındaki farklılaşmalar üzerinde belirleyici olmadığını göstermektedir.

3.2. Gazi veya Gazi Yakınlığı Durumu ve Algılanan Stres

Tablo 25. Gazi veya Gazi Yakınlığı Durumu ve Algılanan Stres Betimsel İstatistik Dağılımı

Gazi ve Gazi Yakınlığı	N	X	S
Gaziyim	16	40,18	3,86814
Gazi ebeveyniyim	14	39,64	4,28965
Gazi eşiyim	10	40,40	4,37671
Gazi Çocuğuyum	22	42,00	6,71884
Gazi Kardeşiyim	18	42,11	4,94545
Toplam	80	41,05	5,13588

Tablo 25’de Katılımcıların gazi ve gazi yakınlığı durumu algılanan stres ortalama puanları ve standart sapmaları verilmiştir. Yukarıdaki tabloya göre gazilerin algılanan stres ortalama puanları 40,18, gazi ebeveyni olanların, 39,64, gazi eşlerinin, 40,40, gazi çocuklarının, 42, gazi kardeşlerinin 42,11 olduğu tespit edilmiştir. En düşük algılanan stres ortalama puanına gazi ebeveynlerinin sahip oldukları görülmektedir. Algılanan stres tutumları gaziler, gazi eşleri, gazi çocukları ve gazi kardeşlerine doğru gidildikçe artmaktadır. Gazi kardeşleri en yüksek algılanan stres ortalama puanı almışlardır. Buna göre gazi kardeşlerinin daha yüksek stres yaşadıkları söylenebilir.

Tablo 26. Gazi veya Gazi Yakınlığı ile Algılanan Stres Anova Dunnett C analizi sonuçları

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	122,874	7	17,553	,645	,718
Grup içi	1960,926	72	27,235		
Toplam	2083,800	79			

Tablo 26’da gazi ve gazi yakınlarının algılanan stres tutumları Anova Dunnett C sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlar, gazi ve gazi yakınlarının aldıkları ortalama puan farklılıklarının istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ortaya çıkarmıştır ($F(7-72)=,645$; $p>0,05$).

3.3. Yaş ve Algılanan Stres

Tablo27. Gazi veya Gazi Yakınlarının Yaş Grupları ve Algılanan Stres Betimsel Analiz Dağılımları

Yaş Grupları	N	X	S
18-34	15	43,53	6,26631
35-64	50	40,74	4,87731
65 ve üzeri	15	39,60	4,13694
Toplam	80	41,05	5,13588

Tablo 28. Gazi ve Gazi Yakınlarının Yaş Gruplarına göre Algılanan Stres Anova Dunnett C Sonuçları

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	128,847	2	64,423	2,537	,086
Grup içi	1954,953	77	25,389		
Toplam	2083,800	79			

Tablo 27 ve 28’de katılımcıların yaş ve algılanan stres tutumlarının betimsel ve Anova Dunnett C analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre 18-34 yaştakilerin, algılanan stres ortalama puanları,43,53, 35-64 yaş aralığındakilerin 40,74, 65 ve üzeri olanların ise 39,60’dır. Yaş faktörü ile algılanan stres betimsel istatistik sonuçları, yaş ilerledikçe algılanan stres ortalama puanlarının düştüğünü göstermektedir. Nitekim 18-34 yaş grubundakilerin diğer yaş aralıklarındakilere göre daha yüksek düzeyde stres yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bu verinin tam tersine 65 ve üzeri yaşta olanların ise stres algı düzeyleri daha düşük kalmıştır.

Katılımcıların yaş grupları ile algılanan stres faktörü ortalama puan farklılıklarının anlamlı olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Anova Dunnett C analizine göre katılımcıların algılanan stres ortalama puanları arasındaki farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir($F(2-77)=2,537; P>0,05$).

3.4. Medeni Durum ve Algılanan Stres

Tablo 29. Gazi ve Gazi Yakınlarının Medeni Durumu ile Algılanan Stres Betimsel Analizi Sonuçları

Medeni Durum	N	X	S
Bekar	16	42,3750	5,89774
Evli	47	40,0638	4,76128
Boşanmış	13	43,2308	5,59991
Eşi vefat etmiş	4	40,2500	1,25831
Toplam	80	41,0500	5,13588

Tablo 30. Gazi ve Gazi Yakınlarının Medeni Durumu ile Algılanan Stres Anova Dunnett C Analizi

	Karler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	138,184	3	46,061	1,799	,154
Grup içi	1945,616	76	25,600		
Toplam	2083,800	79			

Gazilerin ve gazi yakınlarının medeni durumları ile algıladıkları stres düzeyleri Anova Dunnett C analizi bulguları Tablo 29 ve Tablo30'da verilmiştir. Bu bulgulara göre bekar olan katılımcıların algıladıkları stres ortalama puanları, 42,37, evlilerin, 40,06, boşanmışların 43,23 ve eşi vefat etmiş olanların ise 40,25'dir. Gazi ve gazi yakınlarından evli olanların algıladıkları stres düzeyleri düşük bulunmuştur. Tıpkı evliler gibi eşi vefat etmiş katılımcıların da stres algı düzeyleri düşüktür. Katılımcılardan bekârların stres algı düzeyleri evlilere ve eşi vefat etmişlere göre daha yüksek, boşanmışlara göre daha düşüktür. Bu veriler en yüksek stres algısına boşanmış olan gazilerin ve gazi yakınlarının oldukları anlaşılmaktadır. Medeni durum faktörü ile katılımcıların algılanan stres ortalama puan farklılıklarının Anova Dunnett C analizine göre istatistiksel olarak anlamlı değildir($F(3-76)=1,799$; $p>0.05$).

Bu medeni durum değişkeninin algılanan stres tutum farklılaşmaları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir.

3.5. Eğitim Durumu ve Algılanan Stres

Tablo 31. Gazi veya Gazi Yakınlarının Eğitim Durumuna Göre Algılanan Stres Betimsel Analizi Sonuçları

Eğitim Durumu	N	X	S
Okur-yazar değil	4	36,00	2,16025
Resmi eğitim almamış ancak okur-yazar	13	40,46	4,17563
İlkokul Mezunu	15	41,80	4,21223
Ortaokul Mezunu	30	41,10	5,38420
Lise Mezunu	18	41,88	6,15380
Toplam	80	41,05	5,13588

Tablo 32. Gazi veya Gazi Yakınlarının Eğitim Durumuna Göre Algılanan Stres Anova Dunnett C Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	127,691	4	31,923	1,224	,308
Grup içi	1956,109	75	26,081		
Toplam	2083,800	79			

Tablo 31 ve Tablo 32’de gazi ve gazi yakınlarının eğitim durumuna göre algılanan stres betimsel ve Anova Dunnett C analizi sonuçları verilmiştir. Gazi ve gazi yakınlarından okur-yazar olmayanların algılanan stres puan ortalamaları, 36,00, resmi eğitim almamış ancak okur yazar olanların, 40,46, ilkokul mezunlarının 41,80, ortaokul mezunlarının 41,10, lise mezunlarının 41,05’tir. Bu sonuçlara göre algılanan stres düzeyleri en düşük olanlar okur-yazar olmayanlardır. Algılanan stres düzeyi en yüksek grup ise lise mezunlarıdır. Bu algılanan stres ortalama puanlarının anlamlı olup olmadığını anlamak üzere yapılan Anova Dunnett C analizi testine göre bu betimsel puan ortalamaları farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir ($F(4-75)1,224; p>0,05$).

3.6. Meslek ve Algılanan Stres

Tablo 33. Gazi veya Gazi Yakınlarının Meslek Değişkenine Göre Algılanan Stres Betimsel Analiz Sonuçları

Meslek	N	X	S
Ev hanımı	9	39,77	4,26549
Memur	26	41,03	5,18059
İşçi	11	42,18	6,43146
Öğretmen	3	43,33	7,57188
Memur Emeklisi	2	45,00	,00000
İşçi Emeklisi	8	39,00	3,70328
Çalışmıyor	13	40,46	5,44082
Diğer	8	42,12	4,85320
Toplam	80	41,05	5,13588

Tablo 33’de gazi ve gazi yakınlarının meslekleri ile algılanan stres düzeyleri betimsel puan ortalamaları verilmiştir. Buna göre gazi ve gazi yakınlarından mesleği ev hanımı olanların algılanan stres puan ortalamaları, 39,77, memurların 41,03, işçilerin 42,18, öğretmenlerin 43,33, memur emeklilerinin 45,00, işçi emeklilerinin 39,00, çalışmayanların 40,46 şeklinde hesaplanmıştır. Bu betimsel puan ortalamaları sonuçlarına göre işçi emeklilerinin ve ev hanımlarının stres algı düzeyleri düşüktür. Bununla birlikte, memur emeklilerinin algılanan stres tutumları diğer gruplara göre daha yüksektir. Gazi ve gazi yakınlarından memur, işçi, öğretmen ve memur emeklilerine doğru gidildikçe stres algıları artmaktadır.

Tablo 34. Gazi veya Gazi Yakınlarının Meslek Değişkenine Göre Algılanan Stres Tutumları Anova Lsd Post Hoc Testi Sonuçları

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	122,874	7	17,553	,645	,718
Gruplar içi	1960,926	72	27,235		
Toplam	2083,800	79			

Tablo 34’de gazi ve gazi yakınlarının meslek değişkenine göre algılanan stres tutumları Anova Lsd sonuçları verilmiştir. Buna göre meslek değişkeni ile algılanan stres faktörü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

3.7. Ekonomik Durum ve Algılanan Stres

Tablo 35. Gazi veya Gazi Yakınlarının Ekonomik Durumu ile Algılanan Stres Tutumları Betimsel Analiz Sonuçları

	N	X	S
Fakirim	11	44,90	5,08831
Ne Fakirim ne de zenginim	65	40,66	4,94114
Aylık gelirim fazlasıyla yetiyor	3	37,00	2,64575
Toplam	79	41,11	5,13656

Tablo 35’de katılımcıların ekonomik durumlarına göre algılanan stres tutumları betimsel istatistik dağılımları verilmiştir. Bu verilere göre katılımcılardan algılanan stres düzeyi en yüksek olanlar(44,90), kendilerini fakir olarak tanımlayanlardır. Bunları kendilerini ne fakir ne zengin olarak tanımlayan katılımcıların algılanan stres ortalama puanları(40,66) izlemektedir. Katılımcılar arasında algılanan stres düzeyi en düşük puan ortalamasına (37,00) ise “aylık gelirim fazlasıyla yetiyor” diyenler sahiptir. Bu sonuçlar, gazi ve gazi yakınlarının ekonomik durumu yükseldikçe algılanan stres düzeylerinin düştüğünü göstermektedir.

Tablo 36. Gazi veya Gazi Yakınlarının Ekonomik Durumu ile Algılanan Stres Tutumları Anova Post Hoc Lsd Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Gruplar arası	222,512	2	111,256	4,607	,013	1-2,3
Grup içi	1835,463	76	24,151			
Toplam	2057,975	78				

Tablo 36’da katılımcıların, ekonomik durum değişkeni ile algılanan stres tutumları Anova Post Hoc Lsd analizi sonuçları verilmiştir. Gazi ve gazi yakınlarının

ekonomik durum değişkeni ile algılanan stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur($F(2-76)=4,607$; $p<0,05$). Bu ortalama puan farklılıklarının hangi gruplar arasında olduğunu göstermek üzere Anova Post Hoc Lsd analizi yapılmıştır. Buna göre katılımcılardan kendilerini fakir görenlerin algılanan stres düzeyleri, “ne Fakirim ne de zenginim” ve “aylık gelirim fazlasıyla yetiyor” diyenlerden pozitif yönde anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Bir başka ifadeyle kendilerini fakir gören gazi ve gazi yakını katılımcıların algılanan stres düzeyleri, kendilerini ne fakir ne zengin ve aylık gelirini yeterli bulanlara göre daha yüksektir.

4. Algılanan Stres ve Dini Yönelim İlişkisi

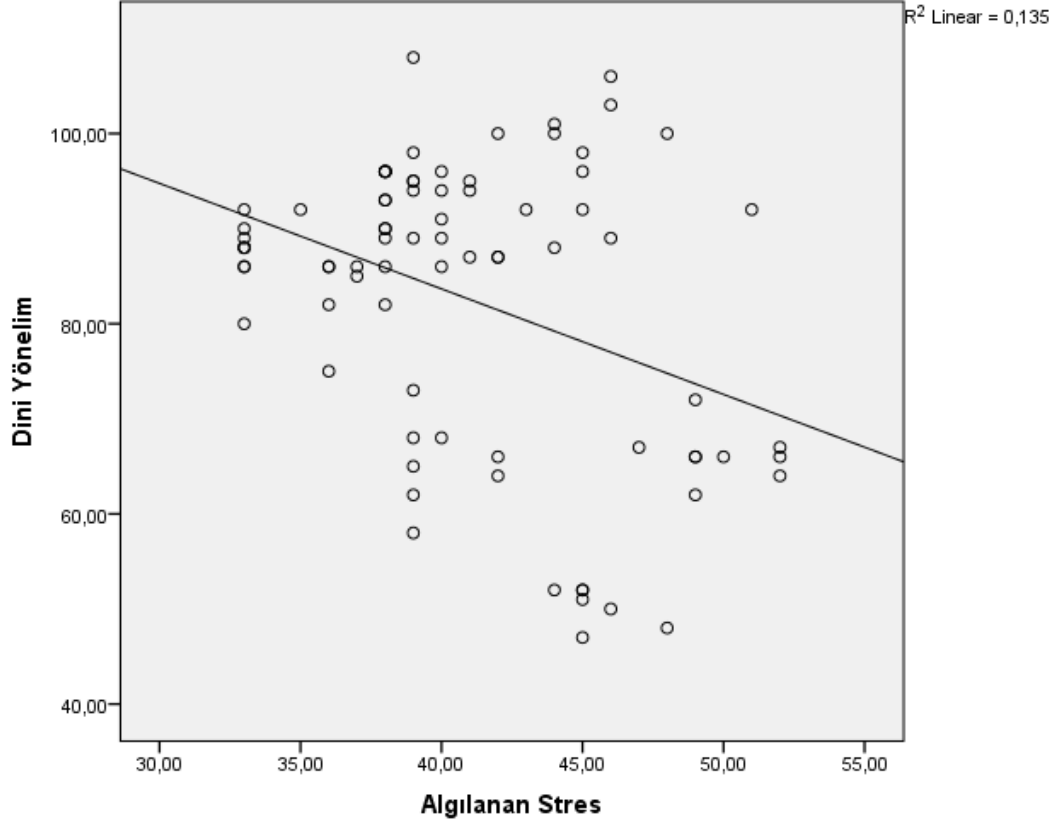
Tablo 37. Algılanan Stres ve Dini Yönelim Arasındaki Basit Korelasyon Analizi

		Dini Yönelim
Algılanan Stres	Pearson r	-,368**
	P	,001
	N	80

Algılanan stres ve dini yönelim faktörü arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen veriler Tablo gösterilmiştir. Algılanan stres ile dini yönelim faktörü arasında orta düzeye anlamlı negatif bir ilişki vardır($r(80)=0.36$; $P<001$). Bu verilere göre algılanan stres arttıkça dini yönelim düşmektedir. Yani katılımcıların algılanan stres düzeyleri ile dini yönelim tutumları birlikte orta düzeyde bir ilişki ile istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde düşmektedir. Determinasyon kat sayısına ($r^2=13$) göre dini yönelim faktöründeki toplam varyansın %13 ünü algılanan stresten kaynaklandığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle dini yönelim faktörünün %12 sini algılanan stres düzeyinin açıkladığı söylenebilir.

Bu ilişki şekil 1’de gösterilmiştir.

Şekil 1. Algılanan stres ile dini yönelim saçılımı



TARTIŞMA VE SONUÇ

Gazi ve gazi yakınlarının Stres ile ilgili süreçlerinin araştırıldığı bu çalışma yapılmıştır. Çalışmaya öncelikle gazi, gaza, stres, dini yönelim gibi kavramlarının tanımlanması ile başlamıştır.

Buna göre stres organizmanın optimal düzenini bozan, baskı ve zor durumlar sonucu ortaya koyduğu direnç olarak tanımlanmıştır. Kişi, varlığını tehdit eden durumlar yaşadığında bu tehdidin niteliğine dair birtakım değerlendirmeler yapmaktadır. Stres kişilerce algılandığında, onun niteliği birincil bir değerlendirmeye tabi tutulur ve bu stresörün tehlikeli olup olmadığına dair bir yargıda bulunur. Din; anlam, değer, kontrol, teselli, yakınlık ve içtenlik gibi konularda başa çıkmada işlevsel olarak kullanılır. Çözümüne ulaşılan kadar psikolojik bütünlüğü sağlaması, dinin başa çıkma sürecindeki en önemli faydalarından biridir. Kişinin yıkılan ya da bozulan anlam dünyasını yeniden kurma çabaları olarak da tanımlanabilen başa çıkma sürecinde, dinin yeri ve önemi tamamen bireysel donanıma bağlıdır.

Gazilik bütün dinlerde ortak bir kavramdır. Gazilik özellikle Türk kültürü için oldukça önemlidir. Tarihsel olarak alp kavramı ile birleşmiş, kahramanlık ve koruyuculuk anlamlarını da içerir hale gelmiştir. Gazilik günümüzde, malul, muharip ve 15 Temmuz Demokrasi Gazileri olmak üzere üç başlıkta tanımlanmaktadır. Buna göre, vatan savunması esnasında yaralanıp, savaşamaz hale gelenler malul, yaralanmadan görevini tamamlayanlar ise muharip gazidir. Malul gazileri devletin korumak ve gözetmekle vazifeli olduğu gruplardandır. Gazi yakınları gazi kalma olaydan sonra daha sabırlı, daha anlayışlı ve daha olgun olduklarını belirtmişlerdir. Dinî yaşayışın değişimi oldukça sınırlı ve kişiye özgü olup, travma ile direkt bağlantılı değildir. Travma ile mücadele edilirken dini etkin kullanabilmek amacıyla bilgi boyutunu kuvvetlendirmeye yönelik arayışlar olmuştur. Dinin başa çıkmaya olumlu ya da olumsuz etkisini, bireyin dindarlığının niteliği belirlemektedir. Dine karşı takınılan tavrın negatif ya da pozitif olması, başa çıkmaya yansımaktadır. Ayten ve Yıldız'ın (2016), olumlu ve sağlıklı dindarlığın, olumlu dinî başa çıkma sürecini

artırıcı bir rol oynadığı şeklinde bulguladığı durum, Ateş'in çalışması için de geçerlidir. Ayten ve Anık'ın (2014) lgbt bireylerde yaptıkları çalışmada tespit ettiklerine paralel olarak, kişinin hayatında dinin yoğunluğu ile dinî başa çıkmanın kullanılması birbirini yakından etkilemektedir. Buna göre, kişi hayatında dine ne kadar yer veriyorsa, bir travma yaşadktan sonra bununla başa çıkarken de o yoğunlukta dini kullanmakta ve dine yönelmektedir. Sonuçta araştırma, ülkemizde yapılan özellikle dua, sabır, Tanrı algısı ve sosyal desteği konu edinen pek çok dinî başa çıkma çalışması ile paralellik göstermektedir denilebilir.

Araştırmada ulaşılan sonuçları destekler mahiyette bulgular elde eden araştırmalar alan yazında mevcuttur. Bu çalışmada “Yaş grupları ile dini yönelim arasında anlamlı bir farklılık vardır” başlıklı hipotez doğrulanmıştır. Bu sonuçla örtüşen çalışmalar alan yazında mevcuttur. (Kayıklık, 2003; Yıldız, 2006; Akbolat, 2014). Yaş arttıkça dindarlığın arttığı ile ilgili bulgular da bulunmuştur(Tokur 2017; Ayten ve Tura 2017).

Bu bulgulardan hareketle yaş arttıkça dine olan ilginin arttığı görülmektedir. Bu durum sadece dezavantajlı bir grup olarak nitelendirilebilecek Gazi ve Gazi yakınlarını kapsamamaktadır. Örneğin Savaştan kaçan bireylerde de (mültecileri) yaş arttıkça dindarlığında arttığı görülmektedir. (Ayten ve Sağır, 2014). Dolayısıyla Yaş ile dindarlık arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu söylenebilir.

Bu bağlamda ilk olarak dini yönelime dair araştırmanın bulgularıyla örtüşen yayınlara bakıldığında Tokur (2017) yaptığı çalışmada dinin stres üzerinde olumlu etkisi olduğu sonucunu elde etmiştir. Din kaynaklı stresle başa çıkmada dinin rolünü ele alan Şahin (2006) dini yaşantının bir sonucu olarak ortaya çıkan stresle dahi dinin bizzat kendisinin bir başa çıkma aracı olduğunu ortaya koyması stresle baş etmede dinin önemine vurgu yapmaktadır.

Bu çalışmada “Eğitim durumu ile dini yönelim arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır” şeklindeki hipotez doğrulanmamıştır. Elde edilen verilerde Dini yönelimi en düşük olanlar ise ilkökul mezunlarıdır. İlkokul mezunlarından ortaokul ve lise mezunların doğru gidildikçe dini yönelimin arttığı söylenebilir. Dini yönelimin en yüksek okur-yazarların sahip olduğunu göstermektedir. Dini yönelimi en düşük olanlar ise ilkökul mezunlarıdır. İlkokul mezunlarından ortaokul ve lise mezunların doğru gidildikçe dini yönelimin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim

durumuna göre dini yönelim tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma ortaya çıkmamıştır Mehmedoğlu (2004); Dağlı (2010); Şengül (2017) gibi araştırmacılarda benzer şekilde dindarlık ile eğitim düzeyi arasında bir ilişki tespit edememişlerdir. Genelde eğitim düzeyindeki farklılaşmaları oluşturan gruplar Lisans ve Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanlardır Karslı (2017). Bu çalışmada Lisans ve Lisansüstü düzeyde eğitim alan katılımcıların olmaması bu sonucu ortaya çıkarmış olabilir.

Araştırma “Medeni duruma göre dini yönelim farklılık göstermektedir” şeklindeki hipotezi doğrulanmıştır. “Dini yönelim tutumuna en düşük boşanmış olanların, daha sonra bekârların sahip olduğunu göstermektedir. Evlilerin dine yönelimleri boşanmış ve bekârlara göre yüksek fakat eşi vefat etmiş olanlara göre düşük kalmıştır. Dini yönelim tutumu en yüksek olanlar ise eşi vefat etmiş katılımcılardır. Eşi vefat etmiş olan katılımcıların bekârlara, boşanmışlara ve evlilere göre dini yönelimleri daha pozitif yani çok olumlu olduğu sonucuna varılmıştır. Karaca (2000), Kayıklık (2003), Hasyılmaz (2007), Akbolat (2014) gibi araştırmacılarda bu bulgulara benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Bu bulgudan hareketle yas süreci yaşamış bireylerin dine daha çok yöneldiğini söylemek mümkündür.

Bu çalışmada “Sosyo-ekonomik duruma göre dini yönelim i anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir” hipotezi doğrulanmamıştır. Katılımcıların ekonomik durumuna göre ise; kendilerini fakir görenlerin, kendilerini ne fakir ne zengin ve aylık geliri kendilerine fazlasıyla yettiğini düşünler açısından daha olumsuz bir dini yönelim tutumuna sahip oldukları anlaşılmaktadır. Dağlı (2010), Ayten (2010) dağlı benzer sonuçlara ulaşırken Ayten inde de ulaştığı sonuçlar kısmen benzemektedir. Ayten (2010) çalışmasında orta düzey gelir düzeyindeki bireyler alt gelir grubundaki bireylere oranla daha yüksek dindarlık puanını elde ettiği görülmektedir. Bununla birlikte bu çalışmada gelir düzeyinin üst grupta olduğunu belirtenler (n=3) yeterli denecek kadar sayıya sahip olmaması bu sonuca sebep olduğu söylenebilir.

“Hayatını en uzun süre geçirildiği yere göre dini yönelim faktörü anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” şeklindeki araştırma hipotezi doğrulanmamıştır. Köy merkezindeki bireylerin yeterli düzeyde seviyede imkâna sahip olmaması ve tarım alanında yoğun çalışmaları bu sonuca neden olmuş olabilir. Kavun (2016) Bireyin

yaşadığı yerin bireyin dini tutumunu etkilediğini belirtmiş olduğunu, bunları tetikleyen başlıca hususun bireyin yaşadığı yerdeki imkânlarla ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Bu çalışmada “Mesleğe göre dini yönelim tutumları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” şeklindeki hipotezi doğrulanmamıştır. Katılımcıların meslek gruplarına göre dini yönelim tutumları ise işçilerin, ev hanımları ve işçi emeklilerine göre dini yönelimleri daha olumsuzdur. Başka bir ifadeyle ev hanımları ve işçi emeklilerinin dini yönelimleri işçilere göre daha pozitifdir. Yapılan çalışmada dini yönelim en az olduğu grup olarak işçiler çıkmış olup, en yüksek grup ise işçi emeklileridir. Bu duruma yoğun çalışma hayatının sebep olduğu söylenebilir.

“Gazi ve Gazi yakınlığı ile dini yönelim arasında farklılaşma vardır.” şeklindeki araştırma hipotezi doğrulanmamıştır. Dini yönelim gazi ve gazi yakınlarında en düşük gazi kardeşlerinde ortaya çıkmıştır. Bu durumu Esen Ateş (2019) Gazi yakınları için milli duyguların başa çıkma aracı olarak ön plana çıktığı şeklinde ifade etmektedir. Ebeveynlerin çocuklarının Gazi olmasını manevi bir rütbe olarak görmeleri onları stresten uzak tuttuğu şeklinde yorumlanmaktadır.

Algılanan stres ölçeğindeki alınan ortalama puanda da işçilerin en yüksek puanı alanlar arasında olması bu durumu desteklemektedir.

Bu çalışmada “Yaş gruplarına göre algılanan stres faktörü anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.” hipotezi doğrulanmıştır. İlerleyen yaş ile birlikte bireyin yaşanan kaçınılmaz acıyı anlamlandırma da daha başarılı olduğu sonucuna ulaşılabilir.

Hipotezler arasındaki “Medeni duruma göre algılanan stres anlamlı bir farklılık göstermektedir.” Savı doğrulanmamıştır. Bununla birlikte evlilerin ve eşini kaybetmiş bireylerin stres puanları bekâr ve boşanmış bireylere nazaran daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Burada dikkat çeken husus kendi iradesiyle evliliği devam ettiren bireylerin kendi iradeleriyle evlilikten uzak duran bireylere nazaran daha az strese maruz kalmalarıdır.

“Eğitim düzeyi ile algılanan stres arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.” şeklindeki araştırma hipotezi doğrulanmamıştır. Olçay, Gül, Olgunsoylu ve Ünal (2015), Irmak (2018), Kırpık ve Doğan (2020), yaptıkları çalışmalarda eğitim düzeyi ile stres arasında anlamlı bir korelasyonun olmadığına bulgusuna ulaşmışlardır. Bu

duruma göre alınan eğitimin stresle baş etmede yeterli derecede etkili olmadığına ulaşılmıştır.

Araştırmanın “Mesleğe göre algılanan stres arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır.” Biçimindeki hipotezi doğrulanmıştır. Meslek gruplarının aldıkları algılanan stres ortalama puanları istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmamıştır. Burada çalışma süresinden ziyade sosyo-ekonomik durumun stres puanını artırma da başrol oynadığını söylemek mümkündür. İşçi emeklilerinin ekonomik olarak (Emeklilik tazminatı vb), işçilerin maaşa ilave olarak tediye ve ikramiye almalarından dolayı diğer gruplara nazaran sosyo-ekonomik refah düzeyine sahip olmaları etkilemiştir.

Araştırmada elde edilen bulgular, “Sosyo-ekonomik durum ile algılanan stres arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.” şeklindeki çalışma hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Eryılmaz (2009) benzer bir sonuca ulaşarak ekonomik yetersizliklerin stres sebebi olduğu şeklinde izah etmemektedir.

Stres ve ona verilen tepki, bireyin yaşamını sürdürebilmesi için iç ve dış koşullara uyum sağlayan önemli bir motivatör olarak görünmekle beraber; bu tepkinin sağlıksız, bilinçsiz ve kontrolsüz olması bireyin günlük hayatını kolayca tehdit edebilmekte hatta yaşamın kendisini bir stresör haline getirebilmektedir. Din, insanların kendilerini aciz ve yetersiz hissettikleri, yaşamın kontrol dışına çıktığı, diğer sosyal destek şekillerinin yetersiz kaldığı, yapılan açıklamaların tatmin vermediği durumlarda bireye insan ötesi bir destek sunarak; insanın çaresizliğinin arttığı durumlarda ona, dini kaynaklarını kullanarak bir çözüm yolu sunmakta, kendi içsel aydınlanmasını sağlamasına yardımcı olmaktadır.

Bu araştırmada da algılanan stres tutumları gaziler, gazi eşleri, gazi çocukları ve gazi kardeşlerine doğru gidildikçe artmaktadır. Gazi kardeşleri en yüksek algılanan stres ortalama puanı almışlardır. Buna göre gazi kardeşlerinin daha yüksek stres yaşadıkları söylenebilir. Yaş ilerledikçe algılanan stres ortalama puanlarının düştüğünü göstermektedir. Nitekim 18-34 yaş grubundakilerin diğer yaş aralıklarındakilere göre daha yüksek düzeyde stres yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bu verinin tam tersine 65 ve üzeri yaşta olanların ise stres algı düzeyleri daha düşük kalmıştır.

Bu çalışma sonuçlarına göre işçi emeklilerinin ve ev hanımlarının stres algı

düzeyleri düşüktür. Bununla birlikte, memur emeklilerinin algılanan stres tutumları diğer gruplara göre daha yüksektir. Gazi ve gazi yakınlarından memur, işçi, öğretmen ve memur emeklilerine doğru gidildikçe stres algıları artmaktadır. Gazi ve gazi yakınlarının ekonomik durumu yükseldikçe algılanan stres düzeylerinin düştüğünü göstermektedir.

Araştırmamızın temel hipotezi olan “*Gazi ve gazi yakınlarının dini yönelimi ile stres durumları arasında ilişki vardır. Dini yönelim arttıkça stres puanları düşmektedir.*” hipotezi yapılan korelasyon analizi sonucunda doğrulanmış olup dini yönelim ile stres arasında anlamlılık düzeyinde negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Literatürde de bu bulguyu destekleyen araştırmalar mevcuttur. Yurt içindeki araştırmacılardan Güvenç (1991), Şahin (2006), Tokur (2011), Kavas (2013), Kırman (2013) din ile stres arasında negatif yönlü bir korelasyonun olduğunu raporlayan araştırmacılardandır. Benzer sonuca yurt dışında ulaşan araştırmacılarda mevcuttur. Pollard ve Bates (2004), Nooney (2005), Rood, (2011), Naewbood, Sorajjakool, Triamchaisri (2012) gibi yurtdışındaki araştırmacılarda din ile stres arasında negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Yaptığımız araştırmada tıpkı diğer araştırmalarda olduğu gibi, dindarlığın stres üzerinde göz ardı edilemeyecek bir etkisinin bulunduğunu göstermektedir. İnsanlık tarihi kadar eski olmasına rağmen çağımızda önemi daha çok dikkat çeken stres ve onunla başa çıkabilme konusunda din, çok önemli destekler sağlayabilmektedir. Dinin bir diğer önemli bir fonksiyonu, rahatlatıcı, teskin edici olmasıdır. Özellikle bu dünyada çekilen sıkıntı ve acıların ahirette mükâfatının verileceği veya hesabının sorulacağına dair inanç, olayların anlamını dönüştüren hikmet arayışı, bireyin içinde başka hiç kimseye açamayacağı ve onu sıkan konuları, herşeyden güçlü bir Tanrı’ya rahatça ve riyadan uzak bir şekilde ifade etmesini sağlayan, bu yönüyle psikoterapik bir işlev gören dua ve ibadetler, adeta gevşeme tepkisi olarak isimlendirebileceğimiz zikir ve tefekkür vb. dini fonksiyonların sempatik sinir sisteminin faaliyetlerinde azalmaya katkı sağladığı, beyin dalgalarında değişiklik meydana getirdiği ve tüm bu rahatlatıcı etkenlerin stresli durumlara karşı bir şekilde katkı sağladığı konuyla ilgili birçok çalışmada görülmektedir. Din, geliştirici, rahatlatıcı ve engelleyip koruyucu olması özellikleriyle stres yaratabilecek faktörler üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir denilebilir. Ayrıca bu özellikler stres

ortaya çıktıktan sonra da onu azaltıcı ve düzenleyici bir etki sağlayabilir. Dolayısıyla din-stres ilişkisi biri stres faktörleri üzerinde, diğeri stres durumu ortaya çıktıktan sonra olmak üzere adeta kademeli bir yapı arz etmektedir. Dindarlığın stres ve onunla başa çıkma sürecinde önemli bir fonksiyonu olsa da dindarlık ve stres arasında basit bir ilişkinin olmadığı da açık bir gerçektir. Dolayısıyla insanların neden ve nasıl dindar olduklarına (dini başa çıkmayı kimin kullandığı), dinin neresinde olduklarına (dini nasıl algıladıkları) dair verecekleri cevaplar ile insanların başa çıkmak zorunda kaldığı stres durumlarının neler olduğunun bilinmesi, dindarlık ile stres arasındaki ilişkiyi ortaya koymada önem arz etmektedir (Şahin, 2006; Tokur, 2011; Kavas, 2013).

ÖNERİLER

Araştırma süresince çalışma gruplarında dinî danışmanlığa ihtiyacı olduğu gözlemlenmiştir. Bu bağlamda özellikle stresi yenme konusunda dini yönelimin etkili olduğu görülmüş olup; Gazi ve gazi yakınları ile başta Diyanet İşleri Başkanlığı ile Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığının koordineli çalışma yaparak Kamu Görevlilerinin (mülki amirlerin, sağlık ve din görevlilerinin bu kişilere sahip çıkmak üzere görevlendirilmesi) travma yaşayan Gazi ve Gazi yakını ailelere sahip çıkması, onlara hayatın her alanında yalnız olmadıklarını hissettirmeleri gerekmektedir. Dine bağlılık ve ekonomik durum arttıkça gazi ve gazi yakınlarının travmadan daha kolay kurtuldukları gözlemlendiğinden devletin bu bağlamda desteklerini artırarak sürdürmesi önerilmiştir.

KAYNAKÇA

- Abdülbâki, M. F. (1986). *Mu'cemul müfehres*. İstanbul: Timaş yayınları.
- Akbolat, A.(2014). *Yaşlılık döneminde yaşam kalitesi ve dindarlık ilişkisi (Şanlıurfa ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi. Konya.
- Allport, G. W. (1966). *The religious context of prejudice*. (Önyargının Dini Bağlamı)
- Allport, G. W. & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 432–443.
- Allport, G.W. (1963). Behavioral science, religion and mental health. *Journal of Religion and Health*, 2, 187-197.
- Asım Efendi (2013). *El-okyânûsu'l-basît fi tercemeti'l-kâmûsi'l-muhît kâmûsu'l-muhît tercümesi*, İstanbul.
- Ayten, A. ve Sağır, Z. (2014). Dindarlık, dinî başa çıkma ve depresyon ilişkisi. *Marmara Üni. İlahiyat Fak. Dergisi*, 47, İstanbul. 5-18.
- Ayten, A. ve Tura, H. (2017). Affetme ve dindarlık, hayat memnuniyetini nasıl destekler? *İslâmî İlimler Dergisi*, 12 (3), 27-54.
- Ayverdi, İ. (2008). *Misalli büyük türkçe sözlük*, İstanbul:Kubbealtı Yayınları.
- Bahçekapılı, M. (2016). Biyopsikososyal açıdan dinin engellilik ve farklı sağlık problemleri üzerindeki etkisi. *Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 1, İstanbul, 16-44
- Balcı, A. (2006). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntem, teknik ve ilkeler*, Pegem Akademi, Ankara.
- Baltaş, A. (2013). *Stres ve başa çıkma yolları*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Batson C. D. (1976). Religion as prosocial: Agent or double agent? *Journal for the Scientific Study of Religion* 15 (1), 29-45.
- Bilgin, A. (2014). Din, dindar, dindarlık özeleştiril bir değerlendirme, *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2 (2) , 75-84.
- Braham, B.J. (1998). *Stres yönetimi, ateş altında sakin kalabilmek*. (V. G. Diker, Çev.),

İstanbul: Hayat Yayınları.

- Bulman, R. J. & Wortman, C. B. (1977). Attributions of blame and coping in the “real world”: severe accident victims react to their lot. *Journal of Personality and Social Psychology*. 35, 358
- Carver, C. S. Scheier, M. F. & Weintraub, J. K. (1989). "Assessing coping strategies: A theoretically based approach." *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267–283.
- Cevheri İsmail b. Hammad, (1984). “*es- Sıhah tacu’l-luga ve sıhahu’l arabiyye, darul ilm lil melayin*,” Beyrut.
- Crystal, L.P. (2005) Religion as meaning – making framework in coping with life stres, *Journal of Social Issues*, 61(4), 710.
- Cufta, M. (2016). Stres ve dini inanç. *Pamukkale Ün. İlahiyat Fak. Dergisi*.3(5), 50-70.
- Cüceloğlu, D. (1993) *İçimizdeki çocuk*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (1994) *İnsan ve davranışı psikolojinin temel kavramları*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çıkkılı, Y. (2016). Zihin yetersizliği olan çocuklar. *Özel Eğitim İçinde*, (Ed. Sezgin Vuran), Ankara: Maya Akademi Yayınları.
- Demirhan, Y. ve Öztürk, M. (2020). 15 Temmuz Darbe girişimi sonrasında Demokratik bilincin kutsal bileşenleri. *SEFAD*. (43). 405-420
- Develioğlu, F. (1997). *Osmanlıca türkçe sözlük*. Ankara: Aydın Kitabevi.
- Donahue, M. J. (1985b). Intrinsic an extrinsic religiousness: the emprical research, *Journal for The Scientific Study of Religion*, 24, 418-432.
- Donahue, M.J. (1985a). Intrinsic and extrinsic religiousness: review and metaanalysis, *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 400-419.
- Dyce, J. M. (173). *Stres and decision-making in dental practice*. Berlin and Chicago: Quintessence Books.
- Erdoğan, E. (2014). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi. Ankara
- Erdoğan, İ. (1999) *İşletme yönetiminde örgütsel davranış*. İstanbul: Dönence Basım ve Yayın Hizmetleri.

- Ergin, M. (1973). *Orhun Abideleri*, İstanbul: Boğaziçi Yayınları.
- Erkol, M. (2015). Türkiye’de dini hayatı anlamlandırmak: dindarlık olgusu ve dindarlığın ölçülmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 131-161
- Eryücel, S. (2013) *Yaşam olayları ve dini başa çıkma*. Doktora Tezi. Ankara
- Esen, A. N. (2019). Dua ve dinî başa çıkma: şehit aileleri, gaziler ve gazi aileleri örneği. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üninversitesi İlâhiyat Fak. Dergisi*. 52. 161-198
- Eskin, M. Harlak, H. (2018). Dini yönelim ve dindarlık ölçeklerinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Yeni Symposium* 56 (2), 24-32.
- Eskin, M. Harlak, H. Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan Stres Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Fabricatore, A., Handal, N. Rubio, P. J., Doris M. & Gilner, F. H. (2004). Stress, religion, and mental health: religious coping in mediating and moderating roles, *International Journal for the Psychology of Religion*, 14 (2), 91-108.
- Folkman, S. (1992). Making the case for coping. B.N. Carpenter (Ed.), *Personal Coping: Theory, research, and application*. 31-46. London, Praeger, Westport, Connecticut.
- Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. *Social Science and Medicine*, 45(8). 1207-1221.
- Folkman, S., Lazarus, R., Dunkel-Schetter, S. DeLongis, C. & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50. 992–1003.
- Folkman, S. & Greer, S. (2000). Promoting psychological well-being in the face of serious illness: when theory, research and practice in form each other. *Psycho- Oncology*, 9(1). 11-19.
- Folkman, S. ve Lazarus, R.S. (1988). *Manual for the ways of coping questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Fry, P. S. (2000). Religious involvement, spirituality and personel meaning for life: exixtential predictors of psychological wellbeing in community, residing and instituonal care elders. *Aging&Mental Health* 4(4). 375-385.
- Genia, V. (1996). I. E. quest, and fundamentalism as predictors of psychological and

- spiritual well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 35, 56-64.
- Genia, V. ve Shaw, D. G. (1991). Religion, intrinsic-extrinsic orientation, and depression. *Review of Religious Research*. 32, 274–283.
- Gorsuch, R. L. & McPherson, S. E. (1989). Intrinsic/extrinsic measurement: I/Revised and single-item scales. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 28, 348-358
- Gorsuch, R. L. ve Venable G. D. (1983). Development of an 'age universal' i-e scale. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 22, 181-87.
- Grzymala-Moszczyńska & B. Beit-Hallahmi (Eds.), *Religion, psychopathology, and coping. Amsterdam (177-192)*.
- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91-109.
- Gün, E. (2012). *Stresle başa çıkma bilişsel süreçler ve dindarlık üzerine bir inceleme*, Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi. Bursa.
- Güvenç, R. (1991), *Stres ve din eğitimi*. Konya.
- Has Hacib Yusuf. (1974). *Kutadgu Bilig*. Ankara.
- Hoge D. R. (1972). A validated intrinsic religious motivation scale. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 11(4), 369-376.
- Hood, R. W. & Morris, R. J. (1985). Conceptualization of quest: A critical rejoinder to Batson. *Review of Religious Research*, 26, 391-397.
- Hökelekli, H. (2010), *Din psikolojisine giriş*. İstanbul: Dem Yayınları.
- Huncan, Ö. S. (2008).Kaşgarlı Mahmut ve 11. yüzyılda Türkler. Sema Barutçu Özönder (ed.). *Kaşgarlı Mahmut kitabı içinde*. 3-27. Ankara: KB Yayınları.
- Hunt, R. A. & King M. (1971). The intrinsic-extrinsic concept: A review and evaluation. *Journal for the scientific study of religion*. 10(4), 339-356.
- İsfahani Ragıb. (2010). *Müfredat*. İstanbul: Çıra yayınları.
- İbn Manzûr. (2003). *Lisânü'l-arab*, Beyrut: Darul Fikr Maruf yayınevi.
- Hays, J. C., Meador, K. G., Branch, P. S. & George. L. K. (2001). The history of religion and spirituality scale in four dimensions (hrss-4): validity and reliability. *The Gerontologist*. 41. 239-249.
- Johnstone, M. (1989). *Stress in teaching. an overview of research*. Midlothian.

- Kahn, H. ve Cooper, C. L. (1993). *Stress in the dealing room. high performers under pressure*. Routledge.
- Karaca, F. (2006). Kader algısı-ruh sağlığı ilişkisi üzerine empirik bir araştırma. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 19(15), 479-489.
- Karaca, F. (2011). *Din psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset.
- Karasar, N. (1991) *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara.
- Karaşahin, H. (2008).Din psikolojisinde dindarlığın ölçülmesi problemi üzerine bir araştırma. *AÜİFD XLIX*. 49 (1), 191-200.
- Karslı, N. (2017). Gençlerde özsaygı-dindarlık ilişkisi. *Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*. 4 (6). 16-46.
- Kaşgarlı Mahmut Kitabı*. (2008). Eds.Sema Barutçu Özönder, Ö. Soner Hunkan, *Kaşgarlı mahmut ve 11. yüzyılda Türkler*. Ankara.
- Kavas, E. (2013). Dini tutum- stresle başa çıkma ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 37, 143-168.
- Kavun, Y. (2016). *Ergenlerde dindarlık ve insani değerler*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi. Konya.
- Kırman, F. (2013). *Stres ve din: lise gençliği üzerine psikolojik bir araştırma (K. maraş örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi. Kahramanmaraş.
- Kirkpatrick, L. A. (1989). A psychometric analysis of the Allport–Ross and Feagin measures of the intrinsic–extrinsic religious orientation. *Research in the Social Scientific Study of Religion*. 1, 1-31.
- Kirkpatrick, L. A. & Hood, R. W. Jr. (1990) Intrinsic-extrinsic religious orientation: the boon or bane of contemporary psychology of religion?. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 29, 442-462.
- Köprülü F. (1965). *Alp. İslam Ansiklopesi*. 1, 379. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı
- Köymen M. A. (1979), *Büyük selçuklu imparatorluğu tarihi kuruluş devri*. Cilt. 1, Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.
- Köymen M. A. (1983), *Alpaslan ve zamanı*, Ankara: Ankara Ün. Basımevi.
- Krause, N. M. (2008), *Aging in the Church: How Social Relationships Affect Health*, West

Conshohocken, PA: Templeton Foundation Press

- Kurt, A. (2009). Dindarlığı etkileyen faktörler. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 18(2), 1-26.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York.
- Maltby, J. (1999). The internal structure of a derived, revised, and amended measure of the religious orientation scale: the 'age-universal' I-E scale-12. *Social Behavior and Personality*. 27, 407-412.
- Maltby, J. & Day, L. (1998). Amending a measure of quest religious orientation: applicability of the scale's use among religious and non-religious persons. *Personality and Individual Differences*, 25, 517-522.
- McFarland, S. G. (1989). Religious orientations and the targets of discrimination. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 28, 324-336.
- Merrill R., Read, C. & Lecheminant A. (2009). "The influence of religiosity on positive and negative outcomes associated with stress among college students. *Mental Health, Religion & Culture*, 12(5), 501-511.
- Naewbood, S.; Sorajjakool, S. & Triamchaisri, S.K. (2012). The role of religion in relation to blood pressure control among a Southern California Thai population with hypertension. *Journal of Religion Health*. 51(1):187-97.
- Newton, A. T. & McIntosh, D. N. (2009). Associations of general religiousness and specific religious beliefs with coping appraisals in response to Hurricanes Katrina and Rita. *Mental Health, Religion & Culture*. 12(2). 129-146.
- Newton, T. & McIntosh, D. N. (2010). Specific religious beliefs in a cognitive appraisal model of stress and coping, *International Journal for the Psychology of Religion*, 20, 39-58.
- Nooney, J. G. (2005). Religion, stress, and mental health in adolescence: findings from add health. *Review of Religious Research*, 46(4), 341-354.
- Okumuş, E. (2006). Gösterişçi dindarlık. *Din bilimleri akademik araştırma dergisi*. 6(2), 17-35.
- Özel, A. (1989). Cihat. *İslâm Ansiklopedisi*. 7: 527-529. Ankara: TDV Yayınları.
- Pargament, K. I. (1996). *Religious contributions to the process of coping with stress*. In H.

- Pargament, K. I. ve Rye, M. (1998). *Forgiveness as a method of religious coping. dimensions of forgiveness: psychological research theological perspectives* (Ed. E. Wordhington), London: Templeton Foundation Press.
- Pargament, Kenneth I., (1997) *The psychology of religion and coping, the guilfordpress a division of guilford publications*. New York: Guilford Press.
- Park, C., Cohen, L. H. & Herb, L. (1990). Intrinsic religiousness and religious coping as life stress moderators for Catholics versus Protestants. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59. 562–574
- Park, C. Cohen, L. H. & Herb, L. (1990). Intrinsic religiousness and religious coping as life stress moderators for Catholics versus Protestants. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59. 562-574
- Patton, M. Q. (2005). *Qualitative research*. New York: John Wiley & Sons, Ltd.
- Pehlivan, İ. (1995), *Yönetimde stres kaynakları*, Ankara: Pegem Yayınları.
- Pehlivan, İ. (1995), *Yönetimde stres kaynakları*, Pegem Yayınları, Ankara.
- Pehlivan, İ. (2000), *İş yaşamında stres*, Ankara: Pegem Yayınları.
- Pollard, L. J. & Bates, L. W. (2004). Religion and perceived stress among undergraduates during fall 2001 final examinations. *Psychological reports*, 95(3 Pt 1), 999–1007. <https://doi.org/10.2466/pr0.95.3.999-1007>
- Raber MF, Dyck G. (1993). Understanding stress. In: Raber MF.(Ed.). *Managing stress for mental fitness, revised edition (previously published as mental fitness)*. 3-25. California: A Fifty Minute Series Book
- Raymond, F. P. (2017). *Invitation to the psychology of religion*, New York: Guilford Press
- Rowold J. (2011). Effects of spiritual well-being on subsequent happiness, psychological well-being, and stress. *Journal of religion and health*, 50(4), 950–963
- Schuster, M. A. Stein, B. D. Jaycox, L. H. Collins, R. L. & Marshall, G. N.(2001). A national survey of stress reactions after the september 11, 2001 terrorist attacks. *Journal of Medicine*. New England. 345. (20), 1507–1512.
- Subaşı, N. (2014) , *Din sosyolojisi*, İstanbul: Dem Yayınları.
- Şahin, A. (2006) Din kaynaklı stres üzerine bir araştırma. *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 21. 147-180.

- Şahin, N. H. (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 10 (34), 56-73.
- Şıvgın, H. (2011). Türk Kültüründe Gazilik ve Gazi Mustafa Kemal Atatürk. *Türk Yurdu Dergisi*, Ankara, 290.
- TDK (Türk Dil Kurumu), Sözlük*. Ankara: TDK Yayınları. 2015
- Tekin, F. (2005). Stresle başa çıkmada din eğitiminin rolü, Doktora tezi. Selçuk Üniversitesi. Konya.
- Tekin, M. (2012). *Ziyaret fenomeni çerçevesinde dua ve sosyal sorunlar*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Tokur, B. (2011). *Stres ve dindarlık üzerine bir araştırma*, Doktora tezi. Atatürk Üniversitesi. Erzurum.
- Tural, S. (2004). Milli bilinç ve şiir üzerine konuşma, *Atatürk Araştırma Merkezi Dergisi*, Ankara.
- Ural, A. ve Kılıç, İ., (2011) Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS ile Veri Analizi, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Yazır, E. H. (2006). *Kuran-ı Kerim ve Açıklamalı Meali*. Sadi Çögenli(Sad.). İstanbul: Huzur Yayınları.
- Zebidi, El-Murteda. (2007) *Tacu'l arus darul-kutubil-ilmiiye*. Beyrut

EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket, İ. K.C.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsünde, Dr. Öğretim Üyesi Abdurrahman Akbolat danışmanlığında yapılmakta olan Yüksek Lisan Tez çalışması için hazırlanmıştır. Anket için vereceğiniz tüm bilgiler gizli tutulacaktır, bu nedenle soruları cevaplandırırken içten olmanızı diliyoruz. **Lütfen adınızı-soyadınızı yazmayınız ve her bir soru için yalnız bir seçeneği işaretleyiniz.** Katılımınız ve duyarlılığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Dr.Öğretim Üyesi Abdurrahman AKBOLAT

Hamide KARACA

S.1. Gazi veya Gazi Yakınlığıyla ilgili maddelerden hangisi size uygun birini tercih ediniz?

- a) Gaziyim
çocuğuyum
- b) gazi ebeyniyim
e) Gazi kardeşiyim
- c) Gazi eşiyim
- d) Gazi

S.2. Yaşınız?

- a)18-34
- b)34-64
- c)65 ve üzeri

S.3. Cinsiyetiniz?

- a)Kadın
- b) Erkek

S.4. Medeni durumunuz?

- a) bekar
- b) evli
- c) Boşanmış
- d) Eşi vefat etmiş

S.5. Eğitim Durumunuz?

- a) Okur yazar değil
- b) resmi Eğitim almamış Okur yazar
- c) İlkokul Mezunu
- d)Orta Okul Mezunu
- e) Lise Mezunu
- f) Üniversite/ Lisansüstü mezunu

S.6. Mesleğiniz?

- a) Ev hanımı
- b) Memur
- c) İşçi
- d) Öğretmen
- e) Memur emekli
- f) İşçi Emekli
- g) Çalışmıyor
- h) diğer

S. 7 ekonomik düzeyinizle ilgili ifadelerden sizin için en uygun olanını seçiniz?

- a) Fakirim
- b)Ne fakirim ne de zenginim
- c) Aylık gelirim fazlasıyla yetiyor

S.8. hayatınızda en uzun süre hangisinde yaşadınız?

- a) İl merkezi
- b) İlçe merkezi
- c) Köy

Ek 2-Algılanan Stres Ölçeği

Yönerge: Aşağıda geçtiğimiz ay içerisindeki kişisel deneyimleriniz hakkında bir dizi soru yöneltilmektedir. Her soruyu dikkatlice okuyarak size en uygun seçeneğin altındaki kutuya bir çarpı işareti koyarak cevaplayınız. Soruların doğru veya yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan yanıtları vermenizdir.

	Hiçbir zaman	Neredeyse hiçbir zaman	Bazen	Oldukça sık	Çok sık
1. Geçen ay, beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle ne sıklıkta rahatsızlık duydunuz?					
2. Geçen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi ne sıklıkta hissettiniz?					
3. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta sinirli ve stresli hissettiniz?					
4. Geçen ay, ne sıklıkta gündelik zorlukların üstesinden başarıyla geldiniz?					
5. Geçen ay, hayatınızda ortaya çıkan önemli değişikliklerle etkili bir şekilde başa çıktığınızı ne sıklıkta hissettiniz?					
6. Geçen ay, kişisel sorunlarınızı ele alma yeteneğinize ne sıklıkta güven duydunuz?					
7. Geçen ay, her şeyin yolunda gittiğini ne sıklıkta hissettiniz?					
8. Geçen ay, ne sıklıkta yapmanız gereken şeylerle başa çıkamadığınızı fark ettiniz?					
9. Geçen ay, hayatınızdaki zorlukları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?					
10. Geçen ay, ne sıklıkta her şeyin üstesinden geldiğinizi hissettiniz?					
11. Geçen ay, ne sıklıkta kontrolünüz dışında gelişen olaylar yüzünden öfkelenediniz?					
12. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta başarmak zorunda olduğunuz şeyleri düşünürken buldunuz?					
13. Geçen ay, ne sıklıkta zamanınızı nasıl kullanacağınızı kontrol edebildiniz?					
14. Geçen ay, ne sıklıkta problemlerin üstesinden gelemeyeceğiniz kadar biriktiğini hissettiniz?					

EK 3 Dini Yönelim Ölçeği ve Müslüman Dindarlık Ölçeği

	Hiçbir zaman	Neredeyse hiçbir zaman	Bazen	Oldukça sık	Çok sık
1. İçimden geldiği için Allah'a inanırım.					
2. Birçok dini konu hakkındaki görüşlerim hâlâ değişmektedir.					
3. Allah'a gönülden bağlı olmak, doğru ve mükemmel bir din anlayışına sahip olmaktan daha önemlidir					
4. Hiçbir dini inanç sistemi herkes için geçerli, tam ve kesin gerçek değildir.					
5. Allah'ın varlığını sık sık derinden hissederim.					
6. Dini konularda kuşkulanmayı rahatsız edici bulurum.					
7. Dua etmenin amacı mutlu ve sakin bir hayatı garanti etmektir.					
8. İçimden geldiği için dua ederim.					
9. Kendimi üzgün ve talihsiz hissettiğim zamanlarda din beni rahatlatır					
10. Dini konulardaki kuşkularım benim için değerlidir.					
11. İbadetin amacı insanın mutlu ve huzurlu hissetmesini sağlamaktır.					
12. İbadet, benim için Allah'tan bir şey dileme fırsatı değil,					
13. Hayatımda tanrının varlığını somut bir biçimde hissettiğim anlar olmuştur					
14. Dini inancımın hayatta yaptığım her şeyi etkilemesine çalışırım (ters madde)					
15. Günümüz dünyasında insanın kendini güvende hissedebilmesi için bir dini inancının olması zorunludur.					
16. İbadet etmek için en önemli sebep Allah'ın yardımını korumasını sağlamaktır.					
17. Din, her şeyden önce, başımıza acı ve felaket geldiği zaman size teselli verir.					
18. Sevap kazandırdığı için ibadet ederim.					
19. Başım dara düştüğünde dua ederim					
20. Allah'ın varlığını hissettiğim zamanlarda şükrederim.					

21. Başıma iyi şeyler gelmesini dilediğim zamanlarda Allaha dua ederim.					
22. Hayatın anlamını sorguladıkça dine inanmaya başladım					
23. Gönülden inanan bir insan, ibadet etmese de Allah onu korur ve ona yardım eder					
24. Ben değiştikçe dini inançlarım da benimle birlikte değişip gelişir.					
25. Dini inançlarımı sürekli olarak sorgularım.					