



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Ana Bilim Dalı

DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR, KİŞİLİK, MUTLAK DOĞRU
İHTİYACI VE BİRİCİKLİK ALGISI DEĞİŞKENLERİNİN DEPRESYON
VE İYİ OLUŞ İLE İLİŞKİSİNDE DİNSEL GÖRÜŞÜN ETKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan: Begüm ŞAHİN

125101104

Danışman: Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK

İstanbul, 2015

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Psikoloji Ana Bilim Dalı

**DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR, KİŞİLİK, MUTLAK
DOĞRU İHTİYACI VE BİRİCİKLİK ALGISI
DEĞİŞKENLERİNİN DEPRESYON VE İYİ OLUŞ İLE
İLİŞKİNDE DİNSEL GÖRÜŞÜN ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan: **Begüm ŞAHİN**

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

08/10/2015

Enstitümüz Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencilerinden 125101104 numaralı **Begüm ŞAHİN** "İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR, KİŞİLİK, MUTLAK DOĞRU İHTİYACI VE BİRİCİLİK ALGISI DEĞİŞKENLERİNİN DEPRESYON VE İYİ OLUŞ İLE İLİŞKİSİNDE DİNSEL GÖRÜŞÜN ETKİSİ**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 02.09.2015 tarih ve 2015/16 sayılı toplantısında seçilen ve Sefaköy Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin 48. maddesi gereğince (.....) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında ~~oyçokluğu/oybirliği~~ ile **Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN

DOÇ.DR. ÖMER FARUK ŞİMŞEK



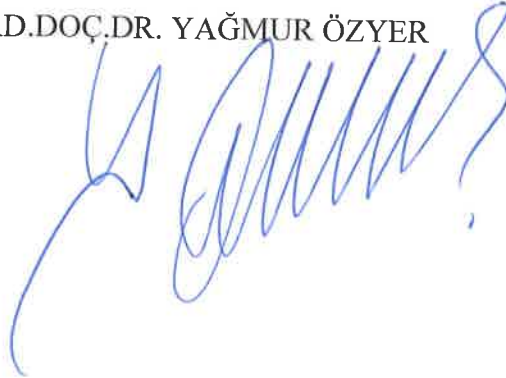
ÜYE

YRD.DOÇ.DR. ALP GİRAY KAYA



ÜYE

YRD.DOÇ.DR. YAĞMUR ÖZYER



YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Dünyaya İlişkin Varsayımlar, Kişilik, Mutlak Doğru İhtiyacı ve Biriciklik Algısı Değişkenlerinin Depresyon ve İyi Oluş ile İlişkisinde Dinsel Görüşün Aracı Etkisi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir; bunu onurumla doğrularım.

Begüm ŞAHİN

ÖZET

DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR, KİŞİLİK, MUTLAK DOĞRU İHTİYACI VE BİRİCİKLİK ALGISI DEĞİŞKENLERİNİN DEPRESYON VE İYİ OLUŞ İLE İLİŞKİSİNDE DİNSEL GÖRÜŞÜN ETKİSİ

Begüm ŞAHİN

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Ana Bilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK

2015 – 93 sayfa

Anahtar Kelimeler:Dünyaya ilişkin varsayımlar, Kişilik, Biriciklik
Algısı, Mutlak Doğru İhtiyacı, Depresyon, Duygusal iyi oluş, Din

Bu çalışmada dini inancı olan ve olmayan bireylerde; dünyaya ilişkin varsayımlar, kişilik, mutlak doğru ihtiyacı ve kişisel biriciklik algısı değişkenlerinin depresyon ve duygusal iyi oluşa etkilerini incelemek amaçlanmıştır. Dini inancı olanlarda rastlantı varsayımının, mutlak doğru ihtiyacının ve deneyime açıklığın yüksek olması depresyonu yordarken; dini inancı olmayanlarda bu ilişki görülmemiştir. Buna karşın, dini inancı olmayanlarda şans varsayımının ve dışadönüklüğün düşük olması depresyonu yordamıştır.

ABSTRACT

THE ROLE OF RELIGIOUS OUTLOOK IN THE IMPACT OF WORLD ASSUMPTIONS, PERSONALITY, NEED FOR ABSOLUTE TRUTH, SENSE OF UNIQUENESS ON DEPRESSION AND WELL BEING

Begüm ŞAHİN

Master Thesis, Psychology Department

Supervisor: Ömer Faruk ŞİMŞEK

2015 – 93 pages

Key Words: Assumptions about the world (WAS), Personality, Need for absolute truth (NAT), Sense of uniqueness (SoU), Depression, Emotional well-being, Religion

This study aims to investigate the impact of assumptions about the world, five personality dimensions, need for absolute truth, sense of uniqueness in religious and non-religious groups on their depression and emotional well-being. The high level randomness assumption, need for absolute truth and openness to experience in religious individuals have significant effects on depression while they do not have any negative effects on non-religious group. On the other hand, low chance assumption and extraversion predict depression in non-religious group when compared with those in the religious group.

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez sürecim boyunca bana yol gösteren danışmanım Doç. Dr. Ömer Faruk Şimşek'e çok teşekkür ederim, onun desteği benim için çok anlamlı. Ayrıca eğitim hayatım boyunca bana katkısı olan diğer bütün hocalarıma emeklerinden ötürü teşekkür ederim.

Beni eğitim konusunda hep teşvik eden ve her türlü desteği sağlayan teyzem Dr. Yüksel Yeker'e; bu süreçte yardımına koşan Caner Kamadan'a, Pınar Kumandaş'a, Eray Karataş'a, Oytun Buyrukçu'ya, Zeki Enes Akkan'a, Cem Sina Çetin'e; fikirleriyle zihnimi açan arkadaşlarım Çiçek Şahbaz'a, Sevgi Işık'a ve Sinem Çağrı Cengiz'e çok teşekkür ederim.

Aradığım makaleleri bulmama yardımcı olan Damla Panda'ya, Hakan Kandemir'e, dönem arkadaşım Seher Özkay'a ve uzun ölçek sorularını sabırla dolduran bütün katılımcılara gönülden teşekkür ederim.

Son olarak, uzakta olmasına rağmen bu süreçte hep yanımda olup varlığıyla mutlu eden Barış Bilgin'e ve aldığım her kararda beni destekleyen aileme çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	I
ABSTRACT	II
TEŞEKKÜR.....	III
TABLolar LİSTESİ.....	VI
KISALTMALAR	VII
BÖLÜM 1	1
1.1.Giriş.....	1
1.2.Öznel İyi Oluş'un Felsefe ve Psikolojideki Temelleri.....	4
1.2.1.Yönelimsel duygusal iyi oluş.....	5
1.3.Depresyona İlişkin Çeşitli Yaklaşımlar	6
1.4.Din Psikolojisinin Tarihsel Kökenleri	8
1.4.1.Dinsel görüşün bireye etkisi.....	9
1.4.2.Dinsel görüşün depresyon ve iyi oluş ile ilişkisi	11
1.5.Dünyaya İlişkin Varsayımlar Kuramı	13
1.5.1.Dünyaya ilişkin varsayımlar ile ilgili çalışmalar	16
1.6.Beş Faktör Kişilik Teorisi.....	18
1.6.1.Beş faktör kişilik modelinin iyi oluş, depresyon ve dinsel görüş ile ilişkisi.....	21
1.7.Mutlak Doğru İhtiyacı'nın Teorik Temelleri	23
1.7.1.Mutlak doğru ihtiyacı ile ilgili çalışmalar.....	25
1.8.Kişisel Biriciklik Algısı'nın Teorik Temelleri.....	26
1.8.1.Kişisel biriciklik algısı ile ilgili çalışmalar	28
1.9.Araştırmanın Amacı.....	28
1.10.Araştırma Problemleri.....	29
BÖLÜM II	30
YÖNTEM	30
2.1.Katılımcılar	30
2.2.Veri Toplama Araçları	32
2.2.1.Demografik bilgi formu	32
2.2.2.Duygusal iyi-oluş ölçeği	32
2.2.3.Kısa depresyon semptom envanteri	33

2.2.4.Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeği	34
2.2.5.Beş faktör kişilik envanteri	36
2.2.6.Mutlak doğru ihtiyacı ölçeği	37
2.2.7.Kişisel biriciklik algısı ölçeği	37
2.3.İşlem.....	38
2.4.Analizler.....	39
BÖLÜM III.....	40
BULGULAR.....	40
3.1.Demografik Bilgiler	40
3.2.Dinsel Görüşe İlişkin Bağımsız T-Test Bulguları	44
3.3.Korelasyon Bulguları	46
3.4.Regresyon Bulguları	50
BÖLÜM IV	54
TARTIŞMA	54
4.1.Dini İnancı Olan ve Olmayan Gruplarda Duygusal İyi Oluş, Depresyon, Dünyaya İlişkin Varsayımlar, Mutlak Doğru İhtiyacı, Kişisel Biriciklik Algısı Değişkenlerinin Düzeyi.....	54
4.2.Dini İnancı Olan ve Olmayan Gruplarda Depresyon ve İyi Oluşu Açıklamak Bakımından Dünyaya İlişkin Varsayımlar, Kişilik, Mutlak Doğru İhtiyacı ve Kişisel Biriciklik Algısı Değişkenlerinin Rolü	55
4.2.1.Korelasyon bulgularının karşılaştırılması	55
4.2.2.Regresyon bulgularının karşılaştırılması	56
4.3.Uygulamaya Yönelik Öneriler	59
4.4.Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler.....	60
<i>KAYNAKÇA</i>	62
EK 1	83
EK 3	85
EK 4	86
EK 5	88
EK 6	91
EK 7	92
ÖZGEÇMİŞ	93

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1.	31
Tablo 3.1.	40
Tablo 3.2.	43
Tablo 3.3.	45
Tablo 3.4.	47
Tablo 3.5.	49
Tablo 3.6.	50
Tablo 3.7.	51
Tablo 3.8.	52
Tablo 3.9.	53

KISALTMALAR

APA	: American Psychological Association
DİÖÖ	: Duygusal İyi Oluş Ölçeği
KDSE	: Kısa Depresyon Semptom Ölçeği
DİVÖ	: Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği
BFKE	: Beş Faktör Kişilik Envanteri
MDİ	: Mutlak Doğru İhtiyacı
MDİÖ	: Mutlak Doğru İhtiyacı Ölçeği
KBA	: Kişisel Biriciklik Algısı
KBAÖ	: Kişisel Biriciklik Algısı Ölçeği
SS	: Standart Sapma
M	: Ortalama

BÖLÜM 1

1.1.Giriş

Depresyon; üzüntü, boşluk, asabiyet duygularına ve bilişsel-fiziksel değişikliklere neden olarak kişinin işlevselliğini etkileyen bir bozukluktur (American Psychological Association [APA], 2013, s. 155). Araştırmalar genel popülasyonunun %16.2'sinin, hayatında en az bir kez depresyon yaşadığını göstermektedir (Kessler ve diğerleri, 2003). Son derece yaygın bu bozukluğu detaylıca araştırmak, önlem ve tedaviye ilişkin çözümler üretmek açısından oldukça önemli görünmektedir. Psikoloji alanında yapılan çalışmalar son 30 yılda olumsuz duygulara ek olarak olumlu duyguları da araştırıp öznel iyi oluşu anlamaya yönelmiştir (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Depresyon ve öznel iyi oluşu etkileyen unsurları incelemenin ruh sağlığını anlamak bakımından geniş bir çerçeve sunacağı düşünülerek araştırmanın konusu bu yönde seçilmiştir.

İnsanlar geçmişlerini inşa etmek, şimdiki zamanı yorumlamak ve geleceğe yönelik beklentiler oluşturmak aracılığıyla kendi yaşam öykülerini yapılandırmaktadırlar. Bireyin, kendi yaşamını öyküleştiren tarzının depresyonla ilişki olduğu ortaya konmuş ve yaşamı öyküleştiren kullanılan içeriklerin, yaşanan kültürden etkilendiği gösterilmiştir (McAdams, Reynolds, Lewis, Patten ve Bowman, 2001). Irvin Yalom'un (1999) hayatın anlamı, ölüm, özgürlük veyalıtım gibi varoluşsal sorunların her insanın nihai kaygıları olduğunu öne sürüp (s. 19), dinin bu sorulara cevap verme işlevi olduğu için çağlar boyunca yoğun bir şekilde tercih edildiğini söylemesi (Yalom, 2010, s. 30); bireye ait dinsel görüşün de kişinin yaşadıklarını anlamlandırmasını sağlayarak yaşam öyküsü oluşturmaya katkıda bulunabileceğini akla getirmektedir. Dini inanca sahip

olmayanların, yaşamlarını anlamlandırma konusunda dini inanca sahip olanlardan farklı alanlara yöneldiğini gösteren çalışmalar vardır (Caldwell-Harris, Wilson, LoTempio ve Beit-Hallahmid, 2011; Schnell ve Keenan, 2011). Dolayısıyla dini inancın varlığının ve yokluğunun kişinin dünyayı ve kendi yaşamını anlamlandırma tarzına etki edip depresyon ve iyi oluşu etkileyecek unsurları farklılaştırabileceği göz önünde bulundurularak, bu çalışmaya katılan bireyler dinsel görüşlerine göre gruplanacaklardır.

Dünyaya ilişkin varsayımlar, kişilik, mutlak doğru ihtiyacı ve kişisel biriciklik algısı değişkenleri de bu araştırmanın konusunu oluşturmaktadır. Mutlak doğru ihtiyacı, soyut düşünme aracılığıyla bireyin kendi benliğine dair sabit bir imge oluşturma çabasıdır. İlahi bir kaynaktan geldiğine ve mutlak doğruyu sunduğuna inanılan bir dini benimsemenin, bireydeki mutlak doğru ihtiyacı ile ilişkili olabileceği akla gelmekte; ayrıca dini öğretilerin yardımseverlik, şefkat gibi bazı davranışlara teşvik etmesinin (Koenig, 1998, ss. 16-18) ve semavi dinlerde Tanrı'nın insanları gözlüyor olma olgusunun, bireyde kendi benliğine yönelik mutlak doğru arayışını tetikleyebileceği düşünülmektedir.

Kişisel biriciklik algısı, bireyin diğerlerinden farklılaşan yönleriyle kendini değerli hissetmesidir. Yaşam tatmini ile pozitif, depresyon ile negatif ilişki gösteren kişisel biriciklik algısı (Şimşek, Yalınçetin, 2010), bireyin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılayan ebeveyn desteği ile ilişkilidir (Şimşek ve Demir, 2014). Freud, dinlerdeki Tanrı figürünün kişinin sevgiyle korunma ihtiyacını karşıladığını ve Tanrı'nın yetişkinler için bir çeşit ebeveyn olduğunu öne sürmüştür (Freud, 2000, s.40-42). Freud'un bu görüşünden yola çıkarak, bireyin bir dine inanmasının kişisel biriciklik algısına katkıda bulunabileceği düşünülmektedir. Kişilik ise, bireyin dünya ile temel ilişki tarzını

gösteren bir unsurdur. Yapılan bir araştırma, çok dindar ve az dindar olan bireyler arasında özellikle yumuşak başlılık ve öz disiplin özellikleri açısından kişilik farklılıkları olduğunu ortaya koymaktadır (Saroglou, 2002). Bu durum, kişilik farklılıklarının dini inancı olanlar ve olmayanlar arasında da bulunabileceğini akla getirmiş ve kişilik de araştırmada bir değişken olarak ele alınmıştır. Son olarak bireyin zihninde oluşan dünya tasarımını açıklayan dünyaya ilişkin varsayımların da, dinsel öğretilerden etkilenebileceği düşünülmektedir. Özellikle, semavi dinlerdeki ölümden sonra yaşam inancıyla ilişkili olan ilahi adalet düşüncesinin, dini inanca sahip olanların dini inancı olmayanlara oranla dünyayı daha adaletli algılamalarına yol açma olasılığı vardır.

Türkiye’de 2008-2009 yılları arasında yapılan bir araştırma, genel popülasyonun %7’sinin tek tanrılı bir inanç sistemindeki Tanrı’nın varlığına şüphe ile yaklaştığını göstermektedir. %2’lik bir kesim ise ateist olduğunu belirtmektedir (Çarkoğlu ve Kalaycıoğlu, 2009). Dolayısıyla nüfusun yaklaşık %9’unun bir dini inancı benimsemediği söylenebilir; fakat Türkiye’de dini inancı olmayan kişiler üzerine yapılmış kapsamlı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma dini inanca sahip olan ve olmayan gruplarda dünyaya ilişkin varsayımlar, kişilik, mutlak doğru ihtiyacı, kişisel biriciklik algısı değişkenlerinin depresyon ve duygusal iyi oluşla ilişkisi araştıracaktır. Bunun için öncelikle konu ile ilgili kavramlar arka planları ile anlatılacak, daha sonra araştırma süreci ve analiz sonuçları açıklanacak; son olarak da elde edilen bulgular tartışılacaktır.

1.2.Öznel İyi Oluş'un Felsefe ve Psikolojideki Temelleri

Mutluluk çok eski çağlardan beri tartışılan bir kavramdır. Filozoflar mutluluk üzerinde çokça düşünmüş; hatta Epikuros felsefenin görevinin, bireyin mutluluğunu sağlayacak araç ve imkanları araştırmak olduğunu söylemiştir (Gökberk, 1967, s. 119). Mutluluğun neye bağlı olduğu konusundaki düşünceler genel olarak haz ve erdem etrafında toplanmıştır. Hedonizmin kurucusu olarak bilinen Aristippos, insan iradesinin biricik amacının haz olduğunu söylerken Sokrates, erdemle mutluluk arasında bağ kurarak bu ikisini aynı saymıştır (Gökberk, 1967, s. 63-69). Aristoteles bu iki yaklaşımı bütünleştirerek mutluluğu maddi ve manevi hazların toplamı olarak görmüş; ıstırap ve acı içinde olmayacak kadar hazza sahip olup, inandığı şeylerin peşinden giden insanı mutlu insan olarak tanımlamıştır (Aristoteles, 2005).

Psikoloji araştırmalarında mutluluk, iyi oluş (well-being) kavramı altında incelenmekte ve iyi oluşun anlaşılması için çeşitli teoriler ortaya atılmıştır. Diener (1984) mutluluğun öznel bir kavram olduğunu öne sürmüş, mutlu olduğunu düşünmeyen birinin mutlu olmasının mümkün olmadığını belirtmiştir. Olumlu duyguları sıklıkla hissetmeyi ve arzulanan bazı normatif standartlara ulaşmayı iyi oluşun bir şartı olarak gören Diener; öznel iyi oluşu (subjective well-being) olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam tatmini ölçütleriyle değerlendirmiştir. Olumlu ve olumsuz duygulanım yaşamın duygusal bir değerlendirmesini ifade ederken; yaşam tatmini yaşamın bilişsel değerlendirmesini ifade etmektedir. 1985 yılında Diener ve arkadaşları, bilişsel değerlendirmenin altını çizmek amacıyla Yaşam Tatmini Ölçeği'ni (Satisfaction with Life Scale) hazırlamışlardır (Diener, 1985).

Watson, Clark ve Tellegen (1988) olumlu duyguların ne uzunlukta ve sıklıkta yaşandığını iyi oluşu anlamak bakımından daha önemli görerek; olumlu ve olumsuz duygu sıfatlarından oluşan pozitif ve negatif duygulanım çizelgesini (The Positive and Negative Affect Schedule) oluşturmuşlardır (Watson ve diğerleri, 1988). Daha sonra Ryff, (1989), mevcut öznel iyi oluş ölçeklerinin geçici mutluluğu ölçtüğünü öne sürmüş ve asıl önemli olanın insanın hayatın zorluklarına direnebilme gücü olduğunu belirterek psikolojik iyi oluşu (psychologic well-being) kavramlaştırmıştır. Zorluklara direnebilme gücünün oluşabilmesi için amaçlılık, bilinçlilik ve diğer insanlarla ilişki kurma becerisi gibi unsurlar gerektiğini düşünen Ryff, psikolojik iyi oluşu; hayatın amacı, kendini kabul, otonomi, kişisel gelişim, çevre hakimiyeti ve diğer insanlarla iyi ilişkiler üzerinden incelemektedir.

1.2.1.Yönelimsel duygusal iyi oluş

Şimşek (2011) alternatif bir duygusal iyi oluş modeli ortaya atmıştır. Bu modelde, diğer duygusal iyi oluş değerlendirmelerinden farklı olarak yönelimsellik (intentionality) de işin içine katılmıştır. Herhangi bir içeriği olmayan şiddetli duygular (mani vb.) zararlı olabildiği için Şimşek, gelişigüzel duyguları değil; bireyin kendi yaşamına yönelik duygularını değerlendirmek gerektiğini öne sürmüş ve bireyin kendi yaşamını çeşitli duygu sıfatları açısından değerlendirdiği Duygusal İyi Oluş Ölçeğini (Emotional Well-Being Scale) oluşturmuştur

Duygusal İyi Oluş Ölçeği (DİOÖ) duyguların uzunluğu ya da süresini değil yoğunluğunu ölçmektedir. Ölçekten elde edilen bulgular, depresyon ve anksiyete gibi pek çok hastalıkla ilişkili bulunmuştur. Şimşek'in bulguları, depresyonun bağımsız

bir duygulanım değil; belli bir içeriği olan bir durum olduğunu kanıtlamaktadır (Şimşek, 2011).

Şimşek'in yaptığı çalışma duygusal iyi oluş ile yaşam tatmini arasında yüksek bir ilişki olduğunu göstermektedir. DİÖÖ'nin pozitif duygusal iyi oluş faktörü; psikolojik iyi oluş, öz saygı, mutluluk ve yaşam tatminini diğer duygusal iyi oluş ölçeklerinden daha iyi açıklamaktadır. DİÖÖ, kişilik ve genel duygulanım kontrol edildiğinde bile mutluluk ve yaşam tatmininde iyi bir yordama göstermektedir; ayrıca depresyonu da diğer iyi oluş ölçeklerinden daha iyi açıklamaktadır (Şimşek, 2011).

1.3. Depresyona İlişkin Çeşitli Yaklaşımlar

Depresyon; üzüntü, boşluk, asabiyet duygularına ve bilişsel-fiziksel değişikliklere neden olarak kişinin işlevselliğini etkileyen bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013, s. 155). Freud Yas ve Melankoli (1917) eserinde depresyon potansiyelinin sevilen kişinin kaybedilmesiyle başladığını belirtmiştir. Sevgi nesnesinin kaybedilmesi sonucu kişinin terk edilmiş hissettiğini; fakat öfkesini sevgi nesnesine değil kendisine yönelttiğini söylemiştir. Freud'a göre (1917) yas süreci uzadıkça kişinin kendisine yansıttığı bu öfke aşağılama ve depresyon sürecine dönüşmektedir.

Depresyonun kişilerarası kuramında, azalmış sosyal desteğin bireyin olumsuz yaşam olaylarıyla baş etme becerisini azalttığı ve bunun depresyona yol açtığı öne sürülmektedir (Billings, Cronkite ve Moos, 1983). Ayrıca depresyonun kalıtsal olduğunu gösteren çalışmalar da vardır. İkizlerle yapılan çalışmalar genlerin bu bozuklukta etkili olduğunu göstermektedir (Mcguffin, Katz, Watkins ve Rutherford,

1996; Wender, Seymour, Rosenthal, Schulsinger, Ortmann ve Lunde, 1986). Depresyonun biyolojisi araştırıldığında düşük düzey norepinefrin ve düşük düzey serotoninin etkili olduğu görülmüş ve uyku, iştah bozukluğu gibi belirtiler nöroendokrin sistemle ilişkilendirilmiştir (Davidson ve Neale, 2011 s. 250-252).

Depresyonla ilgili bir diğer önemli kuram Aaron Beck'e aittir. Beck, depresyonun bilişsel yönüne dikkat çekmiş ve aşırı genelleme, seçici soyutlama gibi bilişsel çarpıtmaların depresyona yol açtığını belirtmiştir. Depresyondaki kişi kendini, deneyimlerini ve geleceğini olumsuz algılamaktadır ve çocuklukta yaşanan travmalar sonucu olumsuz bir şema geliştirmek, bu tür bilişsel çarpıtmaların devam etmesine neden olmaktadır (Beck, 1964; 1967). Öğrenilmiş çaresizlik de depresyonun bilişsel bir nedeni olarak görülmüştür (Abramson, Seligman ve Teasdale, 1978). Çevresel şartları kontrol edememenin getirdiği çaresizliğin, bireyde yetersizlik duygularına sebep olduğu ve öz saygıyı zedelediği öne sürülmüştür. Depresyondaki kişiler çaresizliğin kendilerinden kaynaklığını düşünerek kendilerini suçlamaktadırlar (Abramson, Seligman ve Teasdale, 1978). Çaresizlik teorisi daha sonra yeniden ele alınmış ve umutsuzluk teorisi olarak ortaya atılmıştır. Umutsuzluk teorisinde, önem atfedilen olayların kötü gideceğine olan inancın ve bu umutsuzluğu genellemenin depresyona yol açabileceği ileri sürülmüştür (Abramson, Madison ve Alloy, 1989).

Güncel çalışmalar olumsuz ve tekrarlı düşüncelerle karakterize olan bilişsel ruminasyonun majör depresyonu yordadığını göstermektedir. Ruminitif düşünmeye kapılan kişi rahatsızlık veren duygulara odaklanıp, bu olumsuz duyguların anlamı üzerine detaylıca kafa yormaktır (Nolen-Hoeksema, 2000). Bu durum depresyonun şiddetini ve süresini arttırmakta, iyileşmeyi geciktirmektedir. Ayrıca bilişsel

ruminasyon intihar düşünceleri ile de ilişkilidir. (Nolen-Hoeksema, 2000; Spasojević ve Alloy, 2001).

1.4.Din Psikolojisinin Tarihsel Kökenleri

Freud'a göre din, insanların iç ve dış tehlikelerle baş edebilmek için var ettiği bir yanılsamadır. Bu yanılsama, kökeni kişinin çocukluk deneyiminden almaktadır. Çocuklukta babaya yüklenen koruyuculuk özelliği, yetişkinlikte üstün bir güç olarak görülen dine aktarılmaktadır. (Freud, 2000, s.40-42).

Freud'un dini basit bir yanılsamaya indirgemesine karşın Jung (1998), insanın kendi bilinçdışındaki ve dış dünyadaki bilinmeyen tehlikelere karşı ısrarla dine yönelmesini önemli bir deneyim olarak algılamıştır. Jung mistik güçlerin -gerçek olsun olmasın- insan psikolojisinin önemli bir parçası olduğunu söylemiştir. Dini sembollerin kalıtımla aktarılan ortak bir bilinçdışı içinde var olma ihtimali üzerinde durmuştur (Jung, 1998, s. 98).

Fromm ise Jung'un, mistik güçlerin doğru ya da yanlışlığını göz önünde bulundurmadan insan psikolojisinin bir parçası olarak olumlamasını eleştirmiş ve gerçeklikle örtüşmeyen bilgilere olan inancın sabuklama (hezeyan) veya paranoya olduğunu öne sürmüştür. Dinin asıl amacının kişinin ahlaken mükemmelleşmesi olduğunu düşünen Fromm, doğru bilgiye ulaşmanın da dini öğretilerin bir parçası olduğunu söyleyerek; mistik düşüncelerin olgulardan kopuk bir şekilde ele alınmasını yanlış bulmuştur (Fromm, 1990, ss. 25-26). Fromm din ile psikopatolojiyi birbirinden ayırmanın önemini altını çizmiştir.

1.4.1.Dinsel görüşün bireye etkisi

Takipçilerine anlam, amaç ve kutsal bir bağ duygusu hissedebilecekleri spiritüel bir deneyim olanağı sunan dinin, aynı zamanda ilahi adalet vaat ederek dünyanın belirsizlikleri karşısında bir kontrol duygusu sağladığı, inanan kişiyi dini değerlere uymaya iterek öz kontrole teşvik ettiği öne sürülmektedir (Koenig, 1998). Bunlara ek olarak din ahlaki eylemin ne olduğunu belirleyip, bireye nasıl yaşaması gerektiği konusunda rehberlik de etmektedir. Bazı dini öğretiler iyi bir insan olmayı amaç olarak gösterebilmekte; yardımseverlik, şefkat gibi davranışlara teşvik etmekte; sevgi, barış, şükran gibi bazı duyguları öne çıkartabilmektedirler (Koenig, 1998, ss. 16-18). Dini inanca sahip kişiler yaşamlarını bu tarz dini öğretileri referans alarak yapılandırmaya çalışırken, dini inancı olmayanlar ise kararlarını çoğunlukla kişisel prensipleri doğrultusunda oluşturduklarını belirtmişlerdir (Caldwell-Harris ve diğerleri, 2011).

Yapılan bir araştırma dini inancı olmayanların spiritüel deneyimler yaşamayacağı konusundaki ön yargıyı kırmaktadır. Bir grup budist, hıristiyan ve ateistin katıldığı araştırmada ateistler, spiritüellik, kutsallık gibi kavramlarla tanımlamayı tercih etmeseler de, spiritüelliğe benzeyen bir büyülenme duygusunu zaman zaman hissettiklerini belirtmişlerdir. Fakat dini inancı olanlardan farklı olarak ateistler, spiritüelliği üstün bir güce inanma ile değil doğa, bilim, sanat ve insani dayanışma ile bütünleştirmektedirler (Caldwell-Harris ve diğerleri, 2011).

Din psikolojisi alanında yapılan güncel çalışmalar dini inancın kişiye çeşitli savunma stratejileri sağladığını göstermektedir. Bir dine mensup olmanın getirdiği sosyal destek, yaşanan olumsuz durumun Tanrı'nın kontrolünde olduğunu düşünmek, Tanrı'nın zor durumla baş etme gücünü kişiye vereceği ve Tanrı sevgisi taşıdığı sürece

başa kötü bir şey gelmeyeceğini düşünmek bireyi rahatlatmaktadır. Öte yandan dini inanca sahip kişilerde zararlı düşünceler de oluşabilmektedir. Kişi, başına gelen kötü olayları Tanrı tarafından cezalandırılmak olarak yorumladığında ve Tanrı'nın onu terk ettiğini, yardım etmeyeceğini düşündüğünde umutsuzluğa düşmektedir (Koenig, 1998, s. 119).

Dini inancı olanlar ve olmayanlar, stresle baş etme konusunda duygusal destek, dikkat dağıtma, plan yapma gibi pek çok ortak savunma mekanizması kullanmaktadır (Horning, Davis, Stirrat ve Cornwell, 2011). Fakat bu iki grupta, kullanılan savunma mekanizmaları açısından farklılaşan noktalar vardır. Dindar kişiler dua etmek vb. dini ritüelleri de stresle baş etme aracı olarak kullanırken, dini inancı olmayanlar dindarlardan farklı olarak alkol vb. maddeleri stres durumunda daha fazla kullanmaktadırlar. Ayrıca ateistler; agnostik ve dinsel görüşünden emin olmayan bireylere oranla, stresle baş etmek için mizahı daha fazla kullanmaktadır (Horning ve diğerleri, 2011).

Dini inanç kişilik ve genel tutumlarla ilişkili olabilmektedir. Dindar kişiler genellikle boşanma, eşcinsellik, ötenazi vb. pek çok konuda daha muhafazakardır. Bireyin dindarlık düzeyi arttıkça, daha ön yargılı (ayrımcı) ve sabit fikirli olabildiği gösterilmiştir (Hood, Hill ve Spilka, 2009. ss. 383-411). Ateistlerle yapılan çalışmalarda ise ateistlerin genel olarak daha içedönük, analitik düşünen ve rasyonelliği ön planda tutan kişiler olduğu ortaya çıkmıştır (Baker ve Robbins, 2012; Hungelmann, Kenkel-Rossi, Klassen ve Stollenwerk, 1985).

Bir dine inanmanın bireye yaptığı olumlu katkıların yanı sıra, zaman zaman çeşitli psikopatolojilerin içeriğini oluşturduğu da görülmektedir. Dindar kişilerde,

dini ritüelleri takıntılı bir şekilde uygulama, Tanrı tarafından seçildiğini düşünmeye dair hezeyanlar ve doğaüstü varlıklar tarafından ele geçirildiğini düşünme gibi dinsel içerik taşıyan rahatsızlıklar görülebilmektedir. Örneğin, müslüman inancında cinlerin yeri vardır ve bu nedenle psikotik hastalarda cinler tarafından ele geçirilmiş olma düşüncesine rastlanabilmektedir (Koenig, 1998, s. 289). Öte yandan dinin klinikte kullanımının fayda sağladığı da görülmüştür. Anksiyete tedavisi için Malezya'daki dindar Müslümanlarla yapılan bir çalışmada, katılımcıların hepsine anksiyolitik ilaç ve psikoterapi verilmiş; fakat bir gruba ek olarak dini konuşmalar da yapılmıştır. Dini konuşmaların yapıldığı grupta anksiyete semptomlarının diğer gruba göre daha hızlı bir iyileşme gösterdiği ortaya koyulmuştur (Azhar, Varma ve Dharap, 1994).

1.4.2.Dinsel görüşün depresyon ve iyi oluş ile ilişkisi

Bireyin dindarlık derecesi ile psikolojik iyi oluşu arasında ilişki olduğunu gösteren pek çok çalışma vardır (Laurencelle, Abell ve Schwartz, 2002; Francis ve Kaldor, 2002). Yaşam tatmini ile dindarlık arasındaki ilişkiyi araştıran kapsamlı bir çalışma, bu ilişkinin çok düşük de olsa (Diener ve Clifton, 2002) var olduğunu göstermektedir. Bireyin dindarlık derecesi iyi oluş ile ilişkili olmasına rağmen, dini inanca sahip olmak ve olmamak arasında iyi oluş açısından bir fark bulunmamıştır (Caldwell-Harris ve diğerleri, 2011). Galen ve Kloet (2011), dinsel görüşün değil, dinsel görüşte kararlı olmanın esas olarak iyi oluşla ilişkili olduğunu öne sürmektedir. Dinsel açıdan kararsızların ve agnostiklerin iyi oluşu, ateist ve dindarların iyi oluşundan daha düşük çıkmıştır (Galen ve Kloet,2011).

Dinin iyi oluş üzerindeki olumlu etkilerinden biri, bir dine bağlı olmanın getirdiği sosyal destektir. Genel sosyal destek kontrol edildiğinde bile dini sosyal destek, kişinin yaşam tatminine yaptığı olumlu etkiyi sürdürmektedir (VandeCreek, Pargament, Belavich, Cowell ve Friedel, 1999). Dindarlığın iyi oluş üzerindeki etkisindeki temel unsurlardan bir diğeri ise spiritüelliktir. İbadet etmek spiritüel duygular hissetme olanağı sağlamakta ve bu nedenle iyi oluşu arttırmaktadır (Cohen, 2002). Ayrıca yaşamda anlam bulmak da dinin, iyi oluş ile ilişkisinde aracı bir etkidir (Steger ve Frazier, 2005).

Dini inancın depresyonda da olumlu ve olumsuz roller oynayabileceği görülmüştür. Dini inanca sahip olmanın, standart savunma mekanizmalarına ek olarak dini savunma mekanizmaları da sağlaması ve kişiye nasıl yaşayacağına dair öneriler sunması bireyin genel sağlığına ve stresle baş etme yöntemlerine olumlu yönde katkıda bulunmaktadır. Dua etmek, dini yazılar okumak gibi dini ritüelleri uygulamak bireyde depresyon semptomlarını (Shuler, Gelberg ve Brown, 1994) ve intiharları azaltmaktadır (Martin, 1984). Öte yandan günahkarlık duygusu kişinin suçluluk ve utanç duygularını arttırarak depresyon semptomlarını şiddetlendirebilmektedir (Koenig, 1998, s. 169). Dolayısıyla dinin depresyona etkisini, bireyin dini ritüelleri uygulayıp uygulamaması ve Tanrı algısının belirlediği söylenebilir.

1.5.Dünyaya İlişkin Varsayımlar Kuramı

Lerner insanların hak edilen şeylerin alındığı adil bir dünya (just world) inancına sahip olma eğilimi gösterdiklerini öne sürmüştür. Bu inanç dünyayı öngörülebilir ve kontrol edilebilir kılarak kişiyi, dünyanın getirdiği tehlikelerden korumakta ve uzun vadeli planlar yapabilmesine olanak sağlamaktadır (Lerner, 1980, s. 8).

Adil dünyaya inanmak, yaşanan iyi olayların hak edildiğine inanmaya ek olarak kötü olayların da hak edildiğine inanmayı beraberinde getirmektedir. Engellilere ve yoksullara olan kötü tutum bununla ilişkilendirilmiştir (Kılınç ve Torun, 2011). Yapılan bir çalışma adil dünya inancı yüksek erkeklerin adil dünya inancı düşük olanlara oranla, tecavüz kurbanlarına karşı daha suçlayıcı bir tutum benimsediklerini göstermektedir (Kleinke ve Meyer, 1990).

Maes (1998) adaleti, hemen gelecek adalet ve eninde sonunda gelecek adalet olarak iki şekilde ele almıştır. Hemen gelecek adalet, geçmişte yapılan iyi veya kötü davranışların gelecekte karşılığını alma beklentisidir. Eninde sonunda gelecek adalet ise hak edilenin bu dünyada alınmasa bile ölümden sonra alınacağına inanmaktır (Maes, 1998). Dalbert (1999) ise adil dünyayı, bireysel adil dünya inancı ve genel adil dünya inancı olmak üzere iki grupta incelemiştir. Birincisi dünyanın, kişinin kendisine ne kadar adil davrandığına, ikincisi ise dünyanın genel olarak ne kadar adil olduğuna dair inançtır. Bireysel adil dünya inancı ile genel adil dünya inancının farklı olması mümkündür. Kişi, kendi yaşamını genel dünyaya göre daha fazla ya da az tesadüfi, adil ve iyi olarak algılayabilmektedir. Dalbert'in (1999) yaptığı çalışma kişinin bireysel adil dünya

inancının ruh sağlığıyla, genel adil dünya inancının ise sosyal tutumlarla daha ilişkili olduğunu göstermektedir.

Travma kurbanlarıyla çalışan Janoff-Bulman bireyin dünyaya dair tasarımlarını detaylıca ele almış; kişinin, kendisine ve dünyaya yönelik temel inançlarının ne olduğunu tespit etmeye çalışmıştır. Temel varsayımlar modelini oluşturan Janoff-Bulman, bireyin genel varsayımlarını üç gruba ayırmıştır:

Dünyanın iyiliği (benevolence of the world): İnsanlar dünyadaki iyiliklerin kötülüklerden daha fazla olduğuna inanma eğilimi taşımaktadır. Janoff-Bulman (1989) bireyin iyilik varsayımlarını *dünyanın iyiliği (benevolence of world)* ve *insanların iyiliği (benevolence of people)* olarak 2 şekilde ele almıştır. Dünyanın iyiliği, kişisel olmayan dünyada çoğunlukla iyi şeyler olduğuna inanmak; insanların iyiliği ise insanların özünde iyi olduklarına inanmaktır (Janoff-Bulman, 1989).

Dünyanın anlamlılığı (meaningfulness of the world): Bu varsayım iyi ve kötü olayların dağılımıyla ilgilidir. Janoff-Bulman dünyanın anlamlılığını *adalet (justice)*, *kontrol (controllability)* ve *rastlantı (randomness)* olmak üzere üç maddede ele almaktadır. Adalet, iyi insanların iyi sonuçlarla, kötü insanların kötü sonuçlarla karşılaşacağı inancıdır. Janoff-Bulman'ın adalet varsayımı Lerner'in adil dünya inancıyla paralellik göstermektedir. Kontrol varsayımı ise bireyin, başına gelebilecek olayları engelleyebileceğine inanmasıdır. Kontrol varsayımı yüksek insanlar, iyi ve kötü olayların meydana gelişini sadece doğanın yapısının değil, kişinin kendi davranışlarının da belirleyebileceğini; tedbir alındığı takdirde kötü olayların önüne geçilebileceğini düşünmektedirler. Dünyanın anlamlılığındaki üçüncü varsayım olan rastlantı varsayımı ise, gerçekleşen olayların tamamen tesadüfi bir şekilde dağıldığına inanmaktır.

Rastlantıya güçlü bir şekilde inanan kişi elinden gelen hiçbir şey olmadığını düşünmekte ve kötü olaylara karşı tamamen savunmasız hissetmektedir (Janoff-Bulman, 1989).

Kendilik değeri (worthiness of self): Bireyin kendine yönelik inançlarıdır. Janoff-Bulman kendilik değerini; *öz kontrol (self control)*, *öz değer (self worth)* ve *şans (chance)* olmak üzere üç grupta ele almıştır. Öz değer, kişinin kendisini yüksek ahlaki değerlerle donatmasıdır. Eğer kişi adalete biraz inanıyorsa yüksek ahlaki değerlere sahip olmak kötülüğe karşı korunaklı hissettirmektedir. İkinci varsayım olan öz kontrol, bireyin kendi davranışlarını ayarlayarak kötü olaylara karşı tedbir almasını ifade eder. Dünyanın kontrol edilebilir olduğuna inanan bir kişi öz kontrolünü yüksek tuttuğunda kendini güvende hissetmektedir. Üçüncü varsayım olan şans ise bireyin, tesadüfi bir şekilde kötü olaylara karşı korunaklı olduğunu düşünmesidir (Janoff-Bulman, 1989).

Ericson'ın temel güven duygusu ya da Bowlby'nin bağlanma teorisi dünyaya ilişkin varsayımların şekillenmeye başladığı başlangıç noktalarını göstermektedir (Janoff-Bulman, 1992). Kişinin dünya tasarımının çocukluk deneyimlerinden etkilendiğini gösteren araştırmalar da vardır. Catlin ve Epstein (1992) çocuklukta yaşanan önemli olayların ve ebeveyn kabulleniciliğinin, bireyde; hayatın anlamı, dünyanın iyiliği, öz saygı ve yeterlilik gibi önemli unsurları etkilediğini ortaya koymuştur. Bu varsayımların işlevi güvenlik temin ederek dünya karşısındaki kırılganlığı azaltmak olduğundan, birey söz konusu varsayımları değiştirmek konusunda oldukça dirençlidir.

Çocukluktan itibaren şekillenmeye başlayan şemalar yaşanan her yeni deneyimle güncellenmektedir. Bu güncellemeler aşamalı olarak gerçekleştiğinde tutarlılık

bozulmadan ayarlamalar yapmak mümkün olmaktadır. Fakat bir yakının ölümü, savaş, fiziksel saldırı gibi travmatik olaylar yaşandığında bu şemalar aniden şiddetli değişimlere uğramakta ve birey zarar görmektedir. Janoff-Bulman, dünyaya ilişkin temel varsayımlar değişikliğe uğradığında, bireyde çeşitli savunma mekanizmalarının devreye girdiğini öne sürmektedir. Kendini suçlamak bu savunma mekanizmalarından biridir. Kişi, dünyanın kötülüğü ya da rastlantı varsayımını ayarlamak yerine o davranışı yapmış olduğu için kendini suçlamaktadır. Kendini suçlamak, o davranış değiştiğinde kırılman olmamak anlamına gelmektedir. Bu sayede temel varsayımlar değiştirilmeden dünyaya adaptasyon sağlanabilmektedir (Janoff-Bullman, 1989).

1.5.1.Dünyaya ilişkin varsayımlar ile ilgili çalışmalar

Janoff-Bulman travma yaşayanların dünya varsayımlarını ölçmek için Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği'ni (World Assumptions Scale) geliştirmiştir. Yaptığı çalışmada travma yaşamış olanlarda öz değer, şans ve dünyanın iyiliği varsayımları kontrol grubuna göre daha düşük çıkmıştır. Erkeklerin rastlantı varsayımları kadınlarınkinden daha yüksek, dünyanın iyiliğine olan inançları kadınlarınkine oranla daha düşük çıkmıştır (Janoff-Bulman, 1989).

Elklit, Shevlin ve Dekel, Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği'nin (DİVÖ) travmanın varlığına ek olarak, travmanın yoğunluğunu da belli bir düzeyde ölçtüğünü saptamıştır (Elklit, Shevlin, Solomon ve Dekel, 2007). Bu ölçekle geliştirme çalışması yapan bir diğer grup Kaler ve arkadaşları (2008) ise ölçeğin, travma ile ilişkili dünya varsayımı değişimlerini göstermekte çok etkili olmadığını; ancak kişinin dünyaya ilişkin

varsayımlarını genel olarak anlamak için kullanılmasının daha uygun olduğunu söylemiştir.

DİVÖ çoğunlukla, travma sonrası stres bozukluğu yaşayan hastalardaki dünya algısını belirlemek için kullanılmıştır. (Nygaard ve Heir, 2012; Maschi ve Gibson,2012) Türkiye'deki çalışmalarda da bu ölçek yine travma sonrası stres bozukluğu araştırmalarında kullanılmıştır (Yılmaz, 2006; Dınvar, 2011).

Travmatik olaylara maruz kalanların varsayımları, travma yaşamamış olanlardan daha olumsuz çıkmakta fakat hangi varsayımın düşük çıkacağı travmanın türüne göre değişmektedir. İnsan eliyle yapılan savaş ve katliamlarda iyilik varsayımı; doğal afet, kaza gibi travmalara oranla daha düşük çıkmaktadır. Örneğin, Holocaust'tan kurtulan İsraililer'in iyilik varsayımlarının, kontrol grubuna oranla daha düşük çıktığını gösteren bir çalışma vardır (Prager ve Solomon, 1995). Benzer şekilde çocuklarını cinayet sonucu kaybeden ebeveynlerin iyilik varsayımları, çocuklarını kaza sonucu kaybedenlere oranla daha düşük çıkmıştır (Wickie ve Marwit, 2000).

Cinsel saldırıya uğrayanlarla yapılan bir çalışmada saldırıya maruz kalan kişinin kendisini şanssız olarak değerlendirdiği ve insan iyiliğine düşük puan verdiği görülmüştür. İyilik ve şans varsayımlarındaki bu azalma depresyonu da yordamaktadır (Harris ve Valentiner, 2002). DİVÖ kullanılarak yapılan bir başka çalışmada, öz değer varsayımının düşük olmasının depresyon da dahil olmak üzere neredeyse bütün ruhsal bozuklukları olumsuz etkilediği tespit edilmiştir. Ayrıca dünya-insan iyiliği, şans varsayımlarının düşük olması ve rastlantı varsayımının yüksek olması depresyonla ilişkili çıkmıştır (Solomon, Iancu ve Tyano, 1997).

Travmaya maruz kalan 25 kişi ve 25 kişilik kontrol grubu ile yapılan bir çalışmada yaşanan travmatik olayın dinsel görüşe etkisi incelenmiştir. Katılımcıların çoğu; dini, hayatlarının merkezine almış kişilerdir. İki grubun dünyaya ilişkin varsayımları arasında anlamlı bir fark çıkmamış; bunun, dinin katılımcılar için öneminden kaynaklandığı düşünülmüştür ve dini inancın başa gelen kötü olayları anlamlandırmada bir çerçeve olarak kullanıldığı sonucuna varılmıştır (Overcash, Calhoun, Cann ve Tedeschi, 1996). Bu araştırmada travma geçirenler ile geçirmeyenler arasında yaşam tatmini açısından da anlamlı bir fark çıkmamıştır (Overcash, Calhoun, Cann ve Tedeschi, 1996). Türkiyede yapılan başka bir çalışma da travma yaşamak ile Tanrı algısı arasında bir ilişki olmadığını doğrulamaktadır (Dınvar, 2011).

1.6.Beş Faktör Kişilik Teorisi

Kişilik; duygu, düşünce ve davranış eğilimlerindeki bireysel farklılıkların süreklilik göstermesi olarak tanımlanmaktadır (McCrae ve Costa, 2005, s. 25). Kişiliği anlamak için psikanalitik yaklaşım, insancıl yaklaşım, bilişsel yaklaşım, davranışsal/sosyal öğrenme yaklaşımı, biyolojik yaklaşım ve ayırıcı özellik yaklaşımı olmak üzere 6 farklı teori ortaya atılmıştır (Burger, 2006, s. 24). Psikanalitik yaklaşım, insan davranışlarında bilinçdışının etkin olduğunu söylemekte; biyolojik yaklaşım, kalıtsal eğilimlere ve fizyolojik süreçlere dikkat çekmekte; insancıl yaklaşım, bireysel farklılıkların nedeni olarak sorumluluk ve onaylanma duygusunu göstermekte; bilişsel yaklaşım insanın bilgiyi işlemedeki farklılıklarına yönelmekte; davranışsal/sosyal öğrenme yaklaşımı, davranış kalıplarının koşullanma ve beklentiyle şekillendiğini öne

sürmektedir. Ayırıcı özellik yaklaşımı ise, çeşitli sıfatları kişiliği tanımlamak için kullanmaktadır (Burger, 2006, s. 25).

Beş Faktör Kişilik Teorisi (Five Factor Personality Model) ayırıcı özellik yaklaşımına dayanmaktadır. Onlarca kişilik sıfatları üzerine yapılan faktör analizleri sonucunda kişilikle ilgili sıfatların çoğunlukla beş grupta toplandığı görülmüştür. Dışadönüklük, nevroitiklik, yumuşak başlılık, öz disiplin ve deneyime açıklıktan oluşan bu sıfatlar *Büyük Beşli* adını almışlardır (Burger, 2006, s. 251) .

Dışadönüklük (extraversion): Bu özellik; kişilerarası etkileşim, aktivite, uyarıcı arayışı ve eğlenme ihtiyacının şiddet ve niteliğiyle ilgilidir. Dışadönüklüğü yüksek olanlar; sosyal, aktif, konuşkan, sıcakkanlı ve eğlenceyi seven kişilerdir. İçedönükler ise sessiz, bağımsız ve çekingendirler (Costa ve Widiger, 1994). Eysenck dışadönüklüğün kalıtsal olduğunu öne sürmüştür ve ikizler üzerine yapılan araştırmalar bunu kanıtlamıştır (Baker ve Daniels, 1990; Heath, Neale, Kessler, Eaves ve Kendler, 1992).

İçedönük ve dışadönüklerin uyarılma düzeyleri birbirinden farklıdır. Örneğin yapılan bir çalışmada kulaklıktan müzik dinleyerek ders çalışan içedönük ve dışadönük öğrencilerden içedönük olanların, müziğin sesini daha çok kısıtıldığı ve uyarandan olumsuz etkilendikleri için ödevde daha düşük başarı elde ettikleri gösterilmiştir (Geen, 1984).

Yumuşak başlılık (agreeableness): Bu sıfat bireyin, insan ilişkilerindeki şefkat ve rekabet derecesini ifade etmektedir. Yumuşak başlılığı yüksek kişiler yumuşak kalpli, güvenilir, yardımsever ve affediciyken; yumuşak başlılığı düşük olanlar daha rekabetçi, kaba, yönlendirici, acımasız ve alaycı olabilmektedirler (Costa ve Widiger,

1994, s. 6). Yumuşak başlılığı yüksek kişiler çatışma durumunda daha uzlaşmacı davrandığı ortaya koyulmuştur (Jensen-Campbell ve Graziano, 2001).

Öz disiplin (conscientiousness): Bu özellik dayanıklılık, kontrol, motivasyon ve amaç odaklılığı ifade etmektedir. Öz disiplini yüksek kişiler çalışkan, dakik ve azimli iken; öz disiplini düşük kişiler umursamaz, tembel ve amaçsızdırlar (Costa ve Widiger, 1994). Yapılan bir çalışma öz disiplini yüksek olanların iş performanslarının öz disiplini düşük bireylere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir (Barrick ve Mount, 1991).

Deneyime açıklık (openness to experience): Aktif bir şekilde deneyim aramak ve deneyimlere değer vermeyi ifade eden bir özelliktir. Deneyime açıklığı yüksek olanlar; meraklı, hayal gücü yüksek ve entelektüel düşüncelerle ilgili kişilerdir. Deneyime kapalı olanlar ise davranış ve düşüncelerinde muhafazakarlardır (Costa ve Widiger, 1994). Bu nedenle bilim adamları ve sanatçıların deneyime açıklık puanının yüksek olduğu düşünülmektedir (Feist, 1998).

Nevrotiklik: Bu özellik duygusal uyum ve stabilliği göstermektedir. Nevrotiklik derecesi yüksek olanlar psikolojik strese daha yatkındırlar. Nevrotikler; depresyon, anksiyete, düşmanlık, kırılganlık gibi duygular hissetmeye ve dürtüsel davranmaya yatkındırlar (Costa ve Widiger, 1994). Üzüntü, öfke, kaygı gibi duygulardan birine eğilimi olanların diğerine de eğilimi olmaktadır ve bu eğilimin şiddeti kişinin nevroitiklik derecesini göstermektedir (Costa ve McCrae, 1992).

Beş faktör kişilik modelinin geçerliliği kültürlerarası çalışmalarla da desteklenmiştir (Denissen, Geenen, Marcel, Aken, Samuel ve Potter, 2008; Benet-

Mertinez ve John, 1998). Beş faktör kişilik envanterleri pek çok dile çevrilmiştir ve bu beş özelliğin zaman içinde yüksek düzeyde sabit kaldığı görülmüştür (McCrae, 1993).

1.6.1.Beş faktör kişilik modelinin iyi oluş, depresyon ve dinsel görüş ile ilişkisi

Öznel iyi oluşun, beş faktör kişilik özelliklerinin bir bileşeni olan dışadönükle pozitif; nevrotilikle negatif ilişkili olduğunu gösteren pek çok çalışma mevcuttur (Costa ve McCrae, 1980; Emmons ve Diener, 1985). Şimşek tarafından hazırlanan duygusal iyi oluş ölçeğinde de negatif duygusal iyi oluş nevrotilikle; pozitif duygusal iyi oluş dışadönüklükle korelasyon göstermektedir (Şimşek, 2011). Kişilik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışma nevrotilik ve dışadönüklüğe ek olarak, öz disiplinin başarı ve özenlilik alt faktörlerinin de genel pozitif duygulanımla; yumuşak başlılığın düşmanlık (hostility) alt faktörünün ise negatif duygulanımla ilişkili olduğunu göstermektedir (Watson ve Clark, 1992). Türkiye’de yapılan başka bir çalışma ise yukarıdakilere ek olarak deneyime açıklık kişilik özelliği ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Doğan, 2013).

Yaşam tatminini nevrotilik, dışadönüklük ve ek olarak öz disiplin yordamaktadır. Öz disiplinin etkisinin dışadönüklükten daha fazla olmasının nedeni, yaşamın bilişsel değerlendirmesi ile öz disiplinin örtüşmesi ve üretkenliğin artması ile birlikte yaşam tatmininin de artması olarak düşünülmektedir (Hayes ve Joseph, 2003). Dışadönüklük ve nevrotiliğin yaşam tatminiyle olan ilişkisinin nedenlerini detaylıca araştıran bir çalışma, dışadönüklüğün daha ziyade neşelilik (cheerful) faktörü ve

nevrotikliğin depresiflik faktörünün bu ilişkiye neden olduğunu ortaya koymuştur (Schimmack, Oishi, Furr, ve Funder, 2003).

Kişiliğin psikolojik iyi oluşa etkisini inceleyen bir araştırmada, psikolojik iyi oluşun alt faktörlerinden öz kabul (self-acceptance), çevre hakimiyeti (environment mastery) ve yaşam amacı (purpose in life); dışadönüklük, nevrotiklik ve öz disiplinle ilişkili çıkmıştır. Bir başka alt faktör olan kişisel gelişim ise deneyime açıklık ve dışadönükle ilişkili çıkmıştır. Diğer insanlarla olumlu ilişkiler yumuşak başlılık ve dışadönüklükle; son olarak otonomi ise nevrotiklikle negatif bir ilişki göstermektedir (Schmutte ve Ryff, 1997). Türkiye’de psikolojik iyi oluşla kişilik arasındaki ilişkiye bakılan bir çalışmada ise, yumuşak başlılık-özerklik ilişkisi hariç, bütün kişilik özellikleri ile bütün psikolojik iyi oluş alt faktörleri birbiriyle ilişkili çıkmıştır. Nevrotiklik ise bütün psikolojik iyi oluş alt boyutlarıyla negatif korelasyon göstermiştir. Diğer insanlarla iyi olmayı en çok dışadönüklük; bireysel gelişimi ise en çok deneyime açıklık yordamıştır. (Sarıcaoğlu, 2011)

Beş faktör kişilik ile depresyon arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar, nevrotiklik özelliğinin depresyon da dahil olmak üzere pek çok psikolojik bozuklukla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Widiger ve Trull, 1992; Kotov, Gamez, Schmidt ve Watson, 2010).

Din ile kişilik arasında da ilişki söz konusudur. Bu ilişkiyi incelemek yapılan bir çalışmada yumuşak başlılık ve öz disiplin kişilik özelliklerinin dindarlık ile açık bir şekilde ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Deneyime açıklık ise spiritüellik ve kökten dincilik değerlerini ayırt etmektedir. Spiritüel kişiler deneyime açıklıkta daha yüksek puan almışlardır (Saroglou, 2002).

1.7.Mutlak Doğru İhtiyacı'nın Teorik Temelleri

Aristoteles insanda doğuştan gelen bir bilme arzusu olduğunu söylemiştir (Aristoteles, 1996, s. 41) Bilme arzusu çevreye veya diğer insanlara yönelik olabileceği gibi birey bu arzuyu kendini anlamaya da yöneltebilmektedir. Bireyin kendine odaklanması; bilinçsiz amaçlarını, motivasyonlarını, duygu ve düşüncelerini anlamasını sağlayıp öz bilinçliliğini arttırmasına rağmen (Fenigstein, Scheier ve Buss, 1975); ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir (Muraven, 2005).

Fenigstein bireydeki kendine odaklanma eğilimlerini *özel öz bilinçlilik (private self-consciousness)* ve *genel öz bilinçlilik (public self-consciousness)* olmak üzere iki gruba ayırmıştır. Özel öz bilinçlilik benlikle ilgili içsel düşüncelerin ele alınışını; genel öz bilinçlilik ise kendini başkasının gözünden sosyal bir obje olarak değerlendirmeyi ifade eder (Fenigstein ve diğerleri, 1975). Trapnell ve Campbell (1999), Fenigstein'in özel öz bilinçlilik kavramını daha detaylı olarak incelemiş ve özel öz bilinçliliğin nevroitiklik ve deneyime açıklık kişilik faktörleriyle korelasyon gösterdiğini tespit etmiştir. Buradan yola çıkarak, özel öz bilinçliliğin olumlu ve olumsuz etkileri olduğunu düşünerek, bu etkileri belirlemek istemişlerdir. Özel öz bilinçliliğin; depresyon, anksiyete, sinirlilik, kıskançlık, karamsarlık, huysuzluk ve düşük öz saygıyla bağlantılı nevroitiklik kişilik boyutu ile; yaratıcılık, entelektüellik ve derin düşüncelilikle bağlantılı deneyime açıklık kişilik boyutuyla olan ilişkisini ayırıştırarak bir Ruminasyon-Refleksiyon Envanteri (Rumination-Reflection Questionnaire) geliştirilmiştir. Ruminasyon benliğe yönelik adaletsizliklerden, kayıplardan ve tehditlerden yola çıkılarak yapılan nevroitik bir benlik odaklanması; refleksiyon ise, merak, ilgi gibi olumlu motivasyonlarla ortaya çıkan entelektüel bir benlik odaklanması olarak görülmüştür

(Trapnell ve Campbell, 1999). “Geviş getirir gibi düşünme” olarak tanımlanan ruminasyonun, depresyonu yordadığı bilinmektedir (Nolen-Hoeksema, 2000); fakat yapılan çalışmada refleksiyonun da ruh sağlığına olumlu bir katkısı bulunamamıştır (Trapnell ve Campbell, 1999).

2013 yılında Şimşek, Ruminasyon-Refleksiyon Envanteri’ndeki refleksiyon faktörünü yeniden ele almış ve bu faktörü ölçen maddelerin sadece entelektüel ilgiye yönelik olmadığını; aynı zamanda kişinin, kendi benliğiyle ilgili mutlak doğruya ulaşma çabasını gösteren soyut bir benlik analizini de ölçtüğünü belirtmiştir. Şimşek (2013), kişinin kendi benliğiyle ilgili mutlak doğruya ulaşmak istemesini *Mutlak Doğru İhtiyacı* (The Need for Absolute Truth) olarak kavramlaştırmıştır; bu ihtiyacın refleksiyon değerlendirmesinde göz ardı edildiğini ve bir ruminatör görevi görerek refleksiyonun faydalı etkilerini engellediğini düşünmüştür.

Araştırmalar refleksiyonun, kişisel deneyimlerin ve benliğin yüksek yüzey ve soyut analizlerden oluştuğunda zararlı olduğunu göstermektedir. Hixon ve Swann (1993) “neden” sorusuyla başlayan sorgulamanın ve uzun süren refleksiyonun iç görüye zararlı olduğunu öne sürmüştür. Watkins, Baeyens ve Read (2009) da anlam ve nedenlere analitik bir şekilde odaklanmaktansa spesifik kişisel deneyimlere, daha az analitik bir şekilde odaklanmak gerektiğini söylemiştir. Kişisel deneyimlerden yola çıkılarak yapılan spesifik ve somut düşünmenin öz düzenlemeye katkıda bulunduğu, problem çözmeyi kolaylaştırdığı, anksiyeteyi azalttığı ve kişinin iş performansını arttırdığı tespit edilmiştir (Watkins ve diğerleri, 2009).

Mutlak doğru ihtiyacı kişiyi açık bir şekilde benliğin ve kişisel deneyimlerin aşırı genellenmiş soyut bir şeklini aramaya yöneltmektedir. Dolayısıyla

Şimşek (2013), bu soyutlamanın anksiyete, depresyon gibi sonuçlarını içereceği, öz düzenlemeye katkı sağlamayacağı ve problem çözümünü kısıtlayacağını düşünmektedir. Ayrıca birey mutlak doğru ihtiyacı durumunda benlikle ilgili bilgiyi soyutlayarak elde edilmeye çalıştığı için gerçek ben ve ideal ben arasındaki çatışmayı tetikleyebilmektedir. Mutlak doğru ihtiyacı aynı zamanda soyut düşünme aracılığıyla benliği ayrıştırmaya yol açıp, benlik karmaşıklığını göz ardı etmesine neden olarak kişiye zararlı olmaktadır (Şimşek, 2013).

1.7.1.Mutlak doğru ihtiyacı ile ilgili çalışmalar

Şimşek, 2013 yılında Mutlak Doğru İhtiyacı Ölçeği'ni (MDİÖ) geliştirmiş ve yaptığı çalışmada mutlak doğru ihtiyacının öz saygı, iç görü ve benlik kavramı netliğiyle negatif ilişki gösterdiğini tespit etmiştir. Ayrıca bulgular mutlak doğru ihtiyacının depresyonla da ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Genç yaştakilerde mutlak doğru ihtiyacının daha fazla olduğu görülmüş ve dolayısıyla bu ihtiyacın hayatın anlamı, yaşam amacı ve ego gelişimi gibi unsurlarla ilişkili olduğu düşünülmüştür (Şimşek, 2013).

Trapnell ve Campbell'ın (1999) yaptığı araştırmada öz bilinçlilikle negatif korelasyon gösterdiği bulunan refleksiyon, mutlak doğru ihtiyacı değişkeni kontrol altına alındığında öz bilinçlilikle pozitif yönde ilişki göstermeye başlamaktadır (Şimşek, 2013). Böylelikle ilk defa refleksiyonun faydalı etkisi kanıtlanmış olmaktadır. Mutlak doğru ihtiyacı ile birlikte ruminasyon da kontrol altına alındığında korelasyonun şiddeti daha da artmıştır. Refleksiyon ve depresyon arasındaki ilişkide mutlak doğru ihtiyacının baskılayıcı etkisi ile ruminasyonun baskılayıcı etkisi eşittir (Şimşek, 2013).

1.8.Kişisel Biriciklik Algısı'nın Teorik Temelleri

İnsan sosyal dünyanın bir parçası olmaya ihtiyaç duyduğu kadar, ait olduğu topluluk için değerli ve vazgeçilmez de olmak ister (Solomon, Greenberg ve Pyszczynski, 1991, s.147). Bu nedenle kendini sadece bir grubun bileşeni olarak değil diğerlerinden farklı bir birey olarak da değerlendirmektedir. Diğer insanlara ne ölçüde benzerlik gösterildiği ve hangi yönlerle diğer insanlardan farklılaşıldığını anlamak bireyselleşme açısından önemlidir. Potansiyelinin tamamını kullanarak kendini gerçekleştiren insana odaklanan hümanist yaklaşım, bireyselliğin önemini altını çizmektedir.

Snyder ve Fromkin (1977) normalden farklı olmanın hep olumsuz anlaşılmasına karşı çıkararak insanın, olumlu anlamda diğer insanlardan farklı olma isteği ve *Biriciklik İhtiyacı*(*Need for Uniqueness*) üzerinde durmuştur. Biriciklik ihtiyacı teorisine göre insanlar, diğer insanlara çok benzemeye değer vermemektedir. Yüksek benzerlik durumunda bireyin olumsuz duygularının arttığı, etrafındaki insanlardan fiziksel olarak uzaklaştığı, akranlarının yargılarına daha az katıldığı ve kişiliğinin farklı yönlerini öne çıkardığı görülmüştür (Snyder ve Fromkin, 1977).

Biriciklik ihtiyacı ortamsal şartlara bağlıdır. Şartlara göre kazançlı olan benzer olmaksı kişi benzerliğe, farklı olmaksı farklılığa yönelmektedir. İlk defa girilen bir ortamda kabul görmek için benzerlik yönünde davranmak kazançlıdır (Fromkin ve Snyder, 1980, s.58); fakat benzerliğe yönelme çoğunlukla sadece başlangıç aşamasında gerçekleşmekte, daha sonra bireyde kendini biricik algılama isteği yeniden ortaya çıkmaktadır. Diğer insanlardan aşırı farklı olmak da kendi başına bir kazanç

yaratmamaktadır, sadece belli bir benzerlik gösterilen bir referans grup içinde farklılaşmanın anlamı olmaktadır (Fromkin ve Snyder, 1980, s.75).

Lynn ve Snyder (2002), insanların olumsuz değil, olumlu özellikleriyle diğerlerinden farklı olmayı istediklerini öne sürmüştür. Ayrıca farklılaşmak açısından fikirler yerine yeteneklerin; normlara uygun olmayan davranışlar yerine ise normlara uygun davranışların tercih edileceğini iddia etmektedirler. Biriciklik ihtiyacı yaşanan kültürden de etkilenmektedir. Batılı kültürlerde biriciklik arayışı, doğu kültürlerine göre daha yüksektir (Kim ve Markus, 1999).

Benzer ya da benzersiz olma isteğinin ölüm korkusuna karşın bir savunma mekanizması olarak da kullanıldığı öne sürülmektedir (Walsh ve Smith, 2007). Amerikalı kadınların ölüm düşüncesi durumunda bireyselleşmeye ya da cinsiyet grubuyla bütünleşmeye yönelmelerini, biriciklik ihtiyacı düzeylerinin belirlediği görülmüştür. Cinsiyeti açısından bir grup üyesi gibi hissedenler ölüm düşüncesi durumunda gruba daha da entegre olurken, biricikliği yüksek olanlar daha da bireyselleşmeye yönelmişlerdir (Walsh ve Smith, 2007).

2010 yılında Şimşek ve Yalınçetin, biriciklikle ilgili çalışmaların biriciklik ihtiyacına yönelmiş olmasına karşın, bireyin kendini ne kadar biricik algıladığının da önemli olduğunu düşünerek bireyin *Kişisel Biriciklik Algısı (Personal Sense of Uniqueness)* üzerinde çalışmışlardır. Kişisel Biriciklik Algısı, bireyin kendisine özgü özelliklere ilişkin öznel algısıdır. Dışadönüklük ve deneyime açıklık kişilik özellikleriyle yüksek pozitif korelasyon gösteren kişisel biriciklik algısı; nevrotiklikle negatif korelasyon göstermektedir. Kişisel biriciklik algısı otonomi, yeterlilik ve bağlılıkla da olumlu ilişki içindedir.

1.8.1.Kişisel biriciklik algısı ile ilgili çalışmalar

Kişisel Biriciklik Algısı Ölçeği'ni (KBAÖ) geliştiren Şimşek ve Yalınçetin (2010) biriciklik algısının temel psikolojik ihtiyaçlar ve yaşam tatminiyle pozitif; depresyon ve anksiyete ile negatif ilişki gösterdiğini bulmuştur (Şimşek ve Yalınçetin, 2010).

Demir, Şimşek ve Procsal'ın (2012) KBAÖ kullanarak 2.429 kişi ile yaptığı bir çalışmada aynı cinsiyetteki arkadaşlıklarda kişisel biriciklik algısının rolü araştırılmıştır. Üç farklı mutluluk ölçeğinin kullanıldığı bu araştırma, biriciklik algısının arkadaşlık ve mutlulukta aracı bir rol oynadığını ortaya koymuştur. (Demir, Şimşek & Procsal, 2012). Ayrıca 2014'te yapılan bir çalışmada, ebeveynsel desteğin de biricik ve değerli hissetmeye katkıda bulunduğu gösterilmiştir (Şimşek ve Demir, 2014).

Kişisel biricikliğe inanç alt faktörünü içeren kişisel öykü ölçeği kullanılarak ergenlerle yapılan bir çalışmada, biriciklik puanı yüksek olan ergenlerde depresif semptomlar, intihar eğilimi ve uyuşturucuyla karşılaşma olasılığı daha yüksek çıkmış; bu ergenlerin baş etme becerileri, uyum ve öz değerleri düşük çıkmıştır. Bu ölçeğin ölçtüğü biriciklik inancı kimsenin onları anlamadığını düşünme varsayımını içermektedir. Özellikle kızların biriciklik hikayelerinin ve problemleri içselleştirme olasılıklarının daha fazla olduğu görülmüştür (Aalsma, Lapsley ve Flannery, 2006).

1.9.Araştırmanın Amacı

Türkiye'de dini inancı olmayan %9'luk bir kesim olmasına rağmen bu kişiler üzerine yapılmış kapsamlı bir araştırma yoktur. Dini inancı olan ve olmayan grupları depresyon ve iyi oluş açısından inceleyip, olumlu ve olumsuz yönde

etkilendikleri noktaları belirleyip farklılıkları tespit etmenin, bu kişilerle yapılan klinik çalışmalarda hangi noktalara ağırlık verileceği konusunda ruh sağlığı çalışanlarına yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

1.10.Araştırma Problemleri

1. Dini inancı olan ve olmayan gruplarda duygusal iyi oluş, depresyon, dünyaya ilişkin varsayımlar, mutlak doğru ihtiyacı, kişisel biriciklik algısı değişkenlerinin düzeyi farklılaşmakta mıdır?
2. Depresyon ve iyi-oluşu açıklamada, dünyaya ilişkin varsayımlar, kişilik, mutlak doğru ihtiyacı ve kişisel biriciklik algısı değişkenlerinin rolü dini inancı olan ve olmayan grupta farklılaşmakta mıdır?

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1.Katılımcılar

Araştırmaya 510 kişi katılmış fakat soruların çoğunu boş bırakan ve normal dağılımın çok dışında kalan 21 katılımcı analizlere dahil edilmemiştir. Katılımcılar çeşitli internet sitelerinde araştırmaya katılmaya gönüllü olan kişilerden seçilmiştir.

Araştırma örneklemin özellikleri Tablo 2.1.'de gösterilmektedir.

Tablo 2.1.*Katılımcıların demografik özellikleri*

Değişken	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	248	50.7
Erkek	238	48.7
Yaş		
21-24	147	30.2
25-29	184	37.6
30-34	107	21.9
35-45	51	10.4
Eğitim		
Lisans	356	72.8
Lisansüstü	133	27.2
İş		
Evet	315	64.4
Hayır	170	34.8
Medeni Durum		
Bekar	396	81
Evli	81	16.6
Boşanmış	12	2.5
Çocuk		
Evet	43	8.8
Hayır	445	91

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama amacıyla demografik bilgi formu dışında *Duygusal İyi Oluş Ölçeği*, *Kısa Depresyon Semptom Envanteri*, *Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği*, *Beş Faktör Kişilik Envanteri*, *Mutlak Doğru İhtiyacı Ölçeği* ve *Kişisel Biriciklik Algısı Ölçeği* kullanılmıştır.

2.2.1. Demografik bilgi formu

Araştırma için oluşturulan Demografik Bilgi Formu'nu doldurmaya başlamadan önce katılımcılar, araştırmanın amacı ve konusu hakkında kısaca bilgilendirilmişlerdir. Araştırmada kullanılan Demografik Bilgi Formu'nun bir örneği Ek 1'de gösterilmiştir.

2.2.2. Duygusal iyi-oluş ölçeği

Duygusal İyi-Oluş Ölçeği 2011 yılında Şimşek tarafından geliştirilen bir öz bildirim (self report) ölçeğidir. Pozitif duygusal iyi oluş ve negatif duygusal iyi oluş olmak iki faktörden oluşmaktadır. Faktörlerin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .89 ve .88'dur. Test-tekrar test korelasyonları ise sırasıyla .75 ve .79'dur. Her faktörün madde sayısı 7 olmak üzere, ölçek toplam 14 maddeden oluşmaktadır (Şimşek, 2011). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach's Alfa katsayısı iki faktörde de .90'dır.

Ölçek uygulanırken katılımcılara çeşitli ifadeler verilmiştir ve katılımcılar bu ifadeler aracılığıyla kendi hayatlarına yönelik duygularını belirtmişlerdir. Ölçeğin başındaki açıklamada katılımcılardan yaşamlarına yönelik bu duyguları hangi

yoğunlukta yaşadıklarını 5'li likert üzerinden belirlemeleri istenmiştir. Dolayısıyla 5 üzerinden belirtilen görüşler, hayatlarına yönelik duygularının sıklığını değil yoğunluğunu göstermektedir.

Ölçeğin bir örneği Ek 2'de verilmiştir.

2.2.3.Kısa depresyon semptom envanteri

Kısa Depresyon Semptom Ölçeği (KDSE), bir öz bildirim ölçeği olan Kısa Semptom Envanteri'nin (Brief Symptom Inventory) alt ölçeklerinden biridir. Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş olan Kısa Semptom Envanteri, 90 maddelik Belirti Tarama Listesi'nin 53 maddeye indirilerek kısaltılmış bir versiyonudur. Kısa Semptom Envanteri 9 alt ölçek (somatizasyon, kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif bozukluk, depresyon, aksiyete, fobik anksiyete, hostilite, paranoid düşünceler ve psikotizm), 3 global indeks (rahatsızlık ciddiyeti indeksi, belirti toplamı ve rahatsızlık ciddiyeti indeksi) ve ek maddelerden oluşmaktadır (Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002). Türkçe'ye uyarlaması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçesi de orijinali gibi 53 madde ve 5'li likertten oluşmaktadır ve depresyon alt ölçeğinin Cronbach's Alfa katsayısı .85'tir. 2002'de Kısa Semptom Envanteri'nin geliştirilmesi için ergenlerle bir çalışma daha yapılmış ve depresyon semptom alt ölçeğinin güvenilirlik katsayısı .70 çıkmıştır (Şahin ve diğerleri, 2002).

Bu çalışmada Kısa Semptom Envanteri'nin sadece depresyonu ölçen 12 maddesi kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach's Alfa katsayısı .90 çıkmıştır.

Envanterin bir örneği Ek 3'te verilmiştir.

2.2.4.Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeği

Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği 1989'da Janoff-Bulman tarafından geliştirilmiş bir öz bildirim ölçeğidir. 254 kişi ile yapılan çalışmada öncelikle 8 adet varsayımı (dünyanın iyiliği, insanların iyiliği, adalet, kontrol, rastlantı, öz değer, şans ve öz kontrol) ölçmek için 64 madde hazırlanmış ve bu maddeler 8'li likert olarak düzenlenmiştir. Daha sonra ölçek, güvenilirlik katsayısını korumak suretiyle 32 madde ve 6'lı likerte indirilmiştir. Yapılan faktör analizinde dünyanın iyiliği ve insanların iyiliği maddelerinin birleştiği görülmüştür, böylelikle faktör sayısı 8'den 7'ye düşmüştür. Bu 7 bağımsız faktörün güvenilirlik katsayıları .66 ile .76 arasında değişmektedir (Janoff-Bulman, 1989).

2007'de Elklit ve arkadaşları tarafından Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği'nin geliştirilme çalışması yapılmıştır. Ölçekteki faktörlerin Janoff-Bulman'ın kuramsal çerçevede ortaya koyduğu Temel Varsayımlar Modeli'ndeki (Janoff-Bulman, 1989) dünyanın iyiliği, dünyanın anlamlılığı ve benlik değeri gruplarına uygun gruplaşmadığı görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada orijinal çalışmanın aksine; ölçeğin 8 faktör olarak kullanımının daha uygun olduğu öne sürülmüştür. Faktör güvenilirlik katsayıları .42 ile .82 arasında çıkmıştır. Ölçeğin travmanın varlığına ek olarak, travmanın yoğunluğunu da belli bir düzeyde ölçtüğü saptanmıştır. Klinikte ve araştırmalarda ölçeğin kullanımının uygun olduğu sonucuna varılmıştır (Elklit ve diğeleri, 2007).

2008'de Kaler tarafından, Elklit'in çalışması da göz önünde bulundurularak, Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği'ni geliştirme çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada Elklit'in dünyanın iyiliği ve insanların iyiliği faktörlerini 2 ayrı faktör olarak düşünüp ölçeği 8 faktör olarak ele alması eleştirilmiştir. Her çalışmada ölçeğin faktör güvenilirlik kat sayısının farklı çıkığını ve genellikle beklenenin altında olduğu belirtilmiştir. Ayrıca travma yaşamış kişilerle yapılan test-tekrar test sonuçlarının yeterince stabil çıkmamaktadır. Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği'ndeki faktörlerin kişinin, temel şemaları olduğu varsayıldığı için, sonradan yeni bir travma yaşanmamasına rağmen ölçeğin zaman içinde beklenen stabilliği göstermemesi düşündürücü olmuştur. Bu nedenle Kaler ve diğerleri ölçeğin, travma ile ilişkili dünya varsayımı değişimlerinde değil; ancak kişinin genel olarak dünyaya ilişkin varsayımlarını anlamak için kullanılabileceği öne sürülmüştür (Kaler ve diğerleri, 2008).

Ölçek, Türkçe'ye Banu Yılmaz (2008) tarafından çevrilmiştir. Türkçe sürümünde dünya ve insanların iyiliği faktörlerine ek olarak; adalet ve kontrol faktörlerinin de birleştiği görülmüştür. Böylelikle faktör sayısı 6 (iyilik, adalet-kontrol, öz kontrol, öz değer, rastlantısallık, şans) olarak belirlenmiştir. Faktör dağılımları bu çalışmada da Janoff-Bulman'ın önerdiği "Temel Varsayımlar Modeli"ne uygun şekilde gruplaşmamıştır. Adalet faktörünü ölçen maddelerden bir tanesi, Türkçeye çevrildiğinde adalet toplam puanıyla çok düşük bir korelasyon göstermiş olduğu için 1. madde ölçekten çıkartılmış ve ölçek 31 maddeye indirilmiştir. Böylelikle ölçeğin öz kontrol, şans, öz değer, rastlantı faktörleri 4'er maddeden, adalet-kontrol faktörü 7 maddeden, iyilik faktörü 8 maddeden oluşur bir hale gelmiştir. Bunun dışında birkaç sorunlu madde daha tespit edilmiştir ama bu maddeleri ölçekten çıkarmak yerine, ölçeğin genel olarak soyut

düşünme gerektiriyor olmasından kaynaklanabileceğinin göz önünde bulundurulması önerilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .70; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .58'dir. (Yılmaz, 2008). Bu araştırmada ölçek faktörlerinin Cronbach's Alfa katsayıları .67 ile .85 arasında değişmektedir.

Ölçeğin bir örneği Ek 4'te verilmiştir.

2.2.5.Beş faktör kişilik envanteri

Envanterin orijinali Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilmiştir. Beret-Martinez'in yaptığı bu çalışmada 240 maddelik beş faktör kişilik envanteri 44 maddeye indirilmiş ve İspanyolcaya çevrilmiştir. Böylelikle ölçeğin farklı kültürlerde de geçerliliği kanıtlanmıştır (Benet-Mertinez ve John, 1998).

Envanter, dışadönüklük, öz disiplin, yumuşak başlılık, nevrotiklik ve deneyime açıklık olmak üzere beş faktörden oluşmaktadır ve 5'li likert tarzında düzenlenmiş bir öz bildirim ölçeğidir. Dışadönüklük ve nevrotiklik faktörleri 8'er maddeden, yumuşak başlılık ve öz disiplin faktörleri 9'ar maddeden, deneyime açıklık faktörü ise 10 maddeden oluşmaktadır.

Türkçeleştirilmesi Sümer, Lajunen ve Özkan (2005) tarafından yapılmıştır. Kültürlerarası geçerliliği kanıtlandığı için ölçek, direkt İngilizceden Türkçeye çevrilip kullanılmıştır. Faktörlerin Cronbach's Alfa katsayıları .64 ile .77 arasındadır (Sümer ve diğerleri, 2005). Bu araştırmada ise ölçeğin faktörlerinin Cronbach's Alfa katsayıları .67 ile .85 arasında değişmektedir.

Beş faktör kişilik envanterinin (BFKE) bir örneği Ek-5'de verilmiştir.

2.2.6.Mutlak doğru ihtiyacı ölçeği

2013 yılında Şimşek tarafından geliştirilen ölçek 5 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tarzında düzenlenmiştir. Ölçek geliştirilirken öncelikle 7 madde hazırlanmış fakat 7 maddeli ölçeğin faktör analizinde, dış gerçekliğin araştırılmasına yönelik maddeler kendi aralarında faktörleştikleri için bu maddeler ölçekten çıkarılmış; böylelikle ölçek 5 maddeye inmiştir.

Mutlak Doğru İhtiyacı Ölçeği tek bir faktörden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçekteki 2. ve 3. madde arasında kovaryans seviyesi yüksek çıktığı için Şimşek ölçeğin, kişinin kendi deneyimlerinin nedenlerini araması ve gerçek benliğini araması olarak gizil 2 faktörden oluşabileceğini belirtmiş, gelecek çalışmalarda bunun göz önünde bulundurulmasını önermiştir (Şimşek, 2013).

Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği .72, Cronbach's Alfa katsayısı .75'tir. Bu araştırmada ise Cronbach's Alfa katsayısı .82'dir.

Ölçeğin bir örneği Ek-6'te verilmiştir.

2.2.7.Kişisel biriciklik algısı ölçeği

Şimşek ve Yalınçetin (2009) tarafından oluşturulmuştur. Ölçek hazırlanırken beş ayrı çalışma yapılmıştır. İlk çalışma için 15 madde hazırlanmış ve daha sonra aynı anlamı veren bazı maddeler tek bir maddede birleştirilerek 10 maddeye indirilmiştir. Çalışma sonunda madde yüzü az olan 5 madde daha ölçekten çıkarılmış ve ölçek 5 madde halini almıştır; Cronbach's Alfa katsayısı .81 bulunmuştur. İkinci

çalışmada ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve tek faktörden oluştuğu görülmüştür. Yapılan üçüncü çalışmada test-tekrar test güvenilirliği .80 çıkmıştır. Son iki çalışmada ise başka ölçeklerle olan korelasyonlarına bakılmış ayırıcı geçerliliğine bakılmıştır (Şimşek ve Yalınçetin, 2009). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach's Alfa katsayısı .75 çıkmıştır.

Kişisel Biriciklik Duygusu Ölçeği 5 madde ve 5'li likertten oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Kişinin kendisini diğerlerinden farklı özel bir insan olarak hissediyor oluşunu yansıtan tek bir boyuta sahiptir.

Ölçeğin bir örneği Ek 7'de verilmiştir.

2.3.İşlem

Ankete başlamadan önce katılımcılar araştırmanın içeriği ile ilgili bilgilendirilmiştir ve araştırmaya katılım gönüllü kılınmıştır. Katılımcılar araştırmadan her hangi bir maddi kazanç elde etmemişlerdir.

Anketler www.docs.google.com aracılığıyla online olarak uygulanmıştır. Program aynı IP'den birden fazla anket yapmaya müsaade etmediği için aynı kişinin birden fazla anket doldurmasının önüne geçilmiştir. Anketi doldurmak kişi başı ortalama 15 dakika sürmüştür. Anketler her katılımcıya aynı sırayla sunulmuştur.

Anket doldurma işlemi tamamlandıktan sonra veriler SPSS programına kodlanmış ve bu program aracılığıyla analiz edilmiştir.

2.4.Analizler

Veriler SPSS'e kodlandıktan sonra uç değerler ve kayıp değerler kontrol edilmiş; soruların çoğunu boş bırakanlar ve uç değerlerle gelişigüzel işaretleme yaptığı belirlenenler analizden çıkarılmıştır.

İlk olarak ölçeklerdeki ters maddelerin puanları aksine çevrilmiş ve ölçeklerin güvenilirliğine bakılmıştır. Daha sonra dinsel görüş değişkeni için, her bir ölçek alt faktörüne bağımsız t-test uygulanmıştır. Daha sonra katılımcılar dini inancı olanlar ve olmayanlar olarak 2 gruba ayrılmış, yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edilerek her değişkenin depresyon ve duygusal iyi oluşla olan kısmi korelasyonuna bakılmıştır. En son olarak doğrusal regresyon analizlerine geçilmiş, yine yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edilerek bütün alt faktörlerin depresyon ve iyi oluş ile çoklu regresyon ilişkisi incelenmiştir.

BÖLÜM III

BULGULAR

3.1.Demografik Bilgiler

Dini inancı olan grup 224 kişiden oluşmaktadır. Bu kişilerin demografik özellikleri tablo 3.1’de gösterilmiştir.

Tablo 3.1.

Dini inancı olan katılımcıların demografik özellikleri

Değişken	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	115	51.3
Erkek	106	47.3
Yaş		
20-26	114	50.9
27-45	110	49.1
Eğitim		
Lisans	165	73.7
Lisansüstü	59	26.3
İş		
Evet	143	63.8
Hayır	77	34.4
Medeni Durum		
Bekar	177	79
Evli	45	20.1
Boşanmış	2	0.9
Çocuk		

Evet	23	10.3
Hayır	201	89.7

Dini inancı olmayan grup ise 265 kişiden oluşmaktadır. Bu 265 kişinin demografik özellikleri tablo 3.1’de gösterilmiştir.

Tablo 3.2.

*Dini inancı olmayan katılımcıların
demografik özellikleri*

Değişken	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	133	50.2
Erkek	132	49.8
Yaş		
20-26	119	44.9
27-45	146	55.1
Eğitim		
Lisans	191	72.1
Lisansüstü	74	27.9
İş		
Evet	172	64.9
Hayır	93	35.1
Medeni Durum		
Bekar	219	82.6
Evli	36	13.6
Boşanmış	10	3.8
Çocuk		
Evet	20	7.5
Hayır	244	92.1

3.2.Dinsel Görüşe İlişkin Bağımsız T-Test Bulguları

Dini inancı olanlar ve olmayanlar arasında depresyon, duygusal iyi oluş, mutlak doğru ihtiyacı ve kişisel biricilik algısı farklılık göstermemektedir. Fakat bu iki grup arasında çeşitli kişilik faktörleri ve dünyaya ilişkin bazı varsayımlar farklılaşmaktadır.

Kişilikte; öz disiplin, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık faktörleri dinsel görüş açısından farklılık göstermektedir. Dini inancı olanlar yumuşak başlılık ($t=-3.742$, $p<.001$) ve öz disiplin ($t=-3.066$, $p<.01$) açısından dini inancı olmayanlara oranla daha yüksek puan alırken; deneyime açıklıkta, dini inancı olmayanlar daha yüksek puan almıştır ($t=4.199$, $p<.001$).

Dünyaya ilişkin varsayımlarda ise dünya-insan iyiliği ve rastlantı faktörleri bu iki grup arasında farklılık göstermektedir. Dini inancı olanların dünya-insan iyiliği varsayımları ($t=-4.133$, $p<.001$), dini inancı olmayanların ise rastlantı varsayımları ($t=5.190$, $p<.001$) daha yüksektir.

Tablo 3.3.*Dinsel görüŖe iliŖkin bağımsız t-test bulguları*

	Din	Ortalama	Standart Sapma	F	t
Dünya-insan iyiliği	hayır	25.4674	7.11958	.125	-4.133***
	evet	28.2117	7.44909		
Rastlantı	hayır	15.2614	3.70744	.506	5.190***
	evet	13.4685	3.89412		
YumuŖak baŖlılık	hayır	31.2299	5.18586	2.040	-3.742***
	evet	32.9406	4.74208		
Öz disiplin	hayır	25.4109	5.29534	.208	-3.066**
	evet	26.8864	5.18170		
Deneyime açıklık	hayır	40.8314	5.49364	4.165	4.199***
	evet	38.6150	5.90987		

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

3.3.Korelasyon Bulguları

Yapılan kısmi korelasyon analizlerinde yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edilerek; dini inancı olanlarda ve olmayanlarda dünya-insan iyiliği, rastlantı, kontrol-adalet, öz değer, öz kontrol, şans, dışadönüklük, yumuşak başlılık, öz disiplin, nevrotiklik, deneyime açıklık, MDİ ve KBA değişkenlerinin depresyon ve duygusal iyi oluş ile ilişkisine bakılmıştır. Bu analizlerin sonuçları Tablo 3.4. ve Tablo 3.5.'te gösterilmektedir.

Dinin inancı olanlarda deneyime açıklığın depresyon ve olumsuz duygu ile ilişkisi; rastlantının ise olumlu duygu ile ilişkisi hariç, bütün ilişkiler anlamlı çıkmıştır. Depresyon ile korelasyon gösteren değişkenler sırasıyla öz değer ($r = -.633, p < .001$), nevrotiklik ($r = .519, p < .001$), şans ($r = -.469, p < .001$), öz disiplin ($r = -.422, p < .001$), MDİ ($r = .421, p < .001$), dışadönüklük ($r = -.407, p < .001$), dünya-insan iyiliği ($r = -.399, p < .001$), rastlantı ($r = .298, p < .001$), yumuşak başlılık ($r = -.296, p < .001$), kontrol-adalet ($r = -.268, p < .01$), KBA ($r = -.229, p < .01$) ve öz kontroldür ($r = -.174, p < .05$). Duygusal iyi oluşla korelasyon gösteren değişkenler ise sırasıyla öz değer ($r = .707, p < .001$), şans ($r = .633, p < .001$), dünya-insan iyiliği ($r = .605, p < .001$), nevrotiklik ($r = -.525, p < .001$), dışadönüklük ($r = .463, p < .001$), öz disiplin ($r = .434, p < .001$), yumuşak başlılık ($r = .350, p < .001$), KBA ($r = .336, p < .001$) kontrol-adalet ($r = .329, p < .001$), MDİ ($r = -.316, p < .05$), öz kontrol ($r = .274, p < .001$) ve rastlantıdır ($r = -.177, p < .05$).

Tablo 3.4.*Dini inancı olan katılımcıların kısmi korelasyon bulguları*

	Depresyon	Duygusal iyileş	Olumluduygu	Olumsuzduygu
Dünya-insan iyiliği	-.399 ^{***}	.605 ^{***}	.591 ^{***}	-.550 ^{***}
Rastlantı	.298 ^{***}	-.177 [*]	-.147	.183 ^{**}
Kontrol-adalet	-.268 ^{**}	.329 ^{***}	.332 ^{***}	-.290 ^{***}
Öz değer	-.633 ^{***}	.707 ^{***}	.697 ^{***}	-.637 ^{***}
Şans	-.469 ^{***}	.633 ^{***}	.639 ^{***}	-.558 ^{***}
Öz kontrol	-.174 [*]	.274 ^{***}	.310 ^{***}	-.215 ^{**}
Dışadönüklük	-.407 ^{***}	.463 ^{***}	.461 ^{***}	-.413 ^{***}
Yumuşak başlılık	-.296 ^{***}	.350 ^{***}	.355 ^{***}	-.307 ^{***}
Öz disiplin	-.422 ^{***}	.434 ^{***}	.437 ^{***}	-.384 ^{***}
Nevrotiklik	.519 ^{***}	-.525 ^{***}	-.479 ^{***}	.505 ^{***}
Deneyime açıklık	-.033	.119	.146 [*]	-.084
KBA	-.229 ^{**}	.336 ^{***}	.391 ^{***}	-.254 ^{**}
MDİ	.421 ^{***}	-.316 ^{***}	-.239 ^{**}	.344 ^{***}

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

Notlar: KBA = Kişisel Biriciklik Algısı; MDİ = Mutlak Doğru İhtiyacı

Dinin inancı olmayan katılımcılarda deneyime açıklık depresyon ve duygusal iyi oluşun hiçbir faktörüyle korelasyon göstermemekte, rastlantı ise sadece olumsuz duygu ile korelasyon göstermektedir. Bunun dışındaki bütün faktörler depresyon ve duygusal iyi oluş ile anlamlı bir ilişki içindedir. Depresyon ile korelasyon gösteren değişkenler sırasıyla öz değer ($r = -.573$, $p < .001$), nevrozizm ($r = .510$, $p < .001$), şans ($r = -.474$, $p < .001$), dışadönüklük ($r = -.474$, $p < .001$), dünya-insan iyiliği ($r = -.378$, $p < .001$), öz disiplin ($r = -.267$, $p < .001$), MDİ ($r = .264$, $p < .001$), öz kontrol ($r = -.264$, $p < .001$), kontrol-adalet ($r = -.217$, $p < .01$), yumuşak başlılık ($r = -.155$, $p < .05$) ve KBA'dır ($r = -.120$, $p < .05$). Duygusal iyi oluşla korelasyon gösteren değişkenler ise sırasıyla öz değer ($r = .619$, $p < .001$), nevrozizm ($r = -.583$, $p < .001$), şans ($r = .580$, $p < .001$), dışadönüklük ($r = .510$, $p < .001$), dünya-insan iyiliği ($r = .497$, $p < .001$), öz disiplin ($r = .342$, $p < .001$), kontrol-adalet ($r = .330$, $p < .001$), MDİ ($r = -.315$, $p < .001$), öz kontrol ($r = .274$, $p < .001$), KBA ($r = .215$, $p < .01$) ve yumuşak başlılıktır ($r = .196$, $p < .01$).

Tablo 3.5.*Dini inancı olmayan katılımcıların kısmi korelasyon bulguları*

	Depresyon	Duygusal iyi oluş	Olumlu duygu	Olumsuz duygu
Dünya-insan iyiliği	-.378***	.497***	.474***	-.448***
Rastlantı	.115	-.141	-.082	.175*
Kontrol-adalet	-.217**	.330***	.261***	-.347***
Öz değer	-.573***	.619***	.592***	-.558***
Şans	-.474***	.580***	.555***	-.523***
Öz kontrol	-.264***	.405***	.371***	-.380***
Dışadönüklük	-.474***	.510***	.519***	-.430***
Yumuşak başlılık	-.155*	.196**	.182*	-.181*
Öz disiplin	-.267***	.342***	.319***	-.316***
Nevrotiklik	.510***	-.583***	-.529***	.551***
Deneyime açıklık	-.016	.098	.133	-.053
KBA	-.120*	.215**	.222**	-.180*
MDİ	.264***	-.315***	-.255**	.325***

p<.001***, p<.01**, p<.05*

Notlar: KBA = Kişisel Biriciklik Algısı; MDİ = Mutlak Doğru İhtiyacı

3.4.Regresyon Bulguları

Dini inancı olan ve olmayan gruplarla yapılan çoklu regresyon analizinde ilk blok, yaş ve cinsiyet; ikinci blok ise dünya-insan iyiliği, rastlantı, kontrol-adalet, öz değer, öz kontrol, şans, dışadönüklük, yumuşak başlılık, öz disiplin, deneyime açıklık, nevroitiklik, MDİ, KBA değişkenlerinden oluşmaktadır. Analiz bulguları aşağıda verilmiştir.

Depresyon: Dini inancı olan grupta depresyonu yordayan değişkenler, dünyaya ilişkin varsayımlardan, öz değer ($\beta = -.339$, $p < .001$), , rastlantı ($\beta = .118$, $p < .05$); kişilikten ise öz disiplin ($\beta = -.140$, $p < .05$), deneyime açıklık ($\beta = .173$, $p < .01$) vevnevrotiklik ($\beta = .266$, $p < .001$). Mutlak doğru ihtiyacı da depresyonu yordayan değişkenler arasındadır ($\beta = .167$, $p < .01$). Kişisel biriciklik algısının depresyonda yordayıcı bir rolü yoktur. Bu regresyon modelinde yaş ve cinsiyet değişkenlerinin açıklayıcılığı $R^2 = .034$; bütün değişkenlerin toplam açıklayıcılığı ise $R^2 = .613$ 'tür.

Tablo 3.6.

Dini inancı olan katılımcıların depresyona ilişkin regresyon analizi bulguları

Değişkenler	B	Standart hata	β
Öz değer	-.853	.180	-.339***
Nevrotiklik	.438	.104	.266***
Deneyime Açıklık	.297	.103	.173**
MDİ	.358	.125	.167**
Rastlantı	.309	.141	.118*
Öz disiplin	-.274	.125	-.140*

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Not :MDİ = Mutlak Doğru İhtiyacı

Dini inancı olmayan grupta dünyaya ilişkin varsayımlardan öz değer ($\beta = -.284$, $p < .001$) ve şans ($\beta = -.203$, $p < .01$); kişilikten dışadönüklük ($\beta = -.204$, $p < .01$) ve nevroitiklik ($\beta = .274$, $p < .001$) depresyonu yordamaktadır. Bu regresyon modelinde yaş ve cinsiyet değişkenlerinin açıklayıcılığı $R^2 = .072$; bütün değişkenlerin toplam açıklayıcılığı ise $R^2 = .563$ 'tür.

Tablo 3.7.

Dini inancı olmayan katılımcıların depresyona ilişkin regresyon analizi bulguları

Değişkenler	B	Standart hata	β
Öz değer	-.812	.201	-.284***
Nevrotiklik	.476	.122	.274***
Şans	-.459	.142	-.203**
Dışadönüklük	-.322	.099	-.204**

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

İyi oluş: Dini inancı olan grupta iyi oluşu yordayan değişkenler dünyaya ilişkin varsayımlardan öz değer ($\beta = .289$, $p < .001$), şans ($\beta = .290$, $p < .001$) ve dünya-insan iyiliği ($\beta = .193$, $p < .01$); kişilikten nevroitiklik ($\beta = -.146$, $p < .05$) ve öz disiplindir ($\beta = .120$, $p < .05$). Ayrıca MDİ de ($\beta = -.106$, $p < .05$) iyi oluşu açıklamaktadır. Bu regresyon modelinde yaş ve cinsiyet değişkenlerinin açıklayıcılığı $R^2 = .006$; bütün değişkenlerin toplam açıklayıcılığı ise $R^2 = .719$ 'dur.

Tablo 3.8.

Dini inancı olan katılımcıların duygusal iyi oluşa ilişkin regresyon analizi bulguları

Değişkenler	B	Standart hata	β
Öz değer	.883	.193	.289***
Şans	.806	.162	.290***
Nevrotiklik	-.293	.114	-.146*
Öz disiplin	.290	.133	.120*
Dünya-insan iyiliği	.338	.107	.193**
MDİ	-.276	.133	-.106*

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

Not: MDİ = Mutlak Doğru İhtiyacı

Dini inancı olmayan grupta iyi oluşu yordayan değişkenler ise dünyaya ilişkin varsayımlardan, öz değer ($\beta = .228$, $p < .001$), şans ($\beta = .265$, $p < .001$) ve dünya-insan iyiliği ($\beta = .121$, $p < .05$); kişilikten, dışadönüklük ($\beta = .152$, $p < .01$), nevrotiklik ($\beta = -.248$, $p < .001$) ve öz disiplindir ($\beta = .120$, $p < .05$). Mutlak doğru ihtiyacı da iyi oluşu yordayan değişkenler arasındadır ($\beta = -.098$, $p < .05$). Sadece kişisel biriciklik algısının iyi oluşta yordayıcı bir rolü yoktur. Bu regresyon modelinde yaş ve cinsiyet değişkenlerinin açıklayıcılığı $R^2 = .057$; bütün değişkenlerin toplam açıklayıcılığı ise $R^2 = .703$ 'tür.

Tablo 3.9.

Dini inancı olmayan katılımcıların duygusal iyi oluşa ilişkin regresyon analizi bulguları

Değişkenler	B	Standart hata	β
Özdeğer	.762	.195	.228***
Şans	.688	.135	.265***
Nevrotiklik	-.502	.114	-.248***
Öz disiplin	.290	.116	.120*
Dünya-insan iyiliği	.215	.096	.121*
Dışadönüklük	.285	.098	.152**
MDİ	-.264	.126	-.098*

*** p<.001, ** p<.01, * p<.05

Not: MDİ = Mutlak Doğru İhtiyacı

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

4.1.Dini İnancı Olan ve Olmayan Gruplarda Duygusal İyi Oluş, Depresyon, Dünyaya İlişkin Varsayımlar, Mutlak Doğru İhtiyacı, Kişilik ve Kişisel Biriciklik Algısı Değişkenlerinin Düzeyi

Dini inancı olanlar ve olmayanların depresyon, duygusal iyi oluş, mutlak doğru ihtiyacı ve biriciklik algısı düzeylerinde bir farklılık yoktur. Fakat bu iki grubun, dünya ilişkin bazı varsayımları ve bazı kişilik özellikleri birbirinden farklıdır. Dini inancı olmayanlarda rastlantı varsayımı daha yüksek, dini inancı olanlarda ise dünya-insan iyiliğine inanç daha yüksektir. Bu sonuç dini inancı olanların dünyayı daha anlamlı ve güvenilir bir yer olarak gördüğünü düşündürmektedir. Kişilikte ise dini inancı olanların öz disiplin ve yumuşak başlılıkları daha yüksek; dini inancı olmayanların ise deneyime açıklıkları daha yüksek çıkmıştır. Bu bulgu dindarlık arttıkça yumuşak başlılığın ve öz disiplinin arttığını öne süren Saroglou'nun (2002) araştırmasıyla paralel görünmektedir. Fakat Saroglou'nun araştırmasındaki bütün katılımcılar dini inancı olan kişiler iken şu anki çalışmanın katılımcıları dini inancı olan ve olmayan kişilerdir. Ayrıca Saroglu'nun araştırmasında deneyime açıklık spiritüel inanç ile ilişkili çıkarken, bu çalışmada dini inancı olmayanlarda deneyime açıklığın daha yüksek çıkması, daha önce karşılaşılmamış bir sonuçtur.

4.2.Dini İnancı Olan ve Olmayan Gruplarda Depresyon ve İyi Oluşu Açıklamak Bakımından Dünyaya İlişkin Varsayımlar, Kişilik, Mutlak Doğru İhtiyacı ve Kişisel Biriciklik Algısı Değişkenlerinin Rolü

4.2.1.Korelasyon bulgularının karşılaştırılması

Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edilerek yapılan kısmi korelasyon analizlerinde, dini inancı olanlarda deneyime açıklığın depresyon ve olumsuz duygu ile ilişkisi; rastlantının ise olumlu duygu ile ilişkisi hariç, bütün ilişkiler anlamlı çıkmıştır. Dini inancı olmayan katılımcılarda deneyime açıklık, depresyon ve duygusal iyi oluşun hiçbir faktörüyle korelasyon göstermemekte; rastlantı ise sadece olumsuz duygu ile korelasyon göstermektedir. Bunun dışındaki bütün faktörler depresyon ve duygusal iyi oluş ile anlamlı bir ilişki içindedir.

Dini inancı olan grupta depresyon ile anlamlı korelasyon gösteren değişkenlerin katsayılarına bakıldığında; öz değer, nevrotiklik, şans, öz disiplin, MDİ, dışadönüklük ve dünya-insan iyiliği değişkenlerinin orta düzey; rastlantı, yumuşak başlılık, kontrol-adalet, KBA, öz kontrolün ise düşük düzey bir korelasyon gösterdiği anlaşılmaktadır. Dini inancı olmayan grupta ise depresyon ile orta düzey korelasyon gösteren değişkenler öz değer, nevrotiklik, şans, dışadönüklük, dünya-insan iyiliği; düşük düzey korelasyon gösteren değişkenler öz disiplin, MDİ, öz kontrol, kontrol-adalet, yumuşak başlılık ve KBA'dır. Dini inancı olan grupta duygusal iyi oluş ile anlamlı korelasyon gösteren değişkenlerin katsayılarına bakıldığında öz değer, yüksek düzey; şans, dünya-insan iyiliği, nevrotiklik, dışadönüklük, öz disiplinin orta düzey; yumuşak

başlılık, KBA, kontrol-adalet, MDİ, öz kontrol ve rastlantının düşük düzey bir korelasyon gösterdiği bulunmuştur. Dini inancı olmayan katılımcılarda ise duygusal iyi oluşla orta düzey korelasyon gösteren değişkenler öz değer, nevroitiklik, şans, dışadönüklük, dünya-insan iyiliği; düşük düzey korelasyon gösteren değişkenler öz disiplin, kontrol-adalet, MDİ, öz kontrol, KBA ve yumuşak başlılıktır. İki grubun korelasyon bulguları karşılaştırıldığında çoğunlukla benzer ilişkilerin söz konusu olduğu görülmektedir. Öz değer faktörünün en yüksek olmak suretiyle; şans, dünya-insan iyiliği, nevroitiklik, dışadönüklük değişkenleri her iki grupta da depresyon ve duygusal iyi oluşta en önemli rolü oynamaktadır. Öz değer varsayımının düşük olmasının neredeyse bütün ruhsal bozuklukları olumsuz etkilediği daha önceki bir araştırmada da gösterilmiştir (Solomon, Iancu ve Tyano, 1997). İki grup arasındaki fark, dini inancı olanlarda deneyime açıklık olumlu duygu ile ilişki gösterirken; dini inancı olmayanlarda bu ilişkinin görülmemesidir. Dini inancı olmayanların deneyime açıklık puanlarının daha düşük olduğu düşünülürse belli bir düzey deneyime açıklığın olumlu duyguyla ilişki olduğu sonucuna varmak uygun olabilir.

4.2.2.Regresyon bulgularının karşılaştırılması

Depresyon: Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edilerek yapılan regresyon analizi bulguları; dini inancı olan grupta, öz değer ve öz disiplin negatif yönde; rastlantı, nevroitiklik, deneyime açıklık ve mutlak doğru ihtiyacı pozitif yönde olmak üzere bu değişkenlerin depresyonu yordadığını göstermektedir. Dini inancı olmayan grupta ise öz değer, şans, dışadönüklük negatif ve nevroitiklik pozitif olmak üzere depresyonu yordamaktadır. Öz değer ve nevroitiklik iki grupta da ortak değişkenler iken;

dini inancı olanlarda ek olarak rastlantı, mutlak doğru ihtiyacı ve deneyime açıklık da depresyonu yordamakta; dini inancı olmayanlarda ise ek olarak dışadönüklüğün ve şans varsayımının düşük olması depresyonu yordamaktadır. Dinsel görüş ile ilgili bağımsız t-test sonuçlarından yola çıkılırsa; dini inancı olmayanlarda rastlantı varsayımı daha düşük olmasına rağmen yine de, bu varsayımının bu grupta depresyonu yordadığı görülmektedir. Dini inancı olmayanlar ise rastlantı faktöründen olumsuz etkilenmemektedir. Janoff-Bulman (1989) rastlantı faktörünü dünyaya karşı kırılganlıkla ilişkilendirmesine rağmen, bu durum dini inancı olanları daha fazla etkiliyor gibi görünmektedir. Bunun nedeni, rastlantı varsayımına inanmanın, dini inancı olan grupta dini savunma mekanizmalarının kullanımını engellemesi olabilir. Ayrıca dini inancı olanlarda mutlak doğru ihtiyacı da depresyonla ilişkiliyken, dini inancı olmayanlarda bu ilişki görülmemektedir. Mutlak doğru ihtiyacının, dini inancı olanlarda depresyonu yordayıp, dini inancı olmayanlarda yordamaması, bu değişkenin iki grup için farklı işlevleri olabileceğini düşündürmektedir. Şimşek (2013), mutlak doğru ihtiyacının ilerleyen zamanlarda daha detaylı incelendiğinde iki faktör olarak değerlendirilebileceğini öne sürmüştür. Buradan yola çıkılırsa mutlak doğru ihtiyacının benlikle ilgili olumsuz maddeleri ruminitif bir etki yaratırken, gerçeği aramaya yönelik maddelerinin daha ziyade entelektüel ya da derin düşünme ile ilişkili olabileceği düşünülebilir. Eğer böyleyse entelektüel düşünmenin eşlik ettiği çözüm arama süreçleri, problemlerle baş etmeyi kolaylaştırarak dini inancı olmayanlarda ruminitif düşüncelerin olumsuz etkisini dengelemiş olabilir.

Deneyime açıklığın dini inancı olan grupta depresyonu yordarken; korelasyon analizlerinde olumlu duygu ile ilişkili çıktığı göz önünde bulundurulduğunda,

deneyime açıklığın dini inancı olan grupta eğrisel bir grafik izliyor olduğu ihtimali akla gelmektedir. Dışadönüklüğün dini inancı olmayanlarda olumlu etki göstermesi ise, dini sosyal destekten yoksun olmayı telafi eden bir etki sağlıyor olması ihtimalinden kaynaklanabilir.

Şans varsayımının yüksek olmasının, dini inancı olmayan grupta depresyonun şiddetini azaltması bu faktörünün rastlantı varsayımına karşı dengeleyici bir işlev görmesiyle ilgili olabilir. Bireyin, kendisini, iyi olayları tesadüfi olarak kendine çeken olumlu bir özelliğe sahipmiş gibi algılaması, rastlantının oluşturacağı risklere karşı güven yaratabilecek bir unsurdur.

Duygusal iyi oluş: Dini inancı olan grupta öz değer, şans, insan-dünya iyiliği, öz disiplin pozitif yönde, nevroitiklik ve MDİ negatif yönde olmak üzere iyi oluşu yordamaktadır. Dini inancı olmayan grupta da aynı değişkenler aynı yönde iyi oluşu yordamakta; ek olarak dışadönüklük de olumlu yönde duygusal iyi oluşu yordamaktadır. Dışadönüklüğün; dini inancı olmayan grupta iyi oluşu olumlu etkilemesi, dini sosyal destekten mahrum olmayı ve toplumun genelinin paylaştığı bir inancı paylaşmamaktan kaynaklanan olası bir izolasyon durumunu telafi edici bir etki sağlamasından kaynaklanabilir.

4.3.Uygulamaya Yönelik Öneriler

Bu araştırmanın amacı dini inancı olan ve olmayan bireylerde depresyon ve iyi oluşu yordayan değişkenleri incelemektir. Araştırma sonuçları, bu iki grupta depresyon ve iyi oluşu etkileyen değişkenlerin beklendiği kadar farklılaşmadığını göstermekle birlikte, yine de bazı temel eğilimleri ortaya koymuştur.

Dini inancı olanlarda, “Kötü olaylar insanlara tesadüfi olarak denk gelir.” gibi maddelerle ölçülen rastlantı varsayımının yüksek olması depresyonu yordamaktadır. Rastlantı varsayımına inanmanın, dini savunma mekanizmalarını kullanmayı engelleyerek bu sonuca yol açmış olabileceği düşünülmektedir. Çünkü olayların belli bir düzen içinde değil de tesadüfi bir şekilde dağılması, her şeyin Tanrı tarafından belirlendiği bir sistemle çelişir gözükmektedir. Dolayısıyla klinik çalışmalarda depresyon söz konusu olunca, dini inancı olanların rastlantı varsayımını incelemek ve bu varsayımın iyileşmeye götürecek yolları tıkayıp tıkamadığına bakmak fayda sağlayabilir. Dini inancı olmayanlarda ise rastlantıya inanç diğer gruptan daha yüksek olmasının rağmen bu değişken depresyonu yordamamakta; buna karşın “Çok şanslı bir insan olduğumu düşünürüm.” gibi maddelerle ölçülen şans varsayımının düşük olmasının depresyonu yordamaktadır. Bu nedenle dini inancı olmayan bireyler için depresyon durumunda, kendilerini şanssız birisi olarak etiketlemiş olup olmadıklarına dikkat etmek faydalı olabilir. Dini inancı olmayan grupta rastlantı varsayımı diğer gruba göre daha yüksek olduğu için, şanssız birisi olduğuna inanmak, tesadüfen karşılaşılabilecek kötü olayları kendine çekmeye daha açık olmak ve dolayısıyla güvende hissetmemek bakımından daha kritik bir anlam ifade ediyor olabilir. Ayrıca hem depresyon hem iyi oluş söz konusu olduğunda dini inancı olmayan bireyler için dışadönüklüğün önemi diğer gruba göre daha

büyüktür. Dini inancı olmayanların, toplumun genelinden farklı düşünceleri nedeniyle izole olmuş hissedebilecekleri ve dini sosyal desteğe sahip olmadıkları göz önüne alınırsa; dışadönüklüğün bu kişiler için önemi daha net anlaşılmaktadır.

4.4.Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Araştırmada kişinin dini inancının olup olmadığı sadece evet ve hayır yanıtlarıyla belirlenmiştir. Dolayısıyla dinler konusunda kafası karışık olan fakat Tanrı'ya inanan kişiler hangi seçeneği işaretleyeceği konusunda arada kalmış olabilirler. Ayrıca kişinin hangi dine mensup olduğuna ve eğer dini inanca sahip değilse nasıl bir düşünce tarzına sahip olduğuna dair (ateist, agnostik vb.) detaylar bilinmemektedir. Bu nedenle değişik görüşler arasındaki farklılıklar belirlenememiştir. Ek olarak, dini inanca sahip katılımcıların dini ritüelleri uygulayıp uygulamadıkları ve ne ölçüde dindar oldukları da bilinmemektedir. Koyu bir dinsel tutuma sahip olanlar ile ılımlı bir dinsel tutuma sahip olanların aynı grupta analize katılması, tutum farklılıkları ile ilgili sonuçların belirlenememesine neden olmuştur.

Anketler Türklerin bulunduğu sitelerde yapıldığı için dini inanca evet diyen kesimin büyük çoğunluğunun müslüman olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla dini inancı olan gruba ilişkin bulgular, Türkiye atmosferi ve islam dini dışındaki koşullara genellenebilir değildir.

Anketlerin online olarak yapılması örneklemin internette vakit geçiren, anket doldurmaktan hoşlanan, sosyal medyada yazan bir kesim olmak ortak noktalarını taşımasına neden olmuştur. Ayrıca ankette öz bildirim ölçeklerinin kullanılması, kişinin kendisini taraflı ya da ön yargılı yansıtmaya yol açabilmektedir. Bunun yanında, ankette

çok fazla soru olması ve bazı maddelerin soyut düşünme gerektirmesi cevaplamaı zorlaştırmış olabilir.

Bu araştırmada dini inancı olan grupta deneyime açıklığın, depresyon ile korelasyon göstermeyip regresyon gösterdiği; ortaya çıkmıştır. Bu durum, deneyime açıklık faktörünün, depresyon ve iyi oluş ile ilişkisinde eğrisel bir grafik izleme ihtimali olduğunu ya da hem olumlu hem olumsuz işlevi olduğunu düşündürmektedir. Gelecek çalışmalarda deneyime açıklığın depresyon ve iyi oluş ile ilişkisini daha detaylı incelemek, ruh sağlığına ne tür avantajlar ve dezavantajlar sağladığını detaylı olarak belirlemek faydalı olabilir. Ayrıca mutlak doğru ihtiyacı, iki grupta da duygusal iyi oluşu negatif yönde etkilemesine rağmen; dini inancı olanlarda depresyonla ilişkili olup, dini inancı olmayanlarda depresyonla ilişkili çıkmamaktadır. Bu durum, söz konusu değişkenin depresyon durumunda bu iki grup için farklı işlevleri olabileceğini düşündürmektedir. Sonraki araştırmalarda mutlak doğru ihtiyacının olumlu ve olumsuz işlevlerini ayırıştırmak, bu yapının daha iyi anlaşılması açısından faydalı olabilir.

KAYNAKÇA

Aalsma, M. C., Lapsley, D. K. & Flannery, D. J. (2006). Personal fables, narcissism and adolescent adjustment. *Psychology in the Schools*, Vol. 43(4), 481-491. doi: 10.1002/pits.20162

Abramson, L. Y., Metalsky, G. I. & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: a theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, Vol. 96(2), 358-372. <http://homepage.psy.utexas.edu/HomePage/class/psy394u/Bower/14%20Thr'y%20of%20Depression/Abramson.pdf>

Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P. & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 87, No. 1, 49-74. <http://jamiesmithportfolio.com/EDTE800/wp-content/PrimarySources/Seligman2.pdf>

American Psychiatric Association (APA), (2013). *DSM-5: Diagnostic and statistical manual of mental disorders* [Kindle Book]. <http://gen.lib.rus.ec/>

Aristoteles, (1996). *Metafizik*. (A. Arslan, Çev.). İstanbul: Sosyal

Aristoteles, (2005). *Nikomakhos'a Etik*. (S. Babür, Çev.). Ankara: Kebikeç

- Arthur, W. & Graziano, W. G. (1996). The five factor model, conscientiousness and driving accident involvement. *Journal of Personality*, 64, 593-618. doi: 10.1111/j.1467-6494.1996.tb00523.x
- Azhar, M. Z., Varma, S. L. & Dharap, A. S. (1994). Religious psychotherapy in anxiety disorder patients. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 90, 1-2. doi: 10.1111/j.16000447.1994.tb01545.x
- Baker, L. A. & Daniels, D. (1990). Nonshared environmental influences and personality differences in adult twins. *Journal of personality and Social Psychology*, 58, 103-110. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.58.1.103>
- Baker, M. J. & Robbins, M. (2012). American on-line atheists and psychological type. *Mental Health, Religion & Culture*, Vol. 15(10), 1077-1084. doi:10.1080/13674676.2012.707433
- Barrick, M. R. & Mount, M. K. (1991). The big five personality dimensions and job performance: a metaanalysis. *Personnal Psychology*, 47, 515-535. http://people.tamu.edu/~mbarrick/Pubs/1991_Barrick_Mount.pdf
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561-571. doi:10.1001/archpsyc.1964.01720240015003

Beck, A. T. (1967). *Cognitive Therapy of Depression* [Kindle Book].
<https://books.google.com/books>

Benet-Martinez, V. & John, O. P. (1998). Los cinco grandes across cultures and ethnic groups: multitrait multimethod analysis of the big five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 729–750. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>

Billings, A. G., Cronkite, R. C. & Moos, R. H. (1983). Social-environmental factors in unipolar depression: comparisons of depressed patients and nondepressed controls. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol 92(2), 119-133. doi 10.1037/0021-843X.92.2.119

Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (D. E. Sarioğlu, Çev.). İstanbul: Kaktüs

Caldwell-Harris, C. L., Wilson, A. L., LoTempio, E. & Beit-Hallahmid, B. (2011). Exploring the atheist personality: well-being, awe, and magical thinking in Atheists, Buddhists, and Christians. *Mental Health, Religion & Culture*, Vol. 14, No. 7, 659–672.
<http://dx.doi.org/10.1080/13674676.2010.509847>

Catlin, G. & Epstein, S. (1992). Unforgettable experiences: the relation of life events to basic beliefs about self and world. *Social Cognition*, Vol. 10, No. 2, 189-209. doi: 10.1521/soco.1992.10.2.189

- Cohen, A. B. (2002). The importance of spirituality in well-being for jews and christians. *Journal of Happiness Studies*, 3, 287–310. doi:10.1023/A:1020656823365
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.668>
- Costa, P.T. & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI). *Psychological Assessment*, Vol.4, No.1, 5-13. http://www.researchgate.net/profile/Paul_Costa3/publication/232463584_Normal_personality_assessment_in_clinical_practice_The_NEO_Personality_Inventory/links/550ed48d0cf2ac2905ad119a.pdf
- Costa, P. T. & Widiger, T. A. (1994). Personality disorders and the five-factor model of personality [Kindle Book]. <http://dx.doi.org/10.1037/10140-000>
- Çarkoğlu, A. & Kalaycıoğlu, E. (2009). *Türkiye’de dindarlık: Uluslararası bir karşılaştırma*. http://research.sabanciuniv.edu/13119/1/Rapor_Kamu-dindarl%C4%B1k.pdf
- Dalbert C. (1999). The world is more just for me than generally: About the personal belief in a just world scale validity. *Social Justice Research*, Vol. 12, No. 2, 79-98. doi: 10.1023/A:1022091609047

Davidson, G. C. & Neale, J. M. (2011). *Anormal psikolojisi* (7. baskı). (İ. Dağ, Çev. Editörü). Ankara: Türk Psikologlar Derneği.

Demir, M., Şimşek, Ö.F. & Procsal, A.D. (2012). I am so happy 'Cause my best friend makes me feel unique: Friendship, personal sense of uniqueness and happiness. *J Happiness Stud.* doi: 10.1007/s10902-012-9376-9

Denissen, J. J. A., Geenen, R., Marcel A. G., Aken, V., Samuel D. G. & Potter, J. (2008). Development and validation of a Dutch translation of the big five inventory (BFI). *Journal of Personality Assessment*, 90(2), 152–157. <http://dx.doi.org/10.1080/00223890701845229>

Derogatis, L. R. (1992). The brief symptom inventory (BSI), administration, scoring and procedures: Manual II [Kindle Version]. Towson, MD: Clinical Psychometric Research.

Dınvar, P. E. (2011). *Travma sonrası stres, dünyaya ilişkin varsayım ve Tanrı algısı ilişkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi/SBE, Ankara.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. <http://www.unt.edu/rss/SWLS.pdf>

Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology, Vol 24(1)*, 25-41. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1997-43193-002>

Diener, E. & Clifton, D. (2002). Life satisfaction and religiosity in broad probability samples. *Psychological Inquiry, 13*, 206–209.

Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, http://www.jstor.org/stable/1449331?seq=1#page_scan_tab_contents 14(1), 56-64. http://journal.dogus.edu.tr/index.php/duj/article/viewFile/585/pdf_9

Elklit, A., Shevlin, M., Solomon, Z. & Dekel, R. (2007). Factor structure and concurrent validity of the world assumptions scale. *Journal of Traumatic Stress, Vol. 20*, No. 3, 291–301. doi: 10.1002/jts.20203

Ellis, E. M. (1983). A review of empirical rape research: victim reactions and response to treatment. *Clinical Psychology Review, 3*, 473-490. doi:10.1016/0272-7358(83)90025-9

Emmons, R. A. & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11*, 89-97. doi: 10.1177/0146167285111008

- Feist, G. J. (1998). A meta-analysis of personality in scientific and artistic creativity. *Personality and Social Psychology Review*, 2, 290-309. doi: 10.1207/s15327957pspr0204_5
- Fenigstein, A., Scheier, M. F. & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522–527. <http://dx.doi.org/10.1037/h0076760>
- Francis, L. J. & Kaldor, P. (2002). The relationship between psychological well-being and Christian faith and practice in an Australian population sample. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41, 179–184. doi: 10.1111/1468-5906.00109
- Freud, S. (1917). Mourning and melancholia. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works*, 237-258. http://users.clas.ufl.edu/burt/freud_-_mourning_and_melancholia.pdf
- Freud, S. (2000). *Bir Yanılsamanın geleceği uygarlık ve hoşnutsuzluğu* [E-kitap]. (A. Yardımlı, Çev.). https://mega.co.nz/#F!iUpC2TQA!Y_aKElCxWSuwvauv6aoD-g
- Fromkin, H. L. & Snyder, C. R., (1980). *Uniqueness: the human pursuit of difference* [Kindle Book]. <https://books.google.com/books>

Fromm, E. (1990). *Psikanaliz ve Din*. (Ş. Alpagut,Çev.). İstanbul: Kabalcı. (Özgün eser 1967 tarihlidir).

Galen, L. W. & Kloet, J. D. (2011). Mental well-being in the religious and the non-religious: evidence for a curvilinear relationship. *Mental Health, Religion & Culture, Vol. 14*, No. 7, 673–689. doi: 10.1080/13674676.2010.510829

Geen, R. G. (1984). Preferred stimulation levels in introverts and extraverts: Effects on arousal and performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, 1303-1312. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.46.6.1303>

Goodwin, R. D., Gotlib, I. H. (2004). Gender differences in depression: the role of personality factors. *Psychiatry Research, 126*, 135–142. doi:10.1016/j.psychres.2003.12.024

Gökberk, M. (1967). *Felsefe tarihi* (2. baskı). Ankara: Bilgi

Harris, H. N. &Valentiner, D. P. (2002).World assumptions, sexual assault, depression, and fearful attitudes toward relationships.*Journal of Interpersonal Violence,Vol. 17* No. 3, 286-305.doi: 10.1177/0886260502017003004

Heath, A. C., Neale, M. C., Kessler, R. C., Eaves, L. J. & Kendler, K. S. (1992). Evidence for genetic influences on personality from self-reports and informant ratings. *Journal of*

Personality and Social Psychology, 63, 85-96. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.63.1.85>

Hixon, J. G. & Swann, W. B. (1993). When does introspection bear fruit? Self-reflection, self-insight and interpersonal choices. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 35–43. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.64.1.35>

Hood, R. W., Hill, P.C. & Spilka, B. (2009). *The psychology of religion: an empirical approach* [Kindle Book]. <http://gen.lib.rus.ec/>

Horning, S. M., Davis, H. P., Stirrat, M. & Cornwell, R. E. (2011). Atheistic, agnostic and religious older adults on well-being and coping behaviors. *Journal of Aging Studies*, 25, 177–188. doi:10.1016/j.jaging.2010.08.022

Hungelmann, J., Kenkel-Rossi, E., Klassen, L. & Stollenwerk, R. M. (1985). Spiritual well-being in older adults: harmonious interconnectedness. *Journal of Religion and Health*, Vol. 24, No. 2, 147-153. doi: 10.1007/BF01532258

Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, Vol:7, No:2 113-136. doi: 10.1521/soco.1989.7.2.113

Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumption* [Kindle Book]. <https://books.google.com/books>

Jensen-Campbell, L. A. & Graziano, W. G. (2001). Agreeableness as a moderator of interpersonal conflict. *Journal of Personality*, 69, 323-362. http://www.researchgate.net/profile/Lauri_JensenCampbell/publication/11997004_Agreeableness_as_a_moderator_of_interpersonal_conflict/links/00b4951cc9b59ebef9000000.pdf

Jung, C. G. (1998). *Psikoloji ve Din*. (R. Karabey, Çev.). İstanbul: Okyanus. (Özgün eser 1964 tarihlidir)

Kalbitzer, J., Frokjaer, V. G., Erritzoe, D, Svarer, C., Cumming, P., Nielsen, F. A. ve diğ. (2009). The personality trait openness is related to cerebral 5-HTT levels. *NeuroImage*, 45, 280–285. doi:10.1016/j.neuroimage.2008.12.001

Kaler, M. E., Frazier, P. A., Anders, S. L., Tashiro, T., Tomich, P., Tennen, H. ve diğ. (2008). Assessing the psychometric properties of the world assumptions scale. *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 21, No. 3, 326–332. doi: 10.1002/jts.20343

Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Koretz, D. & Merikangas K. R. ve diğ. (2003). The epidemiology of major depressive disorder: Results from the national comorbidity survey replication (NCS-R). *Journal of the American Medical Association*, 23, 3095-3105. doi:10.1001/jama.289.23.3095

- Kılınç, S. & Torun, F. (2011). Adil dünya inancı: The belief in just world. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*, 3(1),1-14.
www.cappsy.org/archives/vol3/no1/
- Kim, H. & Markus, H. R. (1999). Deviance or uniqueness, harmony or conformity? A cultural analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 77(4), 785-800.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.77.4.785>
- Kleinke, C. L. & Meyer, C. (1990). Evaluation of rape victim by men and women with high and low belief in just world. *Psychology of Women Quarterly*, 14, 343-353.
doi: 10.1111/j.1471-6402.1990.tb00024.x
- Koenig, H. G. (Ed.). (1998). *Handbook of religion and mental health* [Kindle Book].
<http://gen.lib.rus.ec/>
- Laurencelle, R. M., Abell, S. C. & Schwartz, D. J. (2002). The relation between intrinsic faith and psychological well-being. *International Journal for the Psychology of Religion*, 12, 109-123. doi: 10.1207/S15327582IJPR1202_03
- Lerner, M. J. (1980). *The belief in just world: A fundamental delusion* [Kindle Book].
<http://gen.lib.rus.ec/>

- Hayes, N. & Joseph. S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723–727. doi: 10.1016/S0191-8869(02)00057-0
- Hood, R. W., Hill, P. C. & Spilka, B. (2009). *The psychology of religion: An empirical approach* [Kindle Book]. <http://gen.lib.rus.ec/>
- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F. & Watson, D. (2010). Linking “big” personality traits to anxiety, depressive, and substance use disorders: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, Vol. 136, No. 5, 768–821. doi: 10.1037/a0020327
- Lynn, M., & Snyder, C. R. (2002). Uniqueness seeking. C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds). *Handbook of Positive Psychology* [Kindle Book]. pp. 395–410. <http://gen.lib.rus.ec/>
- Maes J. (1998). Immanent justice and ultimate justice: two ways of believing in justice. L. Montada, & M.J. Lerner (Eds). *In Responses to Victimizations and Belief in a Just World* pp. 9-40. doi: 10.1007/978-1-4757-6418-5_2
- Martin, W. T. (1984). Religiosity and United States suicide rates, 1972–1978. *Journal of Clinical Psychology*, 40, 1166–1169. [http://dx.doi.org/10.1002/1097-4679\(198409\)40:5<1166::AID-JCLP2270400507>3.0.CO;2-T](http://dx.doi.org/10.1002/1097-4679(198409)40:5<1166::AID-JCLP2270400507>3.0.CO;2-T)

Maschi, T. & Gibson, S.(2012). Schema behind bars: trauma, age, ethnicity, and offenders' world assumptions. *Traumatology*, 18(1), 8–19.

http://www.researchgate.net/profile/Tina_Maschi/publication/258194221_Schema_Behind_Bars_Trauma_Age_Ethnicity_and_Offenders_World_Assumptions/links/02e7e529d3fe4263ea000000.pdf

McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten A. H., & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 474-485. doi: 10.1177/0146167201274008

McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2005). *Personality in adulthood* [Kindle Book].<http://gen.lib.rus.ec/>

McCrae, R. R., Costa, P. T., Lima, M. P., Simões, A., Ostendorf, F., Angleitner, A. ve diğ. (1999). Age differences in personality across the adult life span: Parallels in five cultures. *Developmental Psychology*, Vol 35(2), 466-477. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.35.2.466>

- McCrae, R. R. (1993). Moderated analyses of longitudinal personality stability. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 65(3), 577-585. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.65.3.577>
- McGuffin, P., Katz, R., Watkins, S. & Rutherford, J. (1996). A hospital-based twin register of the heritability of DSM-IV unipolar depression. *Arch Gen Psychiatry*. 53(2),129-136. doi:10.1001/archpsyc.1996.01830020047006.
- Muraven, M. (2005). Self-focused attention and the self-regulation of attention: implications for personality and pathology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 24, No. 3, 382-400. doi: 10.1521/jscp.24.3.382.65615
- Nygaard, E. & Heir, T. (2012). World assumptions, posttraumatic stress and quality of life after a natural disaster: A longitudinal study. *Health and Quality of Life Outcomes*. 10, 76, 1-8. <http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1477-7525-10-76.pdf>
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 504-511. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.109.3.504>
- Overcash, W., Calhoun, L., Cann, A. & Tedeschi, R. G. (1996). Coping with crises: An examination of the impact of traumatic events on religious beliefs. *The Journal of Generic Psychology*, 157(4), 455-464. doi:10.1080/00221325.1996.9914878

Prager, E. & Solomon, Z. (1995). Perceptions of world benevolence, elderly Israeli holocaust survivors and meaningfulness, and self-worth among non-survivors. *Anxiety, Stress, and Coping, Vol. 8*, 265-277. doi:10.1080/10615809508249378

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.<http://coursedelivery.org/write/wp-content/uploads/2015/02/2-Happiness-is-everything-or-is-it.pdf>

Sarıcaoğlu, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Saroglou, V. (2002). Religion and the five factors of personality: A meta-analytic review. *Personal and Individual Differences*, 32, 15-25.
<http://www.uclouvain.be/cps/ucl/doc/psyreli/documents/2002.PAID.ReliBFive.pdf?spnCategory=525&spnDomain=17&spnContent=23&spnContent=28&spnID=41022>

Schnell, T., Keenan, W. J. F. (2011). Meaning-making in an atheist world. *Archive for the Psychology of Religion*, 33, 55-78. doi: 10.1163/157361211X564611

- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R. M. & Funder, D. C. (2003). Personality and life satisfaction: A facet-level analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 30, No. 8, 1062-1075. doi: 10.1177/0146167204264292
- Schmutte, P. S. & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 73. No. 3, 549-559. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.73.3.549>
- Shuler, P. A., Gelberg, L. & Brown, M. (1994). The effects of spiritual/religious practices on psychological well-being among inner city homeless women. *Nurse Practitioner Forum*, 5(2), 106-113. <http://europepmc.org/abstract/med/8012240>
- Snyder, C. R. & Fromkin, H. L. (1977). Abnormality as a positive characteristic: the development and validation of a scale measuring need for uniqueness. *Journal of Abnormal Psychology*, 86(5), 518–527. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.86.5.518>
- Solomon, S., Greenberg, J. & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behaviour: the psychological functions of self-esteem and cultural worldviews. *Advances in experimental social psychology*, Vol. 24, 93-159. <https://books.google.com/books>
- Solomon, Z., Iancu, I. & Tyano, S. (1997). World assumptions following disaster. *Journal of Applied Social Psychology*, 27(20), 1785-1798. doi: 10.1111/j.1559-1816.1997.tb01625.x

Spasojević, J., Alloy, L. B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion, 1*(1), 25-37. <http://dx.doi.org/10.1037/1528-3542.1.1.25>

Steger, M. F. & Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of Counseling Psychology, 52*(4), 574 –582. <http://www.michaelfsteger.com/wp-content/uploads/2012/08/Steger-Frazier-JCP2005.pdf>

Şahin, N. H., Batıgün, A. D. & Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi, 13*(2), 125-135.

[http://www.researchgate.net/profile/Ayseguel_Batiguen2/publication/233764772_Ksa_Semptom_Envanteri_\(KSE\)_Ergenler_in_Kullanmn_Geerlik_Gvenilirlik_ve_Faktr_Yaps/links/0912f50b5bb0e0aeac000000.pdf](http://www.researchgate.net/profile/Ayseguel_Batiguen2/publication/233764772_Ksa_Semptom_Envanteri_(KSE)_Ergenler_in_Kullanmn_Geerlik_Gvenilirlik_ve_Faktr_Yaps/links/0912f50b5bb0e0aeac000000.pdf)

Şahin, N. H. & Durak, A. (1994). Kısa semptom envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi, 9*(31), 44–56.

Şimşek, Ö. F. & Demir, M. (2014). A cross-cultural investigation into the relationships among parental support for basic psychological needs, sense of uniqueness, and happiness. *The Journal of Psychology, 2014, 148*(4), 387–411. doi: 10.1080/00223980.2013.805115

Şimşek, Ö.F. (2011). An intentional model of emotional well-being: The development and initial validation of a measure of subjective well-being. *J Happiness Stud, 12*, 421-442.

http://www.researchgate.net/profile/Oemer_Simsek/publication/227591711_An_Intentional_Model_of_Emotional_Well-Being_The_Development_and_Initial_Validation_of_a_Measure_of_Subjective_Well-Being/links/09e4150fc71c1f262d000000.pdf

Şimşek, Ö.F. (2013). Self-absorption paradox is not a paradox: illuminating the dark side of self-reflection. *International Journal of Psychology*, 48(6), 1109–1121.
<http://dx.doi.org/10.1080/00207594.2013.778414>

Şimşek, Ö. F. & Yalınçetin B. (2010). I feel unique, therefore I am: the development and preliminary validation of the personal sense of uniqueness (PSU). *Personality and Individual Differences*, 49(6), 576–581.
[http://www.researchgate.net/profile/Oemer_Simsek/publication/223560508_I_feel_unique_therefore_I_am_The_development_and_preliminary_validation_of_the_personal_sense_of_uniqueness_\(PSU\)_scale/links/02bfe50fc7307ae6ae000000.pdf](http://www.researchgate.net/profile/Oemer_Simsek/publication/223560508_I_feel_unique_therefore_I_am_The_development_and_preliminary_validation_of_the_personal_sense_of_uniqueness_(PSU)_scale/links/02bfe50fc7307ae6ae000000.pdf)

Sumer, N., Lajunen, T., & Ozkan, T. (2005). Big five personality traits as the distal predictors of road accident involvement. In G. Underwood (Ed.), *Traffic and transport psychology* (ss. 215–227). <https://books.google.com/books>

Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress Studies*, 9, 455–471.
http://www.researchgate.net/profile/Richard_Tedeschi/publication/226639502_The_Postt

traumatic_Growth_Inventory_Measuring_the_positive_legacy_of_trauma/links/02e7e51c8e52b01e98000000.pdf

Trapnell, P. D. & Campbell, J. D. (1999). Private self consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 284–304. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.76.2.284>

VandeCreek, L., Pargament, K., Belavich, T., Cowell, B. & Friedel, L. (1999). The unique benefits of religious support during cardiac bypass surgery. *Journal of Pastoral Care, 53*, 19–29. doi: 10.1177/002234099905300104

Walsh, P. E., & Smith, J. L. (2007). Opposing standards within the cultural worldview: Terror management and American women's desire for uniqueness versus inclusiveness. *Psychology of Women Quarterly, 31*, 103–113. doi: 10.1111/j.1471-6402.2007.00335.x

Watkins, E., Baeyens, C. B., & Read, R. (2009). Concreteness training reduces dysphoria: Proof-of-principle for repeated cognitive bias modification in depression. *Journal of Abnormal Psychology, 118*, 55–64. <http://dx.doi.org/10.1037/a0013642>

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(6), 1063–1070. <http://www.cnbc.pt/jpmatos/28.Watson.pdf>

- Watson, D. & Clark, L. A. (1992). On traits and temperament: general and specific factors of emotional experiences and their relations to the five-factor model. *Journal of Personality*, 60, 443–476. doi: 10.1111/j.1467-6494.1992.tb00980.x panas
- Wender, P. H., Seymour S. K., Rosenthal, D., Schulsinger, F., Ortman, J. & Lunde, I. (1986). Psychiatric disorders in the biological and adoptive families of adopted individuals with affective disorders. *Arch Gen Psychiatry*, 4, 923-929. doi:10.1001/archpsyc.1986.01800100013003.
- Wickie, S. K. & Marwit, S. J. (2000). Assumptive worldviews and the grief reactions of parents of murdered children. *Omega: Journal of Death and Dying*, 42(2), 101-113. doi: 10.2190/2K1C-5QU6-MEQN-LX2E
- Widiger, T. A. & Trull, T. J. (1992). Personality and psychopathology: An application of the five-factor model. *Journal of Personality*, 60(2), 363-393. doi: 10.1111/j.1467-6494.1992.tb00977.x
- Yalom, I. (1999). *Varoluşçu psikoterapi*. (Z. İ. Babayiğit, Çev.). İstanbul: Kabalcı. (Özgün eser 1980 tarihlidir).
- Yalom, I. D. (2010). *Din ve psikiyatri* (6. Baskı). (E. Ağanoğlu, Çev.). İstanbul: Turkuvaz Kitapçılık.

Yılmaz, B. (2008). Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması: Ön çalışma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(21), 41-51.
<http://www.turkpsikolojiyazilari.com/PDF/TPY/21/41-51.pdf>

Yılmaz, B. (2006). *Arama-kurtarma çalışanlarında travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme ile ilişkili değişkenler*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi).Ankara Üniversitesi/SBE, Ankara.

EK 1**DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU****Yaş:****Cinsiyet:** Kadın () Erkek ()**Eğitim:** İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Yüksek lisans ()**Medeni Durum:** Bekar () Evli () Boşanmış () Dul ()**Çocuğunuz var mı?** Var () Yok ()**Meslek:** Çalışıyorum () Çalışmıyorum ()**Dini inancınız var mı?** Var () Yok ()

Doğrudan maruz kaldığınız ve sizi çok fazla etkileyen travmatik bir olay yaşadınız mı? (Lütfen, aşağıdakilerden herhangi birini veya bir kaçını yaşadıysanız işaretleyiniz.)

() Ciddi bir kaza (trafik kazası, ev kazası, düşme vb)

() Doğal afet (deprem vb.)

() Fiziksel saldırı

() Ciddi hastalık

() Diğer.....

() Hayır

EK 2**DİÖÖ**

Aşağıda, yaşamınıza ilişkin olarak hissettiğiniz duyguları yansıtan 14 ifade bulunmaktadır. Lütfen söz konusu ifadelerdeki duyguları **GENELDEne kadarYOĞUN** yaşadığınızı aşağıdaki derecelendirmeyi dikkate alarak 1 ile 5 arası skalada değerlendiriniz.

1 - Çok az veya hiç

5 - Çok yoğun

- 1) Yaşamdan heyecan duyuyorum.
- 2) Yaşadığım hayatla barışık olduğumu hissediyorum.
- 3) Yaşadığım hayat beni hüzünlendiriyor.
- 4) Yaşadığım hayat beni endişelendiriyor.
- 5) Yaşamımdan memnunum.
- 6) Yaşamımı her yönüyle olduğu gibi kabulleniyorum.
- 7) Yaşamdan zevk alıyorum.
- 8) Yaşadığım hayat beni üzüyor
- 9) Yaşamım bana acı veriyor.
- 10) Yaşadığım hayat beni korkutuyor.
- 11) Yaşadığım hayata değer veriyorum.
- 12) Yaşadığım hayat moralimi bozuyor.
- 13) Yaşamı boşa geçirdiğimi hissediyorum.
- 14) Yaşamdan tatmin sağlıyorum.

EK 3**KDSE**

Lütfen aşağıdakilerden her bir belirtinin sizde BUGÜN DAHİL SON BİR HAFTADIR ne kadar var olduğunu değerlendiriniz.

1	2	3	4	5
Hiç bir zaman	Çok nadiren	Arasına	Sık sık	Her zaman

- 1) Yaşantınıza son verme düşünceleri
- 2) Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetmek
- 3) Yalnız hissetmek
- 4) Hüzünlü, kederli hissetmek
- 5) Hiçbir şeye ilgi duymamak
- 6) Ağlamaklı hissetmek
- 7) Kolayca incinebilmek, kırılmak
- 8) Uykuya dalmada güçlük
- 9) Karar vermede güçlükler
- 10) Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık, güçsüzlük hissi
- 11) Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları
- 12) Ölme ve ölüm üzerine düşünceler

EK 4**DİVÖ**

Aşağıda bir takım düşünceler sunulmuştur. Lütfen bu düşüncelere ne kadar katıldığınızı belirtiniz.

- 1 - Hiç katılmıyorum
- 2 - Katılmıyorum
- 3 - Pek katılmıyorum
- 4 - Biraz katılıyorum
- 5 - Katılıyorum
- 6 - Tamamen katılıyorum

- 1) İnsanlar doğaları gereği arkadaşlık ve nezaketten uzaktır.
- 2) Kötü olaylar insanlara tesadüfi olarak denk gelir
- 3) İnsan doğası temelde iyidir.
- 4) Bu dünyada kötü olaylardan çok daha fazla iyi şey yaşanır.
- 5) Hayatımızın gidişatı büyük ölçüde tesadüflere bağlıdır.
- 6) İnsanlar genellikle yaşadıklarını hak ederler.
- 7) Sık sık, aslında iyi bir insan olmadığımı düşünürüm.
- 8) Dünyada kötülükten çok iyilik vardır.
- 9) Temelde şanslı bir insanımdır.
- 10) İnsanların kötü kaderleri yaptıkları hatalardan kaynaklanır.
- 11) İnsanlar, bir başka insana ne olduğunu umursamazlar.
- 12) Genellikle, benim yararına olan sonuçları çoğaltacak şekilde davranırım.

- 13) İnsanlar, eğer kendileri de iyiyse iyi bir talihe sahip olurlar.
- 14) Yaşam, tesadüflere bağlı belirsizliklerle doludur.
- 15) Çok şanslı bir insan olduğumu düşünürüm.
- 16) Hemen her zaman başıma kötü şeylerin gelmesini engellemek için çaba harcarım.
- 17) Kendime ilişkin olumsuz düşüncelere sahibim.
- 18) İyi insanlar, bu dünyada hak ettiklerini yaşarlar.
- 19) Kendi davranışlarımızla, başımıza kötü şeylerin gelmesini engelleyebiliriz.
- 20) Hayatıma baktığımda, şansın yüzüme güldüğünü fark ediyorum.
- 21) Eğer insanlar tedbirli davranırlarsa, pek çok talihsizliğin önüne geçilebilir.
- 22) Kendimi talihsizliklerden korumak için gerekli olan önlemleri alırım.
- 23) Genel olarak yaşam bir kumardır.
- 24) Dünya iyi bir yerdir.
- 25) İnsanlar temelde nazik ve yardımseverdir.
- 26) Genellikle, benim için en iyisi olacak şekilde davranırım.
- 27) Kendim olmaktan son derece memnunum.
- 28) Kötü şeyler olduğunda, bunun nedeni, tipik olarak insanların kendilerini korumak için gerekenleri yapmamasıdır.
- 29) Eğer yeterince yakından bakarsan, dünyanın iyiliklerle dolu olduğunu görürsün.
- 30) Kişisel özelliklerimden utanmak için nedenim var.
- 31) Pek çok insandan daha şanslıyım.

EK 5**BFKE**

Aşağıda sizi kısmen tanımlayan (ya da pek tanımlamayan) bir takım özellikler sunulmaktadır. Lütfen aşağıda verilen özelliklerin sizi ne oranda yansıttığını ya da yansıtmadığını belirtmek için, en uygun rakamı dereceleme ölçeğinde belirtiniz.

(1=Hiç uygun değil, 5=Tamamen uygun)

- 1) Konuşkan
- 2) Başkalarında hata arayan
- 3) İşini tam yapan
- 4) Bunalımlı, melankolik
- 5) Orijinal, yeni görüşler ortaya koyan
- 6) Ketum/vakur
- 7) Yardımsever ve çıkarıcı olmayan
- 8) Biraz umursamaz
- 9) Rahat, stresle kolay baş eden
- 10) Çok değişik konuları merak eden
- 11) Enerji dolu
- 12) Başkalarıyla sürekli didişen

- 13) Güvenilir bir çalışan
- 14) Gergin olabilen
- 15) Maharetli, derin düşünen
- 16) Heyecan yaratabilen
- 17) Affedici bir yapıya sahip
- 18) Dağınık olma eğiliminde
- 19) Çok endişelenen
- 20) Hayal gücü yüksek
- 21) Sessiz bir yapıda
- 22) Genellikle başkalarına güvenen
- 23) Tembel olma eğiliminde olan
- 24) Duygusal olarak dengeli, kolayca keyfi kaçmayan
- 25) Keşfeden, icat eden
- 26) Atılgan bir kişiliğe sahip
- 27) Soğuk ve mesafeli olabilen
- 28) Görevi tamamlanıncaya kadar sebat edebilen
- 29) Dakikası dakikasına uymayan
- 30) Sanata ve estetik değerlere önem veren
- 31) Bazen utangaç, çekingen olan
- 32) Hemen hemen herkese karşı saygılı ve nazik olan
- 33) İşleri verimli yapan
- 34) Gergin ortamlarda sakin kalabilen
- 35) Rutin işleri yapmayı tercih eden

- 36) Sosyal, girişken
- 37) Bazen başkalarına kaba davranabilen
- 38) Planlar yapan ve bunları takip eden
- 39) Kolayca sinirlenen
- 40) Düşünmeyi seven, fikirler geliştirebilen
- 41) Sanata ilgisi çok az olan
- 42) Başkalarıyla işbirliği yapmayı seven
- 43) Kolaylıkla dikkati dağılan
- 44) Sanat, müzik ve edebiyatta çok bilgili

EK 6**MDiÖ**

Kendinizle ilgili düşündüğünüz zamanları dikkate alarak, aşağıdaki her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını değerlendiriniz.

1= Bana hiç uygun değil, 5=Bana tamamen uygun

- 1) Hep kendimle ilgili “gerçekleri” bulmak isterim.
- 2) Yaşadığım benle gerçek benim farklı olduğunu düşünürüm.
- 3) Bir gün gerçekten kim olduğumu keşfedeceğimi umut ederim.
- 4) Hep kendimle ilgili “gerçeklerin” ne olduğuna kafa yorarım.
- 5) Yaşadıklarımın çok onların gerçekten ne anlama geldiklerini anlamaya çalışırım.

EK 7**KBAÖ**

Aşağıda birtakım ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadelerin doğru ya da yanlış yanıtının olması gibi bir durum söz konusu değildir. Bu araştırma açısından önemli olan, her bir ifadenin sizin gerçekten düşündüklerinizi ya da hissettiklerinizi ne derecede yansıttığıdır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatle okuduktan sonra bu ifadelerin sizin kendinize ilişkin algılarınızı ne kadar yansıttığını aşağıdaki derecelendirmeyi dikkate alarak belirtiniz.

A. Hiç Katılmıyorum B. Biraz Katılıyorum C. Katılıyorum D. Oldukça Katılıyorum E. Tamamen Katılıyorum

1. İnsanlar beni tanımaya başladıkça sadece bana özgü olan yanlarımı da kavramaya başlarlar.
2. Biricik olduğumu hissediyorum.
3. Beni diğerlerinden ayıran en özgün yönlerimin ne olduğunu düşündüğümde pek bir şey bulamıyorum.
4. Beni ben yapan özelliklerimin diğer insanlarınkinden farklı olduğunu düşünürüm.
5. Bazı özelliklerimin tamamen bana ait olduğunu hissederim.

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

ADI VE SOYADI: Begüm ŞAHİN

DOĞUM YERİ VE TARİHİ: 17.10.1985 / İstanbul

MEDENİ HALİ: Bekar

E-MAIL: begumsahin0@gmail.com

ADRES (EV): Atalar Mah. Çanakkale Cad. Şahin Bey Ap. No:32 D:10 Kartal/İST

TELEFON: 0535 315 30 73

EĞİTİM DURUMU

2005 – 2010: İstanbul Üniversitesi / Felsefe (Lisans)

2010 – 2011: İstanbul Üniversitesi / Felsefe Grubu Öğretmenliği (Tezsiz Yüksek Lisans)

2012 -2015: Arel Üniversitesi / Psikoloji (Yüksek Lisans)

YABANCI DİL: İngilizce

İŞ TECRÜBESİ

2011 – 2012: Sınav Dergisi Dershanesi / Felsefe Grubu Öğretmenliği ve Rehberlik

2012 - 2014: Atılım Koleji / Felsefe Grubu Öğretmenliği

2014 – 2015: Ahmet Şimşek Koleji / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık