

Ruh Sağlığı Bağlamında Dindarlığın Öz Saygı ve Kaygı ile İlişkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği

Asım YAPICI, Yard. Doç. Dr.
Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi

Hasan KAYIKLIK, Doç. Dr.
Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi

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

Özet- Bu çalışmanın temel amacı, ruh sağlığı bağlamında, öz saygı ve kaygı ile dinsel yaşayış arasında nasıl bir ilişki olduğunu tespit etmekten ibarettir. Araştırmada Allport ve Ross'dan hareketle Kayıklık tarafından geliştirilen dinsel eğilim ölçeği, Eysenk ve Wilson'dan hareketle Yapıcı tarafından geliştirilen öz saygı ölçeği ve Öner ve LeComte'un geliştirdiği sürekli kaygı ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlıkla öz saygı ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p>.05$). Gençlerin dine önem verme seviyeleri, namaz kılma, oruç tutma ve dua etme davranışları öz saygı düzeylerini farklılaştırmamıştır ($p>.05$). Ancak öznel dindarlık algıları ve öznel dinsel bilgi düzeyleri bu hususta anlamlı farklılıklar oluşturmuştur ($p<.05$). Benzeri bir durum dindarlık ile kaygı arasında da görülmüştür. Zira burada da gençlerin dine önem verme ve öznel dindarlık seviyeleri, namaz kılma, oruç tutma ve dua etme sıklıkları kaygı düzeylerinde anlamlı farklılık oluşturmamıştır ($p>.05$). Sadece öznel dinsel bilgi düzeyiyle kaygılı olma arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür ($p<.05$).

Anahtar Kelimeler: Dindarlık, Ruh Sağlığı, Psikososyal Uyum, Öz Saygı, Kaygı.



Giriş

Her din bir yandan beraberinde getirdiği dünya görüşü ile inanan insanların sosyal çevreleriyle nasıl bir ilişki içerisinde olmaları gerektiğini düzenlemeye çalışırken, bir yandan da mensuplarının zihinsel ve duygusal yapıları üzerinde biçimlendirici etkide bulunarak onların psikososyal uyumlarının yönünü ve yoğunluğunu da belirlemektedir. Ruh sağlığının göstergelerinden kabul edilen öz saygı ve kaygı da insanların hem bireysel gelişimlerini hem de psikososyal uyumlarını etkileyen önemli faktörlerdendir. Bu bağlamda bu çalışmanın konusu, dinsel hayatın farklı boyutlarının, bireylerin öz saygı ve

kaygı düzeylerine nasıl bir etkide bulunduğu meselesini, ruh sağlığı ile dindarlık arasındaki ilişkisi çerçevesinde incelemekten ibarettir.

Kuramsal Çerçeve

I. Dinsel Hayat ve Psikososyal Uyum

Genel anlamda *psikososyal uyum* süreçleri denilen *ruh sağlığı* ile din ve dindarlık arasında nasıl bir ilişki olduğu meselesi din psikolojisinin araştırılan konuları içinde yer almaktadır. Çünkü ruh sağlığı dinsel inanç ve pratiklerin psikolojik sonuçlarının, yani dindarlığın işlevsel değerinin ortaya çıkabileceği önemli alanlardan birisini oluşturmaktadır (Karaca, 2003). Dinin ruh sağlığına etkisi konusunda James (1931/1902), Jung (1958/1938; 1996/1933), Allport (1950), Maslow (1996/1968; 2001/1964), Frankl (1991/1959; 1994/1978), Peck (2003), Adler ve Jahn (1958/1933) gibi psikologlar dinin olumlu rolünü ön plana çıkarırlarken, Freud (1995/1927), Dittes (1969) ve Ellis (1980) başta olmak üzere bir kısım psikologlar ise bu konuda olumsuz bir tavır takınmışlardır. Bu konuya olumsuz yaklaşan psikologlar bile hayal kırıklığı yaşayan ve ruhsal çöküntü içerisinde kıvranan kişilerin sanal bir biçimde de olsa ihtiyaçlarını karşılamada dinin önemli bir fonksiyon üstlendiğini kabul etmektedirler. Meselâ Freud (1995/1927) bir yandan dini “evrensel bir obsesif nevroz” olarak kabul ederken, bir yandan da dinin insanların olumsuz içgüdülerini âdeta terbiye etme işlevi üstlendiğini söylemek suretiyle bu konuda ilginç bir örnek teşkil etmektedir. Dinin ruh sağlığına etkileri konusunda analitik bir tavır takınan Fromm (1993/1950) ise dinlerin yapısına bağlı olarak şekillenen dindarlık türlerine göre ruh sağlığının da farklılaşacağı kanaatindedir. Zira ona göre otoriter dinler ruh sağlığını olumsuz, hümaniter dinler ise olumlu yönde etkilemektedir.¹

Özellikle son yirmi yıl içerisinde dinin ruh sağlığına nasıl bir etki yaptığı hususunda yapılan kuramsal ve uygulamalı çalışmalar daha da artmış görünmektedir. *Dinin bireysel etkisi* bağlamında ele alınan bu tür araştırma geleneğinin üzerinde yoğunlaştığı hususların başında ise dindarlık ile uyusturucu madde kullanımı, alkolizm, intihar, ölüm korkusu, geleceğe yönelik endişeler, durumluk ve sürekli kaygı, dogmatizm, fanatizm, yalnızlık, öz saygı, mutluluk ve mutsuzluk, anlam arayışı, içsel huzur, fiziksel sağlık vs. olgular

¹ Psikologların ruh sağlığı ile din arasında nasıl bir ilişki kurdukları konusunda genel bir değerlendirme için bk. Yaparel, 1987.

arasındaki ilişkiler gelmektedir. Gorsuch'un (1998) verdiği bilgiye göre yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlar, genellikle, dindar insanların dindar olmayanlara göre fiziksel açıdan daha sağlıklı olduğu yönündedir. Benzeri bilgileri Beit-Hallahmi ve Argyle'de de (1997) görebilmek mümkündür. Ruh sağlığı konusunda elde edilen bulgularda ise kayda değer farklılıklar mevcuttur (Baston & Ventis, 1982). Gorsuch'a (1998: 240) göre bu husustaki bulguların birbiriyle çelişmesi, büyük oranda çalışmaların teorik temellerinin eksikliğinden ve ruh sağlığının ne olduğu konusunda, üzerinde uzlaşılan bir tanımın olmamasından kaynaklanmaktadır. Eğer ruh sağlığı, düşük oranda suçluluk ve öfke ile tanımlanırsa, dindarlar dindar olmayanlara göre, zihinsel anlamda, daha sağlıklıdır. Ruh sağlığı psikiyatrik anlamda kavramlaştırılırsa, bu durumda, elde edilen bulgular daha farklı yorumlanabilir. Şayet normal ve normal olmayı belirlemede toplumun genel kabulleri belirleyici bir faktör olarak değerlendirilecek olursa, dinin ruh sağlığına olumlu bir katkı sağladığı düşünülebilir. Çünkü kültürle sarmaş dolaş bir şekilde yaşayan dinsel değerler, toplumsal yapıda normal ile anormalin belirlenmesinde önemli bir yer tutmaktadır. Bunun da ötesinde, şu hususu önemle vurgulamak gerekir ki ruh sağlığının ne olduğunun belirlenmesinde, sadece psikoloji ve psikiyatri değil, en az onlar kadar, teoloji ve felsefe de söz sahibidir (Allport, 1950; Baston & Ventis, 1982; Gorsuch, 1998; Holm, 2004).

Beit-Hallahmi ve Argyle'nin (1997) verdikleri bilgilere göre, birçok sosyal araştırmanın sonuçları; belli bir kiliseye üye olanların olmayanlara, düzenli olarak kiliseye gidenlerin gitmeyenlere, kendilerini Tanrı'ya daha yakın hissedenenlerin hissetmeyenlere nispetle hayatlarından daha memnun ve daha mutlu olduklarını gösterecek mahiyettedir. Kilisenin müdahavimlerine sağladığı toplumsal desteğin bireylerin akıl sağlığının korunmasına ve intihar riskinin azalmasına sebep olduğu, dinin özellikle hayata bir anlam ve amaç yükleme hususunda çok güçlü bir etkide bulunduğu, dinsel tecrübenin mutluluk kaynağı olduğu, dinsel inanç ve ibadetlerin kişiyi mutluluğa götürecektir. Bireysel kontrol hissi ve iyimserliği artırdığı yapılan araştırmalarda vurgulanan hususlardır. Aynı şekilde Vergote da (1966: 142-143) yapılan çeşitli ampirik çalışmalardan elde edilen bulgulara dayanarak, dinin insanda güven duygusu oluşturduğunu, bu sebeple sıkıntılı kimselerin bir dine inanıp bağlanmakla bir yönüyle emniyet ve güvenlik içerisinde olmayı arzuladıklarını söylemektedir. Din ile güven duygusu arasındaki ilişkiyi teorik olarak inceleyen Yavuz da (2003) hemen hemen aynı vurguları ön plana çıkartmaktadır. Bununla birlikte başka çalışmalarda daha farklı sonuçlar da elde edil-

miştir. Diğer bir ifadeyle, dindarlık ile genel anlamda ruh sağlığı arasındaki ilişkinin tek yönlü ve doğrusal olmadığını söylemek gerekir. Nitekim Beit-Hallahmi ve Argyle (1997: 184) en yüksek dindarlık düzeyleriyle az ya da çok mutlu olma arasındaki ilişkinin eğrisel olduğunu rapor eden araştırmalardan bahsetmektedirler.

Dinsel hayat ile ruh sağlığı arasındaki etkileşim söz konusu edildiği, bu da toplumsal kurallara ve ahlakî değerlere uyum süreciyle ilişkilendirildiği zaman, genellikle dindar insanın daha itaatkâr ve toplum düzenine daha fazla uyum gösterme eğiliminde olduğu vurgulanmaktadır. (Argyle, 2000; Argyle & Beit-Hallahmi, 1975; Beit-Hallahmi, 1989; Godin, 1986; Vergote, 1966). Bu husus hemen hemen tüm araştırmacılar tarafından kabul edilmektedir. Aslında dinin inananlar üzerinde bu tür bir etkide bulunmasını doğal karşılamak gerekir. Zira, Hökelekli'nin de (1993: 118-199) belirttiği gibi, toplumsal yapıda ahlâkî değerlerin korunmasına hizmet eden dinler, insanın sosyal uyumunu sağlamada önemli bir işleve sahiptir.

Problemi ele alış şekli açısından, gerek sosyal çevreye uyum sürecinin bireyin ruh sağlığı ile yakından ilişkili olması, gerekse ruh sağlığının yerinde olup olmamasının bireyin sosyal çevresiyle ilişkilerine göre şekillenmesi, her iki olgu arasında karşılıklı bir ilişki olduğu anlamına gelmektedir. Bu sebeple, dinlerin gerek kurumsal gerekse bireysel sonuçlarıyla ferdin sosyal uyumuna destek sağlaması, bir yandan onun ruh sağlığını etkilerken, diğer yandan da -öznel açıdan ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yapmasının doğal bir sonucu olarak- kişinin toplumsal uyumunu olumlu yönde etkileyebilmektedir. Belki de bu özelliğinden dolayı, Yaparel'in de (1987: 26) vurguladığı üzere, yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçlar dinsel hayat ile psikososyal uyum arasında olumlu bir ilişkinin olabileceği şeklinde yorumlanabilir. Bunun da ötesinde, Allport'un da (1950) belirttiği gibi, insanın hayatında yoğun içsel sıkıntılar yaşadığı kritik dönemlerde dinsel duygularının daha da kuvvetlenmesi, din ile ruh sağlığı arasında pozitif bir ilişki olabileceği yönünde değerlendirilir.

Dinin insanların ruh sağlığı üzerinde müspet bir etkide bulunması, temelde inananlara olumsuz birtakım hadiseleri olumlu yorumlama imkânı vermesinden kaynaklanmaktadır. Bu bağlamda Tanrı ile *iş birliği* yaparak yaşama-ya çalışanların stres ile baş etme düzeylerinin derûnî dindarlık ve ibadetlere devamlılıkla pozitif bir ilişki içerisinde olduğu, dolayısıyla samimî dindarların karşılaştıkları problemlerin üstesinden gelebilmelerinin, onların ruhsal yaşantılarına olumlu bir tesir yaptığı söylenmektedir (Argyle, 2000; Beit-

Hallahmi & Argyle, 1997; Pargament, 1997; 2003; Spilka, Shaver & Kirkpatrick, 2001; Yapıcı, 2003). Meseleye insanın anlam arayışı ve dindarlık çerçevesinde yaklaşılacak olursa; umut, iyimserlik, sevgi ve ilgi, amaç, sorumluluk ve vicdan, fedakârlık ve diğerkâmlık gibi hayatın anlam kazanmasında rol oynayan psikososyal faktörlerle din arasında olumlu ilişkiler olduğu da ifade edilmektedir (Bahadır, 1999; 2002).

Batı bilim çevrelerinde dindarlık ile psikososyal uyum arasında nasıl bir ilişki olduğu hususunda yapılan ampirik çalışmalardan elde edilen sonuçlara göz atılacak olursa, birbiriyle çelişen bulgulara ulaşıldığı görülecektir. Konu ile ilgili yapılan araştırmaları değerlendiren Baston ve Ventis (1982) din ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaları yöntem ve sonuçları itibarıyla üç grupta değerlendirmektedir. Buna göre:

(i) Ruh sağlığını hastalık belirtilerinin olmamasına bağlayan çalışmalarda, dindar bireylerin dindar olmayanlara oranla zihinsel ve duygusal açıdan daha sağlıklı olduğu tespit edilmiştir.

(ii) Zihinsel açıdan açık görüşlü, sosyal ilişkilerinde esnek ve kendiyle barışık olma gibi kişilik özellikleri ile dindarlık arasındaki ilişkiyi konu edinen çalışmalarda, dindarların daha az esnek ve daha dogmatik oldukları yönünde bulgulara ulaşılmıştır.

(iii) Bireyde huzursuzluk ve suçluluk duygusunun yoğunluğu ile dindarlık arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalarda ise birbiriyle çelişen sonuçlar elde edilmiştir.

Baston ve Ventis'in (1982) vurguladığı ikinci grup çalışmalardan elde edilen sonuçları bir yönüyle doğal karşılamak gerekir. Zira dinler beraberinde getirdikleri insan, dünya ve tanrı anlayışlarıyla mensuplarını eğitmek ve kendi modeline göre onları şekillendirmek istemektedir. Bu arada kendi geleceklerini de teminat altına almaya çalışan dinler, bir yandan mensuplarının nerede, nasıl davranması gerektiğini belirlerken, öte yandan sosyal çevrenin de desteğiyle, dinsel kimliğin korunmasını temin etmeye çalışmaktadır. Bu da, o dine inanan insanlarda, genel olarak, muhafazakâr bir kişilik yapısının gelişmesine zemin hazırlamaktadır. Dinin ahlâkî değerlerin ve sosyal yapının korunması yönündeki talebi de bir yönüyle buna dayanmaktadır. Esasen, dindar insanların daha itaatkâr olması da bu yapının doğal bir sonucudur. Bununla birlikte Batson ve Ventis'in (1982) birinci grupta ele aldığı çalışmalarda dindarlık ya da dindarlığın çeşitli boyutları ile ruh sağlığı arasında genelde olumlu, üçüncü grup çalışmalarda ise birbiriyle çelişik sonuçlara ulaşılmıştır. Holm'un (2004) verdiği bilgiye göre Bergin tarafından, yine mevcut literatüre dayalı olarak yapılan

meta-analiz bir çalışmada ise din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi konu edinen araştırmaların % 47'sinde olumlu, % 23'ünde olumsuz ilişkiler tespit edilmişken, % 30'unda ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak Yaparel'in de (1987) vurguladığı üzere, yapılan çalışmalardan elde edilen bulgulardaki genel eğilim, dindarlığın ruh sağlığına olumlu katkısı olduğu hususunda yoğunlaşmaktadır. Bununla birlikte burada söz konusu edilen dindarlığın sağlıklı bir din anlayışına dayanan ve ferdin ruhsal ve zihinsel sıkıntılarıyla hastalıklı bir hâl almayan, yani kişinin kendini gerçekleştirmesine imkân veren bir dindarlık olduğunu söylemek mümkündür.

Dinsel hayatla sosyal uyum arasındaki olumlu ya da olumsuz bir ilişkinin bulunması, ister istemez, bireyin zihinsel ve duygusal dünyasında dine nasıl bir yer verdiği, dini nasıl algıladığı ve yaşadığı ile ilişkilidir. Başka bir deyişle din ve dindarlıkla ruh sağlığı arasındaki ilişkinin yönü ve şiddetini belirleyen faktörlerin en önemlisi, bireyin dini nasıl algıladığı ve nasıl yaşadığıdır (Beit-Hallahmi & Argyle, 1997; Peck, 2003). İşte bu noktada, aynı dinsel gelenek içerisinde yer alan farklı din anlayışlarının, inanan bireyler üzerinde farklı etkiler yaptığı düşünülebilir (Fromm, 1993/1950; Yapıcı, 2002).

Ülkemizde, dinsel hayatın çeşitli görüntüleriyle psikososyal uyumun farklı göstergeleri arasındaki ilişkiyi konu edinen çalışmalardan elde edilen bulgulara gelince, bazı çalışmalarda din ile ruh sağlığı arasında eğrisel, bazılarında ise doğrusal bir ilişkinin tespit edilmiş olduğu görülmektedir. Nitekim bazı çalışmalarda ise din ile ruh sağlığı arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır.²

Dindarlığın farklı görüntüleri ile psikososyal uyumun çeşitli göstergelerini araştıran çalışmalar arasında birbirini dışlayan farklı sonuçlara ulaşılması üç sebeple izah edilebilir:

- (i) Din ve dindarlığın tanımlanmasındaki belirsizlik,
- (ii) Psikososyal uyum göstergelerinden hareketle ruh sağlığının tanımlanmasında yaşanan güçlükler,

² Dinsel hayatın farklı göstergeleriyle durumluk ve sürekli kaygı, ölüm kaygısı, depresyon, umutsuzluk, başa çıkma, öz saygı, yalnızlık, mutluluk, iyimserlik, anlam arayışı, kimlik edinme, sosyal çevreye uyum, ön yargı, dogmatizm vs. psikososyal uyum süreçleri arasındaki ilişkiyi konu edinen ve farklı bulgular içeren çalışmalar için bk. Akgül, 2004; Bahadır, 1999; Ekşi, 2001; Hayta, 2002; Kağıtçıbaşı, 1972; Karaca, 2000; Kayıklık, 2000; 2003; Kimter, 2002; Koç, 2004; Kötehne, 1999; Kula, 2001; Mehmetoğlu, 2004; Şahin, 2002; Uysal, 1996; Yaparel, 1987; 1994; Yapıcı ve Zengin, 2003; Yapıcı ve Kayıklık, 2004; Yapıcı, 2002; 2003; 2004a; Yıldız, 1998.

(iii) Gerek dindarlığın gerekse ruh sağlığının farklı boyutlarını ölçmesi beklenen ölçeklerin içerik açısından problemli olması. Çoğu kere ölçek olguya göre değil, tam tersine, -araştırmacı kendi tanımları doğrultusunda benimseydiği ölçekten hareket ettiği için- olgu ölçeğe göre şekillenmektedir. Bu da, aynı olguyu incelerken farklı referanslara dayalı farklı ölçeklerin kullanılmasından kaynaklanmaktadır (Yapıcı, 2004b). Bir de buna araştırmacının öznel eğilimleriyle birlikte, örneklemin spesifik özellikleri ve nasıl seçildiği meselesi de eklenince, farklı çalışmalardan elde edilen sonuçların birbiriyle çelişmesi durumu ortaya çıkmaktadır.

Bununla birlikte, şu hususu da özellikle vurgulamak gerekir ki doğrudan ya da dolaylı bir biçimde psikososyal uyum ile dinsel hayat arasındaki ilişkiyi konu edinen çalışmalardan elde edilen bulgular, dinin olumlu etkisini ön plana çıkaracak mahiyettedir. Bu noktada çalışmamızın odaklandığı öz saygı ve kaygı ile dinsel hayat arasındaki ilişkiye dikkat çekmek, böylece kavramsal ve kuramsal çözümlemelerimizi bu yöne kaydırmak istiyoruz. Çünkü insanların öz saygı ve kaygı düzeyleri temelde psikososyal uyum süreçleri olarak adlandırığımız ruh sağlığı içerisinde çok önemli bir yer tutmaktadır. Başka bir deyişle, öz saygı ve kaygı düzeyleri, bireylerin hem kendilik algılarını hem de sosyal ilişkilerini, bu çerçevede iç ve dış dünya ile uyumlu ve barışık olabilmelelerini etkileyen faktörler arasındadır. Din de fertlerin kendileriyle, çevreleriyle ve inandıkları varlıkla kurdukları ilişkileri olumlu ve dengeli bir hâle getirmek istemektedir. İşte bu noktada hem duygusal ve düşünsel, hem de sosyal açıdan bireylerin iç ve dış dünyalarıyla olan ilişkileri ve bunların yansımaları, dinin, ruh sağlığının göstergelerinden kabul edilen öz saygı ve kaygı üzerinde nasıl bir etkide bulunacağını anlamada önemli bir yere sahiptir.

II. Öz Saygı ve Dinsel Hayat

İnsanların kendilik algıları çerçevesinde ne oldukları ya da ne olmadıklarına yönelik değerlendirmeleri William James'ten bu yana *öz saygı* (self-esteem) kavramıyla ifade edilmektedir (Bacanlı, 1997; Güney, 2000). Bu çerçevede kendilerini fiziksel, ruhsal ve kişisel becerileri açısından olumlu yönde değerlendiren bireylerin öz saygılarının yüksek, olumsuz değerlendirenlerin ise öz saygı düzeylerinin düşük olduğu söylenmektedir. Çünkü öz saygısı yüksek olanlar kendilerini kişisel olarak değerli, olumlu, beğenilmeye ve sevimliye layık kişiler olarak algılamaktadırlar. Bu ise onların hem bireysel hayatını hem de sosyal ilişkilerini etkileyen bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Eysenck ve Wilson'a (1998: 78) göre, öz saygısı yüksek olanlar kendilerine ve

yeteneklerine karşı güven duyma eğilimindedirler. Kendilerini değerli ve işe yarar bireyler olarak görürler ve başkaları tarafından beğenildiklerine inanırlar. Kendilerini çok severler, ancak bu onların kendilerini beğenmiş ve kibirli oldukları anlamına gelmez. Bu sebeple bu durumu benlik kavramının çarpıtılmasıyla yaşanan sahte öz saygı ile karıştırmamak gerekir. Başka bir deyişle, *sağlıklı öz saygı* ile patolojik bir durum kazanan *yanılgısal öz saygı* farklı kategorilerde ele alınmalıdır. Zira benlik kavramının aşırı derecede abartılmasından kaynaklanan öz saygı, aslında, temel güvensizliği kapatmak için geliştirilmiş bir savunma mekanizması olarak değerlendirilebilir. Essaen bu tür kişilerin öz saygısı oldukça düşüktür. Ancak onlar bunun farkında değildirler. Bununla birlikte benlik kavramlarını değersiz ve yetersiz bulan kişilerin de öz saygılarının düşük olduğu yönünde tespitler vardır (Yörükoğlu, 1988). Fakat bunlarda eksikliklerini telâfi etmek amacıyla abartılmış bir benlik tasarımı mevcut değildir. Öz saygısı düşük olanlara gelince, Eysenck ve Wilson'a (1998: 78) göre, bu tür kişiler kendilerini çekicilikten uzak ve başarısız bireyler olarak algılama eğilimindedirler. Öz saygısı çok fazla düşük olanların durumu, Adler'in (1993/1933; 1998/1927) aşağılık kompleksi yaşayan kişiler olarak tanımladığı tiplere oldukça uygun düşmektedir.

Öz saygının iç ve dış kaynaklı olmasının bireylerdeki yansıması farklıdır. İç kaynaklı öz saygıda birey, kendine olan güven ve sevgisini kendi içinden almaktadır. Dış kaynaklı öz saygıda ise kişi kendisini sürekli olarak başkalarının gözünde değerlendirerek algılama eğilimindedir (Güleç, 2002).

Yapılan araştırmalarda, çocuğun yetiştirilme tarzı, ailenin ekonomik durumu, ebeveynin tutumları, bireyin bedensel sağlığı, okul başarısı ve arkadaşlarıyla ilişkileri başta olmak üzere insanların öz saygı düzeylerini etkileyen pek çok faktörün olduğu ileri sürülmüştür (Ersanlı, 1996; Yörükoğlu, 1988). Din de bu faktörlerden birisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Beit-Hallahmi ve Argyle'ye (1997: 102) göre, yapılan pek çok çalışmada dindarlık ile öz saygı arasında pozitif bir ilişkinin olduğu, hatta bireylerin tanrı tasavvurlarının öz saygı düzeylerini etkilediği yönünde bulgular elde edilmiştir. Bu bağlamda özellikle dua ve ibadetin insanların kendilerini daha kontrollü hissetmelerini, geleceğe daha iyimser bakmalarını, daha güçlü bir öz saygı, güven ve amaç duygusuna sahip olmalarını sağladığı ileri sürülmektedir (Beit-Hallahmi & Argyle, 1997; Vergote, 1999). Hökelekli'nin de (1993: 231) belirttiği gibi, bunlar, bireyde zihni, manevi ve ahlaki güçlerin canlanarak ümit duygusunun yükselmesine, böylece sıkıntı ve korkunun yatışmasına sebep olabilir. Neticede birey içsel olarak kendisini mutlu ve huzurlu hissetmeye başlar.

yabilir. Bununla birlikte, Gartner'in (1996) verdiği bilgiye göre, din ile öz saygı arasında ne tür bir ilişki olduğu hususunda yapılan çalışmalarda karmaşık sonuçlara ulaşılmıştır. Zira o, dindarlık ile öz saygı arasındaki ilişkiyi konu edinen onsekiz çalışmanın altısında yüksek ilişki, dördünde düşük ilişki, sekizinde ise ilişkisiz sonuçların tespit edildiğini nakletmektedir.

Yapıcı'nın (2004a) üniversiteli gençler üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada yüksek seviyede din eğitiminin verildiği ilâhiyat fakültesi öğrencilerinin diğer fakültelerdeki/bölümlerdeki öğrencilere nispetle öz saygı düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Dini kendileri için önemli görüp görmeme ile öz saygı arasında ise anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bununla birlikte dinin duygusal ve zihinsel etkilerini ifade eden dinsel partikülarizm ve dinsel dogmatizm düzeyleri yükselen gençlerin öz saygılarında anlamlı bir azalma görülmüştür. Ancak bu durum doğrudan dinden ve din eğitiminden kaynaklanmamaktadır. Zira Yapıcı ve Zengin (2003) tarafından ortak yürütülen bir çalışmada ilâhiyat fakültesi öğrencilerinin dinin etkisini hissetme düzeyleriyle öz saygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Dinsel hayatla öz saygı arasındaki ilişkide ortaya çıkan farklı sonuçlar her iki olgu arasında tek yönlü doğrusal bir ilişkinin bulunmadığını ortaya koyacak mahiyettedir. Bu sebeple konu hakkında yapılacak çalışmaların artmasını beklemek ve buna göre bir düşünce geliştirmek gerekir.

III. Kaygı ve Dinsel Hayat

Bireyin psikososyal uyum süreçleri içerisinde önemli bir yer tutan ve Türkçede endişe, bunaltı, tedirginlik, tasa vb. şekillerde ifade edilen kaygı (anxiety, angst) hâli gerek psikologlar gerekse psikiyatrlar tarafından üzerinde en çok durulan konuların başında gelmektedir.

Bireyin geleceğe yönelik hissettiği hoş olmayan, sıkıntı veren ve endişeye sevk eden psikolojik bir hâl olarak tanımlanabilecek olan kaygı, kaynağının belirsiz, süresinin uzun ve şiddetinin zayıf olmasıyla korkudan ayrılmaktadır (Cüceloğlu, 1994; Kierkegaard, 2004/1844; Schulz, 1991).

Eysenck ve Wilson'a (1998: 80) göre yüksek derecede kaygılı olanlar, yolunda gitmeyen işlerinden dolayı, hemen ve ciddi bir biçimde ruhsal çöküntü yaşamaya başlarlar. Bunlar gereksiz bir biçimde yaşanması muhtemel olan ve olmayan pek çok hususta endişelenirler. Kaygı düzeyi düşük olanlar ise sakin ve huzurludur. Mantık dışı korku ve kaygılara karşı da genellikle dirençlidirler.

Normal düzeyde bir kaygı insanı harekete geçiricidir. Çünkü kaygı insanda stres oluşturmakta, bu da bireye mücadele gücü vermektedir. Esasen stres ve kaygı düzeyi çok fazla düşük olanların giriştikleri faaliyetlerde yeterli düzeyde güdülenemedikleri bilinen bir durumdur. Aşırı kaygı ve stres de insanı ruhsal açıdan sıkıntıya sokmakta, bu da bireyin düşünme ve harekete geçme kabiliyetini zayıflatmaktadır (Batlaş & Batlaş, 1990; Cüceloğlu, 1994; Mannoni, 1992). Yüksek derecede kaygılı olan bireyler ise otonom sinir sisteminin yüksek düzeyde faal olmasından kaynaklanan çeşitli fizyolojik belirtilerin yanı sıra, genellikle aşırı gerginlik, tedirgin bir bekleyiş, dikkati toplama da ve odaklanmada zorluk gibi psikolojik belirtiler gösterirler (Cüceloğlu, 1994; Köknel, 1990).

İnsanda kaygı oluşturan sebepler çok çeşitlidir. Güleç'e (1999: 160) dayanarak bunları şu şekilde sıralayabiliriz:

(i) Özellikle insanın ölümlü (fâni) bir varlık olması, hatta sadece kendisinin değil, çok sevdiği ve değer verdiği kişilerin de ölüme yazgılı olmaları kaygının ilk ve en önemli nedeni olarak kabul edilmektedir.

(ii) Bilinçli bir varlık olması sebebiyle insanın kendi yaşamını etkileyecek kararları alma ve zorunlu olarak bunların sonuçlarına katlanma durumunda kalması, onu ciddi bir biçimde kaygılandırabilmektedir.

(iii) Bireyin anlamsızlık ve her şeyin bir anda değerini kaybedebileceği şeklinde bir tehdide sürekli açık olması da kaygının oluşmasında önemli bir hisseye sahiptir. Çünkü insan kendisini hazır bir değerler dünyası içerisinde bulur ve zamanla bunları ya tamamen ya da kısmen içselleştirir. Özgür seçimleriyle yeni birtakım değerler de edinebilir. Ancak benimsediği değerlerin elinin altından civa gibi bir anda kayıp gittiğini hissettiğinde “*Şu hâlde bu ana kadar boşuna mı yaşandı?*” sorusuyla yüzleşebilir. Bu durum, gerek insanın ölümlü olması, gerek dostlukların ve değer verilen her şeyin zamanla değerini kaybetmesi, gerekse ferdin hayatına anlam katan dinî, millî, kültürel, ahlâkî, sosyal ve siyasal değerlerin tehdit altında olması ya da bunların zamanla anlamını yitirmesiyle yakından ilişkilidir.

Kaygının insanın sonlu bir varlık olmasıyla yakından ilişkili olması, özellikle ölüm kaygısı konusunda pek çok araştırmanın yapılmasına sebep olmuştur. Bu araştırmalardan bir kısmı ise dindarlık ile ölüm kaygısı arasındaki ilişki üzerinde odaklanmıştır. Elde edilen sonuçlara bakılacak olursa, her iki olgu arasındaki ilişki doğrusal değil, eğriseldir (Yalom, 2001). Meselâ Yıldız (1998) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği ve dindarlıkla ölüm

kaygısı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, dindarlık düzeyi arttıkça ölüm kaygısının da yükseldiğini tespit etmiştir. Bu durumu o, birey dindarlaştıkça ölümden daha fazla korkmakta, ölümden daha fazla korktukça da dindarlaşmaktadır, diyerek açıklamaktadır. Bununla birlikte Karaca'nın (2000) meslek grupları üzerinde gerçekleştirdiği bir çalışmada ise dindarların ölüm kaygısı düzeylerinin daha düşük olduğu yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Görüldüğü gibi her iki çalışmadan elde edilen sonuç birbirinden farklıdır. Kayıklık'ın (2003) orta yaş ve yaşlıları incelediği çalışmasında ise dini kendileri için çok önemli görenlerin ölüm kaygısı ölçeğinden daha yüksek puan aldıkları, buna karşılık öznel dindarlık algısının ölüm kaygısı düzeyini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir.

Ancak dindarlıkla kaygı arasındaki ilişkiler sadece ölüm kaygısıyla sınırlı değildir. Genel anlamda kaygı ile dindarlık arasındaki ilişkiyi de konu edinen pek çok çalışma mevcuttur. Beit-Hallahmi ve Argye'nin (1997) verdiği bilgiye göre bu çalışmalarda elde edilen bulgular, stres ve kaygı düzeyi en düşük olanların ya tam dindar ya da inançsızlar arasında daha çok olduğunu ortaya koyacak mahiyettedir. Bununla birlikte Rokeach (1960) belirli bir dinsel inanca sahip olan kişilerin dinsel inancı olmayanlara göre daha fazla kaygılı oldukları ve kendilerini baskı altında hissederek çeşitli psikosomatik rahatsızlıklardan şikâyet ettikleri yönünde bulgulara ulaşmıştır. Ülkemizde ise Yaparel (1987) inanç, ibadet, dua, dinsel duygu ve dinsel bilgiyle, yani dinsel hayatın farklı boyutları ile ferdin yaşadığı durumluk ve sürekli kaygı arasında tek yönlü ve tek boyutlu bir ilişkinin olmadığını tespit etmiştir. Yine Yaparel (1994) tarafından yürütülen bir başka çalışmada ise bireylerin yaşamlarını her yönüyle etkileyebilecek ve kendilerini kaygılı, umutsuz ve çaresiz bırakabilecek bir olay olan kanser hastalığı karşısında “Allah” ve “kader” gibi etkenlere daha fazla yükleme yaptıkları, bu tür yüklemelerin dindar kişiler tarafından daha çok tercih edildiği yönünde bulgulara erişilmiştir. Ayrıca depresyon ölçeğinden yüksek puan alan kişilerin düşük puan alanlara nispetle yaşanan trajik bir hadiseyi Allah'a ve kadere bağlı olarak açıkladıkları görülmüştür. Bu ise Pargament'in de (1997; 2003) vurguladığı üzere din ile başa çıkma davranışı arasında önemli bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Kaygı ile dindarlık arasındaki ilişkiyi konu edinen çalışmalar bir yönüyle insanın anlam arayışı ve yaşadığı olumsuz hadiselerle baş edebilme süreci üzerinde odaklanmaktadır. Bu çerçevede batıda yapılan pek çok çalışmada insanların hayat süreci içerisinde karşılaştıkları krizlerin sebep olduğu depresyon ve kaygı gibi duygulanımlarla baş edebilmek için genellikle dinsel akti-

viteleri artırdıkları ifade edilmektedir. Başka bir deyişle, dindar kişiler daha fazla dindarlaşılarak ve dinsel aktivitelere daha fazla sarılarak, dinden uzak bir hayat yaşayanlar ise dini önemsemeye başlayarak içinde bulundukları krizden çıkmaya çalışabilmektedirler. Bu süreçte dikkati çeken en önemli nokta, kişinin şahsî ihtiyaçlarına en uygun olan sahaya yönelme eğilimi göstermesidir. Bu sebeple bazı kişilerde inanma eğiliminin kuvvetlenmesi, bazılarında bireysel ya da toplu ibadetlere katılma, bazılarında daha sık dua etme vb. dinsel davranışlar ortaya çıkabilmektedir (Yaparel, 1987).

İnsanları kaygı karşısında güçlü kılan dinsel inanç ve semboller, eğer işlevlerini yerine getiremezse, bu durumda algılanan anlamsızlık ve kaos bireyleri huzursuz ve tedirgin edebilir. Hâlbuki dinler, mensuplarına verdiği bakış açısıyla, onların yaşanan her türlü olumsuzluktan bir anlam çıkarmalarını sağlamaya yardımcı olabilir. Çünkü Tanrı'ya ve kadere inanç karşılaşılabilecek en kötü tecrübelerin bile bir anlamının olduğunu öğreterek kişinin ümidini kaybetmesine engel olacaktır (Argyle, 2000; Pargament, 1997; 2003; Yaparel, 1987; Yapıcı, 2003).

Özetle söylenecek olursa, kuramsal açıdan kaygı ile dinsellik arasında kurulan olumsuz ilişkinin bazı ampirik çalışmalarda destek bulduğu görülmektedir. Bazı çalışmalarda ise her iki olgu arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Nitekim bir kısım araştırmalarda da anlamlı herhangi bir ilişkinin olmadığı yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Dolayısıyla konu ile ilgili olarak farklı dinsel ve sosyokültürel çevrelerde yeni çalışmaların yapılmasını beklemek durumundayız. Çünkü çalışmalar arttıkça hem genel anlamda ruh sağlığı ile dindarlık, hem de ruh sağlığının önemli bir göstergesi olarak kabul edilen kaygı ile dinsel hayat arasında nasıl bir ilişki olduğu daha açık bir şekilde kavramlaştırılabilir.

Araştırma

Amaç ve Sınırlılıklar

Bu çalışma genel anlamda din ile ruh sağlığı, özelde ise bireysel dindarlıkla öz saygı ve kaygı arasında nasıl bir ilişki olduğunu tespit etmeye yöneliktir. Ancak gerek uygulama yapılan örneklem sayısı ve spesifik özellikleri, gerekse verilerin bir yönüyle uygulamada kullanılan ölçeklere bağlı olarak ortaya çıkması ve bulguların da bu çerçevede yorumlanmaya çalışılması, elde edilen sonuçların genelleştirilmesi hususunda dikkatli davranmayı gerektirmektedir. Başka bir deyişle, ulaşılan bulgular bir yandan evren ve örneklem, öte yandan ise kullanılan ölçeklere bağlı olarak şekillenmektedir.

Hipotezler

- 1- Dinsel eğilim ile öz saygı ve kaygı arasında karşılıklı olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkacaktır. Buna göre:
 - A- İç güdümlü dindarların öz saygı düzeyleri dış güdümlü dindarlara nispetle daha yüksek olacaktır.
 - B- Dış güdümlü dindarlar dışsal fayda sağlayıcı gerekçelere ve dinin bireysel-sosyal işlevlerine dayanarak dinsel hayata daha fazla yöneldikleri için iç güdümlü dindarlara nispetle daha fazla kaygılı olacaklardır.
 - B- Gençlerin öz saygı düzeyleri ile kaygılı olma düzeyleri arasında anlamlı seviyede, fakat olumsuz yönde bir ilişki ortaya çıkacaktır.
- 2- Gençlerin öz saygı düzeyleriyle;
 - A- Öznel dindarlık algıları,
 - B- Dine önem verme düzeyleri,
 - C- Öznel dinî bilgi düzeyleri,
 - D- Namaz kılma sıklıkları,
 - E- Oruç tutma sıklıkları,
 - F- Dua etme sıklıkları arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkacaktır. Buna göre dinsel hayatın çeşitli boyutlarıyla ilişkisi artan bireylerin öz saygılarının da artacağı düşünülmektedir.
- 3- Gençlerin kaygılı olma düzeyleriyle;
 - A- Öznel dindarlık algıları,
 - B- Dine önem verme düzeyleri,
 - C- Öznel dinî bilgi düzeyleri,
 - D- Namaz kılma sıklıkları,
 - E- Oruç tutma sıklıkları,
 - F- Dua etme sıklıkları arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkacaktır. Buna göre dinsel hayatla ilişkisi artan bireylerin kaygı düzeylerinin azalacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Evren ve Örneklem

Araştırma Çukurova Üniversitesine bağlı altı farklı bölümde lisans düzeyinde öğrenim gören ve üniversite kampusu içerisinde kolay ulaşılabilir basit tesadüfi yöntemle seçilen 138'i kız (% 54.8), 114'ü erkek (% 45.2) olmak üzere toplam 252 öğrenci üzerinde 2003 yılı Kasım ayında gerçekleştirilmiştir. Örneklemen yaş ortalaması 21.46 olup (ss: 1.99), yaş aralığı 17-29'dur.

Tablo 1

Örneklemen Fakülte/ Bölümlere Göre Dağılımı

Fakülte / Bölüm	n	%
1 İlahiyat Fakültesi	28	11.1
2 Tıp Fakültesi	23	9.1
3 Ziraat Fakültesi	46	18.3
4 Mimarlık-Mühendislik Fakültesi	49	19.4
5 İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	41	16.3
6 Eğitim Fakültesi	56	22.2
7 Diğer (Meslek Yüksek Okulları)	9	3.6
TOPLAM	252	100.0

Tablo 1'de de görüleceği üzere, örneklemen % 11.1'i İlahiyat Fakültesinde, % 9.1'i Tıp Fakültesinde, % 18.3'ü Ziraat Fakültesinde, % 19.4'ü Mimarlık-Mühendislik Fakültesinde, % 16.3'ü İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde, % 22.2'si Eğitim Fakültesinde, % 3.6'sı ise Meslek Yüksek Okullarında eğitim öğretim görmektedir.

Ölçme Araçları ve Verileri, Analizde Kullanılan Teknikler

Araştırmada kullandığımız soru kâğıdı iki kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısımda gençlerin demografik bilgilerini içeren sorularla birlikte bağımsız değişken olarak onların dinsel tutum ve davranışlarını belirlemeye yarayan çeşitli sorular bulunmaktadır. İkinci kısımda ise üç farklı ölçek mevcuttur.

(i) *Dinsel Eğilim Ölçeği*: Allport ve Ross'un (1967) yirmi bir madde olarak geliştirdiği, Kayıklık (2000) tarafından Türk kültürüne uyarlanarak faktör analizine tâbi tutulan, son hâliyle on maddeden oluşan, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık eğilimini tespit etmeye yönelik likert tipi *dinsel eğilim ölçeğinden* düşük puan alanlar içe dönük, yüksek puan alanlar ise dışa dönük olarak kavramlaştırılmıştır.

(ii) *Öz Saygı Ölçeği*: Eysenck ve Wilson'dan (1998) hareketle Yapıcı (2004a, Yapıcı & Zengin, 2003) tarafından geliştirilen ve kullanılan on iki maddelik likert tipi bu ölçekten yüksek puan alanların öz saygı düzeyleri yüksek kabul edilmektedir.

(iii) *Sürekli Kaygı Ölçeği*: Öner ve LeComte (1983) tarafından geliştirilen yirmi maddeden oluşan likert tipi *sürekli kaygı ölçeği*nden yüksek puan alınması sürekli kaygı hâlinin şiddetini göstermektedir.

Söz konusu ölçekler, belirtilen çalışmalarda, geçerlilik ve güvenilirlik analizleri yapılarak kullanıldığı için yeniden geçerlilik analizine tâbi tutulmamış, sadece güvenilirlikleri ölçülmek için alpha değerlerine bakılmıştır. Tablo 2'deki alpha değerleri söz konusu ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Tablo 2

Ölçeklerin Güvenilirliğini Gösteren Alpha Değerleri

	Madde sayısı	Alpha
Dinsel Eğilim Ölçeği	10	.70
Öz Saygı Ölçeği	12	.81
Sürekli Kaygı Ölçeği	20	.72

Çalışmada hipotezleri test etmeye uygun olarak korelasyon ve Kruskal Wallis³ testleri kullanılmıştır. Ancak Kruskal Wallis testinde ortaya çıkan farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için de Mann-Whitney U testine müracaat edilmiştir.⁴

Bulgular

Hipotez 1'de dinsel eğilim, öz saygı ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkacağı, bu çerçevede iç güdümlü dindarların öz saygı düzeylerinin (hipotez 1-a), dış güdümlü dindarların ise kaygı düzeylerinin (hipotez 1-b) daha yüksek olacağı, dolayısıyla gençlerin öz saygısı ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı, fakat ters yönlü bir ilişkinin bulunacağı (hipotez 1-c) öngörülmüştü.

Tablo 3

Dinsel Eğilimle Öz Saygı ve Kaygı Arasındaki İlişki

	r	p
Dinsel Eğilim-Öz Saygı	.007	.918
Dinsel Eğilim-Kaygı	-.065	.312
Kaygı-Öz Saygı	-.635	.000

Tablo 3'teki verilere göre, iç güdümlü-dış güdümlü dindarlık eğilimi ile öz saygı ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki mevcut değildir ($p>.05$). Bu sonuç-

³ Verilerin çözümlenmesinin tek yönlü ANOVA ile yapılması düşünülüyse de parametrik bir istatistik olan ANOVA normal dağılımın yanı sıra her bir alt grupta asgari otuz frekans istediği için non-parametrik analizlerden faydalanma yoluna gidilmiştir

⁴ Verilerin girilmesinde ve çözümlenmesinde SPSS for Windows 11.00 istatistik paket programı kullanılmıştır.

lar hipotez 1-a ve 1-b'nin destek bulmadığını göstermektedir. Bununla birlikte öz saygı ölçeğinden yüksek puan alanların kaygı ölçeğinden düşük puan aldığı, yani gençlerin öz saygısı arttıkça kaygı düzeyinin düştüğü görülmektedir. Çünkü gençlerin her iki ölçekten aldıkları toplam puanların korelasyonu ters yönlü ve anlamlıdır ($r=-.635$; $p<.01$). Bu ise hipotez 1-c'nin desteklendiği anlamına gelmektedir.

Hipotez 2'de ise dinsel hayatla ilişkisi artan gençlerin öz saygı düzeylerinin de yükseleceği öngörülmüştü.

Tablo 4

Üniversiteli Gençlerin Farklı Dindarlık Göstergelerine Göre Öz Saygı Düzeyleri (Kruskal Wallis Testi)

Öznel Dindarlık	Grup	Kendinizi ne kadar dindar hissediyorsunuz?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Algısına Göre Öz Saygı	1	Hiç dindar değil.	24	152.96				
	2	Biraz dindar	110	110.05	3	9.741	.021	1 ile 2 arasında
	3	Dindar	102	131.85				
	4	Çok dindar	12	137.50				
Dine Önem Verme	Grup	Din sizin için ne kadar önemlidir?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Düzeyine Göre Öz Saygı	1	Hiç önemli değil.	10	165.10				
	2	Biraz önemli	25	109.32	3	5.427	.141	-
	3	Önemli	77	131.18				
	4	Çok önemli	136	120.53				
Öznel Açından Dinsel Bilgi	Grup	Dinsel konularda kendinizi ne kadar bilgili hissediyorsunuz?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Düzeyine Göre Öz Saygı	1	Hiç bilgim yok.	14	139.82				
	2	Biraz bilgim var.	145	111.62	3	13.773	.003	2 ile 3
	3	Bilgiliyim.	85	141.85				2 ile 4
	4	Çok bilgiliyim.	5	185.00				
Namaz İbadetini Yerine Getirme	Grup	Namaz kılar mısınız?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Düzeyine Göre Öz Saygı	1	Hiç namaz kılmam.	55	133.27				-
	2	Zaman zaman namaz kılarım.	130	121.27	2	1.102	.576	
	3	Namazlarımı düzenli olarak kılarım.	63	123.51				
Oruç İbadetini Yerine Getirme	Grup	Ramazan ayında oruç tutar mısınız?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Düzeyine Göre Öz Saygı	1	Hiç oruç tutmam.	31	138.16				
	2	Zaman zaman oruç tutarım.	35	136.91	2	2.720	.257	-
	3	Engelleyici bir durum yoksa düzenli olarak orucumu tutarım.	183	120.49				
Dua Etme Davranışına Göre Öz Saygı	Grup	Ne sıklıkla dua edersiniz?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
	1	Hiç	23	139.50				
	2	Bazen	73	108.78	2	5.354	.069	-
	3	Sık sık	152	129.78				

Tablo 4'e göre, "Hiç dindar değilim." diyenler 152.96 sıra ortalamasıyla en yüksek öz saygı puanına sahiptir. Bunları ise sırasıyla "Çok dindarım." (sıra ort: 137.50), "Dindarım." (sıra ort: 131.85) ve "Biraz dindarım." (sıra ort: 110.05) diyenler takip etmektedir. Kruskal Wallis testi gençlerin öznel dindarlık algılarıyla öz saygı düzeyleri arasında $p<.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymaktadır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla uygulanan Mann-Whitney U testi ise bunun "Hiç dindar değilim." diyenlerle (1. grup) "Biraz dindarım." diyenler (2. grup) arasındaki farklılıktan kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar hipotez 2-a'nın desteklenmediği anlamına gelmektedir. Çünkü "Hiç dindar değilim." diyenlerin öz saygı düzeyi "biraz dindar", "dindar" ve "çok dindar" olarak algılayanlardan daha fazladır. Üstelik "Hiç dindar değilim." (1. grup) diyenlerle "Biraz dindarım." (2. grup) diyenler arasındaki fark anlamlılık seviyesine ulaşmaktadır.

Tablo 4'teki veriler, "Din benim için hiç önemli değildir." diyenlerin en yüksek öz saygı puanına sahip olduğunu ortaya koymaktadır (sıra ort: 165.10). Bu grubu sırasıyla "önemli" (sıra ort: 131.18), "çok önemli" (sıra ort: 120.53) ve "biraz önemli" (sıra ort: 109.32) diyenler takip etmektedir. Ancak Kruskal Wallis testine göre gruplar arasındaki bu farklılıklar anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır ($p>.05$). Bu da dine önem verme düzeyine bağlı olarak öz saygının da artacağı yönündeki hipotezin (2-b) destek bulmadığı anlamına gelmektedir.

Dinsel konularda öznel açıdan "çok bilgili" olduğunu ifade eden gençlerin öz saygılarının da yüksek olduğu görülmektedir (sıra ort: 185.00). "Bilgiliyim." (sıra ort: 141.85) diyenler ise ikinci sırada yer almaktadır. Bunları ise "Hiç bilgim yok." (sıra ort: 139.82) ve "Biraz bilgim var." (sıra ort: 111.62) diyenler takip etmektedir. Kruskal Wallis testi sonuçları gruplar arasında $p<.05$ düzeyinde anlamlı bir farklılığın olduğunu, Mann Whitney U testi ise bu farklılığın kendilerini "biraz bilgili" (2. grup) ile "bilgili" (3. grup), "biraz bilgili" (2. grup) ile "çok bilgili" (4. grup) kabul edenler arasındaki farklılıktan kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar hipotez 2-c'nin desteklendiğini göstermektedir. Çünkü hem ortalama puan itibarıyla öznel dinsel bilgi düzeyi arttıkça öz saygı puanında da artış olmakta, hem de gruplar arasındaki bu farklılıklar anlamlılık seviyesine ulaşmaktadır.

Namaz ibadetini ifa etme/etmemeye göre gençlerin öz saygı ölçeğinden aldıkları puanlara bakılacak olursa, sıra ortalaması itibarıyla "Hiç namaz kılmam." diyenlerin 133.27, "Namazlarımı düzenli olarak kılarım." diyenlerin

123.51, “Zaman zaman namaz kılarım.” diyenlerin ise 121.27 puan almış olduğu görülmektedir. Kruskal Wallis testine göre gençlerin namaz ibadetini ifa edip etmeme durumuna göre öz saygı düzeylerinde herhangi bir farklılık ortaya çıkmamaktadır. Zira gruplar arasında ortaya çıkan çok küçük puan farklılıkları anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır ($p>.05$). Bu da namaz ibadetini yerine getirip getirmemeye veya namazları düzenli olarak kılip kılmamaya göre gençlerin öz saygı düzeylerinin farklılaşmadığı anlamına gelmektedir. Buna göre hipotez 2-d destek bulmamıştır.

Gençlerin ramazan ayında oruç tutma davranışına göre öz saygı düzeyleri şu şekilde tespit edilmiştir: “Hiç oruç tutmam.” diyenler 138.16 sıra ortalaması ile en yüksek öz saygı puanına sahiptir. Sıra ortalaması itibarıyla, zaman zaman oruç tuttuklarını ifade edenler 136.91; “Engelleyici bir durum yoksa düzenli olarak orucumu tutarım.” diyenler ise 120.49 puan almıştır. Her ne kadar gruplar arasında kısmi farklılıklar olsa da Kruskal Wallis testi bunların anlamlılık seviyesine ulaşmadığını ortaya koymaktadır ($p>.05$). Hipotez 2-e’nin desteklenmediği anlamına gelen bu sonuca göre, oruç ibadetine yönelik davranışlarla öz saygı arasında istatistiksel anlamda herhangi bir ilişki bulunmamaktadır.

Gençlerin dua etme sıklıklarına göre öz saygı düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığı meselesinde ise öz saygı düzeyi en yüksek olanların “Hiç dua etmem.” diyenler olduğu görülmektedir (sıra ort: 139.50). İkinci sırada “Sık sık dua ederim.” diyenler bulunmaktadır (sıra ort: 129.78). “Bazen dua ederim.” diyenler ise öz saygı ölçeğinden en düşük puanla son sırada yer almışlardır (sıra ort: 108.78). Her üç grup arasında küçük farklılıklar olsa da Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre bu durum anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır ($p>.05$). Buna göre hipotez 2-e destek bulmamıştır.

Hipotez 3’te ise, dinsel hayatın çeşitli göstergeleri açısından dinsel hayatla ilişkisi kuvvetli olan gençlerin kaygı düzeylerinin azalacağı ileri sürülmüştü.

Tablo 5’e göre kaygı düzeyi en yüksek olanlar kendilerini “Hiç dindar değilim.” şeklinde tanımlayanlardır (sıra ort: 152.98). Bunları ise sırasıyla “Çok dindarım.” (sıra ort: 130.54) ve “Dindarım.” (sıra ort: 129.15) diyenler takip etmektedir. “Biraz dindar” olduklarını söyleyenler ise en az kaygılı olan grubu oluşturmaktadır (ort: 114.75). Gruplar arasındaki bu farklılıklar, Kruskal Wallis testine göre anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır ($p>.05$). Bu da hipotez 3-a’nın destek bulmadığı anlamına gelmektedir.

Gençlerin dine önem verme ya da kendileri için dini önemli kabul edip etmemelerine göre kaygı düzeylerinde kısmi farklılıklar ortaya çıkmıştır. Bu çerçe-

Tablo 5

Üniversiteli Gençlerin Farklı Dindarlık Göstergelerine Göre Kaygı Düzeyleri (Kruskal Wallis Testi)

Öznel Dindarlık	Grup	Kendinizi ne kadar dindar hissediyorsunuz?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Algısına Göre Kaygı	1	Hiç dindar değil.	23	152.98				
	2	Biraz dindar	111	114.75	3	6.148	.105	-
	3	Dindar	103	129.15				
	4	Çok dindar	12	130.54				
Dine Önem Verme	Grup	Din sizin için ne kadar önemlidir?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	P	Farklılık
Düzeyine Göre Kaygı	1	Hiç önemli değil.	9	130.78				
	2	Biraz önemli	25	121.84	3	1.684	.641	-
	3	Önemli	78	133.29				
	4	Çok önemli	137	120.48				
Öznel Açından Dinsel Bilgi	Grup	Dinsel konularda kendinizi ne kadar bilgili hissediyorsunuz?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	P	Farklılık
Düzeyine Göre Kaygı	1	Hiç bilgim yok.	14	128.54				
	2	Biraz bilgim var.	146	114.46	3	8.685	.034	2 ile 3
	3	Bilgiliyim.	85	142.82				2 ile 4
	4	Çok bilgiliyim.	5	144.90				arasında
Namaz İbadetini Yerine Getirme	Grup	Namaz kılar mısınız?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	P	Farklılık
Düzeyine Göre Kaygı	1	Hiç namaz kılmam.	54	127.72				
	2	Zaman zaman namaz kılarım.	132	120.08	2	1.467	.480	-
	3	Namazlarımı düzenli olarak kılarım.	63	132.97				
Oruç İbadetini Yerine Getirme	Grup	Ramazan ayında oruç tutar mısınız?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	P	Farklılık
Düzeyine Göre Kaygı	1	Hiç oruç tutmam.	30	141.88				
	2	Zaman zaman oruç tutarım.	36	109.04	2	3.425	.180	-
	3	Engelleyici bir durum yoksa düzenli olarak orucumu tutarım.	184	126.05				
Dua Etme Davranışına Göre Kaygı	Grup	Ne sıklıkla dua edersiniz?	n	Sıra Ort.	sd	x ²	p	Farklılık
Göre Kaygı	1	Hiç	23	147.76				
	2	Bazen	74	117.24	2	3.167	.205	-
	3	Sık sık	152	125.33				

vede dini kendileri için “önemli” kabul edenlerin en yüksek kaygı puanına sahip olan grubu oluşturduğu görülmektedir (sıra ort: 133.29). Bunları ise sırasıyla “Din benim için hiç önemli değil.” (sıra ort: 130.78), “biraz önemli” (sıra ort: 121.84) ve “çok önemli” (sıra ort: 120.48) diyenler takip etmektedir. Gruplar arasında gözlenen kısmi farklılıklara rağmen, Kruskal Wallis testi sonuçları, söz konusu farklılıkların anlamlılık seviyesine ulaşmadığını ortaya koymaktadır ($p>.05$). Bu sonuca göre hipotez 3-b desteklenmemiştir.

Öznel açıdan dinsel bilgi düzeyine göre en çok kaygılı olanlar dinsel konularda “Çok bilgiliyim.” (sıra ort: 144.90) diyenlerdir. Bu hususta “Bilgiliyim.” di-

yenler ise 142.82 sıra ortalamasıyla ikinci sırada yer almaktadır. Bunları ise “Hiç bilgim yok.” (sıra ort: 128.54) ve “Biraz bilgim var.” (sıra ort: 114.46) diyenler takip etmektedir. Kruskal Wallis testi sonuçları gruplar arasında $p < .05$ düzeyinde anlamlı bir farklılık olduğunu, Mann Whitney U testi ise bu farklılığın dinsel konularda kendilerini “biraz bilgili” (2. grup), “bilgili” (3. grup) ve “çok bilgili” (4. grup) kabul edenler arasındaki farklılıktan kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Bu sonuca göre hipotez 3-c desteklenmiştir.

Gençlerin namaz ibadetini yerine getirip getirmemeleri kaygı düzeylerini farklılaştırmamaktadır. Zira kaygı ölçeğinden sıra ortalaması itibarıyla “Namazlarımı düzenli olarak kılarım.” diyenler 132.97, “Hiç namaz kılmam.” diyenler 127.72, “Zaman zaman namaz kılarım.” diyenler ise 120.08 puan almış görünmektedirler. Ancak Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre her üç grup arasında var olan söz konusu kısmî farklılıklar anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır ($p > .05$). Böylece hipotez 3-d destek bulmamıştır.

Oruç ibadetini ifa edip etmemekle kaygı arasındaki ilişkiye gelince, “Hiç oruç tutmam.” diyenler 141.88 sıra ortalamasıyla en fazla kaygılı olan grubu oluşturmaktadır. Bunları ise sırasıyla “Engelleyici bir durum olmadığı sürece ramazan ayında düzenli olarak orucumu tutarım.” (sıra ort: 126.05) ve “Zaman zaman oruç tutarım.” (sıra ort: 109.04) diyenler takip etmektedir. Her üç grup arasında küçük farklılıklar olsa da Kruskal Wallis testi bu durumun anlamlılık seviyesine ulaşmadığını göstermektedir ($p > .05$). Bu ise hipotez 3-e’nin desteklenmediği anlamına gelmektedir.

Meseleye dua etme davranışı ile kaygılı olma arasındaki ilişki açısından bakılacak olursa, en fazla kaygılı olanlar “Hiç dua etmem.” diyenlerdir (sıra ort: 147.76). Bunları ise sırasıyla “Sık sık dua ederim.” (ort: 125.33) ve “Bazen dua ederim.” diyenler (sıra ort: 117.24) takip etmektedir. Her ne kadar gruplar arasında kısmî farklılıklar olsa da bu durum, Kruskal Wallis testine göre, anlamlılık seviyesine ulaşmamaktadır ($p > .05$). Bu sonuç da hipotez 3-f ile uyumlu değildir.

Tartışma

Üniversiteli gençlerin dinsel hayatın çeşitli boyutlarıyla ilişkileri çerçevesinde öz saygı ve kaygı düzeylerinin araştırıldığı bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre hipotez 1-a ve 1-b destek bulmamıştır. Bu ise dinsel eğilimle, yani iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlıkla öz saygı ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı anlamına gelmektedir. Başka bir deyişle üniver-

siteli gençlerin dindarlık eğilimleri öz saygı ve kaygı bağlamında, onların ruh sağlıklarıyla ilişkili görünmemektedir. Kaygı ile öz saygı arasında anlamlı, fakat ters yönlü bir ilişki olması, yani öz saygı düzeyi arttıkça kaygı hâlinin azalması, kaygı hâli arttıkça da öz saygı düzeyinin düşüş göstermesi ise beklediğimiz bir sonuç olup hipotez 1-c ile uyumludur. Gençler üzerinde gerçekleştirilen ve kaygı ile öz saygı arasındaki ilişkiyi konu edinen başka çalışmalarda da benzer bulgular elde edilmiştir (Yörükoğlu, 1988). Bu ise benlik saygısı yüksek olan gençlerin hem kendilerine hem de sosyal çevrelerine güvenen, bu nedenle de fazla depresif ve kaygılı olmayan kişiler olduğunu ortaya koymaktadır.

Hipotez 1 ve elde edilen bulgular çerçevesinde genel bir değerlendirme yapılacak olursa, kişilik çizgisine bağlı dinsel eğilim ile psikososyal uyumun göstergelerinden kabul edilen öz saygı ve kaygı arasında anlamlı bir ilişkinin olmaması dolayısıyla söz konusu psikolojik özelliklerin dinsel kişiliği ve buradan hareketle dinsel yaşayışı etkilemediği düşünülebilir. Öz saygı düzeyi kişinin kendisine güvenmesini, kaygı da endişeyi ve yerine göre depresif hareketleri besleyen psikolojik bir süreç olarak kabul edildiğinde, öz saygı ile kaygı arasında negatif bir ilişkinin olması doğal bir sonuçtur. Ancak Allport'un (& Rose, 1967) ileri sürdüğü iç güdümlü ve dış güdümlü dinsel eğilim çizgileri de bireyin sosyal uyumuyla yakından ilişkilidir. Çünkü özellikle Hristiyan kültür çevresinde yapılan çalışmalarda, dini bir araç olarak kullanılan dış güdümlü dindarların, sosyal ilişkileri etkileyen ön yargı, hoşgörüsüzlük ve dogmatizm düzeylerinin iç güdümlü dindarlara nispetle daha yüksek olduğu yönünde bulgulara ulaşılmıştır (Allport, 1954; 1960; 1966; Allport & Ross, 1967). Her ne kadar ön yargı, hoşgörüsüzlük ve dogmatizm sosyokültürel sebeplerden beslense de bunlar, aynı zamanda, bireyin kaygı, endişe ve güvensizlik duygularıyla da desteklenen olgulardır (Rokeach, 1960). Yine Beit-Hallahmi ve Argyle'nin (1997) "*Acaba ne tür dindarlık bireylerin ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir?*" şeklinde ön plana çıkardıkları soru ve yapılan çeşitli çalışmalara dayanarak buna "*iç güdümlü dindarlık*" diyerek verdikleri cevapla birlikte, öz saygısı yüksek, kaygısı düşük olanların ruh sağlığının daha iyi düzeyde olacağı varsayımı da dikkate alınacak olursa; hipotez 1'in kuramsal açıdan isabetli bir şekilde kurgulandığı düşünülebilir. Buna göre hipotez 1-b çerçevesinde dış güdümlü dindarların daha ziyade dışsal pragmatik gerekçelerle ve dinin bireysel-sosyal işlevlerine dayanarak dinsel hayata yöneldikleri için, bunların iç güdümlü dindarlara oranla daha fazla kaygılı olacakları öngörülmüştü. Doğrusu bu öngörü iç gü-

dümlü dindarların öz saygı düzeylerinin, dış güdümlü dindarların öz saygı düzeylerine nispetle daha yüksek olacağı hipoteziyle de (1-a) yakından ilişkili olarak ileri sürülmüştü. Kaygı ile öz saygı arasında, öngörüldüğü üzere, ters yönlü ve anlamlı bir ilişkinin ortaya çıkması ise elde edilen sonuçların sistematik bir ölçek hatasından kaynaklanmadığını gösterecek mahiyettedir. Bu durumda hipotez 1-a ve 1-b'nin destek bulmaması daha da anlamlı bir hâle gelmektedir. Başka bir deyişle, üniversiteli gençlerin dinsel eğilimlerinin öz saygı ve kaygı düzeyleriyle ilişkili olmaması, kişilik ve kültürün oluşmasında dinin oynadığı rolün Hristiyan batı toplumlarına nispetle Müslüman Türk toplumunda daha farklı bir seyir izlediği düşüncesini akla getirebilir. Bu ise düşük öz saygı ve yüksek kaygı düzeyinin dinsel eğilimleri etkileyebileceği şeklindeki öngörülerin, en azından, kültürel anlamda Müslüman dünya görüşüne sahip üniversiteli gençler açısından, yeniden gözden geçirilmesini gerekli kılmaktadır. Çünkü bu çalışmadan elde edilen sonuçlar, batıda yapılan ve genellikle iç güdümlü dindarların zihinsel ve duygusal açıdan daha sağlıklı oldukları şeklinde dile getirilen bulgularla uyuşmamaktadır (Argyle, 2000; Argyle & Beit-Hallahmi, 1975). Bu da, Allport ve Ross'un (1967) sosyokültürel ve dinsel açıdan farklı bir çevrede geliştirdiği kavramların Müslüman bireylerin kategorize edilmesinde sağlıklı sonuçlar vermediği şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca batıda yapılan çalışmalarla, bu araştırmadan elde edilen bulguların farklılık göstermesi, kullanılan ölçeklerden ve seçilen örneklemın spesifik özelliklerinden de kaynaklanmış olabilir.

Hipotez 2'de ise gençlerin öz saygı düzeyleri ile *öznel dindarlık algıları, dine önem verme ve öznel dinsel bilgi seviyeleri, namaz kılma, oruç tutma ve dua etme sıklıkları* arasında anlamlı ilişkilerin ortaya çıkacağı öngörülmüştü. Elde edilen bulgulara göre hipotez 2-a, 2-b, 2-d, 2-e destek bulmamış, 2-c ise desteklenmiştir. Zira ulaşılan sonuçlara göre gençlerin öznel dindarlık algısı yükseldikçe öz saygı düzeylerinde anlamlı bir yükselme söz konusu olmamakta, bilâkis "Hiç dindar değilim." diyenlerin öz saygı düzeyleri kendilerini "biraz dindar", "dindar" ve "çok dindar" olarak algılayanlardan daha yüksek çıkmaktadır. Üstelik "Hiç dindar değilim." diyenlerin "Biraz dindarım." diyenlere oranla daha yüksek öz saygı puanına sahip olması istatistiksel olarak anlamlılık seviyesine ulaşmaktadır ($p < .05$). Bu ise şu anlama gelmektedir: Üniversiteli gençler arasında kendilerini tanımlarken "Hiç dindar değilim." diyenlerin öz saygı düzeyi daha yüksektir. Kendilerini "biraz dindar" olarak algılayanların en düşük puanı almaları ise bu kategoriye oluşturan gençlerin ne gerektiği gibi dine yönelebildikleri ne de dinden tamamen ko-

pabildikleri, bu hâliyle onların kısmen dinsel kaygılar taşıdıkları, bu durumun da onlarda bir kararsızlık ve hatta, az da olsa dinsel değerlerin etkisini üzerlerinde hissettikleri için, gereği gibi dinsel hayata önem verememeleri sebebiyle suçluluk duygusu oluşturduğu şeklinde yorumlanabilir. Nitekim dini kendileri için “biraz önemli” görenlerin, diğer gruplarla anlamlı bir düzeyde farklılaşmamakla birlikte, en düşük öz saygı puanına sahip olması, dinsel bilgi açısından kendilerini “biraz bilgili” olarak tanımlayanların en düşük öz saygı düzeyine sahip olması (bk. Tablo 4) bu yorumu destekleyici veriler olarak değerlendirilebilir.

Dine önem verme düzeyiyle birlikte namaz kılma, oruç tutma ve dua etme gibi dinsel pratikleri yerine getirip getirmemenin gençlerin öz saygı düzeylerini anlamlı bir biçimde farklılaştırmadığı da tespit edilmiştir. Bu da dinsel hayatın çeşitli boyutlarıyla ilişkisi artan bireylerin öz saygılarının da artacağı düşüncesine dayanan hipotez 2'nin destek bulmadığı anlamına gelmektedir. Gerek bu hipotezin, gerekse buna bağlı alt hipotezlerin desteklenmemesi iki farklı düşünceyi akla getirebilir: *Birincisi*, gerek dindarlık algısı ve dine önem verme düzeyi gerekse dinsel pratiklerin yapılıp yapılmaması bireylerin öz saygı düzeyleriyle ilişkili bir olgu değildir. Başka bir deyişle öz saygı dinsel değişkenlerle ilişkili olmayıp farklı süreçlerden beslenen psikolojik bir durum olarak kavramlaştırılabilir. *İkincisi*, aşağılık kompleksi yaşayanların dine ve bu çerçevede her şeye gücü yeten ilâhî bir varlığa inanıp bağlanmakla öz saygı düzeylerinin yükselebileceği şeklindeki yaklaşım (Adler & Jahn, 1958) örneklem grubumuz çerçevesinde desteklenmemektedir. Yine üniversiteli gençler üzerinde Yapıcı (2004a) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada dine önem verme düzeyi ile öz saygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılığın ortaya çıkmaması, Yapıcı ve Zengin (2003) tarafından yapılan bir araştırmada da dinin etkisini hissetme ile öz saygı düzeyi arasında herhangi bir ilişki tespit edilmemesi bu çalışmada ulaşılan sonuçları destekleyici niteliktedir.

Hipotez 2 çerçevesinde desteklenen tek hipotez *özel dinsel bilgi* düzeyi arttıkça öz saygı düzeyinin de artacağı şeklindeki öngörüdür (hipotez 2-c). Bu ise entelektüel düzeyin öz saygıyı artırabileceği şeklinde değerlendirilebilir. Ancak, bu noktada belirtmek gerekir ki her ne kadar Stark ve Glock (1969; Glock, 1998) dinsel açıdan bilgili olmayı dindarlığın boyutları içinde kavramlaştırsalar da bu husus ciddi biçimde tartışılmakta ve itirazlara maruz kalmaktadır. Bu bağlamda dindarlıkla yakından ilişkili olsa da dinsel bilgi düzeyinin temelde dindarlığın boyutları içerisinde yer almadığı ileri sürülmektedir (Onay, 2001; Yapıcı, 2004b). Bu yaklaşım kabul edilecek olursa,

dindarlık algısı ve *ibadetler* ile öz saygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmamışken, *dinsel bilgi* ile öz saygı arasında anlamlı bir ilişkinin ortaya çıkması daha rahat anlaşılabilir. Buradan hareketle öz saygı ile öznel dinsel bilgi algısı arasındaki olumlu ilişkinin bizzat dinden değil, dinsel konulardaki entelektüel birikimlerin beraberinde getirdiği güven duygusundan kaynaklandığı düşünülebilir. Bununla birlikte “Biraz dindarım.”, “Din benim için biraz önemli.” ve “Dinsel konularda biraz bilgiliyim.” diyen her üç grubun öz saygı ölçeğinden en düşük puanı almış olması da dikkat çekici bir husustur. Bu da muhtemelen “biraz”lık ve bu durumun beraberinde getirdiği dinsel yaşayışta yeterli olamama duygusu ve düşüncesinin, gençlerde suçluluk hissini harekete geçirerek onların kendilerini çeşitli açılardan yetersiz görmelerine sebep olmuş olabilir. Kanaatimizce gençlerin kendilerini dinsel bilgi açısından biraz yeterli görmeleri, bilgili olmanın verebileceği temel güven duygusunun eksik kalmasına neden olmakta, bu da muhtemelen onların öz saygı düzeylerinin düşmesine sebep teşkil etmektedir.

Hipotez 3'te dinsel hayatla ilişkisi artan bireylerin kaygı düzeylerinin azalacağı öngörülmekteydi. Buna göre gençlerin kaygılı olma düzeyleriyle, *öznel dindarlık algıları*, *dine önem verme seviyeleri*, *öznel dini bilgi durumları*, *namaz kılama*, *oruç tutma* ve *dua* gibi dinsel pratikleri ifa etmeleri arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkacağı ileri sürülmüştü. Elde edilen bulgular, hipotez 3-a, 3-b, 3-d ve 3-e'nin desteklenmediğini, 3-c'nin ise destek bulduğunu göstermektedir. Bu şu anlama gelmektedir: Gençlerin kendilerini dindar olarak algılayıp algılamamaları, dini kendileri için önemli görüp görmemeleri, namaz, oruç ve dua gibi ibadetleri ifa edip etmemeleri, onların kaygı hâlleriyle ilişkili olarak farklılaşmamakta ya da kaygı düzeyleri onların dinsel hayatlarına yönelik tutum ve davranışlarını etkilememektedir. Ancak öznel dinsel bilgi düzeyi açısından kendilerini “bilgili” ve “çok bilgili” olarak algılayanların kaygı düzeylerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Bunlar dinsel konularda “Hiç bilgim yok.” diyenlerden kaygı puanı itibarıyla anlamlı bir şekilde farklılaşmasa da “Dinsel konularda biraz bilgim var.” diyenlerden $p<.05$ düzeyinde farklılaşmaktadır (bk. Tablo 5). Dinsel konularda bilgili ve çok bilgili olduklarını söyleyenlerin kaygı düzeylerinin yüksek olması kısmen Tillich'in (2000) imanı nihaî kaygı olarak tanımlamasıyla da izaha çalışılabilir.

Her ne kadar sonuçlar anlamlılık seviyesine ulaşmasa da, *namaz ibadetini düzenli olarak yerine getirenlerin hiç namaz kılmayan ve namazlarını zaman zaman kılanlara* nispetle kaygı düzeylerinin ortalama puan itibarıyla yüksek olması, kaygı hâlinin ibadetlere yönelmede işlevsel bir değere sahip olduğu

şeklinde değerlendirilebilir. Ancak oruç ibadeti söz konusu olduğunda durum biraz farklılaşmaktadır. Çünkü, gruplar arasındaki farklılıklar anlamlı olmasa da elde edilen sonuçlara göre, en fazla kaygılı olanlar hiç oruç tutmayanlardır. En az kaygılı olanlar ise zaman zaman oruç tuttuğunu söyleyenlerdir. Bu durumda ramazan ayında düzenli olarak oruç tuttuğunu söyleyenler her iki grup arasında yer almaktadır. Yine sonuçlar anlamlı olmamakla birlikte, “Hiç dua etmem.” diyen gençlerin kaygı düzeylerinin yüksek, “Sık sık dua ederim.” diyenlerin ise düşük olması, duanın kaygıyı azaltıcı bir işleve sahip olduğu şeklinde değerlendirilebilir. Bu da dinin bireyin yaşadığı sıkıntı ve kaygılarla baş edebilmesi hususunda psikolojik bir direnç sağlayabileceği şeklindeki görüşle uyumludur (Argyle, 2000; Pargament, 1997; 2003). Bu bağlamda Peker de (2003: 119) ibadetin insanı gerginlik, kaygı ve stresten kurtararak ruh sağlığının korunmasına yardımcı olabileceğini söylemektedir. Zira yapılan pek çok çalışmada insanların günlük yaşamları içerisinde karşılaştıkları krizlerin sebep olduğu depresyon ve kaygı gibi duygulanımlarla baş edebilmek için genellikle dinsel aktiviteleri artırdıkları ifade edilmektedir. Bu bağlamda dindar kişiler daha fazla dindarlaşarak ve dinsel etkinliklere daha fazla zaman ayırarak, dinden uzak bir hayat yaşayanlar ise dini önemsemeye başlayarak içinde bulundukları krizden çıkmaya çalışabilmektedirler. Bu süreçte dikkati çeken en önemli nokta, kişinin şahsî ihtiyaçlarına en uygun olan sahaya yönelme eğilimi göstermesidir. Bu sebeple bazı kişilerde inanma eğiliminin kuvvetlenmesi, bazılarında bireysel ya da toplu ibadetlere katılma, bazılarında daha sık dua etme vb. dinsel davranışlar ortaya çıkabilmektedir (Yaparel, 1987). Çalışmamızda namaz kılma, oruç tutma ve sıklıkla dua etme davranışıyla ferdin kaygılı olması arasında (istatistiksel olarak anlamlılık seviyesine ulaşmamakla birlikte) farklı eğilimsel çizgilerin görülmesi de bu bağlamda değerlendirilebilir. Verilerden anlaşıldığı kadarıyla üniversiteli gençler kaygı ile başa çıkmada duaya daha fazla müracaat etme eğilimi göstermektedirler. Aslına bu durum, duanın iyileştirici ve moral verici gücünün birey üzerindeki yansımalarının doğal bir sonucu olarak da düşünülebilir (Catalan, 1994).

Bununla birlikte, buraya kadar yaptığımız yorumları bir yönüyle ihtiyatla karşılamak gerekir. Çünkü elde edilen bulgulara göre ortalama puanlar farklılaşsa da kaygı ile dindarlık arasındaki ilişki, dinsel bilgi düzeyi istisna tutulursa, istatistiksel açıdan anlamlı değildir. Bu ise ruh sağlığının göstergelerinden kabul edilen kaygı hâlinin bireyin dinsel hayatını doğrudan etkilemediği ya da dindarlığın kaygıyı anlamlı bir biçimde azaltıcı bir işlev üstlenme-

diği şeklinde yorumlanabilir. Ancak her ne kadar namaz ibadeti konusunda zaman zaman namaz kılanlar en az kaygılı grubu oluştursa da, hiç dua etmeyenlerin ve hiç oruç tutmayanların diğer alt gruplara oranla daha fazla kaygılı olan grubu oluşturması, dinsel davranışlarla kaygı arasındaki ilişkinin doğrusal ve tek yönlü olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Nitekim Yaparel (1987), Yıldız (1998), Karaca (2000) ve Kayıklık'ın (2003) dindar olmakla çeşitli kaygı türleri arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalardan farklı bulguların elde edilmesi de söz konusu iki olgu arasındaki ilişkinin eğrisel olduğunu ortaya koyacak mahiyettedir.

Araştırma, yüksek öğrenim gören sınırlı sayıda genç üzerinde gerçekleştirildiği için buradan elde edilecek sonuçların genellenmesi hususunda dikkatli davranmak gerekir. Psikososyal uyum göstergeleri ile dinsel hayat arasında nasıl bir ilişki olduğu hususunda farklı örneklemeler üzerinde ve farklı yöntemlerle çok çeşitli çalışmaların yapılmasına ihtiyaç vardır. Ancak bu çalışmalarda elde edilen bulgulardan hareketle yorumlar yapılırken de yine ihtiyatlı olunmalıdır. Zira Yaparel'in de (1987: 75) vurguladığı üzere, elde edilen sonuçlar itibarıyla dinsel hayatla ruh sağlığının göstergeleri arasında olumsuz bir ilişki ortaya çıkıyorsa, bu durum açıklanırken “Dindarlık ruh sağlığını olumsuz etkiliyor.” şeklinde bir değerlendirme yapmak isabetli değildir. Ancak elde edilen bulgulardan hareketle dindarlığın ruh sağlığına olumlu katkısı varsa, bu noktada *her iki olgu arasında bir ilişkinin var olduğu* şeklinde yorum ve değerlendirme yapılabilir.

Kaynakça

- Adler, A. & Jahn, E. (1958). *Religion et psychologie individuelle comparée* (Traduction du H. Schaffer). Paris: Payot (Originali 1933).
- Adler, A. (1993). *Yaşamın anlamı ve amacı* (çev. K. Şipal). İstanbul: Say Yay. (Orijinali 1933).
- Adler, A. (1998). *İnsan tabiatını tanıma* (çev. A. Törükan). Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yay. (Orijinali 1927).
- Akgül, M. (2004). Yaşlılık ve dindarlık: Dindarlık hayattan zevk alma ve mutluluk ilişkisi. *Dini Araştırmalar*, 7 (19), 19-56.
- Allport, G. W. & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 432-443.
- Allport, G. W. (1950). *The individual and his religion: A psychological interpretation*. London: The Macmillan Company.
- Allport, G. W. (1954). *The nature of prejudice*. Cambridge: Addison Wesley.

- Allport, G. W. (1960). *Personality and social encounter: Selected essays*. Boston: Beacon Press.
- Allport, G. W. (1966). The religious context of prejudice. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 5, 447-457.
- Argyle, M. & Beit-Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. London & Boston: Routledge & Kegan Paul.
- Argyle, M. (2000). *Psychology and religion: An introduction*. London: Routledge.
- Bacanlı, H. (1997). *Sosyal ilişkilerde benlik: Kendini ayarlamının psikolojisi*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yay.
- Bahadır, A. (1999). *Hayatın anlam kazanmasında psiko-sosyal faktörler ve din*. Yayınlanmamış doktora tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Bahadır, A. (2000). *İnsanın anlam arayışı ve din: Logoterapik bir araştırma*. İstanbul: İnsan Yay.
- Batson, D. C. & Ventis, L. W. (1982). *The religious experience: A social-psychological perspective*. Oxford: Oxford University Presses.
- Beit-Hallahmi, B. & Argyle, M. (1997). *The psychology of religious behavior, belief and experience*. London & New York: Routledge.
- Beit-Hallahmi, B. (1989). *Prolegomena to the psychological study of religion*. Lewisburg, PA: Bucknell University Press.
- Catalan, J.-F. (1994). *L'homme et sa religion: Approche psychologique*. Paris: Desclée de Brouwer.
- Cüceloğlu, D. (1994). *İnsan ve davranış: psikolojinin temel kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dittes, J. E. (1969). Psychology of religion. In: G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), *The Handbook of Social Psychology* 5, (pp. 602-659). London: Addison-Wesley.
- Ekşi, H. (2001). *Başaçıkma, dinî başaçıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma: Eğitim, ilahiyat ve mühendislik fakültesi öğrencilerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış doktora tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Ellis, A. (1980). Psychotherapy and atheistic values: A response to A. E. Bergin's "psychotherapy and human values". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 635-639.
- Ersanlı, K. (1996). *Benliğin gelişimi ve görevleri*. Samsun: Eser Ofset.
- Eysenck, H. J. & Wilson, G. (1998). *Kişiliğinizi tanıyın* (çev. E. Erduran). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Frankl, V. E. (1991). *İnsanın anlam arayışı* (çev. S. Budak). Ankara: Edesos Yay. (Orijinali 1959).
- Frankl, V. E. (1994). *Duyulmayan anlam çılgılığı: Psikoterapi ve hümanizm* (çev. S. Budak). Ankara: Öteki Yay. (Orijinali 1978).
- Freud, S. (1995). *L'avenir d'une illusion* (Traduit par A. Balseinte, J.-G. Delarbre & D. Hartmann). Paris: Quadrige & PUF (Orijinali 1927).
- Fromm, E. (1993). *Psikanaliz ve din* (çev. A. Arntan). İstanbul: Arntan Yay. (Orijinali 1950).
- Gartner, J. (1996). Religious commitment mental health and prosocial behavior: A review of the empirical literature. In: E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the Clinical Practice of Psychology* (pp. 187-214). Washington: American Psychological Association.
- Glock, C. Y. (1998). Dindarlığın boyutları üzerine (çev. M. E. Köktaş), Y. Aktay, M. E. Köktaş (drl.), *Din Sosyolojisi içinde* (ss. 252-274). Ankara: Vadi Yay.
- Godin, A. (1986). *Psychologie des expérience religieuse: Le desir et la réalité*. Paris: Le Centurion.
- Gorsuch, R. L. (1998). Din psikolojisi (çev. A. Kuşat), *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10, 226-248.
- Güleç C. (1999). Hümanistik psikoloji açısından kaygı sorunsalı ve kendini gerçekleştirme kavramı. *Doğu Batt*, 2 (6), 159-165.
- Güleç, C. (2002). *İnsana yolculuk: Yaşam-psikoterapiler-siyaset*. Ankara: HYB Yay.
- Güney, S. (2000). *Davranış bilimleri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Gürses, İ. (2001). *Kölelik ve özgürlük arasında din: Üniversite öğrencileri üzerinde sosyal psikolojik bir araştırma*. Bursa: Arasta Yay.
- Hayta, A. (2002). İbadetler ve ruh sağlığı. H. Hökelekli (Ed.), *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi* içinde (ss. 117-152). Ankara: Ankara Okulu Yay.
- Holm, H. G. (2004). *Din psikolojisine giriş* (çev. A. Bahadır). İstanbul: İnsan Yay.
- Hökelekli, H. (1993). *Din psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- James, W. (1931). *L'expérience religieuse: Essai de psychologie descriptive* (Traduit par F. Abazit). Paris: Félix Alcan (Orijinali 1902).
- Jung, C. G. (1958). *Psychologie et religion* (Traduit par M. Bernson & C. Cahen). Paris: Buchet & Chastel (Orijinali 1938).
- Jung, C. G. (1996). *Problèmes de l'âme moderne* (Traduit par Y. Le Lay). Paris: Buchet & Chastel (Orijinali 1933).
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1972). *Sosyal değişimin psikolojik boyutları: İzmir lise öğrencileri üzerinde bir inceleme*. Ankara: Sosyal Bilimler Derneği Yay.
- Karaca, F. (2000). *Ölüm psikolojisi*. İstanbul: Beyan Yay.
- Karaca, F. (2003). Dindarlığın fonksiyonelliği üzerine. *Dini Araştırmalar*, 6 (16), 75-85.
- Kayıklık, H. (2000). *Dini yaşayış biçimleri: Psikolojik temelleri açısından bir değerlendirme*. Yayımlanmamış doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kayıklık, H. (2003). *Orta yaş ve yaşlılıkta dinsel eğilimler*. Adana: Baki Kitabevi.
- Kierkegaard, S. (2004). *Kayı kavramı* (çev. V. Taşdelen). Ankara: Hece Yay. (Orijinali 1844).
- Kimter, N. (2002). Dini inanç ibadet ve duanın umutsuzlukla ilişkisi üzerine. H. Hökelekli (Ed.), *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi* içinde (ss. 183-208). Ankara: Ankara Okulu Yay.
- Koç, M. (2004). Ergenlik döneminde dua ve ibadet algılarının ruh sağlığına etkileri üzerine bir alan araştırması. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10, 115-158.
- Köknel, Ö. (1990). *Tabular-takıntılar-saplantılar*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köthe, G. (1999). *Religious orientation and personality*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kula, N. (2001). *Kimlik ve din: Ergenler üzerine bir araştırma*. İstanbul: Ayışığı Kitapları.
- Mannoni, P. (1992). *Korku* (çev. I. Gürbüz), İstanbul: İletişim Yay.
- Maslow, A. (1996). *Dinler, değerler, doruk deneyimler* (çev. H. K. Sönmez). İstanbul: Kuraldışı Yay. (Orijinali 1968).
- Maslow, A. (2001). *İnsan olmanın psikolojisi* (çev. O. Gündüz). İstanbul: Kuraldışı Yay. (Orijinali 1964).
- Mehmedoğlu, A. U. (2004). *Kişilik ve din*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yay.
- Onay, A. (2001). Dindarlık ölçme çalışmaları: Dindarlık ölçümünde üç farklı yaklaşım ve ölçmenin esasları. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 14 (3-4), 339-349.
- Öner, N. & LeComte, A. (1983). *Durumluk-sürekli kaygı envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yay.
- Pargament, K. I. (2003). Tanrım bana yardım et: Din psikolojisi açısından başa çıkmanın teorik çatısına doğru. *Tabula Rasa*, 3 (9), 207-238.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: The Guilford Pres.
- Peck, M. S. (2003). *Az seçilen yol: Sevginin, geleneksel değerlerin ve ruhsal tekamülün psikolojisine yeni bir bakış* (çev. R. Özer). İstanbul: Akaşa Yay.
- Peker, H. (2003). *Din psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yay.
- Rokeach, M. (1960). *The open and closed mind*. New York: Basic Books.

- Schulz, W. (1991). Çağdaş felsefede kaygı sorunu (çev. N. Barın). H. Von Dittfurth (drl.) *Korku ve Kaygı* içinde (ss. 7-18). İstanbul: Metis Yay.
- Spilka, B., Shaver, P. & Kirkpatrick, L. A. (2001). Din psikolojisi açısından genel bir atıf teorisi (çev. A. Kuşat). *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 11, 173-195.
- Stark, R. & Glock, C. Y. (1969). Dimensions of religious commitment. In: R. Robertson (Ed.), *Sociology of Religion*, (pp. 253-261). New York: Penguin.
- Şahin, A. (2002). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13, 143-157.
- Tillich, P. (2000). *İmanın dinamikleri* (çev. F. Terkan ve S. Özer). Ankara: Ankara Okulu Yay.
- Uysal, V. (1996). *Din psikolojisi açısından dinî tutum davranış ve şahsiyet özellikleri*. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yay.
- Vergote, A. (1966). *Psychologie religieuse*. Bruxelles: Charles Dessart.
- Vergote, A. (1999). *Din, inanç ve inançsızlık* (çev. V. Uysal). İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yay.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu psikoterapi* (çev. Z. I. Babayigit). İstanbul: Kalcı Yay.
- Yaparel, R. (1987). *Yirmi kırk yaş arası kişilerde dinî hayat ile psiko-sosyal uyum arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yaparel, R. (1994). Depresyon ve dinî inançlar ile tabiatüstü nedensel yüklemeler arasındaki ilişki. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8, 275-299.
- Yapıcı, A. (2002). Dinî yaşayışın farklı görüntüleri ve dogmatik dindarlık. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2 (2), 75-117.
- Yapıcı, A. (2003). Fiziksel ve sosyal hadiselerle sebep atfetmede dinin rolü. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3 (1), 126-165.
- Yapıcı, A. (2004a). *Din-kimlik ve ön yargı: Biz ve onlar*. Adana: Karahan Kitabevi.
- Yapıcı, A. (2004b). Din bilimleri alanında yapılan empirik çalışmalarda karşılaşılan metodolojik bir problem: Ölçek mi olguyu, olgu mu ölçeği oluşturmakta? *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4 (1), 85-118.
- Yapıcı, A. ve Zengin, Z. S. (2003). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin dinin etkisini hissetme düzeyleriyle psiko-sosyal uyumları arasındaki ilişki. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3 (2), 65-127.
- Yavuz, K. (2003). Din ve güven. F. Erdem (Ed.), *Sosyal Bilimlerde Güven* içinde (ss. 27-52). Ankara: Vadi Yay.
- Yıldız, M. (1998). *Dinî hayat ile ölüm kaygısı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yörükoglu, A. (1988). *Gençlik çağı: Ruh sağlığı ve ruhsal sorunları*. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

The Relationship Between Religiosity, Self-esteem, and Anxiety in the Context of Mental Health: A Case Study of Çukurova University



Asım YAPICI, Assist. Prof. Dr.*

Hasan KAYIKLIK, Assoc. Prof. Dr.



Citation – Yapıcı, A. & Kayıklık, H. (2005). The relationship between religiosity self-esteem, and anxiety in the context of mental health: A case study of Çukurova University. *Journal of Values Education –Turkey-*, 3 (9), 177-206.

Abstract – The basic aim of this study is to determinate the relationship among religiosity, self-esteem, and anxiety in the context of mental health. In this context, relationship between religious life and psycho-social adaptation was studied. Religious orientation scale of Kayıklık (originally by Allport and Ross), self-esteem scale of Yapıcı (originally by Eysenk and Wilson) and anxiety State-trait Anxiety Inventory of Öner and LeComte (originally by Spielberger) were used to collect data in the study. Results revealed no significant relationships between extrinsic or intrinsic religiosity and self-esteem or anxiety ($p > .05$). Youth's consideration of the religion, religious activities such as prayers and fasting made no difference on their self-esteem ($p > .05$). But, the subjective religiosity perception and subjective religious knowledge made meaningful differences ($p < .05$). Similarly, the relationship between religiosity and anxiety was not significant ($p > .05$). The only significant difference was between subjective religious knowledge and anxiety ($p < .05$).

Key words – Religiosity, Mental Health, Psycho-social Adaptation, Self-esteem, Anxiety.

* **Address for correspondence:** Çukurova University, Divinity Faculty, Balcalı, Adana, Turkey. E-Mail: asimyapici@cu.edu.tr