

PAPER DETAILS

TITLE: Ruh Sagligi ve Din

AUTHORS: Oguzhan Yilmaz

PAGES: 237-250

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/4070915>



Türk Din Psikolojisi Dergisi
Turkish Journal for the Psychology of Religion

Sayı: 10 • Aralık 2024 • 237-250
Issue: 10 • December 2024 • 237-250



Ruh Sağlığı ve Din

Koç, M. & Cengil, M. & Gencer, N. (2022). *Ruh sağlığı ve din*.
Kars: Ertem Kafkars Yayınları (445 s.)
Koç, M. & Cengil, M. & Gencer, N. (2022). *Mental health and religion*.
Kars: Ertem Kafkars Publishing (445 p.)
ISBN: 978-605-71876-6-6



Oğuzhan Yılmaz

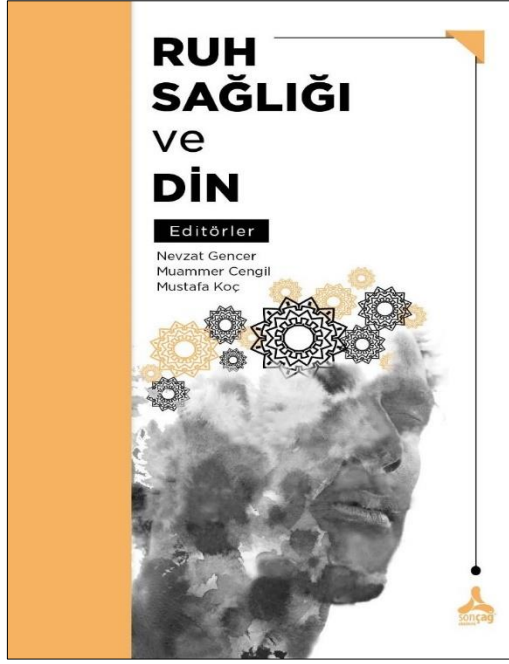
Yüksek Lisans Öğrencisi
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: oguzhanyilmazdp26@hotmail.com
Orcid: 0009-0000-0257-2027
Eskişehir / Türkiye

MA Student
Eskişehir Osmangazi University
Institute of Social Sciences
E-mail: oguzhanyilmazdp26@hotmail.com
Orcid: 0009-0000-0257-2027
Eskişehir / Türkiye

<https://doi.org/10.59379/tdpd.1516261>

Türk Din Psikolojisi Dergisi
Turkish Journal for the Psychology of Religion

Makale Türü • Article Type	Kitap İnceleme • Book Review
Geliş Tarihi • Received	15 Temmuz 2024 • 15 July 2024
Kabul Tarihi • Accepted	26 Kasım 2024 • 26 November 2024



Ö z e t

Ruh sağlığı ve din ilişkisinin ele alındığı editoryal çalışma ürünü olan bu kitapta, ruh sağlığıyla bağıntılı on iki ayrı alt başlık açılarak dinle ilişkili olan ruh sağlığı parametreleri tartışılmıştır. Bunu yaparken gerek başlık ve alt başlıkları belirleme gerekse literatürdeki kuramsal bilgiler ile yerli/yabancı yapılan ampirik çalışmalardan elde edilen veriler sistemli bir metodolojiyle okuyucuya sunulmuştur.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Din psikolojisi • Ruh sağlığı • Stres • Kaygı • Depresyon

A b s t r a c t

This editorial work examines the relationship between mental health and religion, addressing twelve distinct subtopics that explore mental health parameters in connection with religion. Through a well-structured methodology, the book systematically presents its selected topics and subtopics, drawing upon theoretical knowledge from existing literature as well as data from both local and international empirical studies.

K e y w o r d s

Psychology of religion • Mental health • Stress
Anxiety • Depression

Ruh sağlığı, psikolojik iyi hâl veya zihinsel bir bozukluğun olmadığı düzeyi açıklamaktadır. Tatmin edici düzeyde duygusal ve davranışsal işlevlerini sürdürebilen bir kişinin durumu olarak da ifade edilebilir. Dinin tanımı ise fertlerin veya toplumların bakış açılarına göre farklılık arz etmekle birlikte genel olarak bakıldığında çoğunlukla doğaüstü ve transandantal unsurlarla ilişkilendirilmiş; çeşitli ayinler ve uygulamaları içeren, ahlak, dünya görüşleri, kutsal metinler ve yerler, kehanetler, etik kuruluşlarından oluşan bir sosyo-kültürel sistemdir. Editörlüğünü Mustafa Koç, Muammer Cengil ve Nevzat Gencer'in yaptığı bu eser, ruh sağlığının genel değerlendirmesi ve ruh sağlığıyla ilgili on iki ayrı alt başlığın içerisinde on bir farklı kavramın din ile ilişkisinin incelenmesiyle oluşturulmuştur.

Editöryal bir çalışma ürünü olarak değerlendirilmesi yapılan bu eserin öncelikle *içindekiler* kısmına bakıldığında önsöz, on iki bölüm ve yazarlar kısmından oluştuğu görülmektedir. Ayrıca kitapta yer alan her bölümün sonunda çalışmaya yönelik sonuç ve kaynakçaya da yer verilmektedir.

Editörler tarafından kaleme alınan kitabın *Önsöz*'ünde ise (ss. 1-6) öncelikle dinin bireydeki etki alanına ve neye aracılık ettiğine kısaca değinilmiştir. Eser hazırlanırken kullanılan metot ve teknik ile takip edilen sistematikten bahsedilmiş ve eserde yer verilen bölümlerdeki akış şablonundan söz edilmiştir. Daha sonra tek tek eserde yer alan kitabın temel bölümleri değerlendirilmiştir. Ayrıca kitapta ruh sağlığı ve din ilişkisi bağlamında ele alınan kavramların araştırma bulgularına sistematik bir şekilde yer verilerek okuyucuya insan odaklı, bütüncül bir bilimsel perspektif sunduğu dile getirilmiştir. Son olarak bu eserin din psikolojisi alanına kazandırılmasında alan uzmanları olan bölüm yazarlarının yanı sıra son okumayı yapan doktorantlara teşekkür edilerek önsöz tamamlanmıştır. Çalışmanın sebebi ve amacı olarak depresyon, stres, kaygı, umutsuzluk, yalnızlık gibi olumsuz ruhsal sağlık göstergelerinin üzerinde psiko-teolojik bir değişken olarak dindarlığın etkilerinin araştırılmasının büyük önem arz ettiği ifade edilmiştir. Bunun yanında din psikolojisinin bireyin tutum ve davranışlarında dinin etkilerine yönelik bilimsel saptamaları, başta sağlık çalışmaları olmak üzere insanı merkeze alan birçok sosyal ve fen bilimleri alanlarına katkı sağlayacağı ve ilgili bilim dallarına holistik bir perspektif sunacağı belirtilmiştir.

Eserin *Ruh Sağlığı ve Din: Genel Değerlendirme* (ss. 7-56) başlıklı birinci ve ilk bölümü, Nevzat Gencer tarafından kaleme alınmıştır. Bu bölüm; 'Ruh Sağlığı Nedir?', 'Ruh Sağlığını Yordayan Değişkenler', Din

Nedir?’, ‘Ruh Sağlığı ve Din İlişkisi: Ruh Sağlığını Yordayan Psiko-Teolojik Bir Değişken Olarak Dindarlık’ isimli alt başlıklardan oluşmaktadır. Bu bölümün giriş kısmında ruh sağlığı ve din ilişkisi üzerine genel yorumlarda bulunulmuş, dine psikolojik bakışın ne olduğu üzerinde durulmuş ve din psikolojisi açısından literatürdeki farklı yaklaşımlardan söz edilmiştir. Ayrıca dinin ruh sağlığını olumlu veya olumsuz yönde etkilediğine dair görüşlere de örneklerle yer verilmiştir. ‘Ruh Sağlığı Nedir?’ alt başlığında bahsi geçen kavramın gerek psikoloji literatüründeki gerek Dünya Sağlık Örgütü’ndeki tanımına yer verilmiş ve ittifak edilen ortak bir tanımın da olmadığı belirtilmiştir. Ayrıca ruh sağlığı alanı uzmanlarının psikolojik rahatsızlığın tanımlamasında dört temel özelliğin bulunması gerektiğini, bu özelliklerin ise kişisel sıkıntı, yeti yitimi, sosyal normların ihlali ve işlev bozukluğu olduğu belirtilmiştir.

‘Ruh Sağlığını Yordayan Değişkenler’ alt başlığında ise sosyo-demografik ve psiko-sosyal şeklinde ikiye ayırarak bunları içeren bazı değişkenler üzerinde kısa açıklamalar yapılmış, sonra o değişkenler kullanılarak nicel araştırma yapılan ampirik çalışmaların bulgularından bahsedilmiştir. ‘Din Nedir?’ alt başlığında dinin farklı tanımlarına, din kelimesinin sözlük anlamına ve bazı psikologların da din tanımlarına yer verilmiştir. Son alt başlık olan ‘Ruh Sağlığı ve Din İlişkisi: Ruh Sağlığını Yordayan Psiko-Teolojik Bir Değişken Olarak Dindarlık’ bölümünde ise din ve dindarlık olgusunun ruh sağlığı üzerindeki etkileri pozitif, negatif ve nötr korelasyon bağlamında yapılan çalışmalar sonucu elde edilen verilerle tartışılmıştır. Bölüm özet mahiyetinde sonuca ve kullanılan kaynaklara yer verilerek sonlandırılmıştır.

Kitabın *Stres ve Din* (ss. 57-80) başlıklı ikinci bölümü, Muhammet Cevat Acar tarafından kaleme alınmıştır. Bölümün giriş kısmında stres, genellikle bireyin kendisi ve çevresi ile çatışma içinde bulunarak bu çatışmayı çözmede yetersiz kaldığı durumlar şeklinde tanımlanmış ve bu duygunun temelinde çoğu zaman kontrol duygusunun kaybedilmesinin olduğu vurgulanmıştır. Daha sonra bu kavramın sözlük tanımlarına da yer verilmiş, din psikolojisi literatürü açısından da geniş bir tanımının şu şekilde olduğu açıklanmıştır: “Stres, bireylerin fiziksel veya psikolojik sağlıklarına karşı tehdit olarak algıladıkları durumlarla karşılaşmaları ve bu karşılaşma sonucunda ortaya çıkan zorlanmanın bireyin bütünlüğünü zorlayıcı ve bozucu etkenleri içerdiği süreçtir.” Bölümün ikinci alt başlığında ise bu kavramı yordayan sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenlerin bazılarına yer verilmiş ve bu değişkenlerle ilgili yapılan çalışmalarda bulgular okuyucuya sunulmuştur. Bahsi geçen bazı değişkenlerin araştırma sonuçları ışığında gerek bireylere gerekse de toplumlara nasıl

etki ettiği üzerinde öz mahiyette çıkarımlarda bulunulduğu gözükmektedir. Bölümün son alt başlığında ise dindarlık değişkeni ayrıca ele alınarak stres ile dindarlığın pozitif, negatif ve nötr ilişkisi, yapılan nicel çalışmalar neticesinde özet mahiyette okuyucuya akıcı ve sistematik bir şekilde sunularak genel bir değerlendirme imkânı sunulmuştur. Ayrıca bu bölümün sonuç kısmında bu alanda çalışma yapmak isteyen veya düşünenler için; dindarlığın nasıl bir işlev görerek stresi azalttığı ve stresle başa çıkmayı kolaylaştırdığına dair az sayıda çalışmanın bulunduğu ve buna binaen de alanda daha çok deneysel çalışma yapılması, kontrol ve deney grupları oluşturularak dindarlığın nasıl bir etkiye sahip olduğunun gözlenmesinin gerektiği şeklinde öneride bulunulmuştur. Son olarak da yararlanılan kaynaklara yer verilerek bu bölüm sonlandırılmıştır.

Eserin *Kaygı ve Din* (ss. 81-111) başlıklı üçüncü bölümü, Fatma Baynal tarafından kaleme alınmıştır. Giriş kısmında modern toplumlarda kaygı bozukluğunun artması ve Türkiye de dahil olmak üzere 14 ülkede yapılan bir araştırmada en yaygın karşılaşılan psikolojik problemlerin depresyon ve kaygı bozukluğu olduğu şeklindeki bulgulardan söz edilmiştir. Yine bu kısımda psikolojik yaklaşımların kaygıyı nasıl açıkladığından bahsedilmiştir. İlk alt başlık olan 'Kaygı Nedir?' kısmında kaygının tanımı yapılarak kaygıyla ilişkili olan kavramlar tartışılmış; kaygının tetikleyicileri, sebepleri ve etkileri de ele alınarak açıklanmaya çalışılmıştır. Ayrıca gerek psikiyatristlerin gerek düşünürlerin kaygıyı nasıl tanımladıklarına da yer verilmiştir.

Sonraki alt başlıkta ise cinsiyet, görev/sorumluluklar, yaş, meslek, öğrenim durumu, ekonomik durum ve aile profili gibi sosyo-demografik değişkenler ile onaylanma ihtiyacı, sosyal anksiyete, mizah özellikleri gibi psiko-sosyal değişkenlerin bahsi geçen kavram ile ilişkisi üzerine yapılan çalışmalar aktarılmış ve bu değişkenlerin kaygıyla ilişkisi elde edilen veriler üzerinden tartışılarak açıklanmaya çalışılmıştır. Daha sonra üçüncü alt başlıkta kaygıyı yordayan psiko-teolojik değişken olarak dindarlık ele alınarak yapılan çalışmalar ışığında elde edilen pozitif, negatif ve nötr ilişki bağlamındaki sonuçlara yer verilmiştir. Ayrıca bu kısımda son olarak kaygıyla başa çıkma tekniklerinden söz edilmiş, dinin kaygıyla başa çıkma ilişkisi ele alınarak yapılan araştırmaların sonucunda dinin etkili bir başa çıkma yöntemi olduğu ve bu yönde bireye olumlu etkide bulunduğu aktarılmıştır. Sonrasında da sonuç ve kaynakçaya yer verilerek bölüm noktalanmıştır.

Kitabın *Umutsuzluk ve Din* (ss. 113-151) başlıklı dördüncü bölümü, Fatih Kandemir tarafından kaleme alınmıştır. İlk olarak kısa bir giriş kıs-

mıyla bölüm başlamıştır. Daha sonra ilk alt başlıkta umutsuzluk kavramının gerek TDK sözlük anlamı gerekse de psikiyatrist ve düşünürlerin ele aldığı bağlamdaki tanımlarına yer verildiği görülmektedir. Bir sonraki alt başlıkta ise bu kavramı yordayan sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenlerden bazıları ele alınarak aralarındaki ilişki analiz edilmeye çalışılmıştır. Sonraki alt başlıkta ise bu kavramı yordayan dindarlık değişkeni ele alınmış ve umutsuzlukla pozitif, negatif ve nötr ilişkisi araştırma sonuçlarına göre elde edilen veriler ışığında tartışılmaya çalışılmıştır. Sonuç kısmında insanların maruz kaldıkları olumsuz yaşam olaylarına karşı verdikleri tepkilerin, psiko-sosyal-kültürel durumları ile özel koşullarına bağlı olarak farklılıklar gösterebildiği ve bu durumları/koşulları etkileyebilen yegâne olgunun ise din olduğu gibi bazı önemli değerlendirmelerde bulunulmuştur. Ayrıca sonuç kısmının altında ise bir teşekkür yazısına yer verildiği görülmüştür.

Eserin *Yalnızlık ve Din* (ss. 153-177) başlıklı beşinci bölümü, Muhammed Kızılgöçer tarafından kaleme alınmıştır. Bölüme kısa bir giriş yapıldıktan sonra ilk alt başlıkta yalnızlık kavramının modern psikolojide yapılan tanımlarının ortak noktaları; oldukça öznel bir yaşantı olduğu, hemen hemen her zaman nahoş, olumsuz bir yaşantı olarak algılandığı ve bireyin mevcut ilişkileri ile sahip olmak istediği ilişkileri arasındaki farkın bir kaygıya dönüşecek düzeyde olması şeklinde aktarılmıştır. Daha sonra gündelik yaşamdaki yalnızlığa değinilmiş, bazı şahsiyetlerin bu kavrama yükledikleri anlamlara yer verilmiştir. Ayrıca bu kısımda yalnızlık konusunda ilk kapsamlı makaleyi hazırlayanın 1959’da Fromm-Reichman olduğu detayına ve onların “yalnızlığın aşırı hoşnut olunmayan bir durum ve süregelen bir tecrübe” olduğu şeklindeki düşüncelerine yer verildiği görülmektedir.

Sonraki alt başlıkta yapılan çalışmalarda, sınırlılıklar da dikkate alınarak yalnızlığı yordayan sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenlere araştırma sonuçlarıyla birlikte yer verildiği görülmektedir. Diğer alt başlıkta ise yalnızlığın dindarlık değişkeni ile ilişkisinde pozitif, negatif ve nötr ilişki durumu yine elde edilen veriler çerçevesinde tartışılmıştır. Son alt başlıkta da yalnızlıkla başa çıkmadan bahsedilmiş ve bireylerin yalnızlıkla baş etmede geliştirdiği ve belirlediği taktiklerin dört grup altında toplamda 12 faktör olduğuna yer verilmektedir. Daha sonra yine bu kısımda dindarlığın genelde psikolojik problemleri; özelde ise yalnızlığı toplumsal bağlılık, tutarlılık, hikmet ile dini emir ve yasaklar modeliyle dört şekilde etkilediği belirtilmiştir. Bölümün sonuç kısmında ise kısa bir değerlendirme ve teşekkür yazısı yazılmış, kaynakçaya da yer verilerek bölüm sonlandırılmıştır.

Kitabın *Depresyon ve Din* (ss. 179-207) başlıklı altıncı bölümü, Muammer Cengil tarafından kaleme alınmıştır. Bölüm kısa bir giriş yazısıyla başlamıştır. Burada dipnot olarak yazarın bu bölümü kendisinin 'Depresyonu Önlemede Dini İnancın Koruyucu Rolü (2003)' başlıklı makalesinden ürettiği bilgisi paylaşılmıştır. İlk alt başlıkta depresyonun psikiyatrik tanımına yer verilmiş ve depresyonun duygusal, bilişsel, güdüsel ve fiziksel olmak üzere dört belirgin grubu olduğundan söz edilmiştir. Ayrıca bu kısımda depresyonun şiddeti, seyri ve nedeni açısından majör, reaktif ve psikotik depresyon şeklinde üç türe ayrıldığı görülmektedir. İkinci alt başlıkta depresyonun nedenleri hakkında psikoloji ekollerinin -psikanalitik, davranışsal, bilişsel ve biyolojik- farklı psikolojik yaklaşımlarından bahsedilmiştir. Bir diğer alt başlıkta ise depresyonu yordayan sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenler, çalışmalarla elde edilen sonuçlar paylaşarak tartışılmıştır. Diğer alt başlıkta da depresyon, dindarlık değişkeni ile ele alınmıştır. Burada ayrıca dindarlığı ölçmek için geliştirilen ölçeklere yapılan eleştiriler göz önüne alındığında konunun nitel araştırma yöntemleriyle daha derinlemesine elde edilmiş verilerle çok boyutlu olarak araştırılması ve değişen toplum ve dini öğretiler bağlamında konunun tekrar tekrar ele alınmasının zaruri olduğuna değinilmiştir. Son olarak bu kısımda araştırmalar sonucu tespit edilen dindarlık ve depresyon arasındaki pozitif, negatif ve nötr ilişki açıklanmıştır. Bölüm sonuç ve kaynakçaya yer verilerek noktalanmıştır.

Eserin *İntihar ve Din* (ss. 209-243) başlıklı yedinci bölümü, Halil Apaydın tarafından kaleme alınmıştır. Bölümün giriş kısmında intiharın başlangıçta düşünce olarak insanda oluştuğu, teşebbüs ve gerçekleştirmenin ise ileri bir safha niteliği taşıdığı ifade edilmiştir. Davranış olarak intiharın bireyin daha önceki intihar düşüncesi ve girişimlerini içeren intihar planı ve girişimi, intihar düşüncesi ile ilgili olup kişinin son bir yıl içerisinde yaşamını sona erdirmeye düşüncesinin sıklığı, kişinin çevresindeki insanlara bu düşüncesinden bahsedip-bahsetmediği ve intiharın tekrar edilebilirliği olmak üzere dört farklı unsuru içerdiğinden söz edilmiştir. İlk alt başlıkta intihar kavramının bazı şahsiyetlere göre tanımlarından ve bazı yaklaşımlardan bahsedilmiştir. İkinci alt başlıkta ise intiharlar; korkutmak, ilgi ve yardım sağlamak, sevgi kazanmak, mesaj vermek gibi amaçlarla gerçekleştirilen 'demonstratif amaca yönelik intiharlar' ve 'gerçek intihar arzusuyla girişilen intiharlar' şeklinde iki grupta ele alınarak açıklanmıştır. Üçüncü alt başlıkta ise intihar çeşitleri; egoistik/bencil, altruistik/diğergam/elcil, anomik/kuralsızlık ve kaderci intihar şeklinde 4 grupta ele alınarak açıklanmıştır.

Bir sonraki alt başlıkta intiharı yordayan sosyo-demografik ve

psiko-sosyal değişkenler ele alınmış ve ilgili literatürdeki çalışmalar tartışılmıştır. Son alt başlıkta ise dindarlık değişkeni ele alınmıştır. Apaydın ve arkadaşları (2016: 36) tarafından yapılan bir araştırmada katılımcılardan birinin mülakattaki: “Eşim ve çocuklarımı depremde kaybettikten sonra birçok kez ben de onlara kavuşmayı yani intihar etmeyi düşündüm. Ama intihar aklıma geldiğinde onun dinen yasak olduğunu düşündüğüm ve cehennemlik olacağımdan korktuğum için bu düşünceden vazgeçiyordum” şeklindeki ifadesine, dinin intiharı önleyici işlevine işaret ettiğini destekleyecek bir örnek olarak yer verilmiştir. Yine bu kısmın devamında intihar ve dindarlık arasındaki ilişki gerek nicel gerek nitel çalışmalarla örnekler sunulup analiz edilmiştir. Sonuç kısmında ise ulaşılan sonuç ve tespitler kısaca özetlenmiştir. Ayrıca intihar-din/dindarlık ilişkisinin yönü, boyutu vb. alanlarda yapılacak yeni çalışmaların alana katkı verip ufuk açacağı belirtilmiştir. Son olarak kaynakçaya yer verilip bölüm bitirilmiştir.

Kitabın *Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Din* (ss. 245-277) başlıklı sekizinci bölümü, Ömer Faruk Söylev tarafından kaleme alınmıştır. Bölümün giriş kısmında OKB, erken yaşlarda gelişen ve etkilediği bireylerin hayatında yıkıcı etkilere neden olan psikiyatrik bir bozukluk olarak tanımlanmıştır. Ayrıca burada bu rahatsızlığın önceden anksiyete bozuklukları başlığı altında incelendiği ancak 18 Mayıs 2013 tarihinde yayımlanan DSM-5’te tanı ölçülerinin yeniden düzenlenmesiyle anksiyeten ayrı, müstakil bir kategori olarak ele alınarak “obsesif kompulsif ve ilişkili bozukluklar” tanı kategorisi başlığı ile yeniden sınıflandırıldığı bilgisi verilmektedir. Bölümün ilk alt başlığında ise OKB’nin TDK sözlüğündeki tanımının yanı sıra kavramın etimolojik tahlili yapılarak açıklandığı görülmektedir. Yine obsesyonların ve kompulsyonların ne olduğu açıklanmış, ayrıca bunların en yaygın türlerine de değinilmiştir.

İkinci alt başlıkta ise OKB’yi yordayan nöro-biyolojik, sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenler ele alınarak incelenmiştir. Bu bölüm başlığında ise diğer bölümlerden farklı olarak bir de nöro-biyolojik değişkene yer verildiği görülmektedir. Yine başka bir farklılık olarak da psiko-sosyal değişkenlerin psikanalitik ve bilişsel-davranışçı yaklaşımlar çerçevesinde tartışıldığı görülmektedir. Üçüncü alt başlıkta ise psiko-teolojik bir değişken olan dindarlık ele alınarak literatürdeki çalışmalar eşliğinde ve iki kavram arasındaki pozitif, negatif ile nötr ilişkisi bağlamında analiz edilip değerlendirilmeye çalışılmıştır. Bölüm kısa bir değerlendirmenin yer aldığı sonuç ve kaynakçayla sonlandırılmıştır. Ayrıca sonuç kısmında dindarlık ile OKB ve onun dini alt türü arasında özellikle kültürler arası bir bakış açısıyla daha fazla çalışma gerektirdiği şeklinde bir tavsiyede bulunulmuştur.

Eserin *Şizofreni ve Din* (ss. 279-317) başlıklı dokuzuncu bölümü, Necmi Karslı tarafından kaleme alınmıştır. Bölümün giriş kısmında şizofreni genellikle ergenlik döneminin sonlarında başlayan sanrı, halüsinasyon, düzensiz konuşma, duygu ve davranış bozuklukları ile kendisini belli eden psikolojik bir rahatsızlık olarak tanımlanmıştır. Ayrıca bu kısımda bu hastalığın ayırt edici özelliklerinin pozitif ve negatif semptomlar şeklinde iki gruba ayrıldığı ve bunların neler olduğu bilgisi de verilmiştir. İlk alt başlıkta bu hastalığın sözlükte ne anlama geldiği ve neyi ifade ettiği bilgisi ve bu kısımda şizofreni hastalarının yaklaşık % 20'sinin tedavi sürecinin olumlu geliştiği ve çok azının tamamen iyileşebildiği şeklinde önemli bir tespit paylaşılmıştır. İkinci alt başlıkta ise bu hastalığı yordayan nöro-biyolojik, sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenler ele alınmış, bazı araştırmacıların elde ettiği sonuçlarla tartışılmaya çalışılmıştır. Yine farklı olarak burada bir önceki bölüm olan OKB'de olduğu gibi nöro-biyolojik değişkene bu kısımda da yer verildiği görülmektedir.

Diğer bir alt başlıkta da bu hastalığın dindarlık değişkeni ile olan ilişkisi ele alınmış ve yapılan çalışmalar çerçevesinde şizofreni ile dindarlık arasındaki ilişki; pozitif, negatif ve nötr bağlamda tartışılmıştır. Bu bağlamda bu hastalığın dindarlıkla negatif korelasyonun tartışıldığı kısımda; bir dini inancın diğer inananlar tarafından kabul gördüğünde bunun zihinsel olarak sağlıklı bir durum olduğu, kabul görmediğinde ise bir hastalık olduğu ifade edilmiştir. Bundan dolayı klinisyenlerin hastalığa eşlik eden dini içerikli sanrı, halüsinasyon veya tecrübeleri doğru bir şekilde değerlendirebilmesi için hastanın içinde yetiştiği sosyo-kültürel bağlam hakkında bilgi sahibi olmaları hatta gerektiğinde din adamları ve manevi danışmanlarla iş birliği yapmaları gereklidir şeklindeki detay dikkat çekmektedir. Daha sonra bölüm sonuç kısmındaki kısa bir değerlendirme ve kaynakçayla sonlandırılmıştır.

Kitabın *Bağımlılık ve Din* (ss. 319-358) başlıklı onuncu bölümü, İsa Ceylan tarafından kaleme alınmıştır. Bölüm giriş yazısıyla başlamış ve burada insanların genel olarak hayat boyu bağımlılıklarını devam ettiremediklerinden söz edilmiştir. Yine bu kısımda geçmişten günümüze yazılı olan belgelerden bilgi edinilebildiği kadarıyla bağımlılık yapıcı olarak görülen ilk maddenin alkol olduğu bilgisine, alkolün insanlık tarihinde milletler tarafından yüklenilen kutsal anlamlara ve hangi amaçlarla kullanıldığına dair kısa bilgilere yer verilmiştir. İlk alt başlıkta ise bağımlılığın; alkol veya diğer uyuşturucuların kullanımına bağlı psikolojik, fizyolojik veya her iki bakımdan bağımlı olma durumu şeklinde tanımlandığı daha sonra APA'ya (American Psychological Association) göre bağımlılık teriminin genellikle madde bağımlılığı için eşdeğer bir terim olarak kullanıldığı ve bazen cinsel bağımlılıklar, internet ve kumar bağımlılıkları

gibi davranış bozukluklarına genişletildiği bilgisinin verildiği görülmektedir. İkinci alt başlıkta ise bağımlılığı yordayan sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenler ele alınmış ve elde edilen çalışma sonuçlarıyla analiz edilmiştir. Ayrıca bu kısımda elde edilen kanıtlarla birlikte uyuşturucu kullanımına başlama yaşının her geçen yıl küçülme eğilimi gösterdiği bilgisi paylaşılmıştır. Yine dikkat çekici bir detay olarak bağımlı bireylerin özellikle de alkol bağımlılarının ailelerinde kalıtsal yatkınlık olabileceği yönünde bir hususa da değinilmiştir.

Bağımlılığı yordayan başka bir değişken olan etnisitenin, risk faktörleri ile madde kullanımı arasındaki ilişkilerde aracılık ettiği gösterilen çalışmadan da söz edilmiştir. Yine bu kısımda dikkat çekici başka bir ifade de opioid grubundaki uyuşturucu maddelerin birçoğunun, kişinin sevgi gösterme yeteneğini tamamen ortadan kaldırma potansiyeline sahip olduğunun belirtilmesidir. Diğer bir alt başlıkta ise bahsi geçen kavramın dindarlık ile ilişkisi ele alınmıştır. Bu kısımda Türkiye’de 1998-2020 yılları arasında yapılan “dindarlık ve bağımlılık” ilişkisi hakkında nicel verilerin paylaşıldığı görülmektedir. Yine bu bölümde bağımlılığın ortaya çıkış nedenlerini anlamaya ve bağımlılıktan kurtuluş yolları geliştirmeye yönelik ortaya çıkan bağımlılık modellerinden -ahlaki(moral), aydınlanma, tıbbi/hastalık, dengeleyici/düzenleyici- bahsedilmiştir. Bu kısımda son olarak bağımlılığın dindarlıkla pozitif, negatif ve nötr ilişkisinin incelendiği görülmektedir. Bölüm sonuç ve kaynakçayla sonlandırılmıştır.

Eserin *Psikolojik Dayanıklılık ve Din* (ss. 359-395) başlıklı on birinci bölümü, Hızır Hacıkeleşoğlu tarafından kaleme alınmıştır. Bölüme kısa bir giriş yazısıyla başlanılmıştır. İlk alt başlıkta psikolojik dayanıklılık, “bireyin normalde ruh sağlığı üzerinde ciddi olumsuz etkiler yaratabilen stres koşullarından kurtulma yetisi” şeklinde sözlük anlamıyla tanımlanmıştır. İkinci alt başlıkta ise psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler; risk, koruyucu, sosyo-demografik ve psiko-sosyal olarak sıralanarak açıklanmaya çalışılmıştır. Psikolojik dayanıklılık ile ilgili çalışmalarda koruyucu faktörler içerisinde değerlendirilen değişkenlerden birinin de din ve maneviyat olduğu ifade edilmiştir. Son alt başlıkta psikolojik dayanıklılık kavramı, dindarlık değişkeni ile ele alınmıştır. Pozitif ilişkisinin tartışıldığı kısımda dindarlığın; geliştirici, koruyucu, iyileştirici ve rehabilite edici (tamamlayıcı) olmak üzere temelde dört fonksiyon ürettiğinden bahsedilmiştir. Ayrıca psikolojik dayanıklılık başlığı etrafında din psikolojisi alanında gerek ulusal gerekse uluslararası düzeyde yapılan çalışmaların az olduğu şeklinde göze çarpan bir tespitten söz edilmiştir. Yine bu kısımda sözü edilen kavramın negatif ve nötr ilişkisinin çalışma sonuç-

larıyla analiz edilmeye çalışıldığı görülmektedir. Sonuç kısmında ise dayanıklılık ile dindarlık arasındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalarda, iki değişken arasında genellikle pozitif yönlü bir korelasyon olduğunun görüldüğü ifade edilmektedir. Bölüm kullanılan kaynakçalara yer verilerek bitirilmiştir.

Kitabın *Psikolojik İyi Oluş ve Din* (ss. 397-438) başlıklı on ikinci ve son bölümü, Nurdan Yağlı Soykan tarafından kaleme alınmıştır. Bölüm diğerleri gibi kısa bir giriş kısmıyla başlamaktadır. Burada psikolojik iyi oluşun, pozitif psikolojinin etkisiyle araştırmalara daha fazla konu olduğu bilgisine yer verilmiştir. İlk alt başlıkta iyi oluş çalışmalarının genellikle iki farklı boyutta ele alındığından söz edilerek, ilkinin bireyin mutluluğunu esas alan mutluluk kavramına odaklanan ve “özel iyi oluş” denilen bakış açısı olduğu söylenmiş ve sonrasında ise bu kavramın temelinden söz edilmiştir. İkincisinin ise psikolojik iyi oluşa odaklanan bakış açısı olduğu belirtilerek, psikolojik iyi oluşların büyük ölçüde bireylerin yaşamlarındaki varoluşsal zorluklarına karşı algıladıkları gelişmelerden yola çıktıkları ve potansiyellerini gerçekleştirme üzerinde durdukları ifade edilmiştir. Yine bu kavramsallaştırmanın temelini Ryff tarafından geliştirilen ve altı boyutta psikolojik iyi oluşu açıklayan modele dayandığı bilgisine de değinilmiştir. Ayrıca psikolojik iyi oluş konusuyla ilgili gerek Türkiye’de gerek yurt dışında birçok çalışmanın yürütüldüğü bilgisinin aktarıldığı görülmektedir.

İkinci alt başlıkta psikolojik iyi oluşu yordayan sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenlere yer verilmiş ve konuyla ilgili yapılan çalışma sonuçları tartışılmıştır. Ayrıca şükranın psikolojik iyilik hali için en yordayıcı değişken olarak belirlendiği ve bunu sırasıyla; umut, iyimserlik ve yaşam doyumunun takip ettiği bilgisi sunulmuştur. Son alt başlıkta ise psikolojik iyi oluşu yordayan dindarlık değişkeni ele alınmış ve ikisi arasındaki pozitif, negatif ve nötr ilişki incelenmiştir. Yine bu kısımda Tanrı’ya bağlanma konusunun da psikolojik iyi oluş açısından değerlendirildiği ve Tanrı’ya bağlanma tarzlarının bireyin psikolojik iyi hali ile olan bağlantısı incelendiği bilgisi aktararak konuyla ilgili yapılan birkaç çalışma örneğine yer verilmiştir. Bölüm genel bir değerlendirmenin yer aldığı sonuç kısmına ve kaynakçaya yer verilerek sonlandırılmış ve eser noktalananmıştır.

Yazarlar kısmında ise sözü edilen yazarların kısa biyografileri yer almıştır.

Sonuç olarak bu eser hakkında genel bir değerlendirme yapıldığında;

(a) *Güçlü yönleri:* (i) Eser, din psikolojisi ile manevi danışmanlık ve rehberlik disiplinlerindeki lisansüstü ders materyali eksikliğini gidermesi bakımından, her iki alana da özgün ve değerli bir akademik katkı sunmaktadır. (ii) Akıcı bir üslup ve sade bir anlatıma sahip olan eser, yoğun literatür içeriğine rağmen okuyucuyu sıkmadan, anlaşılır bir şekilde bilgi aktarımını başarıyla sağlamaktadır. (iii) Her bölümün giriş kısmında, bölüm yazarının görev yaptığı kuruma ve iletişim bilgilerine yer verilmesi, okuyucunun doğrudan yazarla irtibat kurmasını kolaylaştırmakta ve bu sayede eserin güvenilirliğini artırmaktadır. (iv) Tartışılan kavramlar, farklı literatürlerdeki anlamlarıyla birlikte bilim insanlarının konuyla ilgili yaklaşımları ve ele alış biçimlerine detaylı bir şekilde yer verilerek kapsamlı bir perspektif sunmaktadır. (v) Eserin her bölümünde ele alınan kavramların sosyo-demografik ve psiko-sosyal değişkenlerle ilişkileri derinlemesine incelenmiş; bu kavramların din ile olan pozitif, negatif ve nötr ilişkileri ise araştırma verileri eşliğinde ayrı ayrı analiz edilmiştir. Bu yönü, eserin belki de en güçlü ve özgün katkısını oluşturmaktadır.

(b) *Zayıf yönleri:* (i) Eserin bazı bölümlerinde yazım hatalarına rastlanmaktadır. Bu durum, okuyucunun dikkatini dağıtarak metnin akıcılığını olumsuz yönde etkileyebilir. (ii) Kitapta yer verilen çalışmaların büyük çoğunluğunun yurt dışı kaynaklı olduğu görülmektedir. Bu durum, okuyucuda yurt içi çalışmalar yerine yurt dışı literatürüne öncelik verildiği izlenimini oluşturabilir ve eserin yerel bağlamda yeterince temsil edilemediği algısını güçlendirebilir. (iii) Görsel içerik bakımından eserin oldukça sade olduğu dikkat çekmektedir. Bu durum, kitabın görsel açıdan zayıf kalmasına neden olmaktadır. İlerleyen baskılarda, konuyla ilişkili görsellerin eklenmesiyle eserin görsel zenginliğinin artırılması ve okuyucu etkileşiminin güçlendirilmesi beklenebilir. (iv) Eserin bazı bölümlerinde kaynakça düzenlemelerinin yeterince standartlaştırılmadığı ve farklı formatların kullanıldığı görülmektedir. Bu durum, akademik ciddiyeti ve tutarlılığı olumsuz yönde etkileyebilir. Kaynakların tek bir formatta sunulması, eserin bilimsel niteliğini artıracaktır. (v) Bölümler arasında içerik açısından dengesizlikler bulunmaktadır. Bazı bölümler oldukça kapsamlı bir şekilde işlenirken, diğer bölümlerin yüzeysel kaldığı fark edilmektedir. Tüm bölümlerin derinlik ve detay açısından daha dengeli bir yapıya kavuşturulması, eserin bütünlüğünü güçlendirebilir.

(c) *Geliştirilebilir yönleri:* (i) Eserde yer verilen çalışmaların nicel sonuçlarının grafik, tablo veya şema gibi görsel formatlarda sunulması, okuyucuların verileri daha kolay anlamasına ve bu verileri bütüncül bir perspektifle değerlendirebilmesine olanak sağlayacaktır. Bu görsel temsil, özellikle karmaşık verilerin daha anlaşılır hale getirilmesinde etkili olacaktır. (ii) Kitap kapağının arkasında yer alan özet kısmının görsel

öğelerle zenginleştirilmesi, metnin fazla yazıya boğulmasını engelleyerek okuyucuların ilgisini artırabilir. Özet bölümüne grafik, ikon veya renkli tasarım unsurları eklenerek hem görsel açıdan daha çekici bir yapı oluşturulabilir hem de okuyucunun göz yorgunluğu azaltılabilir. (iii) Bölüm başlıklarının daha belirgin hale getirilmesi ve görsel unsurlarla desteklenmesi, kitabın içeriğinin daha kolay takip edilebilmesini sağlayabilir. Örneğin, her bölümün girişinde o bölüme dair küçük bir görsel veya simge kullanılması, okuyucunun dikkatini çekerek bölümler arasında bağlantıyı güçlendirebilir. (iv) Eserdeki kavramların pratik hayatta nasıl uygulanabileceğine dair somut örneklerin veya vaka çalışmalarının eklenmesi, okuyucuların teorik bilgiyi günlük yaşam bağlamında daha iyi kavramasına yardımcı olacaktır. Bu, eseri hem akademik hem de pratik olarak daha zengin ve faydalı hale getirebilir. (v) Son olarak, eser için dijital bir ek materyal veya online bir platform oluşturulabilir. Bu platformda, kitapta yer alan temel kavramların video anlatımları, etkileşimli testler veya infografiklerle desteklenmesi, eserin etkileşimli bir öğrenme kaynağı olarak değerini artırabilir.

