

Yakın Doğu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi

The Journal of Near East University Faculty of Theology

ISSN: 2148-6026 | e-ISSN: 2687-4121

Aralık / December | 2023/9/2

PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ, YAŞAMDA ANLAM VE DİNDARLIK ARASINDAKİ İLİŞKİLER

The Relationships Between Psychological Well Being, Meaning in Life and Religiousness

MESTURE KARAÇALI

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi,
Kahramanmaraş, Türkiye
Kahramanmaraş Sütçü İmam University, Faculty of Theology, Psychology of Religion,
Kahramanmaraş, Türkiye
mesturekaracalii@gmail.com; ODCID ID: 0000-0001-6253-3900

SEZAI KORKMAZ (Sorumlu Yazar)

Doç. Dr., Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, İlahiyat Fakültesi,
Din Psikolojisi, Kahramanmaraş, Türkiye
Assoc. Dr., Kahramanmaraş Sütçü İmam University, Faculty of Theology, Psychology of
Religion, Kahramanmaraş, Türkiye
sezaikorkmaz@ksu.edu.tr; ORCID ID: 0000-0003-0250-6673

Makale Bilgisi | Article Information

Makale Türü | Article Types: Araştırma Makalesi | Research Article
Geliş Tarihi | Received: 05.08.2023
Kabul Tarihi | Accepted: 15.10.2023
Yayın Tarihi | Published: 25.12.2023

Atıf | Cite as

Karaçalı, Mesture – Korkmaz, Sezai. "Psikolojik İyi Oluş, Yaşamda Anlam ve Dindarlık Arasındaki İlişkiler".
Yakın Doğu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 9/2 (Aralık 2023), 128-147.
<https://doi.org/10.32955/neu.ilaf.2023.9.2.01>
Karaçalı, Mesture – Korkmaz, Sezai. "The Relationships Between Psychological Well Being, Meaning in Life
and Religiousness". *The Journal of Near East University Faculty of Theology* 9/2 (December 2023), 128-147.
<https://doi.org/10.32955/neu.ilaf.2023.9.2.01>

İntihal | Plagiarism

Bu makalenin ön incelemesi alan editörü, içerik incelemesi ise iki dış hakem tarafından çift taraflı kör hakemlik modeliyle incelendi. Benzerlik taraması yapılarak intihal içermediği teyit edildi.
The preliminary review of this article was reviewed by the field editor and the content review was reviewed by two external reviewers using the double-blind peer-review model. It was confirmed that it did not contain plagiarism by scanning for similarity.

Telif Hakkı | Copyright

Yazarlar, dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY- NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır. Bu makale, Creative Commons Atıf Lisansının (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>) hüküm ve koşulları altında dağıtılan açık erişimli bir makaledir.
Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Psikolojik İyi Oluş, Yaşamda Anlam ve Dindarlık Arasındaki İlişkiler

Öz

İnsan, dünya sahnesinde yerini aldığı ilk günden beri hem kendisini hem de içinde bulunduğu âlemi keşfetmeye ve Ben kimim?, Neden yaratıldım?, Varlığımın kaynağı nedir?, Hayatın bir anlamı var mıdır? gibi soruların cevabını tarihin her döneminde aramıştır. İnsanı diğer canlılardan farklı kılan aklı, onu sürekli bir şeyleri araştırmaya, sorgulamaya ve öğrenmeye itmiştir. İnsanın maddi ve manevi iki boyutunun olması maddi âlemi keşfederken manevi yönünü de keşfetmesine zemin hazırlamıştır. İnsanoğlu çevresinde olup bitenleri gözlemleyerek sorularına cevap aramıştır. Bu çalışmada, yaşamda anlam, dindarlık ve psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada yaşamda anlam, dindarlık ve psikolojik iyi oluş değişkenleri ilk olarak kavramsal çerçevede açıklanmıştır. Daha sonra değişkenlerin birbirleriyle ilişkileri ve örneklem üzerindeki etkileri açıklanarak çalışma değerlendirilmiştir. Araştırmada psikolojik iyi oluş, yaşamda anlam ve dindarlık arasındaki ilişkiler korelasyon ve regresyon kullanılarak incelenmiştir. Bu ilişkilerin araştırılmasında teorik kısımda dökümantasyon yöntemi kullanırken uygulama kısmında tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu araştırma, yaşamdaki anlam kaynaklarından biri olan dinin, bireyin hayatına ne düzeyde anlam kattığının tespit edilmesi ve yaşamda anlamın, psikolojik iyi oluşu etkileyip etkilemediğinin ortaya konması bakımından önemlidir. Araştırmaya katılanlar tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilmiş ve katılımcılara çevrimiçi anket uygulanmıştır. Araştırmanın evreni, yaşları 16 ile 69 arasında değişen bireyleri kapsamaktadır. Çalışmanın örneklemini 325 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan veriler için Google Drive Dokümanlar üzerinden çevrimiçi anket oluşturulmuştur. Anket, Eylül 2021- Mart 2023 tarihleri arasında internet üzerinden gönüllü katılımcılara ulaştırılmıştır. Örneklem grubunun 215'i (%66,2) kadın, 110'u (%33,8) erkektir. Tüm katılımcıların yaş ortalaması 30,9'dur. Örneklem grubu öğrenci, öğretmen, ev hanımı, mühendis, doktor, polis, avukat, memur, hemşire gibi farklı meslek dallarından oluşmaktadır. Ankette Kişisel Bilgi Formu, Dindarlık Ölçeği, Bireysel Dindarlık Ölçeği, Yaşamda Anlam Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Psikolojik iyi oluş ölçeği, Diener ve arkadaşlarının geliştirmiş olduğu ölçektir. Araştırmada Ayten tarafından oluşturulan dindarlık ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada Zagumny, Pierce, Adams ve Fallos'un geliştirdiği ve psikometrik analizleri yapılmış Bireysel Din Envanteri kullanılmıştır. Yaşamda Anlam Ölçeği diğer adıyla Meaning in Life Questionnaire, Steger ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Analiz bulgularına göre yaşamda anlam ile dindarlık, bireysel dindarlık ve dindarlığın dini ibadet ve dini davranış alt boyutları arasında istatistiki açıdan zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Benzer şekilde psikolojik iyi oluş ile dindarlık, bireysel dindarlık ve dindarlığın dini ibadet ve dini davranış alt boyutları arasında da zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluş değişkenleri arasında da orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Regresyon ilişkilerine bakıldığında, hem dindarlığın hem de bireysel dindarlığın psikolojik iyi oluşun ve yaşamda anlamın anlamlı birer yordayıcısı oldukları görülmüştür. Ayrıca yaşamda anlamın da psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Yaşamda Anlam, Psikolojik İyi Oluş, Din, Dindarlık

The Relationships Between Psychological Well Being, Meaning in Life and Religiousness

Abstract

Ever since the dawn of time, human beings have tried to discover themselves and the world in which they live, seeking answers to questions like: "who am I," "why am I," "what's the source of my existence," "does life have a meaning". This study examined the relationships between the variables of meaning in life, religiosity and psychological well-being. The conceptual framework of the study first explained the variables of meaning in life, religiosity and psychological well-being. Then, the relationship between the variables and their effects on the sample were explained. Finally, the study was evaluated. This research is important in terms of determining the extent to which religion, which is one of the sources of meaning in life, adds meaning to an individual's life and whether meaning in life has an effect on psychological well-being. The participants were selected using a convenience sampling method and an online questionnaire was administered to the participants. People aged between 16 and 69 are included in the study population. There were 325 people in the study sample. Of the sample group, 215 (66.2%) were female. 110 (33.8%) were male. The average age of those surveyed was 30.9 years. In terms of educational status, 19.7% (n=64) of the participants were postgraduates, 66.5% (n=216) were university graduates, 13.8% (n=45) were primary and secondary school graduates. Regarding marital status, 180 (55.4%) were single and 145 (44.6%) were married. When analyzing the income status, it was found that 85.5% (n = 278) of the participants had a medium-high income and 14.4% (n = 47) had a low income. 203 (62.5

%) of participants live in a county, 104 (32 %) in a region and 18 (5.5 %) in a city/village. The sample group includes students, teachers, housewives, engineers, doctors, policemen, lawyers, civil servants and nurses. The personal information form, the religiosity scale, the individual religiosity scale, the meaning of life scale and the psychological well-being scale were used in the survey. The Psychological Well-Being Scale was developed by Diener et al. The scale was adapted into the Turkish language by Telef. The study used the religiosity scale developed by Ayten. The Individual Religion Inventory was used in the study. It was developed and psychometrically analyzed by Zagumny, Pierce, Adams and Fallos. The Meaning in Life Scale, also known as the Meaning in Life Questionnaire, was developed by Steger et al. and adapted to the Turkish language by Demirbaş. According to the results of the analysis, statistically weak and positively significant relationships were found between meaning in life and the sub-dimensions of religiosity, individual religiosity, religious worship and religious behavior. Similarly, a weak and positive significant relationship was found between psychological well-being and religiosity, individual religiosity and the religious worship and religious behavior sub-dimensions of religiosity. It was also found that there was a moderate and positive significant relationship between meaning in life and psychological well-being variables. When regression relationships were analyzed, it was seen that religiosity and individual religiosity were significant predictors of both psychological well-being and meaning in life. It was also found that meaning in life was a significant predictor of psychological well-being.

Keywords: Psychology of Religion, Meaning in Life, Psychological Well-Being, Religion, Religiousness

Giriş

İnsanı diğer canlılardan farklı kılan aklı, onu sürekli bir şeyleri araştırmaya, sorgulamaya ve öğrenmeye itmiştir. İnsanın maddi ve manevi iki boyutunun olması maddi âlemi keşfederken manevi yönünü de keşfetmesine zemin hazırlamıştır. İnsanoğlu çevresinde olup bitenleri gözlemleyerek sorularına cevap aramıştır. Bu arayışlar varoluşsal soruları da beraberinde getirmiştir. Ben kimim? Neden yaratıldım? Varlığımın kaynağı nedir? Hayatın bir anlamı var mıdır, var ise nedir? gibi soruların cevabı tarihin her döneminde aranmıştır.

Hayatın anlamını sorgulayan ve anlam arayışına giren insan için hayatı anlamlı kılmada rol oynayan pek çok unsur vardır. Bu unsurların en önemlilerinden birisi de şüphesiz dini inançlardır. Özellikle dini inançların, insana birtakım sorumluluklar yükleyip ona bazı misyon ve amaçlar sunması, insanın varoluşunu ve yaşamını anlamlandırabilmesi açısından büyük önem arz etmektedir.

Bu çalışmanın konusu yaşamda anlam, dindarlık ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkidir. Araştırmada yaşamda anlam, dindarlık, bireysel dindarlık ve psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiler ele alınmıştır. Ayrıca değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin olup olmadığı da konu edinilmiştir. Araştırmada bu konunun seçilmesinde dinin insan hayatının bir parçası olması, hayatı anlamlandırmadaki rolü ile psikolojik iyi oluş üzerindeki olumlu etkisinin bilinmesi ve konu hakkında alanda az sayıda çalışmanın yapılmış olması etkili olmuştur.

Dini inançların ortaya çıkışı insanlık tarihi kadar eskidir. İnsanın yaratılışında bulunan inanma duygusu, hayatı ve olayları anlamlandırmada önemli bir etkidir. Modern çağda teknolojinin ilerlemesi, imkânların artmasıyla haz ve hız odaklı yaşar hale gelen insanın konforu artmış, böylece insan isteklerine ve arzularına daha kolay ulaşır olmuştur. Tüm bunlar gerçekleşirken daha mutlu ve huzurlu olması beklenen insan için durum böyle gelişmemiştir. İnsan, kalabalıklar içinde yalnızlaşmış depresyon, stres, bunalım gibi çeşitli ruhsal sorunlarla karşı karşıya kalmıştır. Bu durum mutluluğun, huzurun ve yaşamı anlamlı hale getiren şeylerin kaynağının sadece maddi unsurlarda olmadığını gösterirken maneviyata ve manevi değerlere yönelik ilginin de artmasını sağlamıştır.

Psikolojik iyi olma ile dindarlık ve maneviyat ilişkisi son dönem din psikolojisi çalışmalarında da üzerinde durulan konulardandır. Yurtdışında alanla ilgili birçok araştırma yapılmış olmasına rağmen ülkemizde araştırmalar yeterli kapsamda değildir. Ayrıca yurtdışında yapılan çalışmaları kültürel ve dini farklılıklardan dolayı ülkemize tam manasıyla genellemek doğru görünmemektedir. Psikolojik iyi olmayı etkileyen faktörlerin tespitine yönelik yapılan çalışmalarda toplumun yapısı ve onu besleyen kültürün

bireyin iyi oluşunu etkilediği, bir toplumu mutlu eden unsurun başka bir toplumu mutsuz edebileceği görülmüştür.¹

Araştırmanın amacı yaşamda anlam ile dindarlık ve psikolojik iyi oluş değişkenlerinin birbirleriyle olan ilişkilerini incelemektir. Literatüre bakıldığında; dindarlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisi, yaşamda anlam ve dindarlık ilişkisi, dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisini ele alan müstakil çalışmalar mevcuttur. Vural (2021) tarafından hayatın anlamı, dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisini konu alan doktora çalışması yapılmıştır. Çalışmada dindarlığın hayatın anlam ve amacına katkı sağlayıp sağlamadığı, dindarlığın olumlu ve olumsuz ruh sağlığının göstergeleriyle ilişkisi olup olmadığı araştırılmıştır.² Ancak literatürde psikolojik iyi oluş, yaşamda anlam ve dindarlık değişkenlerinin üçünü birden ele alan çalışma bulunmamaktadır. Bu bakımdan araştırma, din psikolojisi alanında bu konuyla ilgili yapılacak araştırmalara katkı sunması bakımından önemlidir.

Araştırmada yaşamda anlam, dindarlık ve psikolojik iyi oluş değişkenleri ilk olarak kavramsal çerçevede açıklanacaktır. Daha sonra değişkenlerin birbirleriyle ilişkileri ve örneklem üzerindeki etkileri açıklanarak çalışma değerlendirilecektir.

Bu araştırma, yaşamdaki anlam kaynaklarından biri olan dinin, bireyin hayatına ne düzeyde anlam kattığının tespit edilmesi ve yaşamda anlamın, psikolojik iyi oluşu etkileyip etkilemediğinin ortaya konması bakımından önemlidir. Bu bağlamda çalışmada aşağıdaki hipotezler test edilmiştir.

(H₁): Yaşamda anlam ile dindarlık ve bireysel dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

(H₂): Yaşamda anlam ile dini ibadet ve dini davranış arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

(H₃): Psikolojik iyi oluş ile dindarlık ve bireysel dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

(H₄): Psikolojik iyi oluş ile dini ibadet ve dini davranış arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

(H₅): Yaşamda anlam ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

(H₆): Dindarlık yaşamda anlamı anlamlı düzeyde yordamaktadır.

(H₇): Bireysel dindarlık yaşamda anlamı anlamlı düzeyde yordamaktadır.

(H₈): Dindarlık psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.

(H₉): Bireysel dindarlık psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.

(H₁₀): Yaşamda anlam psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.

1.Kavramsal Çerçeve

Varoluşsal muhtevaya sahip olması bakımından anlam, yaşamı anlamaya yarayan ve yaşamın kendisi üzerinde inşa edildiği bir yapı; insanın hayatına yön veren ve hayatında olup biten olaylara şekilde cevap verebilmesini sağlayan modeldir.³ İnsanın anlam kazanması, gündelik hayattaki yaşantıya olumlu şekilde cevap verebilmesidir. İnsanın hayatında anlam bulabilmesi, varoluşunu hayata yansıtmasıdır denilebilir.⁴

İnsanın varoluşsal sorular sorması ve varlığı anlamlandırmaya çalışması, onun kendi kişiliğini ve dış dünya ile olan ilişkilerini gündeme alması, onlarla ilgilenmesi anlamı taşır.⁵ Kant, insanın bütün bir yaşamı bilebilmesinin “neyi bilebilirim, ne yapmalıyım, ne ummalıyım” sorularının cevabını verebilmesiyle mümkün olduğunu ifade eder. Bilmek ve yapmak bu dünyayla ilgili; ummak öteki dünyayla ilişkili beklenti, beceri işi olup bütünlüğü sağlayan şeydir. İnsanın yaşama bir anlam vermesi, onu anlamasıyla başlar.

¹ Gülüşan Göcen, “Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dini Yönelim İlişkisi: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma”, *Toplum Bilimleri Dergisi* 7/13 (Ocak 2013), 100.

² Muhammed Enes Vural, *Hayatın Anlamı, Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi: Bir Karma Yöntem Araştırması* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2021), 1-2.

³ Adem Akıncı, “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”, *Değerler Eğitimi Dergisi* 3/9 (Ocak 2005), 7.

⁴ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2018), 9.

⁵ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 22.

Yaşamın anlamı olmadan yaşandığını söylemek mümkün değildir. Ayrıca bu anlamı meydana getirmeden ne yaşamın ne de yaşamının bir değeri olduğunu iddia etmek söz konusu olamaz.⁶

Hayatın anlamı nedir sorusunun cevabı, her insanda farklı şekillerde karşılık bulmuştur. Hayatın anlamına dair verilen cevaplar dini inanç, bireysel düşünce ya da hedefle alakalı olabilir. Bireylerin belirlediği her bir amaç hayatına büyük bir anlam sunar ve bundan dolayı kişiler o amacı takip ederek peşlerinden giderler. Böylece kişi, hayatına anlam kazandırmış olur.⁷

İnsan, sadece kendi zamanında değil geçmiş ve gelecek yaşamla ilgili de bir anlam arayışına girebilir. İnsana has olan anlam arayışı insanın kendi varlığını tanımaya yönelik bir teşebbüs, içinde var olduğu yaşamı ve çevresinde olup bitenleri anlama gayretidir. Yaşamın anlamını sorgulamak kimi zaman yaşamın amacını aramak olarak da anlaşılmıştır. Anlamdan, mana veya tutarlılık; amaçtan ise niyet, hedef, işlev ve rol kastedilir. İkisi farklı şeyleri işaret etmesine rağmen kimi zaman birbirlerinin yerine kullanılmıştır.⁸ Psikolojik iyi oluş modelini geliştiren Ryff'a göre amaçlar, anlam, hedef ve yaşam görevlerini yansıtmaları bakımından psikolojik iyi oluşun merkezinde yer alır. Steger'a göre yaşam amacı, kişilerin koydukları hedeflere ulaşmak için çabalaması, gayret etmesi ve varoluşsal nevrozlara karşı bir anlam oluşturmalarıdır.⁹ Adler'de bireysel psikolojiyi açıklarken anlama yer verir. Adler, yaşama verilen anlamın bireyin yaşantısını olumlu ya da olumsuz etkileyeceğinden hayatı anlamlandırmanın ve anlamlandırma eyleminin önemine dikkat çeker.¹⁰

Bahadır'ın aktardığına göre anlam konusunda yaptığı araştırmalarla tanınan Markus Doll, anlam tecrübeleri konusunda yetişkinler üzerinde yaptığı araştırmasında anlamın dört farklı şekilde tecrübe edildiğini gözlemlemiştir. Bunlardan ilki özgüven, bireysel amaçlar, beden sağlığı gibi psikolojik (içsel) yapıdaki tecrübelerdir. Doll bu grubu, orta derecede fakat en fazla anlam kazandıran faktör grup olarak tespit etmiştir. Diğer faktörler de etkiledikleri dereceye göre sırayla; sorumluluk almak, başka insanlara destek olmak, yakın arkadaşlar ve aile ile kurulan ilişkilerde anlam tecrübesi; bireyin kendi kişisel gelişimine yönelik tecrübeler ve son olarak dini-manevi tecrübeler olarak tespit edilmiştir.¹¹ Frankl, anlam duygusunun bireylere amaç sunması, umut aşılması ve onları hayata bağlaması söz konusudur. İnsanın zihinsel durumu (cesareti ve umudu veya her ikisinin yokluğu) ile bağımsızlık sistemi arasında güçlü bir bağ olması dolayısıyla umut ve cesaret kırıcı bir durumun insan için ne kadar ölümcül bir etki doğurabileceğini ifade eder.¹²

Bireyler varoluşsal boşluğa düştüklerinde depresyona girebilmektedirler. Aynı şekilde anlamsızlık duygusu madde kullanımına sebep olabilmekte ve bireyleri intihara sürükleyebilmektedir. Araştırma sonuçları da bu tespiti doğrular niteliktedir. Buna göre Amerika'da öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada, yaşam amacına sahip olmakla uyuşturucu bağımlılığı arasındaki ilişki manidar bulunmuştur. Konuyla benzer bir başka bir çalışmada da yaşamda bir anlam bulma arzusunun öğrencileri uyuşturucuya yönelten nedenlerin başında geldiği tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada da benzer sonuçlar bulgulanmış, uyuşturucu madde kullananların anlamsızlık duygusunu kullanmayanlara göre daha yoğun yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.¹³

İyi oluş çalışmalarını karakterize eden araştırmalar ikiye ayrılır. 1950'lerde bireyselliğin ön plana çıktığı bir çevrede yaşam kalitesini ölçmeye yönelik gerçekleştirilen öznel iyi oluş, ikincisi ise 1980'li

⁶ Akt. Mehmet Güneç, "Benlik, Birey ve Anlam", *Felsefe Arkivi* 42 (Nisan 2019), 4.

⁷ Saffet Kartopu, "Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama ve Anlam Arayışı", *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/3 (Haziran 2013), 73.

⁸ Akıncı, "Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü", 9-10.

⁹ Akt. Nur Demirbaş Çelik, "Üniversite Öğrencilerinin Yaşamda Anlam ve Yaşam Amaçları Arasındaki İlişki", *Mediterranean Journal of Humanities* 6/1 (Haziran 2016), 135.

¹⁰ Alfred Adler, *Yaşamın Anlam ve Amacı* (İstanbul: Say Yayınları, 1998), 15.

¹¹ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 28.

¹² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 86-87.

¹³ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çığılığı*, 24-25.

yıllarda başlayan kişinin potansiyellerini ortaya çıkararak kendini gerçekleştirme ve anlamlı bir yaşamı vurgulayan psikolojik iyi oluştur.¹⁴

İyi oluş kavramı geniş bir anlam içermesi sebebiyle karmaşık bir yapıdadır. İyi oluş üzerine yapılan güncel çalışmalar iki genel perspektiften türetilmiştir. Bunlardan biri iyi oluşu, hazzı elde etme ve acıdan kaçınma olarak ele alan hedonik yaklaşım, diğeri ise iyi oluşu anlama ve kendini gerçekleştirmeyle değerlendiren eudaimonik (ödomanik) yaklaşımıdır.¹⁵ İyi oluş üzerine yaptığı çalışmalarda Ryan ve Deci, iyi olmayı hedonik ve eudaimonik olarak ikiye ayırmalarının yanında iyi oluşu psikolojik ve öznel iyi oluş şeklinde iki boyutta değerlendirmişlerdir. Buna göre öznel iyi oluşun hedonik yaklaşımı, psikolojik iyi oluşun da eudaimonik yaklaşımı yansıttığını ifade etmişlerdir.¹⁶

Hedonik (hazcı) yaklaşım insanın iyi olma halinin hazzı elde ederek ve acıdan kaçınarak mümkün olacağını ve bireyin ancak bu şekilde yaşam doyumuna ve mutluluğa ulaşacağını savunur. Bu yaklaşıma göre bireyin hayatında iyi olması acıdan tamamen kurtulması ve hazzı yönelmesiyle mümkündür. Hazcı bakış açısına göre haz veren her şey iyi ve erdemli olmakla, ıstırap veren her şeyin de kötü olanla eş tutulduğu görülür. Bireyin öznel değeri hayatında ona haz veren şeyleri elde etmek ve acı veren şeylerden kaçınmaktır. Eudaimonik (psikolojik işlevselci) yaklaşıma göre insanın iyi oluşu anlam bulmasına ve kendini gerçekleştirerek potansiyellerini ortaya çıkarmasına bağlıdır. Bu sebeple eudaimonik (psikolojik işlevselci) yaklaşım psikolojik iyi olmayı en iyi yansıtan kuramdır.¹⁷ Araştırmalarda genel olarak iyi olma hali sadece ruhsal hastalıkların olmayışı değil olumlu psikolojik durumları da içermesi yönüyle ele alınmaktadır.¹⁸

İyi olma kavramı Diener ve arkadaşlarının hazırladıkları ölçme araçlarıyla ilk defa ölçeklerde yer almıştır. Ancak daha çok hedonik iyi oluşu yansıttığı düşünüldüğünden model eleştirilmiştir. Daha sonra Ryff, psikolojik iyi olma kuramını geliştirmek için çalışmalara başlamıştır. İlk olarak psikolojik iyi olma modelinin kavramsal çerçevesini oluşturmuş ardından empirik araştırmalarda kullanmak üzere psikolojik iyi oluş ölçeğini geliştirmiştir.¹⁹ Diener daha sonra arkadaşlarıyla yeni bir ölçek geliştirmişlerdir. Bu ölçek Ryff'in geliştirdiği ölçekten daha kısa ve "bağlı ve ilgili" olma ile "iyimserlik" gibi birtakım öğeleri içine alması bakımından Ryff'in ölçeğinden farklıdır. Diener ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçek iyi oluşa dair var olan ölçümleri tamamlamak ve sosyo-psikolojik iyi olmayı ölçmek için geliştirilmiştir.²⁰ Dindarlık ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi araştıran Elvin, dinin insanla inandığı aşkın varlık arasında kalıcı bir bağ kurduğunu, dinin psikolojik iyi oluş oluşturma, bedensel ve ruhsal hastalıkları tedavi etmede olumlu etkisinin olduğunu vurgulamaktadır.²¹

Ayten'e göre bir inanca bağlı olmak ve ibadetleri yerine getirmek olan dindarlığın fiziksel ve ruhsal sağlıkla iki yönlü ilişkisinin kurulması mümkündür. Fiziksel ve ruhsal rahatsızlığı olanların tedavi süresi boyunca dua, ibadet, Kuran okuma, tevekkül, sabır, kader inancı, imtihan gibi dini inanç ve değerlerinden destek alması örnek verilebilir. Ancak burada dindarlığın nasıl bir dindarlık olduğu da önem arz etmektedir. Çünkü dindarlığın türüne ve yoğunluğuna göre sağlık üzerindeki etkisi de değişebilmektedir. Dindarlık şayet dinin yanlış yorumlanması veya yanlış din algısıyla oluşmuşsa sağlık üzerinde olumlu tesiri olmayıp aksine stres, kaygı, anksiyete gibi olumsuz bir neticeyi de beraberinde getirebilir.²²

¹⁴ Corey L. M. Keyes vd., "Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions .", *Journal of Personality and Social Psychology* 82/6 (Haziran 2002), 1017.

¹⁵ Richard M. Ryan - Edward L. Deci, "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being", *Annual Review of Psychology* 52/1 (Şubat 2001), 141.

¹⁶ Edward L. Deci - Richard M. Ryan, "Hedonia, Eudaimonia, and Well-Being: An Introduction", *Journal of Happiness Studies* 9/1 (2008), 1.

¹⁷ Mevrure Doğan, *Dindarlık Sabır ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkiler* (Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014), 148-151.

¹⁸ Ryan - Deci, "On Happiness and Human Potentials", 142.

¹⁹ Doğan, *Dindarlık, Sabır ve Psikolojik İyi Olma*, 144.

²⁰ Bülent Baki Telef, "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)* 28/3 (2013), 375.

²¹ Vahideh Lameei - Mustafa Bilici, "Dinin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Rolü ve Değerlendirilmesi", *İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 9/19 (2021), 65.

²² Ali Ayten, *Din ve Sağlık* (İstanbul: Marmara Akademi Yayınları, 2018), 12-13.

Dindarlıkla ruh sağlığının olumsuz yönlerinden depresyon arasındaki ilişkiyi ortaya koyma amacıyla da birçok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmaların çoğunda dindarlıkla depresyon arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır. Gürsu (2015), Konya’da 1009 ergen üzerinde dindarlık ve ruh sağlığı üzerine yaptığı araştırmasında, ergenlerde dindarlık düzeyi yükseldikçe psikolojik sağlıklarının da olumlu etkilendiğini tespit etmiştir. Katılımcıların dindarlık seviyesinin düşmesinin depresyon artışına neden olduğu, dindarlık seviyelerinin artmasının ise depresyonu düşürdüğü de bulgulanmıştır. Araştırmada dindarlık seviyesinin artmasıyla anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite puanları da düşüşe geçmiştir.²³

Yapıcı’nın dindarlık ve ruh sağlığı ile ilgili yaptığı araştırmasında dindarlığın Allah’ın varlığını hissetme boyutuyla depresyon, kaygı, intihar düşüncesi ve umutsuzluk değişkenleri arasında negatif, özsaygı ile de pozitif yönde manidar bir ilişki tespit edilmiştir.²⁴ Koç’un dindarlık ve benlik kavramı üzerinde yaptığı araştırmada ise benlik saygısı ile iç güdümlü dindarlık arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki saptanmıştır.²⁵

İnsan varoluşunu ve yaşamın anlamını varlık sahnesine çıktığı günden beri sorgulamıştır. İnsanın varoluşsal alanla ilgili sorularına en anlamlı ve kapsamlı cevabı veren şüphesiz din olmuştur. Yani bireylerin yaşamda anlam bulmalarında dinin etkisi çok fazladır. Bundan dolayı dini ilkelerin yaşantıya aktarılması, günlük hayata yansıtılması olarak da ifade edebileceğimiz dindarlık ile yaşamda anlam arasında çok sıkı bir bağ vardır. Nitekim konu ile ilgili alanda yapılmış yerli ve yabancı birçok araştırma da bu sonucu destekler niteliktedir.

Din ve anlam ilişkisine değinen araştırmacılar Jung, dindarlığı anlam arayışının en temel koşullarından biri olarak görmüştür. Tedavi amacıyla kendisine başvuran binin üzerindeki hastanın hiçbirinin, dinin kendisine sunduklarına ilgisiz davranmadıklarını ifade ederek modern insanın hayata anlam vermede dinden bağımsız bir anlam bulamayacağını söylemiştir. William James da incelediği biyografilerin neredeyse tamamında hayata anlam vermede dinin etkili olduğunu ifade etmiştir. Allport da hayatın tümüyle anlam kazanmasında dinin en güçlü ve diğerler faktörlerden daha fazla öneme sahip olduğunu savunmuştur.²⁶

Ülkemizde konu ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında Bahadır’ın yaptığı bir araştırmada, dindarlık seviyesi yüksek olanların büyük çoğunluğunun hayatı daha anlamlı buldukları, özellikle iç güdümlü dindarlığın yüksek düzeyde bir anlamlılığa yol açan motivasyonel bir değere sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.²⁷ Karslı’nın hayatın anlamı ve dindarlık ilişkisini tespit etmek amacıyla yaptığı araştırmasında dini tutum ve hayatın anlamı arasında pozitif yönde manidar bir ilişki bulunmuştur. Aynı şekilde katılımcıların içsel dini motivasyon düzeyleri ile anlamlılık düzeyleri arasında benzer şekilde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Yani bireylerin dini tutum ve içsel dini motivasyon seviyeleri arttıkça yaşamdaki anlamlılık düzeylerinin de artış gösterdiği tespit edilmiştir.²⁸ Konu ile ilgili yapılan başka bir araştırmada da dindarlık ile yaşamda anlam değişkeni arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Dindarlığın alt boyutlarından bilgi-ibadet ve inanç-etki boyutları ile yaşamda anlam arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Aynı şekilde yaşamda anlamın varlığı ile dindarlık arasında da benzer şekilde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.²⁹

Dindarlık bazen anlam kazandırmaktan çok anlamsızlığa da sebep olabilmektedir. Bu tip dindarlığa patolojik dindarlık (hasta) denmektedir. Patolojik dindarlıkta problem, bireyin dini algılayışı ve ona olan yaklaşımındadır. Araştırmaya göre dinin emir ve yasaklarını ceza, endişe, korku gibi olumsuz duygu ve beklentilerle kendilerine mal eden kimselerde anlamsızlığa bağlı ruhsal hastalıklar gelişim göstermiştir.

²³ Orhan Gürsu, “Ergenlik Dönemi Dindarlığı İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 34/34 (Aralık 2015), 64-71.

²⁴ Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psikososyal Uyum ve Dindarlık* (Adana: Karahan Kitapevi, 2007), 1-15.

²⁵ Mustafa Koç, *Yetişkinlik Döneminde Dindarlık İle Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki* (Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2008), 269.

²⁶ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 85.

²⁷ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 176.

²⁸ Karslı, “Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi”, 190.

²⁹ Tarhan, *Yaşamda Anlam, Hayat Memnuniyeti, Dindarlık*, 50.

Bergin daha sonra dindarlık ruh sağlığı ilişkisini ele alan çalışmaları bir araya getirmiş ve çalışmaların %47'sinde dinin ruh sağlığı üzerindeki etkisinin olumlu, %23'ünde olumsuz olduğu sonucuna varmıştır.³⁰

Birçok farklı ülkede, farklı din ve ırka sahip insanlar üzerinde gerçekleştirilen araştırma sonuçlarının ortak neticesine göre samimi dindarlık ile anlamlılık, hayattan memnuniyet, mutluluk ve uyumluluk arasında olumlu anlamda güçlü bir bağın olduğu ve samimi dindarlığın zorluklarla baş etmede güçlü bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.³¹

2.Yöntem

Araştırmada psikolojik iyi oluş, yaşamda anlam ve dindarlık arasındaki ilişkiler korelasyon ve regresyon kullanılarak incelenmiştir. Bu ilişkilerin araştırılmasında teorik kısımda dökümantasyon yöntemi kullanırken uygulama kısmında tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu çalışmanın örneklem belirlenmesinde rastlantısal örnekleme yöntemi yapılmıştır. Birden fazla değişken arasındaki ilişkiler incelendiği için ilişkisel tarama yöntemine başvurulmuştur. Psikolojik iyi oluş yaşamda anlam ve dindarlık arasındaki ilişkide neden-sonuç ilişkisinden uzak korelasyon ilişkileri tespit edilmiştir. Neden-sonuç ilişkisine dair analizlerde regresyona başvurulmuştur. Normal dağılım için örneklemin Örneklem Kolmogorov-Smirnov test sonuçlarına bakıldığında K. Smirnov z: 742; p: 658 olduğu bulgulanmıştır. Buradan hareketle normal dağılımın olduğu görülmüştür. Skewness değerinin -.657 ile .112 arasında Kurtosis değerinin ise .815 ile -.517 arasında olduğu tespit edilmiştir. Buna göre çarpıklık basıklık değerleri ve normallik dağılımına göre parametrik testlerin uygulanabilir olduğunu ifade edebiliriz.

2.1.Evren ve Örneklem

Araştırmaya katılanlar tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilmiş ve katılımcılara çevrimiçi anket uygulanmıştır. Araştırmanın evreni, yaşları 16 ile 69 arasında değişen bireyleri kapsamaktadır. Çalışmanın örneklemini 325 kişiden oluşmaktadır. Örneklem grubunun 215'i (%66,2) kadın, 110'u (%33,8) erkektir. Tüm katılımcıların yaş ortalaması 30,9'dur. Eğitim durumuna bakıldığında katılımcıların %19,7'si (n=64) lisansüstü, %66,5'i (n=216) üniversite, %13,8'i (n=45) ilk ve ortaöğretim mezunudur. Medeni durum olarak katılımcıların 180'i (%55,4) bekâr, 145'i (%44,6) ise evlidir. Gelir durumu incelendiğinde katılımcıların %85,5'inin (n=278) orta-yüksek, %14,4'ünün (n=47) düşük gelir durumuna sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların 203'ü (%62,5) ilde, 104'ü (%32) ilçede, 18'i (%5,5) kasaba/köyde yaşamaktadır. Örneklem grubu öğrenci, öğretmen, ev hanımı, mühendis, doktor, polis, avukat, memur, hemşire gibi farklı meslek dallarından oluşmaktadır. Araştırmaya birçok farklı ilden katılımcı dâhil olmuştur.

2.2.Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veriler için Google Drive Dokümanlar üzerinden çevrimiçi anket oluşturulmuştur. Anket, Eylül 2021- Mart 2023 tarihleri arasında internet üzerinden gönüllü katılımcılara ulaştırılmıştır.

2.2.1.Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Araştırmada kullanılan ölçek, Diener ve arkadaşlarının geliştirmiş olduğu ölçektir. Ölçekte psikolojik iyi oluş düzeyini ölçmek amaçlanmıştır.³² Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Telef (2013) tarafından yapılmıştır. Geçerlilik çalışmalarında ölçeğin tek faktörden meydana geldiği belirlenmiş ve toplam varyansı açıklayıcılık oranının %53 olduğu tespit edilmiştir. Ölçek maddelerin faktör yükleri .61 ile .77 arasında iken, Cronbach

³⁰ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 89.

³¹ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 176.

³² Ed Diener vd., "New Well-Being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings", *Social Indicators Research* 97/2 (Haziran 2010), 143-156.

alfa değeri .87'dir.³³ Bu çalışma kapsamında yapılan analizde ise ölçeğin Cronbach alfa değeri .82, KMO değeri .900 (Bartlett's Test of Sphericity değeri $\chi^2=1080,515$, $df=28$, $p=.000$) olarak bulunmuştur.

2.2.2.Dindarlık Ölçeği

Araştırmada Ayten tarafından oluşturulan dindarlık ölçeği kullanılmıştır. Ayten, başlangıçta katılımcıların inanç, dinin etkisini hissetme ve dini pratikleri uygulama düzeylerinin tespitine yarayan 12 soru oluşturmıştır. Yapılan iç tutarlılık analizi sonucunda genel dindarlık $\alpha=0.76$, etki boyutu $\alpha=.75$, inanç ve ibadet boyutu $\alpha=.60$ verileri elde edilmiş ve ölçeğin kullanılabilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.³⁴ Bu çalışma kapsamında yapılan iç tutarlılık analizinde ise genel dindarlık $\alpha=.86$, etki boyutu $\alpha=.87$, inanç ve ibadet boyutu $\alpha=.65$ olarak bulunmuştur. KMO değeri ise .900 (Bartlett's Test of Sphericity değeri $\chi^2=1269,706$, $df=36$, $p=.000$) olarak tespit edilmiştir.

2.2.3.Bireysel Dindarlık Ölçeği

Çalışmada Zagumny, Pierce, Adams ve Fallos'un geliştirdiği ve psikometrik analizleri yapılmış Bireysel Din Envanteri kullanılmıştır.³⁵ Tek boyutlu olan ölçek, toplam 6 maddedir. Ölçeğin varyansı açıklayıcılık oranı %57 olarak tespit edilmiştir. Cronbach Alfa değeri $\alpha=.851$ olarak bulunmuştur. Ölçeğin istatistiksel değerler sonucunda uygulanabilir olduğu anlaşılmıştır.³⁶ Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa değeri $\alpha=.90$, KMO değeri .851 (Bartlett's Test of Sphericity değeri $\chi^2=1249,484$, $df=15$, $p=.000$) olarak bulunmuştur.

2.2.4.Yaşamda Anlam Ölçeği

Yaşamda Anlam Ölçeği diğer adıyla Meaning in Life Questionnaire, Steger ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş³⁷ ve Demirbaş tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Anlam Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı .86'dır. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarına bakıldığında; yaşamda anlamın varlığı .87, yaşamda anlamın aranması .88 olarak saptanmıştır.³⁸ Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .70 olarak bulunmuş, alt ölçeklerden yaşamda anlamın varlığı iç tutarlılık katsayısı .85, yaşamda anlamın aranması iç tutarlılık katsayısı .88 olarak tespit edilmiştir. KMO değeri .859 (Bartlett's Test of Sphericity değeri $\chi^2=1570,417$, $df=45$, $p=.000$) olarak saptanmıştır.

3. Bulgu ve Yorumlar

Araştırmanın bu bölümünde analiz sonuçlarından elde edilen verilere, literatürdeki benzer ve farklı sonuçlarla birlikte bu verilerin yorumlanmasına yer verilmiştir.

Tablo 1. Yaşamda Anlam, Dindarlık ve Bireysel Dindarlık İlişkisi

		<i>Yaşamda Anlam</i>
Genel Dindarlık	r	,189**
	p	,001
	N	325
Bireysel Dindarlık	r	,224**

³³ Telef, "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği", 376.

³⁴ Ali Ayten, "Kimlik ve Din: İngiltere'deki Türk Gençleri Üzerine Bir Araştırma", *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 12/2 (Haziran 2012), 110.

³⁵ M.J. Zagumny vd., "Psychometric Analysis of the Religious Identity Index", *Presentation at the 24th Annual Convention of the Association for Psychological Science*, (2012), 107.

³⁶ Ali Ayten, "Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 13/3 (Şubat 2013), 13.

³⁷ Michael F. Steger vd., "The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life.", *Journal of Counseling Psychology* 53/1 (Ocak 2006), 80-93.

³⁸ Nur Demirbaş, *Yaşamda Anlam ve Yılmazlık* (Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2010), 48-53.

	p	,000
	N	325
Dini İbadet	r	,175**
	p	,002
	N	325
Dini Davranış	r	,176**
	p	,001
	N	325

**Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 1'e göre yaşamda anlam ile genel dindarlık arasında zayıf düzeyde pozitif yönde manidar bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,189$; $p=,001$). Bireysel dindarlık ile yaşamda anlam arasında da zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=,224$; $p=,000$). Yaşamda anlam ile dindarlığın dini davranış boyutu ($r=,176$; $p=,001$) ve dini ibadet boyutu ($r=,175$; $p=,002$) arasında da benzer şekilde zayıf düzeyde ve pozitif yönde istatistiki açıdan manidar bir ilişki saptanmıştır. Elde edilen verilerden hareketle *"Yaşamda anlam ile dindarlık ve bireysel dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır."* hipotezi ile *"Yaşamda anlam ile dini ibadet ve dini davranış arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır."* hipotezi doğrulanmıştır.

Analizimizde yaşamda anlam ile genel dindarlık, dindarlığın dini ibadet ve dini davranış boyutları ve bireysel dindarlık arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde olmak üzere istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Buna göre genel dindarlık, dini ibadet, dini davranış ve bireysel dindarlık ortalamaları arttıkça yaşamda anlam ortalamaları da artış göstermektedir. Özetle, katılımcıların dindarlık seviyeleri arttıkça yaşamda anlam düzeyleri de artmaktadır.

Aksoy'un yetişkinler üzerinde yapmış olduğu araştırmada, katılımcıların hayatın anlam ve amacından aldıkları puanlarla dini yönelim toplam puanları arasında istatistiki yönden pozitif yönde istatistiki olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=,309$; $p=,000$). Katılımcıların dini yönelimleri arttıkça hayatın anlam ve amacı puanları da artış göstermiştir. Ayrıca katılımcıların dini davranış ortalamaları ile hayatın anlam ve amacı ortalamaları arasında benzer şekilde pozitif yönlü manidar bir ilişki saptanmıştır ($r=,243$; $p=,000$). Yani katılımcıların dini davranışları arttıkça hayatın anlam ve amacı düzeyleri de artmıştır.³⁹

Bahadır'ın yapmış olduğu araştırmada dindarlık düzeyine sahip katılımcıların büyük çoğunluğunun yüksek anlamlılık düzeyine sahip oldukları gözlenmiştir.⁴⁰ Kızılırmak'ın genç yetişkinler üzerinde yapmış olduğu araştırmada da kişilerin maneviyat düzeyleri azaldıkça anlam arayışlarının arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca anlamın varlığı ile maneviyat boyutları arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır.⁴¹

Kıraç'ın çalışmasında anlam duygusu düzeyleri açısından içsel dindarlık eğilimlerine sahip öğrencilerin, dışsal dindarlığa sahip öğrencilerden daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Buna göre samimi bir dindarlığın yaşamda anlam düzeyini yükselten bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁴² Tarhan'ın araştırmasında da yaşamda anlam ile dindarlık ve dindarlığın inanç-etki ve bilgi-ibadet alt boyutları arasında pozitif yönde manidar bir ilişki tespit edilmiştir. Yaşamda anlamın alt boyutlarından yaşamda anlamın varlığı ile dindarlık arasında benzer şekilde pozitif bir ilişki saptanmış ancak yaşamda

³⁹ Aksoy, *Yetişkinlik Döneminde Hayatı Anlamlandırma ve Dindarlık İlişkisi (Gaziantep Örneğinde)*, 46-47.

⁴⁰ Bahadır, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*, 174.

⁴¹ Özlem Kızılırmak, *Genç Yetişkinlerde Yaşamda Anlamın, Maneviyat ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi* (Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015), 71.

⁴² Ferdi Kıraç, "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu", *Mukaddime* 7 (Temmuz 2013), 173.

anlam arayışı boyutu ile dindarlık arasında istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Sonuçlar, kişinin yaşamında anlamın varlığı arttıkça dindarlıkları da artmaktadır.⁴³

Çamur'un yapmış olduğu araştırmada, mevcut yaşam anlamı ile inancın birey açısından önemi, dindarlığın ibadet, bilgi, duygu ve etki boyutları ile arasındaki ilişkinin pozitif yönde ve yüksek düzeyde manidar olduğu; dindarlığın inanç boyutu ile arasındaki ilişkinin ise pozitif yönde ve orta düzeyde manidar olduğu tespit edilmiştir. Buna göre bireylerin mevcut yaşam anlamı düzeyleri arttıkça inancın birey açısından önemi, dindarlığın ibadet, bilgi, duygu ve etki düzeyleri de artış göstermektedir.⁴⁴

Topuz'un araştırmasında ise dini şuur ölçeğinin alt boyutları olan dini bilinç, dini değer ve dini davranış ile mevcut yaşam anlamı arasında istatistiki açıdan pozitif yönde anlamlı ilişki bulgulanmıştır. Analiz sonucunda örneklemin dinî bilinç, dinî değerler ve dinî davranış düzeyleri arttıkça mevcut anlam düzeyleri de artış göstermiştir.⁴⁵ Aydın'ın bir grup üniversite öğrencisi üzerinde yaşamda anlam ve dini tutum konusunda yapmış olduğu araştırmada, dini tutum ile hayatın anlamı arasında istatistiki açıdan pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=,336$; $p<,01$). Analiz sonuçlarına göre örneklemin dini tutum düzeyleri yükseldikçe hayattaki anlam düzeylerinin de yükseldiği belirlenmiştir.⁴⁶

Karşlı'nın araştırmasında da hayatın anlamı ile dini tutum ve içsel dini motivasyon arasında istatistiksel olarak manidar bir ilişki bulunmuştur. Dini tutumdan yüksek puan alanların %93'ünün mevcut anlam düzeylerinin yüksek, %7'sinin ise düşük olduğu görülmüştür. Dini tutumdan düşük puan alanların %83,9'unun mevcut anlam düzeyleri düşük, %16,1'inin mevcut anlam düzeyleri yüksek çıkmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların içsel dini motivasyon ve dini tutum düzeylerinin artmasıyla hayatın anlamı düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir.⁴⁷

Tablo 2. Psikolojik İyi Oluş, Dindarlık ve Bireysel Dindarlık İlişkisi

		<i>Psikolojik İyi Oluş</i>
Genel Dindarlık	r	,227**
	p	,000
	N	325
Bireysel Dindarlık	r	,286**
	p	,000
	N	325
Dini İbadet	r	,178**
	p	,001
	N	325
Dini Davranış	r	,224**
	p	,000
	N	325

**Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 2'ye bakıldığında genel dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=,227$; $p=,000$). Bireysel dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasında da zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=,286$; $p=,000$). Psikolojik iyi oluş ile dindarlığın dini ibadet ($r=,178$; $p=,001$) ve dini davranış boyutu ($r=,224$; $p=,000$) arasında da benzer şekilde zayıf

⁴³ Tarhan, *Yaşamda Anlam, Hayat Memnuniyeti, Dindarlık*, 51.

⁴⁴ Çamur, *Yaşamda Anlam ve Dindarlık İlişkisi (Geç Ergenlik Dönemi)*, 42-43.

⁴⁵ İlhan Topuz, "Yaşamın Anlamı ve Din: Gençler Üzerinde Bir Araştırma", *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi* 1/4 (Haziran 2016), 550.

⁴⁶ Cüneyd Aydın, "Üniversite Öğrencilerinin Dini Tutum İle Hayattaki Anlam Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 6/4 (Eylül 2017), 98.

⁴⁷ Karşlı, "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi", 191.

düzeyde ve pozitif yönde manidar bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Analiz sonuçlarından hareketle “*Psikolojik iyi oluş ile dindarlık ve bireysel dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.*” hipotezi ile “*Psikolojik iyi oluş ile dini ibadet ve dini davranış arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.*” hipotezi doğrulanmıştır.

Elde edilen bulgulara psikolojik iyi oluş ile genel dindarlık, dindarlığın dini ibadet ve dini davranış boyutları ve bireysel dindarlık arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde manidar bir ilişki saptanmıştır. Buna göre genel dindarlık, dini ibadet, dini davranış ve bireysel dindarlık ortalamaları arttıkça psikolojik iyi oluş ortalamaları da artmaktadır. Yani katılımcıların dindarlık seviyeleri arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyleri de yükselmektedir. Tüm sonuçlar “*Psikolojik iyi oluş ile dindarlık ve bireysel dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.*” hipotezi ile “*Psikolojik iyi oluş ile dini ibadet ve dini davranış arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.*” hipotezini desteklemiştir.

Literatüre bakıldığında araştırma sonucumuzla benzer veya farklı sonuçlar elde eden çalışmalar mevcuttur. Kaya ve Küçük’ün üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmada, öğrencilerin namaz, dua, oruç ibadetlerine devam etme durumları ile psikolojik iyi oluşları arasında pozitif yönde manidar bir ilişki olduğu gözlenmiştir.⁴⁸ Doğan’ın yetişkinler üzerinde yaptığı çalışmada da psikolojik iyi oluş ile dindarlığın dini bilgi, inanç ve davranış boyutları arasında manidar bir ilişki olduğu bulgulanmıştır.⁴⁹

Göcen’in 611 yetişkin üzerinde yapmış olduğu çalışmada ise dini yönelim ile psikolojik iyi olma arasında istatistiki olarak çok güçlü olmayan ancak pozitif yönde manidar bir ilişki tespit edilmiştir.⁵⁰ Bozgeyikli ve Çalışkan’ın 472 lise öğrencisi üzerinde yapmış oldukları çalışmada psikolojik iyi oluşla içsel dini yönelim, katı kuralcı dini yönelim ve dışsal dini yönelim arasında pozitif yönde düşük bir ilişki olduğu bulgulanmıştır.⁵¹ Hayta’nın üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada namaz, oruç, dua ve tevbe ile psikososyal uyum boyutlarından kendini ifade etme, öz kabul, kaygı, etkinlik, sorumluluk ve sosyallik arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre düzenli olarak namaz kılan, dini pratikleri yerine getiren öğrencilerin psikososyal uyumları ile ruh sağlıkları olumlu anlamda etkilenmektedir.⁵²

Ekşioğlu’nun araştırmasında psikolojik iyi olma ile inanç stilleri yüksek düzeyde bir ilişki tespit edilmemiştir. Ancak psikolojik iyi oluş ile literal kesin inanç ve gerilimli inanç/dünya görüşü arasında negatif yönde bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.⁵³ Uçar’ın 139 evli birey üzerinde yapmış olduğu çalışmada ise farklı olarak katılımcıların dindarlık düzeyleri ile psikoloji iyi oluşları arasında düşük düzeyde istatistiki açıdan anlamlı olmayan ilişkiler bulgulanmıştır.⁵⁴

Tablo 1. Yaşamda Anlam ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi

		<i>Psikolojik İyi Oluş</i>
	r	,314**
Yaşamda Anlam	p	,000
	N	325

**Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 3’e göre yaşamda anlam ile psikolojik iyi oluş arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($r=,314$; $p=,000$). Yaşamda anlam ortalamaları yükseldikçe psikolojik iyi

⁴⁸ Kaya - Küçük, “İbadetler İle Hayatın Anlamı ve Psikolojik İyi Olma”, 41.

⁴⁹ Doğan, *Dindarlık, Sabır ve Psikolojik İyi Olma*, 276.

⁵⁰ Göcen, “Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dini Yönelim İlişkisi”, 118.

⁵¹ Hasan Bozgeyikli - Mustafa Çalışkan, “Ortaöğretim Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak İyimserlik-Kötümserlik Düzeyi ve Dini Yönelimler”, *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 16/28 (Ağustos 2020), 916.

⁵² Hayta, “Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme”, 496.

⁵³ Hasan Ekşioğlu, *İnanç veya Dünya Görüşüne Sahip Olma Tarzıyla Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki* (Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011), 62.

⁵⁴ Emine Uçar, *Psikolojik İyi Oluş Yordayıcısı Olarak Dindarlık, Evlilik Doyumu ve Problem Çözme* (İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018), 50.

oluş ortalamaları da artmaktadır. Elde edilen veriler, katılımcıların yaşamda anlam düzeylerinin arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığını göstermiştir. Analiz sonucuna göre “Yaşamda anlam ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.” hipotezimiz doğrulanmıştır.

Kaya ve Küçük’ün araştırmasında katılımcıların hayatın anlamından aldıkları puanları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönde manidar bir ilişki bulunmuştur ($r=,76$, $p<,01$). Buna göre katılımcıların mevcut anlam düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da yükseldiği bulgulanmıştır.⁵⁵ Demir’in mutluluk, özgünlük ve yaşamın anlamı üzerinde yapmış olduğu araştırmada, katılımcıların mevcut anlam puan ortalamaları ile mutluluk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=,52$, $p<,01$). Bulunmaya çalışılan anlam ile mutluluk arasında ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.⁵⁶ Göçen’in 241 öğretmen üzerinde yapmış olduğu araştırmaya göre de örneklemin psikolojik iyi oluştan aldıkları puan ile cinsiyet, psikolojik sermaye ve yaşam anlamı arasında farklılaşan oranlarda istatistiki açıdan manidar bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.⁵⁷

Başka bir araştırmada cenaze ve defin işlerinde çalışan 150 personelin yaşam doyumu, hayatın anlamı, psikolojik iyi oluş ve dini tutum algılarının depresyon ve psikolojik belirti düzeyleri ile ilişkisi üzerinde araştırma yapılmıştır. Araştırmada örneklemin hayatın anlamı, yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluştan aldıkları puan ile SCL-90 psikolojik belirti puanları arasında istatistiki açıdan düşük düzeyde ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Sonuçlara göre katılımcıların mevcut anlam ve psikolojik iyi oluş düzeyleri yükseldikçe depresyon puanlarının azaldığı görülmüştür.⁵⁸

Girgin’in 597 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu araştırmada, katılımcıların psikolojik olma düzeyleri ile yaşam anlamı düzeyleri ve mevcut anlam düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönde istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Aranan anlam puanları ile psikolojik iyi oluş puanları arasında düşük oranda ancak pozitif yönde istatistiki açıdan anlamlı ilişkiler saptanmıştır.⁵⁹

Aslan’ın 100 üniversite öğrencisi üzerinde yazılı veya yazılı olmayan yaşam amaçları ile psikolojik iyi oluş ilişkisine dair yapmış olduğu araştırmada ise psikolojik iyi oluş ile anlamlı yaşam değişkenleri arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak manidar bir ilişki tespit edilmiştir.⁶⁰

Tablo 4. Dindarlığın Yaşamda Anlamı Yordamasıyla İlgili Regresyon Analizi

Model	B	Std.Hata	B	t	P	R	R ²	F	p
Regresyon	3,518	,331	,189	10,62	,000	,189 ^a	,036	11,944	,001 ^b

Tablo 4’te dindarlığın yaşamda anlamı yordama düzeyi incelendiğinde dindarlığın yaşamda anlamı yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir ($R^2=,036$, $F=11,944$, $\beta=,189$, $p<,01$). Buna göre dindarlık, yaşamda anlamın anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısı incelendiğinde dindarlık ile yaşamda anlam arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($\beta=,189$, $p<,01$). Beta katsayısına göre dindarlığın yaşamda anlam düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu görülür. Yapılan analize göre bireylerin dindarlık seviyeleri yükseldikçe yaşamda anlam düzeyleri de artmaktadır. Ayrıca dindarlığın, yaşamda anlama ilişkin toplam varyansın %3,6’sını açıkladığı belirlenmiştir. Elde edilen veriler “dindarlık yaşamda anlamı anlamlı düzeyde yordamaktadır.” hipotezini desteklemiştir.

⁵⁵ Kaya - Küçük, “İbadetler İle Hayatın Anlamı ve Psikolojik İyi Olma”, 28.

⁵⁶ Yalçın Demir, *Mutluluk, Özgünlük ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modeli ile İncelenmesi* (Tokat: Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017), 47-48.

⁵⁷ Ahmet Göçen, “Öğretmenlerin Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye ve Cinsiyetinin Psikolojik İyi Oluşlarına Etkisi”, *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi* 8/1 (Mart 2019), 135.

⁵⁸ Ahmet Furkan Demir, *Cenaze ve Defin Hizmetlerinde Çalışan Bireylerin Yaşam Doyumu, Hayatın Anlamı, Psikolojik İyi Oluş, Dini Tutum Algısının Depresyon ve Psikolojik Belirti Düzeyi ile İlişkisi* (İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019), 48.

⁵⁹ Yılmaz Girgin, *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Anlamı ve Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018), 45.

⁶⁰ Barış Aslan, *Üniversite Öğrencileri Arasında Yazılı veya Yazılı Olmayan Yaşam Amaçları ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki* (İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 39.

Topuz'un üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmada dini şuurun mevcut yaşam anlamını yordayan (%30,5) en güçlü bağımsız değişken olduğu tespit edilmiştir.⁶¹ Karşlı'nın hayatın anlamı ve dindarlık konusu üzerinde yapmış olduğu araştırmada ise dini tutum bağımlı değişkeni ile hayatın anlamı bağımsız değişkeni arasında regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlara göre, dini tutumun hayatın anlamını etkileme oranının %60,4 olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($\beta=,777$, $p<,05$). Elde edilen bulgulardan hareketle katılımcıların dini tutum seviyeleri arttıkça hayatta anlam bulma düzeylerinin de artacağı ifade edilmiştir.⁶²

Hayatın anlamı, dindarlık ve ruh sağlığı konusunda yapılan bir araştırmaya göre ise dindarlık değişkeninin hayatın anlamı değişkeni üzerindeki etkisi pozitif yönde ve istatistiki açıdan manidar bulunmuştur. Dindarlığın hayatın anlamı değişkeni üzerindeki etkisine bakıldığında, bu oranın %17 düzeyinde olduğu görülmüştür. Bulgulardan hareketle dindarlığın bireyin hayatını anlamlı hale getiren önemli bir kaynak olduğu ifade edilmiştir.⁶³

Şirin ve Dursun'un evli ve bekâr bireyler üzerinde yapmış oldukları araştırmada, katılımcıların maneviyat düzeylerinin yaşam anlamı düzeylerini manidar bir şekilde etkilediği tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre maneviyat ölçeğinin puanlarındaki artışın, yaşamın anlamı ölçeğinin puanlarını açıklama oranının %17 olduğu saptanmıştır. Buna göre maneviyatın, yaşam anlamının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.⁶⁴

Dindarlık değişkeninin çocukluk çağı travmaları ile hayatın anlamı arasındaki ilişkide aracı değişken olarak ele alındığı araştırmaya göre, aracı değişkenlerden içedönük dindarlık yönelimi ve fundamentalist dindarlık yönelimi bağımlı değişkenlerinin hayatın anlamını pozitif yönde anlamlı olarak yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca yapılan analizlerde arayış dindarlık yöneliminin hayatın anlamını negatif yönde anlamlı olarak yordadığı, dışadönük dindarlık yöneliminin ise hayatın anlamını istatistiki açıdan anlamlı bir şekilde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.⁶⁵

Tablo 5. Bireysel Dindarlığın Yaşamda Anlamı Yordamasıyla İlgili Regresyon Analizi

Model	B	Std.Hata	β	T	P	R	R ²	F	p
Regresyon	3,174	,360	,224	8,817	,000	,224 ^a	,050	17,127	,000 ^b

Tablo 5'e göre bireysel dindarlığın yaşamda anlamı yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür ($R^2=,050$, $F=17,127$, $\beta=,224$, $p<,01$). Buna göre bireysel dindarlık, yaşamda anlamın anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısına bakıldığında ise bireysel dindarlık ve yaşamda anlam arasında pozitif yönde manidar bir ilişki saptanmıştır ($\beta=,224$, $p<,01$). Beta katsayısına göre bireysel dindarlığın yaşamda anlam düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analize göre, bireylerin bireysel dindarlık seviyeleri yükseldikçe yaşamda anlam düzeyleri de artmaktadır. Ayrıca dindarlığın, yaşamda anlama ilişkin toplam varyansın, %5'ini açıkladığı saptanmıştır. Ulaşılan sonuçlar "*bireysel dindarlık yaşamda anlamı anlamlı düzeyde yordamaktadır.*" hipotezini desteklemiştir.

Kızılırmak'ın araştırmasında yapmış olduğu çoklu regresyon analizine göre kişiler ötesi özdeşim, manevi kabullenme ve kendini aşma değişkenleri yaşamda anlam varlığı değişkeninin anlamlı yordayıcıları olduğu gözlenmiştir. Ayrıca bu üç değişkenin tamamı yaşamda anlam varlığının %10'unu açıklamaktadır.⁶⁶

Aydın ve Kaya'nın yapmış oldukları araştırmada ise öğrencilerin maneviyat ölçeğinden aldıkları puanlar ile hayatın anlamı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Elde edilen sonuçlarda maneviyatın hayatın anlamı anlamlı düzeyde yordayan bir

⁶¹ Topuz, "Yaşamın Anlamı ve Din:Gençler Üzerinde Bir Araştırma", 549.

⁶² Karşlı, "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi", 192.

⁶³ Vural, *Hayatın Anlamı, Dindarlık ve Ruh Sağlığı*, 171-172.

⁶⁴ Turgay Şirin - Neslihan Dursun, "Evli ve Bekâr Bireylerde Yaşamın Anlamı ve Maneviyat Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *EKEV Akademi Dergisi* 85 (Mart 2021), 479.

⁶⁵ Ferdi Kırac, "Çocukluk Çağı Travmaları ile Hayatın Anlamı Arasındaki İlişkide Dindarlık Yöneliminin Aracı Rolü", *Gaziantep University Journal of Social Sciences* 22/2 (Nisan 2023), 422.

⁶⁶ Kızılırmak, *Genç Yetişkinlerde Yaşamda Anlamın, Maneviyat ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*, 70.

değişken olduğu tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin maneviyatları, hayatın anlamına ilişkin toplam varyansın %13,3'ünü açıklamıştır.⁶⁷

Analiz sonuçlarımızla literatürde yer alan sonuçlar benzerlik göstermektedir. Buna göre bireysel dindarlık, yaşamda anlamın önemli bir yordayıcısıdır. Bireylerin dindarlık seviyeleri arttıkça, hayatı anlamlandırma düzeylerinin de arttığı gözlenmiştir. Sonuçlardan hareketle din, bireylere daha kalıcı ve tatmin edici anlamlar sunması bakımından önemli bir anlam kaynağıdır denilebilir.

Tablo 6. Dindarlığın Psikolojik İyi Oluşu Yordamasıyla İlgili Regresyon Analizi

Model	B	Std.Hata	β	T	P	R	R ²	F	P
Regresyon	4,525	,270	,227	16,787	,000	,227 ^a	,052	17,629	,000 ^b

Tablo 6'ya göre dindarlığın psikolojik iyi oluşu yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir ($R^2=.052$, $F=17,629$, $\beta=.227$, $p<.01$). Buna göre dindarlık, psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısına bakıldığında dindarlık ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($\beta=.227$, $p<.01$). Beta katsayısına göre dindarlığın psikolojik iyi oluşu artıran bir etkisi vardır. Yapılan analize göre bireylerin dindarlık seviyeleri yükseldikçe psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Veriler, dindarlığın psikolojik iyi oluşa ilişkin toplam varyansın %5,2'sini açıkladığını göstermektedir. Tüm sonuçlardan hareketle "*dindarlık psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.*" hipotezi doğrulanmıştır.

Doğan'ın araştırmasında dindarlık, içsel dinî motivasyon ve sabır değişkenlerinin tamamının psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadıkları ve yordama düzeylerinin %14 olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişkinin orta düzeyde ve anlamlı olduğu da saptanmıştır.⁶⁸

Psikolojik iyi oluş ve dindarlık konusunda 382 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen çalışmada ise dindarlığın psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi %23 olarak tespit edilmiştir. Çıkan sonuçlara göre dini yaşayışın psikolojik iyi oluşu artırıcı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁶⁹

Vural'ın araştırmasından elde edilen bulgularda ise dindarlığın ruh sağlığı değişkenlerinden sırasıyla hayat memnuniyeti, iyimserlik ve mutluluk üzerindeki etkisinin pozitif yönde anlamlı olduğu saptanmıştır. Ayrıca dindarlığın yine ruh sağlığı değişkenlerinden depresyon, anksiyete ve stres üzerindeki etkisinin ise negatif yönde olduğu tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarından hareketle dindarlığın hayat memnuniyeti, iyimserlik ve mutluluk üzerinde olumlu etkilerde bulunduğu; depresyon, anksiyete ve stresi ise belirli ölçülerde azalttığı ifade edilmiştir.⁷⁰ Yetişkinler üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada ise dindarlık ile öz saygı arasında negatif yönde manidar bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca dindarlık ile ruh sağlığının diğer değişkenleri olan kaygı ve umutsuzluk arasında ise manidar bir ilişki tespit edilmemiştir.⁷¹

Seyhan'ın üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada, olumlu Tanrı tasavvurunun psikolojik iyi oluşu pozitif yönde yordadığı bulgulanmıştır. Bu oran kız öğrencilerde %6, erkek öğrencilerde ise %5 olarak bulunmuştur. Yapılan F Testi sonuçlarında kız ve erkek öğrencilerin olumsuz Tanrı tasavvurlarının psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisinin negatif yönde anlamlı olduğu; olumlu Tanrı tasavvurlarının ise psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisinin ise pozitif yönde anlamlı olduğu tespit edilmiştir.⁷²

Cirhinlioğlu'nun üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada ise içsel dini yönelim değişkeninin sosyal ilişkiler dışında genel olarak bireylerin psikolojik iyi hallerini yordamadığı

⁶⁷ Cüneyd Aydın - Mevlüt Kaya, "Maneviyat ve Öznel İyi Oluş Değişkenlerinin Hayatın Anlamını Yordaması", *Amasya İlahiyat Dergisi* 17 (Aralık 2021), 57.

⁶⁸ Doğan, *Dindarlık, Sabır ve Psikolojik İyi Olma*, 293.

⁶⁹ İlyas Pür, "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Kilis 7 Aralık Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/1 (Haziran 2022), 345.

⁷⁰ Vural, *Hayatın Anlamı, Dindarlık ve Ruh Sağlığı*, 176.

⁷¹ Yoğurtçu, *Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı*, 71.

⁷² Beyazıt Yaşar Seyhan, "Üniversite Öğrencilerinde Tanrı Tasavvuru ve Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişkiler", *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 18/1 (Haziran 2014), 84-85.

görülmüştür. Ayrıca çalışmada dışsal dini yönelimin kaygı, kendini kabul etme, olumsuz benlik algısı, somatizasyon, çevre ile ilişkilerde hâkimiyet kurma ve diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurma, özerklik ve düşmanlığın yordanmasına anlamlı katkıda bulunmadığı da tespit edilmiştir. Özetle araştırmada içsel dini yönelimin artmasının psikolojik iyi oluşa etki etmediği sonucuna ulaşılmıştır.⁷³

Tablo 7. Bireysel Dindarlığın Psikolojik İyi Oluşu Yordamasıyla İlgili Regresyon Analizi

Model	B	Std.Hata	β	T	P	R	R ²	F	p
Regresyon	4,102	,291	,286	14,117	,000	,286 ^a	,082	28,719	,000 ^b

Tablo 7’de bireysel dindarlığın psikolojik iyi oluşu yordama durumuna bakıldığında, bireysel dindarlığın psikolojik iyi oluşu yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($R^2=,082$, $F=28,719$, $\beta=,286$, $p<,01$). Buna göre bireysel dindarlık, psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısına bakıldığında bireysel dindarlık ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif yönde manidar olduğu saptanmıştır ($\beta=,286$, $p<,01$). Beta katsayısına göre bireysel dindarlığın psikolojik iyi oluş düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analize göre bireylerin bireysel dindarlık seviyeleri yükseldikçe psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Bireysel dindarlığın, psikolojik iyi oluşa dair varyansın, %8,2’sini açıkladığı bulgulanmıştır. Bu bulgular “*bireysel dindarlık psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.*” hipotezini desteklemiştir.

Bozgeyikli ve Çalışkan’ın yapmış oldukları araştırmada, iyimserlik-kötümserlik ve dini yönelimlerin psikolojik iyi oluşu yordamasına regresyon analizi yapılmıştır. Analize göre iyimserlik-kötümserlik ve dinî yönelimler alt boyutlarının, psikolojik iyi oluşun anlamlı yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen verilere göre iyimserlik-kötümserlik ve dinî yönelimler alt boyutlarının psikolojik iyi oluşa dair toplam varyansın %45,6’sını açıkladığı saptanmıştır.⁷⁴

Dindarlık ve psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelendiği başka bir çalışmada ise içsel dini motivasyonun katılımcıların psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisinin %32,7 oranında olduğu bulgulanmıştır. Çıkan sonuçlara göre katılımcıların içsel dini motivasyonları arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da artacağı ifade edilmiştir.⁷⁵

Tablo 8. Yaşamda Anlamlı Psikolojik İyi Oluşu Yordamasıyla İlgili Regresyon Analizi

Model	B	Std.Hata	β	T	P	R	R ²	F	P
Regresyon	4,441	,206	,314	21,514	,000	,314 ^a	,099	35,397	,000 ^b

Tablo 8’e göre yaşamda anlamlı psikolojik iyi oluşu yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ($R^2=,099$, $F=35,397$, $\beta=,314$, $p<,01$). Yaşamda anlamlı psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Beta katsayısı incelendiğinde yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif yönde ve manidar olduğu anlaşılmaktadır ($\beta=,314$, $p<,01$). Beta katsayısına göre yaşamda anlamlı psikolojik iyi oluş düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analize göre bireylerin yaşamda anlam düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Psikolojik iyi oluşa ilişkin toplam varyansın %9,9’u yaşamda anlam tarafından açıklanmıştır. Bu bulgular “*yaşamda anlam psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır.*” hipotezini doğrulamıştır.

Literatürde, araştırma sonuçlarımızla benzer sonuçlar elde eden çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin, Göçen’in öğretmenler üzerinde yaptığı araştırmada yaşam anlamı, psikolojik sermaye ve cinsiyet ile psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma kapsamında yapılan hiyerarşik regresyon analizine göre katılımcıların cinsiyet, mevcut yaşam anlamı ve psikolojik sermayenin alt

⁷³ Fatma Gül Cirhinlioğlu, *Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları ve Psikolojik İyi Oluş Hali Arasındaki İlişkiler* (Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2006), 99-100.

⁷⁴ Bozgeyikli - Çalışkan, “Ortaöğretim Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak İyimserlik-Kötümserlik Düzeyi ve Dini Yönelimler”, 918.

⁷⁵ Karşı, “Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık İlişkisi”, 191.

boyutlarından iyimserlik ve öz yeterlilik düzeylerinin psikolojik iyi oluşlarını istatistiki açıdan orta düzeyde manidar bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir.⁷⁶

Vural'ın araştırmasında ise anlam değişkeninin ruh sağlığının olumlu değişkenlerinden hayat memnuniyetini, iyimserliği ve mutluluğu istatistiki olarak pozitif yönde ve manidar bir şekilde yordadığı bulgulanmıştır.⁷⁷ Üniversite öğrencileri üzerinde öğrencilerin öznel iyi oluşlarının hayatın anlamını yordamasına ilişkin yapılan analiz sonuçlarına göre katılımcıların hayatın anlamı ve öznel iyi oluştan aldıkları puanlar arasında istatistiki açıdan pozitif yönde manidar bir ilişki bulgulanmıştır.⁷⁸

Öğretmenlerin psikolojik iyi oluşlarının incelendiği bir araştırmaya göre ise kişisel gelişim yönelimi, algılanan sosyal destek ve yaşamda anlam ve amaç bulma değişkenlerinin üçünün birlikte psikolojik iyi oluş ile aralarındaki ilişkinin orta düzeyde ve manidar olduğu saptanmıştır.⁷⁹ Öğretmenler üzerinde yapılan başka bir araştırmada ise yaşamda anlam, spiritüel iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilerin pozitif yönde ve istatistiksel olarak manidar olduğu tespit edilmiştir.⁸⁰

Sonuç

Çalışmada yaşamda anlam, dindarlık ve bireysel dindarlık arasındaki ilişkileri belirlemek için yapılan korelasyon analizinde yaşamda anlam ile genel dindarlık, bireysel dindarlık ve dindarlığın dini ibadet ve dini davranış alt boyutları arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır. Elde edilen verilere göre bireysel dindarlık, genel dindarlık, dini ibadet ve dini davranış ortalamaları arttıkça yaşamda anlam ortalamaları da artış göstermektedir. Sonuç olarak katılımcıların dindarlık seviyeleri yükseldikçe yaşamda anlam düzeyleri de artmaktadır. Analiz sonuçları litaretürdeki çalışmaları desteklemektedir. Çalışmada incelenen bir diğer korelasyon ilişkisi de dindarlık, bireysel dindarlık ve psikolojik iyi oluş arasındadır. Elde edilen bulgularda psikolojik iyi oluş ile genel dindarlık, dindarlığın dini ibadet ve dini davranış alt boyutları ve bireysel dindarlık arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde istatistiksel olarak manidar bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre genel dindarlık, dini ibadet, dini davranış ve bireysel dindarlık ortalamaları arttıkça psikolojik iyi oluş ortalamaları da artmaktadır. Buna göre, katılımcıların dindarlık seviyeleri yükseldikçe psikolojik iyi oluşlarının arttığı bulgulanmıştır.

Yaşamda anlam ile psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki korelasyon ilişkisine bakıldığında ise aralarında orta düzeyde ve pozitif yönde istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre yaşamda anlam ortalamaları yükseldikçe psikolojik iyi oluş ortalamaları da artmaktadır. Analiz sonuçları, katılımcıların yaşamda anlam düzeylerinin arttıkça psikolojik iyi oluşlarının da arttığını göstermiştir. Çalışmamızda dindarlığın yaşamda anlamı yordama düzeyini ölçmek için yapılan regresyon analizine göre dindarlık ile yaşamda anlamın aralarında anlamlı derecede ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Buna göre dindarlığın, yaşamda anlamın anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Beta katsayısına göre dindarlığın yaşamda anlam düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Analiz sonuçlarına göre bireylerin dindarlık seviyeleri yükseldikçe yaşamda anlam düzeyleri de artmaktadır. Ayrıca dindarlığın, yaşamda anlama ilişkin toplam varyansın %3,6'sını açıkladığı da tespit edilmiştir.

Bireysel dindarlığın yaşamda anlamı yordama derecesini ölçmek için yapılan regresyon analizinde ise bireysel dindarlığın, yaşamda anlamı yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Buna göre bireysel dindarlık, yaşamda anlamın anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısına bakıldığında, bireysel dindarlığın yaşamda anlam düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, bireylerin bireysel dindarlık seviyelerinin yükseldikçe yaşamda anlam düzeylerinin de arttığını göstermiştir. Ayrıca dindarlığın, yaşamda anlama ilişkin toplam varyansın, %5'ini açıkladığı da

⁷⁶ Göçen, "Öğretmenlerin Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye ve Cinsiyetinin Psikolojik İyi Oluşlarına Etkisi", 145.

⁷⁷ Vural, *Hayatın Anlamı, Dindarlık ve Ruh Sağlığı*, 173.

⁷⁸ Aydın - Kaya, "Maneviyat ve Öznel İyi Oluş Değişkenlerinin Hayatın Anlamını Yordaması", 57.

⁷⁹ Aylin Arslan - Gülşah Tura, "Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluşlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi: Yüksekova Örneği", *Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 1/2 (Aralık 2022), 224.

⁸⁰ Halil Ekşi vd., "Öğretmen Adaylarının Spiritüel İyi Oluş ile Yaşamda Anlam Değişkenlerinin Psikolojik Dayanıklılığı Yordaması: Bir Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) Denemesi", *Kastamonu Eğitim Dergisi* 27/4 (Temmuz 2019), 1700-1701.

saptanmıştır. Dindarlığın psikolojik iyi oluşu yordama derecesini ölçmek için yapılan regresyon analizinde ise dindarlığın psikolojik iyi oluşu yordama derecesinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Buna göre dindarlık, psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısına göre dindarlığın psikolojik iyi oluşu artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen veriler, dindarlığın psikolojik iyi oluşa ilişkin varyansın %5,2'sini açıkladığını göstermektedir. Çalışmada bireysel dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasında manidar ilişkilerin olduğu saptanmış ve bireysel dindarlığın psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Buna göre bireysel dindarlık, psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısıdır. Beta katsayısına bakıldığında, bireysel dindarlığın psikolojik iyi oluş düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Analiz sonucuna göre bireylerin bireysel dindarlık seviyeleri yükseldikçe psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Ayrıca bireysel dindarlığın, psikolojik iyi oluşa ilişkin varyansın %8,2'sini açıkladığı da tespit edilmiştir. Yaşamda anlamın psikolojik iyi oluşu yordama derecesine bakıldığında ise yaşamda anlamın psikoloji iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Beta katsayısına göre yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif yönde anlamlı olduğu saptanmıştır. Beta katsayısına göre yaşamda anlamın psikolojik iyi oluş düzeyini artırıcı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Analiz sonucuna göre yaşamda anlamın, psikolojik iyi oluşa ilişkin varyansın %9,9'unu açıkladığı belirlenmiştir.

Beyanname

- 1. Finans/Teşvik:** Yazarlar, çalışmada herhangi bir finans/teşvik kullanılmadığını beyan etmektedirler.”
- 2. Çıkar Çatışması:** Yazarlar, çalışmada herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedirler.
- 3. Etik Beyan:** Yazarlar bu makalede araştırma ve yayın etiğine uyulduğunu beyan etmektedirler. Ayrıca etik kurul kararı gerektiren klinik ve deneysel insan ve hayvanlar üzerindeki çalışmalar için alınan etik kurul onayı (KSU Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu, 03.09.2021, sayı no: E-72321963-044-54285) burada belirtilmelidir.
- 4. Yazar Katkısı:** SE: Giriş, Kavramsal Çerçeve, Analizlerin Kontrolü, Revizyon, MK: Yöntem, Bulgu ve Yorumlar, Sonuç.

Kaynakça

- Adler, Alfred. *Yaşamın Anlam ve Amacı*. İstanbul: Say Yayınları, 4. Basım, 1998.
- Akıncı, Adem. “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”. *Değerler Eğitimi Dergisi* 3/9 (Ocak 2005), 7-24.
- Aksoy, Elif. *Yetişkinlik Döneminde Hayatı Anlamlandırma ve Dindarlık İlişkisi (Gaziantep Örneğinde)*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Arslan, Aylin - Tura, Gülşah. “Öğretmenlerin Psikolojik İyi Oluşlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi: Yüksekova Örneği”. *Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 1/2 (Aralık 2022), 212-234.
- Aslan, Barış. *Üniversite Öğrencileri Arasında Yazılı veya Yazılı Olmayan Yaşam Amaçları ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.
- Aydın, Cüneyd - Kaya, Mevlüt. “Maneviyat ve Öznel İyi Oluş Değişkenlerinin Hayatın Anlamını Yordaması”. *Amasya İlahiyat Dergisi* 17 (Aralık 2021), 41-77. <https://doi.org/10.18498/amaialad.961401>
- Aydın, Cüneyd. “Üniversite Öğrencilerinin Dini Tutum İle Hayattaki Anlam Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 6/4 (Eylül 2017), 89-108.
- Ayten, Ali - Köse, Ali. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2012.
- Ayten, Ali. “Kimlik ve Din: İngiltere’deki Türk Gençleri Üzerine Bir Araştırma”. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 12/2 (Haziran 2012), 101-119.
- Ayten, Ali. *Din ve Sağlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları, 1. Basım, 2018.
- Bahadır, Abdülkerim. “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/9 (Ocak 2000), 469-486.
- Bahadır, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan Yayınları, 4. Basım, 2018.
- Bozgeyikli, Hasan - Çalışkan, Mustafa. “Ortaöğretim Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Yordayıcısı Olarak İyimserlik-Kötümserlik Düzeyi ve Dini Yönelimler”. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 16/28 (Ağustos 2020), 909-928.

- Cirhinlioğlu, Fatma Gül. *Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları ve Psikolojik İyi Hali Arasındaki İlişkiler*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2006.
- Çamur, Zeliha. *Yaşamda Anlam ve Dindarlık İlişkisi (Geç Ergenlik Dönemi)*. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Deci, Edward L. - Ryan, Richard M. "Hedonia, Eudaimonia, and Well-Being: An Introduction". *Journal of Happiness Studies* 9/1 (2008), 1-11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Demir, Ahmet Furkan. *Cenaze ve Defin Hizmetlerinde Çalışan Bireylerin Yaşam Doyumu, Hayatın Anlamı, Psikolojik İyi Oluş, Dini Tutum Algısının Depresyon ve Psikolojik Belirti Düzeyi ile İlişkisi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Demirbaş, Nur. *Yaşamda Anlam ve Yılmazlık*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2010.
- Diener, Ed vd. "New Well-Being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings". *Social Indicators Research* 97/2 (Haziran 2010), 143-156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Doğan, Mevrure. *Dindarlık, Sabır ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkiler*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014.
- Ekşi, Halil vd. "Öğretmen Adaylarının Spiritüel İyi Oluş ile Yaşamda Anlam Değişkenlerinin Psikolojik Dayanıklılığı Yordaması: Bir Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) Denemesi". *Kastamonu Eğitim Dergisi* 27/4 (Temmuz 2019), 1695-1704. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3256>
- Ekşioğlu, Hasan. *İnanç veya Dünya Görüşüne Sahip Olma Tarzıyla Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.
- Frankl, Victor E. *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*. çev. Selçuk Budak. İstanbul: Totem Yayınları, 3. Basım, 2022.
- Frankl, Victor E. *İnsanın Anlam Arayışı*. çev. Özge Yılmaz. İstanbul: Okyanus Yayınevi, 136. Basım, 2022.
- Girgin, Yılmaz. *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Anlamı ve Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Göcen, Gülüşan. "Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dini Yönelim İlişkisi: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma". *Toplum Bilimleri Dergisi* 7/13 (Ocak 2013), 97-130.
- Göcen, Ahmet. "Öğretmenlerin Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye ve Cinsiyetinin Psikolojik İyi Oluşlarına Etkisi". *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi* 8/1 (Mart 2019), 135-153. <https://doi.org/10.30703/cije.457977>
- Güvenç, Mehmet. "Benlik, Birey ve Anlam". *Felsefe Arkivi* 42 (Nisan 2019), 1-20.
- Gürsu, Orhan. "Ergenlik Dönemi Dindarlığı ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 34/34 (Aralık 2015), 49-75.
- Hayta, Akif. "U. Ü. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/9 (2000), 487-506.
- Karlı, Necmi. "Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık İlişkisi: Trabzon İlahiyat Örneği". *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 15 (Haziran 2019), 173-205. <https://doi.org/10.32950/rteuifd.549409>
- Karlı, Necmi. "Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 0/48 (Haziran 2020), 169-201. <https://doi.org/10.17120/omuifd.718108>
- Kartopu, Saffet. "Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama ve Anlam Arayışı". *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/3 (Haziran 2013), 67-90.
- Kaya, Mevlüt - Küçük, Nurettin. "İbadetler ile Hayatın Anlamı ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 42 (Eylül 2017), 17-44.
- Keyes, Corey L. M. vd. "Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions." *Journal of Personality and Social Psychology* 82/6 (Haziran 2002), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Kıraç, Ferdi. "Çocukluk Çağı Travmaları ile Hayatın Anlamı Arasındaki İlişkide Dindarlık Yöneliminin Aracı Rolü". *Gaziantep University Journal of Social Sciences* 22/2 (Nisan 2023), 414-430. <https://doi.org/10.21547/jss.1208539>
- Kıraç, Ferdi. "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu". *Mukaddime* 7 (Temmuz 2013), 165-178.
- Kızıllırmak, Özlem. *Genç Yetişkinlerde Yaşamda Anlamın, Maneviyat ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015.
- Koç, Mustafa. *Yetişkinlik Döneminde Dindarlık ile Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2008.
- Lameei, Vahideh - Bilici, Mustafa. "Dinin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Rolü ve Değerlendirilmesi". *İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 9/19 (2021), 57-68.

- Pür, İlyas. "Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Kilis 7 Aralık Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/1 (Haziran 2022), 327-353. <https://doi.org/10.46353/k7auifd.1090203>
- Ryan, Richard M. - Deci, Edward L. "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being". *Annual Review of Psychology* 52/1 (Şubat 2001), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Seyhan, Beyazıt Yaşar. "Üniversite Öğrencilerinde Tanrı Tasavvuru ve Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişkiler". *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 18/1 (Haziran 2014), 65-97. <https://doi.org/10.18505/cuifd.254637>
- Steger, Michael F. vd. "The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life." *Journal of Counseling Psychology* 53/1 (Ocak 2006), 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Şirin, Turgay - Dursun, Neslihan. "Evli ve Bekâr Bireylerde Yaşamın Anlamı ve Maneviyat Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *EKEV Akademi Dergisi* 85 (Mart 2021), 469-482.
- Tarhan, Senanur. *Yaşamda Anlam, Hayat Memnuniyeti, Dindarlık İlişkisi Üzerine Bir Araştırma (Lise Öğrencileri Örnekleme)*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Telef, Bülent Baki. "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)* 28/3 (2013), 374-384. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2414.4480>
- Topuz, İlhan. "Yaşamın Anlamı ve Din: Gençler Üzerinde Bir Araştırma". *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi* 1/4 (Haziran 2016), 540-560. <https://doi.org/10.20486/imad.69708>
- Uçar, Emine. *Psikolojik İyi Oluş Yordayıcısı Olarak Dindarlık, Evlilik Doyumu ve Problem Çözme*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.
- Vural, Muhammed Enes. *Hayatın Anlamı, Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi: Bir Karma Yöntem Araştırması*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2021.
- Yapıcı, Asım. *Ruh Sağlığı ve Din: Psikososyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Kitapevi, 2007.
- Yoğurtçu, Fatma. *Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009.
- Zagumny, M.J. vd. "Psychometric Analysis of the Religious Identity Index". *Presentation at the 24th Annual Convention of the Association for Psychological Science*. (Mayıs 2012), 107.