

**İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DİNİ TAKINTI VE DİNDARLIK İLİŞKİSİNDE
DÜŞÜNCE-EYLEM KAYNAŞMASI,
SUÇLULUK DUYGUSU VE KAYGININ ROLÜ**

ESMA ZENNURE KAVURKACI

**TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. ÜZEYİR OK**

İSTANBUL, 2021

**İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DİNİ TAKINTI VE DİNDARLIK İLİŞKİSİNDE
DÜŞÜNCE-EYLEM KAYNAŞMASI,
SUÇLULUK DUYGUSU VE KAYGININ ROLÜ**

ESMA ZENNURE KAVURKACI

**TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. ÜZEYİR OK**

İSTANBUL, 2021

TEZ ONAY SAYFASI

Bu tez tarafımızca okunmuş olup kapsam ve nitelik açısından, Din Bilimleri (Din Psikolojisi) alanında Yüksek Lisans Derecesini alabilmek için yeterli olduğuna karar verilmiştir.

Tez Jürisi Üyeleri

Unvanı – Adı Soyadı

Kanaati

İmza

Bu tezin İbn Haldun Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tarafından konulan tüm standartlara uygun şekilde yazıldığı teyit edilmiştir.

Teslim Tarihi

Mühür/İmza

AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

Bu çalışmada yer alan tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak toplanıp sunulduğunu, söz konusu kurallar ve ilkelerin zorunlu kıldığı çerçevede, çalışmada özgün olmayan tüm bilgi ve belgelere, alıntılama standartlarına uygun olarak referans verilmiş olduğunu beyan ederim.

Adı Soyadı: Esmâ Zennure Kavurkacı

İmza:

X X X X

ÖZ

DİNİ TAKINTI VE DINDARLIK İLİŞKİSİNDE DÜŞÜNCE-EYLEM KAYNAŞMASI, SUÇLULUK DUYGUSU VE KAYGININ ROLÜ

Kavurkacı, Esmâ Zennure

Din Bilimleri Yüksek Lisans Programı

Öğrenci Numarası: 187034007

Open Researcher and Contributor ID (ORCID): 0000-0003-3529-6449

Ulusal Tez Merkezi Referans Numarası: 10428188

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Üzeyir Ok

Ekim 2021, 139 sayfa

Dini takıntı, nedeni net olarak anlaşılamayan ve pek çok kimsede tedavi arayışlarına cevap vermeyen bir psikolojik rahatsızlık türüdür. Literatürde dindarlık ile ilişkisini inceleyen pek çok çalışma olmasına rağmen, dini takıntının nedenine ve tedavisine yönelik bütüncül bir yöntem geliştirilememiştir. Buna katkı sağlamak amacıyla gerçekleştirilen mevcut çalışmanın ana hedefi, dini takıntı ve dindarlık arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkide düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk duygusu ve kaygı hissinin rolünü belirlemektir. Bu amaçla korelasyonel desene bağlı olarak 18-60 yaş aralığında ve *uygunluk (convenience)* örnekleme yöntemi ile seçilen 202 kişiye (Erkek=66, Kadın=136) içinde ölçeklerin yer aldığı anket uygulanarak veriler elde edilmiştir. Ankette; kişisel bilgi formu (cinsiyet ve yaş), “Genel Kaygı Düzeyi”, “Düşünce-Eylem Kaynaşması Ölçeği”, “Obsesif-Kompulsif Bozukluk Ölçeği”, “Dini-Ahlaki Suçluluk Duygusu Ölçeği”, “Nevrotiklik/Kaygılı Kişilik Özellikleri Ölçeği”, “Suçluluk ve Utanma Ölçeği” ve “Dindarlık Profilleri Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, sorgulayıcı dindarlık düzeyi yükseldikçe, dini takıntı seviyesinin azaldığı; sufi ve geleneksel dindarlık arttıkça ise dini takıntı belirtilerinin de arttığı gözlenmiştir. Aynı zamanda erkeklerin kadınlardan daha fazla dini takıntı rahatsızlığından mustarip olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Dini Takıntılar, Dindarlık, Düşünce-Eylem Kaynaşması, Kaygı Hissi, Obsesif-Kompulsif Bozukluk, Suçluluk Duygusu.

ABSTRACT

THE ROLES OF THOUGHT-ACTION FUSION, GUILT AND ANXIETY IN CONNECTIONS BETWEEN SCRUPULOSITY AND RELIGIOUSITY

Kavurkacı, Esmâ Zennure

MA in Religious Studies

Student ID: 187034007

Open Researcher and Contributor ID (ORCID): 0000-0003-3529-6449

National Thesis Center Reference Number: 10428188

Thesis Supervisor: Prof. Üzeyir Ok

September 2021, 139 Pages

Scrupulosity is one of many types of psychological disorders that, is an area that is not fully understood and does not have an accurate and effective solution. While the extent of research into the literature in regard to its relationship with religiosity does exist, it does not fully analyze and cover the expansive spectrum for potential causes and ways to manage this disease. The primary purpose of this study is to determine the relationship between scrupulosity and religiosity and the role of thought-action fusion, guilt and anxiety within this relationship. To further support this claim, data was obtained via the qualitative method, whereby a carefully constructed survey was conducted with 202 (Male=66, Female=136) participants on a convenience sample between the ages of 18-60 and these findings were determined with the correlational patterned research method. The survey was formed from the following: Personal information form (gender and age), General Anxiety Level, Thought-Action Fusion Scale, Obsessive-Compulsive Disorder Scale, Penn Inventory of Scrupulosity, Neuroticism/Anxious Personality Characteristics Scale, Guilt and Shame Scale and Religious Profiler Scale. From the research, findings concluded that as the level of Questioning religiosity increased, the level of religious obsession decreased; It was observed that as Sufi and Commitment religiosity increased, scrupulosity symptoms also increased – providing support that a correlation between the factors do exist. It has also been observed that this disorder is more common in men than in women.

Keywords: Anxiety, Guilt, Obsessive-Kompulsive Disorder, Religious Profiler, Scrupulosity, Thought-Action Fusion.



İTHAF



Ablam Şüheda 'ya

TEŞEKKÜR

Aynı sebepler aynı sonuçları doğurmaz. İnsanların düşünce ve davranışları bunun en büyük ispatıdır. Aynı dine mensup hatta pek çok konuda aynı fikre sahip kimselerin bir kısmında bazı düşünceler daha fazla önemsenmekte ve böylelikle takıntı boyutunda rahatsızlıkların zemini atılmış olmaktadır. Dini takıntı konusu bu durumun en güzel örneklerindedir. Peki ya insanların yaşamındaki hangi olaylar ya da yaşantılar, böylesine bir eğilime neden olmaktadır? İnsanların bu farklılıkları her daim ilgimi çekmiştir. Bunu anlayabilmek için din psikoloji alanına yöneldim. İnsanlardaki bu farklılıkları anlamak, onların sahip olduğu dünya görüşünden/dindarlık biçimlerinden ve özellikle sahip oldukları bilişsel şemalardan kaynaklandığını düşündüm. Bu konuları çalışmak istediğimi değerli tez danışmanıma dile getirdiğimde, dini takıntılar ve dindarlık ilişkisini çalışmanın bunu sağlayacağına yönelik önerilerde bulundu. Sayesinde hem kendime yönelik hem bir rahatsızlığın tedavisine yönelik katkılarımı koyabildiğim hem de özgün bir çalışma ortaya çıkarabildiğim için tez danışmanım Prof. Dr. Üzeyir Ok'a teşekkürü bir borç bilirim. Kendisi her daim incelemek istediğim alanlarla ilgili bana yol gösterici fikirler verdi. Tezi yazma sürecindeki problemlerimde hep yanımda oldu. Anket ve analiz konularında deneyimli bilgilerini benimle paylaştı. Ve en önemlisi bu süreçte her daim anlayışlı ve sabırlı yaklaşarak akademik alanda büyük bir örnek oluşturdu. Emekleri için en içten şükranlarımı sunarım.

Her daim ilgi duyduğum Din Psikolojisi alanında benden değerli bilgilerini eksik etmeyen, alana duyduğum isteği kat be kat arttıran, kendimi yetiştirmeyi bana öğreten, eksiklerimi fark ettiren ve bana yol gösteren değerli hocalarım Prof. Dr. Hayati Hökelekli, Prof. Dr. Ali Ayten, Prof. Dr. Hasan Kaplan, Doç Dr. Gülüşan Göcen, Doç. Dr. Osman Aydın, Doç. Dr. Turgay Şirin, Doç Dr. Mehmet Atalay ve Dr. Zuhal Şahin Ağılıkaya'ya sonsuz teşekkürler ediyorum.

Oldukça stresli ve aynı zamanda keyifli olan tez yazma sürecinde, iyi-kötü her türlü anımda yanımda olan, defalarca tezimi okuyup, gerekli düzeltmeleri yapan değerli ablam ve canım yoldaşım Şüheda'ya, canım arkadaşım Merve'ye, bir tanecik ikizim Rabia'ya canı gönülden teşekkür ederim ve her daim yanımda olmanızı Yüce Rabbimden niyaz ederim.

Son olarak hem akademik anlamda hem de insani anlamda bugünlere gelmeme yardımcı olan, beni her daim destekleyen, yüreklendiren, yerimde saymak yerine ileri gitmeme neden olan annem ve babama, sıkıntılı ve dar zamanlarımda hemen yardıma koşan, sevgilerini eksik etmeyen, hep yanımda olacaklarını bildiğim değerli arkadaşlarım Tuğba, Rabia'ya, sevgili ruh ikizim Ayşenur'a ve bütün sevdiklerime en içten şükranlarımı sunarım.

Esmâ Zennure Kavurkacı

İSTANBUL, 2021



İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	iv
ABSTRACT	v
İTHAF	vii
TEŞEKKÜR	viii
İÇİNDEKİLER	x
TABLolar LİSTESİ.....	xv
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xvi
SEMBOLLER VE KISALTMALAR.....	xvii
BÖLÜM I GİRİŞ.....	19
1.1. Araştırmanın Amacı	21
1.2. Araştırmanın Önemi	22
1.3. Araştırma Soruları	22
BÖLÜM II LİTERATÜR TARAMASI.....	24
2.1. Dindarlık ve Türleri.....	24
2.1.1. Dindarlık Ölçümleri	24
2.1.2. İnanç/Dindarlık Gelişim Kuramı.....	25
2.1.3. İnanç Gelişim Kuramının Yerelleştirilmesi	28
2.2. Kaygı Kökenli Bozukluklar ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk	32
2.2.1. Kaygı ile İlgili Ruhsal Bozukluklar	33
2.2.1.1. Türleri.....	33
2.2.1.2. Özellikleri.....	35
2.2.2. Obsesif-Kompulsif Bozukluk.....	35
2.2.2.1. Tanımı ve Tanı Kriterleri	35
2.2.2.2. Türleri.....	36

2.2.2.3. Açıklayıcı Faktörleri	37
2.2.2.3.1. Düşünce-Eylem Kaynaşması	39
2.2.2.3.2. Suçluluk ve Utanma Duygusu.....	40
2.2.3. Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı Bozuklukları	43
2.3. Dini Takıntı	44
2.3.1. Dini Takıntının Tanımı ve Özellikleri.....	44
2.3.2. Dini Takıntının Yaygınlığı	47
2.3.2.1. Temizlik Sırasında Görülen Dini Zorlanımlar	49
2.3.2.2. İbadet Sırasında Görülen Dini Zorlanımlar.....	50
2.3.2.3. Vesvese.....	51
2.3.3. Dini Takıntı Tanı Kriterleri.....	52
2.3.4. Tanı Koymada Dikkat Edilmesi Gereken Unsurlar	53
2.3.5. Dini Takıntının Tedavisi	53
2.3.5.1. Psikoterapi.....	54
2.3.5.2. Farmakoloji	55
2.3.5.3. Maruz Bırakma ve Tepki Önleme	55
2.3.5.4. Şema Terapi.....	57
2.3.5.5. Dini Takıntıları Tedavi Ederken Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar.....	58
2.3.5.5.1. Psiko-Eğitimin Önemi.....	59
2.3.5.5.2. Tedavi Metodunun Gerekçelendirilmesi	59
2.3.5.5.3. Motivasyonun Arttırılması	59
2.3.5.5.4. Tedavinin Amacının Netleştirilmesi	60
2.3.5.5.5. Dini Konularda Tartışmaya Girmekten Kaçınılması	60
2.3.5.6. Dini Takıntıyı Tedavi Eden Uzmanlar	61
2.3.6. Dini Takıntının Açıklanması	62
2.3.6.1. Dini Takıntıyı Açıklayan Temel Faktörler.....	62

2.3.6.1.1. Obsesif-Kompulsif Bozukluk.....	63
2.3.6.1.2. Düşünce-Eylem Kaynaşması	64
2.3.6.1.3. Suçluluk ve Utanma Duygusu.....	65
2.3.6.1.4. Kaygı.....	68
2.3.6.2. Psikolojik Akımların Görüşleri	69
2.3.6.2.1. Psikodinamik Teori	70
2.3.6.2.2. Varoluşsal Psikoloji	71
2.3.6.2.3. Davranışsal Psikoloji.....	72
2.3.6.2.4. Bilişsel-Davranışsal Psikoloji	72
2.3.6.3. Diğer Faktörler	73
2.3.6.3.1. Yanlış Din Eğitimi	73
2.3.6.3.2. Yanlış Tanrı Tasavvuru.....	74
2.4. Dindarlığın, Dini Takıntı ve Diğer Kaygı ile İlgili Ruhsal Bozukluklarla İlişkisi	74
2.4.1. Dindarlık ve Dini Takıntı	75
2.4.2. Dindarlık ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk	78
2.4.3. Dindarlık ve Kaygı	79
2.4.4. Dindarlık ile Suçluluk ve Utanma Duygusu	81
2.4.5. Dindarlık ve Düşünce-Eylem Kaynaşması	83
BÖLÜM III YÖNTEM.....	85
3.1. Araştırmanın Deseni: Korelasyonel Araştırma	85
3.2. Örneklem.....	85
3.3. Veri Toplama Araçları	85
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	86
3.3.2. Genel Kaygı Düzeyi	86
3.3.3. Düşünce-Eylem Kaynaşması Ölçeği (DEKÖ)	86

3.3.4. Obsesif-Kompulsif Bozukluk Ölçeği.....	87
3.3.5. Dini-Ahlaki Konularda Suçluluk Duygusu Ölçeği/ Dini Takıntı Ölçeği.....	88
3.3.6. Nevrotiklik/Kaygılı Kişilik Özellikleri	89
3.3.7. Suçluluk ve Utanma Ölçeği.....	89
3.3.8. Dindarlık Profilleri Ölçeği	89
3.4. Veri Toplama Süreci	90
3.5. Veri Analizi	90
3.6. Etik Konular: Bilgilendirme ve Onam	91
BÖLÜM IV BULGULAR	92
4.1. Betimsel İstatistik Sonuçları.....	92
4.2. Çıkarımsal İstatiksel Sonuçlar.....	94
4.2.1. Sosyo-Demografik Bilgilerin (Cinsiyet ve Yaş); Dini Takıntı, Dindarlık, Obsesif-Kompulsif Bozukluk, Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ile Utanma Duygusu ve Kaygı Hissi Arasındaki İlişkileri	94
4.2.2. Dini Takıntının; Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ve Utanma Duygusu, Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı ile İlişkisi	97
4.2.2.1. Dini Takıntı ve Düşünce-Eylem Kaynaşması	98
4.2.2.2. Dini Takıntı ile Suçluluk ve Utanma Duygusu	98
4.2.2.3. Dini Takıntı ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk	99
4.2.2.4. Dini Takıntı ve Kaygı	99
4.2.3. Dindarlık Türlerinin; Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ve Utanma Duygusu, Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı ile İlişkileri.....	100
4.2.3.1. Dini Takıntı ve Dindarlık	100
4.2.3.2. Dindarlık ve Düşünce-Eylem Kaynaşması	101
4.2.3.3. Dindarlık ile Suçluluk ve Utanma Duygusu	101
4.2.3.4. Dindarlık ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk	101
4.2.4. Diğer Ölçeklerin Kendi Aralarındaki İlişkiler	102

4.3. Dini Takıntının ve Dindarlığın Yordanması	106
BÖLÜM V SONUÇLAR	109
REFERANSLAR.....	121
ÖZGEÇMİŞ.....	139



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1. Dini Takıntıların Türkiye’deki İllere Göre Yaygınlığı.....	49
Tablo 4.1. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımları.....	93
Tablo 4.2. Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri.....	94
Tablo 4.3. Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	96
Tablo 4.4. Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutlarının Yaş ile İlişkisi.....	97
Tablo 4.5. Dini Takıntının; Dindarlık, Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ile Utanma Duygusu ve Kaygı Arasındaki İlişkisi.....	99
Tablo 4.6. Dindarlık Türlerinin; Dini Takıntı, Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ve Utanma Duygusu, Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı ile İlişkileri.....	101
Tablo 4.7. Ölçeklerin Kendi Aralarındaki İlişkileri.....	104
Tablo 4.8. Regresyon Analizi Sonuçları (Dini Takıntının Yordanması).....	107
Tablo 4.9. Regresyon Analizi Sonuçları (Geleneksel Dindarlığın Yordanması).....	108

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1. Dindarlık Profilleri.....	30
Şekil 2.2. Müslüman Dindarlığı/Maneviyat/Dünya Görüşleri Biçimleri.....	31



SEMBOLLER VE KISALTMALAR

ACT	Acceptance and Commitment Therapy
akt.	Aktaran
APA.	American Psychiatric Association
B	Regresyon Katsayısı
bkz.	Bakınız
BOCS	The Brief Obsessive-Compulsive Scale
çev.	Çevirmen
DEK	Düşünce-Eylem Kaynaşması
DEKÖ	Düşünce-Eylem Kaynaşması Ölçeği
dr.	Doktor
DSM	The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
doç.	Doçent
ed.	Edition
ed.	Editör
et. al.	And others
F	F Değeri
mak.	Maksimum
min.	Minimum
n	Toplam katılımcı sayısı
OCCWG	Obsessive-Compulsive Cognitions Working Group
OKB	Obsesif-Kompulsif Bozukluk
ort.	Ortalama
<i>p</i>	Anlamlılık Düzeyi
PIOS	Penn Inventory of Scrupulosity

Prof.	Profesör
s.	Sayfa
ss.	Sayfalar
St. Hata	Standart Hata
S.S.	Standart Sapma
SSGS	State Shame and Guilt Scale
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
t	Bağımsız Örneklem t Testi
TAF	Thought-Action Fusion
TDK	Türk Dil Kurumu
vb.	Ve benzeri
vd.	Ve diğerleri
α	Alfa Değeri

BÖLÜM I

GİRİŞ

Günümüzde insanlar pek çok ruhsal rahatsızlıktan mustarıptirler. Takıntı rahatsızlığı da bunlardan biridir. Bu rahatsızlık literatürde, takıntı ve zorlanım bozukluğu yani obsesif kompulsif bozukluk (OKB) olarak yer almaktadır. Genel olarak takıntı yani obsesyon, insanları rahatsız eden, düşünce, dürtü, hayaller olarak tanımlanmaktadır ve bu durumlar giderilmesi oldukça güç, sürekli tekrarlayan durumlara ulaştığında rahatsızlık boyutuna varmaktadır (Steketee, 1993, akt., Zayman, 2016, s. 360). Zorlanım yani kompulsiyon ise çoğunlukla takıntıların meydana getirdiği kaygı ve korku benzeri duyguları azaltmak için gerçekleşmesinden korktuğu durumları engellemek amacıyla sergilenen eylemler olarak tanımlanmaktadır (Steketee, 1993, akt., Zayman, 2016, s. 360). Dini takıntı ise dini ve ahlaki konulardaki takıntı ve zorlanımları içeren, OKB'nin en yaygın 5. temasını oluşturan bir alt boyuttur (Foa vd., 1995, akt., Altın, 2009, s. 6). Bu boyut, günah ve buna bağlı suçluluk hissini oluşturan dini konularda, endişe ve şüphenin patolojik bir seviyeye taşınmasıyla meydana gelmektedir ve oluşan bu duygular kişide, aşırı işlevsiz dini davranışlar oluşturarak, obsesyon ve kompulsiyonlara dönüşmekte, bunun sonucunda ise günlük hayatın işlevselliğini bozacak derecede aşırı bir stres uyandırmaktadır (Altın, 2009, s. 35).

Yakın zamanda Türkiye örneklemini üzerinde inanç gelişimi kuramından hareketle, Ok'un (2021a) yeni bir dindarlık profilleri geliştirme çalışması olmuştur. Bu biçimler mevcut çalışmada, dini takıntılarla ilişkisi incelenecek olan ana değişkenlerden birisini oluşturmaktadır. Daha önce literatürde yer alan dindarlık ayrımları incelenerek, dindarlığın çok çeşitli yönlerini içeren oldukça kapsamlı bir model geliştirilmiştir. Türkiye'deki Müslüman örneklem için oldukça uygun olan bu modelde; geleneksel dindarlık, sorgulayıcı dindarlık, sembolik dindarlık ve sufi dindarlığı olmak üzere dört biçim yer almaktadır. Üstelik daha önce tek bir gelişim çizgisinde yer alan dindarlık ayrımlardan farklı olarak bu modelde, gelişimin boylamsal bir biçimi oluşturulmuş ve

bu sayede, tek tip dindarlık yerine dindarlığın farklı bilişsel türlerinin bir bütün içerisinde görülmesi sağlanmıştır.

Düşünce-eylem kaynaşması (DEK), düşüncelerle eylemlerin eşdeğer olarak sayılmasıdır ve buna bağlı olarak bireyler, düşüncelerinin dahi günah içerdiğine inanmaktadır (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Tüm değer yüklü düşünceler önemli görüldüğü için DEK'e eğilimli kişilerin dini takıntılarda dahil pek çok OKB türlerinde bir zafiyeti bulunduğu belirtilmektedir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Yapılan pek çok çalışmada ise DEK ile OKB arasında güçlü bir ilişki tespit edilmiştir (Bilekli, 2009, s. 10; Shafran vd., 1996). Bu yüzden bu araştırmada dindarlık ile dini takıntıların ilişkisinde DEK'in güçlü bir role sahip olacağı düşünülmektedir.

Pişmanlık ve gerginlik duyguları ile açıklanan suçluluk duygusu ise (Hale & Clark, 2013, s. 24) OKB semptomları için önemli ve kalıcı bir ara bileşeni oluşturmaktadır ve OKB'nin şiddetini arttırarak, tedavi çıktılarını olumsuz yönde etkileyen bir faktördür (Shapiro & Stewart, 2011, ss. 2–3). Dini takıntılar hakkında yapılan tanımlara bakıldığında, özellikle günah ve suçluluk içeren konularda meydana geldiği görülmektedir (Altın, 2009; McIngvale vd., 2017). Dini kompulsif davranışların ise oluşan bu suçluluk duygusunu hafifletmek için sergilenebileceği vurgulanmaktadır (Altın, 2009, s. 253). Hatta bu duygunun, korku ve kaygı kadar kompulsif tepkileri motive ettiği öne sürülmektedir (Rosen, 1975, akt., Steketee vd., 1991, s. 360) Örneğin el yıkama kompulsiyonunun, günahtan ve suçtan arınma isteği üzerine gerçekleştirilmiş olması kuvvetle muhtemeldir (Yağcı, 2006, s. 51).

DMS-IV'de yedi temel kaygı bozukluğundan biri olan OKB (Bozkurt, 2019, s. 10), DSM-V'te ayrı bir bozukluk olarak yer almaktadır. Buna göre istenmeyen düşünceler bireyin zihnine geldiğinde, bununla birlikte kaygı da meydana gelmektedir. Kompulsiyonlarda ise bu kaygının azaltılması için tekrarlanarak yapılan eylemler olarak karşımıza çıkmaktadır (DSM-V, 2013). Dini takıntıların gelişim süreci de benzer şekildedir. Tehlikeli ve günah olarak addedilen düşünceler meydana geldiğinde, bunlar kabul edilemez görülüp kaygı oluşmakta, kaygı arttıkça da bu istenmeyen düşünceler daha fazla anlamlı olarak yorumlanmaktadır. Bunun ardından kontrol etme çabaları meydana çıkmakta ve başarısız olduğunda -ki çoğunlukla başarısızlıkla sonuçlanmaktadır- paradoksal bir durum oluşmaktadır (Altın, 2009).

Kaygının hem OKB hem de dini takıntılar konusunda üstlendiği bu önemli rolü baz alınarak, mevcut çalışmada önemli bir değişken olacağı varsayılmıştır.

Dini takıntılar ile oldukça ilişkili görülen bu üç değişkenimizle birlikte bunun çeşitli dindarlık profilleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek, çalışmamızın ana hedefidir. Bunun için ilk bölümde öncelikle dindarlık ile ilgili literatürde yer alan bilgilere ve inanç aşamasından elde edilen verilerle Ok (2012) tarafından geliştirilen, mevcut araştırmada kullanılacak olan dindarlık profilleri tanıtılacaktır. Ardından kaygı kökenli bozukluklar ve OKB ile ilgili özelliklerine, türlerine dair önemli bilgilere yer verilecektir. Buna ek olarak OKB'nin açıklanmasında önemli bir etken olan DEK, suçluluk ile utanma duygusu ve kaygı ile ilişkisine değinilecektir. 3. ana başlık olan dini takıntılar konusunda ise öncelikle tanımını ve özellikleri, yaygınlığı, tanı kriterleri, tanı koyarken dikkat edilmesi gereken hususlar, tedavisinde genel olarak izlenen yollar ve sınırlılıkları, son olarak OKB, DEK, suçluluk ile utanma duygu ve kaygı gibi dini takıntıyı açıklarken kullanılan temel faktörler, psikolojik akımların dini takıntıyı nasıl açıkladıkları ve bu konuda yapılan araştırmalarda dini takıntuları açıklarken kullanılan diğer faktörlere yer verilecektir. En nihayetinde ise dindarlık ile dini takıntı ve mevcut araştırmada kullanılan diğer değişkenlerle ilişkisine dair literatürde yer alan bilgiler kısaca aktarılacaktır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, dini takıntılar ile çeşitli dindarlık profilleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve bu ilişkideki düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk duygusu ve kaygı değişkenlerinin rolünü belirlemektir. Bunun hem dini takıntı rahatsızlığını daha iyi anlamak hem de çeşitli dindarlık şekillerinde kendini nasıl gösterdiğini daha anlaşılır kılmak konusunda oldukça yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bunu ortaya koyarken, dini takıntılarla oldukça güçlü ilişkilere sahip olduğu daha önceden ortaya konan düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk ve kaygı duygularının dindarlık ile ilişkisine ışık tutması hedeflenmektedir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Dini takıntılar konusunda yapılan çalışmalara bakıldığında, Türkçe olarak yazılmış kaynaklardaki şu eksiklikleri doldurması açısından mevcut çalışma önem taşımaktadır:

1. Dini takıntılar ile dindarlığı inceleyen çalışmalarda genel olarak, bireyin ne düzeyde dindar olduğu ile ilişkisine bakılmıştır. Dini takıntılar ile dindarlığın çeşitli boyutları ile ilişkisini inceleyen yalnızca bir çalışmada bulunmaktadır. Bu çalışma ise, Allport tarafından geliştirilen dini yönelim biçimleri ile dini takıntılar arasındaki ilişki incelenmiştir (Yüksel, 2019).
2. Ok (2021a) tarafından geliştirilen dindarlık profillerini tanımlayan model ile dini takıntılar arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.
3. Son olarak yakın zamanda geliştirilen bu yeni model ile dini takıntılar arasındaki ilişkide düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk duygusu, kaygı hissinin rolünü araştıran bir çalışma da mevcut değildir.

Literatürdeki bu eksiklikleri gidermek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırma ile dini takıntılarının tedavisinde yaşanan güçlükleri çözmek konusunda psikolojik danışmanların, danışanlarının sahip olduğu dünya görüşlerini daha net kavrayabilmesi ve rahatsızlığa yönelik daha etkin tedavi yöntemlerinin geliştirilmesine yardımcı olması açısından alana katkı yapılması hedeflenmektedir.

1.3. Araştırma Soruları

Yapılan bu araştırmanın soruları aşağıdaki gibidir;

1. Dini takıntı ile çeşitli dindarlık profilleri arasında nasıl bir ilişki bulunmaktadır?
2. Dini takıntılar ile çeşitli dindarlık biçimleri arasındaki ilişkide kaygı ile ilgili değişkenlerin (düşünce eylem kaynaşması, suçluluk duygusu, utanma duygusu) ilişkisi nedir?

Bu genel soru aşağıdaki alt sorularla daha somut hale getirilmiştir.

- 2.1.Dini takıntılar ile dindarlık biçimleri arasında kaygılı olmanın nasıl bir ilişkisi vardır?

- 2.2.Dini takıntılar ile dindarlık biçimleri arasında, OKB semptomlarının nasıl bir ilişkisi vardır?
- 2.3.Dini takıntılar ile dindarlık biçimleri arasında utanma ve suçluluk duygusunun ilişkisi nedir?
- 2.4.Dini takıntılar ile dindarlık biçimleri arasında düşünce-eylem kaynaşmasının (DEK) nasıl bir ilişkisi vardır?
3. Dini takıntılar ile dindarlık profilleri arasındaki ilişkide cinsiyet ve yaşın rolü nedir?



BÖLÜM II

LİTERATÜR TARAMASI

2.1. Dindarlık ve Türleri

Dindarlık gerek maneviyatla olan karışık ilişkisine gerekse özüne ya da niteliğine ilişkin kapsamlı bir tanım yapılması oldukça güç bir terimdir. Buna rağmen bir tanım yapılması gerekirse, insan ile Yüce Varlık arasındaki içsel bağlantıdan oluşan inanç ile bundan kaynaklanan ilişkiler ağının, dine yansımaları ve bu çerçevede bireysel olarak bütün bir hayata yayılması olarak açıklanabilmektedir (Onay, 2004, akt., Yapıcı, 2013, s. 23). Yani kısaca kurumsal dinin, bireysel ve içsel olarak yaşanması olarak özetlenebilmektedir (Yapıcı, 2013, s. 23). Aynı zamanda dindarlık, bir kişinin günlük hayatında dinin önemini anlatan ve dine ne kadar inanıp bağlandığını gösteren bir kavram olarak da karşımıza çıkmaktadır (Kirman, 2004, akt., Bozkurt, 2019, s. 23). Benzer şekilde dini yönelim kavramı da bireyin dinini yaşayış biçimi ve dinin onun yaşamında ne ifade ettiğini anlatmaktadır. Aynı zamanda dinini çok önemseyen ve dinin gerektirdiklerini hakkıyla yerine getiren insanlar da dindar olarak adlandırılmaktadırlar (Bozkurt, 2019, s. 29).

2.1.1. Dindarlık Ölçümleri

Maddi ve manevi psikolojik iyi oluşla genellikle olumlu bir ilişkiye sahip olduğu görülen dindarlık ve türleri konusunda pek çok ayırım yapılmıştır (Erdoğan, 2015, s. 224). Dinin bireysel ve toplumsal görüntülerine dayalı, kişisel ve toplumsal, taklidî ve tahkikî, halk ve seçkinlerin dindarlığı, birinci elden dindarlık ve ikinci elden dindarlık, Ortodoks ve heterodoks dindarlık, medrese, tekke ve halk dindarlığı (Yapıcı, 2013, ss. 25–32); ibadet boyutuna vurgu yapan, dinin yaşadığı dindarlık ve inancın davranışlara dönüşmediği dindarlık (Yapıcı, 2013, s. 33); içe dönük ve dışa dönük dindarlık (Yapıcı, 2013, s. 36); sorgulayıcı dindarlık (Batson, 1976, akt., Erdoğan, 2015, s. 230); din konusunda sabit ve değişmez kurallara sahip olma açısından katı kuralcı

(fundamentalist) dindarlık (McFarland, 1989, akt., Erdoğan, 2015, s. 230) gibi pek çok tür yer almaktadır.

2.1.2. İnanç/Dindarlık Gelişim Kuramı

Dindarlık konusunda yapılan ayrımların içerisinde, Fowler'ın inanç gelişim kuramı göze çarpmaktadır. Zaman içerisinde gelişip değişime uğrayan bu biçimler şunlardır: (Ok, 2021a, s. 2) 1. Sezgisel/Yansıtıcı, 2. Literal/Mitsel, 3. Yapay/Geleneksel, 4. Bireysel, 5. Birleştirici, 6. Evrenselleştirici dindarlık (Ulu, 2016). Bu çalışmada kullanılan dindarlık türleri ise Ok (2012) tarafından geliştirilen inanç gelişim kuramı dikkate alınarak oluşturulmuştur. Bu kuram, Fowler'ın inanç gelişimi kuramının yeniden gözden geçirilmesi ile meydana gelmiştir. Gelişimsel bir süreci ifade eden bu aşamalar; bilinçli olmak, rasyonel düşünebilmek gibi boyutları içinde barındırma oranına göre birbirinden farklılaşmakta ve az gelişmişten çok gelişmişe doğru sıralanmaktadır (Ok, 2012, ss. 127–122). Aynı zamanda aşamalılık zorunluğu olmayan bu modeldeki dindarlık türleri; literal, yapay/geleneksel, yoğun, sorgulayıcı, bireysel ve birleştirici dindarlıktır. (Ok, 2012, ss. 129–134).

Literal dindarlık, çoğunlukla somut düşünme biçimine sahip olan bireyleri kapsamaktadır ve bu kişiler bir metni olduğu biçimiyle literal olarak (kelime anlamına sıkı sıkıya bağlı) algılamakta, yorumlamaktadır. Otoriteleri dışarıda arayan bu gruptaki kişiler genellikle fundamental (katı, tavizsiz) eğilimlere sahiptir. Kendilerinin en doğru yolda olduğuna inanmaktadır ve inancı tek elde bulundurma eğilimi taşıdıkları için partikülarist özellik taşımaktadır. Böylelikle “biz ve diğerleri” şeklinde düşünerek ötekileştirmeye yatkındır ve empati düzeyleri düşüktür. Bu şekilde literal, partikülarist ve kapatma ihtiyacı gibi bilişsel yapıları içeren bu aşama, kesin inanç kelimesi ile de ifade edilmektedir (Ok, 2012, s. 129).

Yapay/geleneksel dindarlık, soyut düşünmenin yine sınırlı olduğu bir aşamadır. Özellikle eleştirel düşünce yetenekleri yeterince gelişmediği için, bunlar taklidi durumları içermektedir. Bu bireyler inançlarını rasyonel olarak gözden geçirmemişlerdir ve bunları sorgulamamaktadırlar. Bu yüzden bu aşamadakiler İslami literatürdeki “taklidi iman” seviyesinde kabul edilmektedir. Yine empati yeteneği sınırlıdır ve otorite kabul ettikleri kişilerde büyüleyici özellikler aramaktadırlar.

Bireyler kendi toplumuyla uzlaşmış bir bakış açısına sahiptir ve bireysel düşünmek yerine ait olduğu grubun genellemeleri ile çözüm üretmektedirler. Geleneksel değerlere ait sembollere yönelik eleştirel yaklaşıma şiddetle karşı çıkmaktadırlar. Başkalarının beklentilerini yerine getirmeye çalışmaktadırlar ve utanma duyguları ise bir hayli fazladır.

Yoğun dindarlık türü, Fowler'ın inanç gelişim aşamasında yer almayan ve Ok (2012) tarafından inanç aşamasına eklenmiş bir dindarlık çeşididir. Bu aşamadaki bireyler, geleneksel inançlara sahip olmakla birlikte bunlar sadece taklitten ibaret değildir. Çünkü kişi, geleneksel inanışlara dair eserler okuyarak şuurlanmakta ve böylece kişinin bilişsel farkındalığı gelişmeye başlamaktadır. Ancak geleneksel değerlere uyumlu olma kaygısı, bunları ciddi olarak sorgulamamış olması ve rasyonelliğin kritik konularda kullanılmaması gibi durumlar, bireysel inanç aşamasından ayrı bir aşama olarak yer almasına neden olmuştur. Bu aşamanın şuurlu dindarlık ve halk mistisizmi olmak üzere iki şemaya sahip olduğu varsayılmaktadır.

Dördüncü aşama olan sorgulayıcı dindarlık türü de yine Fowler'da yer almayan, Ok (2012) tarafından geliştirilen ve inanç gelişim kuramına dahil edilen bir aşamadır. Şüphe ve çelişki içerisinde geleneksel inançların ciddi bir şekilde sorgulanması ile bu aşamadaki bireyler, ciddi bir arayış içerisine girmektedirler. Bireylerin diğer inançları inceleme konusunda istekli olduğu görülen bu aşama, genellikle ergenlik sonunda ve 30'lu yaşların başında gerçekleşmektedir. Bu aşamadan sonra geçici veya kalıcı bir dönüşüm meydana gelmektedir. Kişi, önceki aşamalara geri dönebileceği gibi sonraki aşamalara da geçebilmekte ya da inanç kaybına uğrayıp ateist bir dünya görüşünü benimseyebilmektedir. Böylelikle bu aşamada da bilişsel stres, arayış, yaşam krizleri, ateizm/inanç kaybı şeklinde 4 adet inanç şeması meydana gelmektedir.

Bireysel dindarlık türünde bireyler, diğer aşamalardan farklı olarak artık soyut ve bilinçli düşünebilirken, sembolleri kavramlara ve sistemlere dönüştürülebilmektedir. Buna rağmen, tek yönlü düşündüğü için bazen indirgemeci olabilmektedir ve böylece orta düzeyde bir empatiye sahip olduğu görülmektedir. Bunun yanında farklı görüşleri bilmesine rağmen onları kendi düşüncesini korumaya yönelik kullanmaktadır. Aynı zamanda olayları iyi-kötü vb. şekilde katı bir ayrıma giderek algılama eğilimi mevcuttur. Yasalar, kurallar ve görevler önemlidir.

İslami gelenekte “tahkiki” imana karşılık gelen bu aşamada, bireyler önceki aşamaya ait dünya görüşlerinden tam anlamıyla kopmadan, bunları rasyonelleştirerek özgün bir yapı oluşturmuşlardır. Buna göre düşünceler, sistemler ve kurumlar otorite olarak kabul edilmektedir. Bunlar arasında bilinçli ve rasyonel bir ilişki kurulduğu için bu yapılar özümsemiştir. Bu aşamanın da diğer aşamalar gibi kendi içerisinde şemaları vardır ve bunlar; bireysel-seküler, bireysel-dini, dönüşümlü/reaksiyonel inanç olmak üzere 3 adettir. Dönüşümlü inanç şeması ise ateizm veya başka bir dine geçilerek meydana gelmektedir. Gelenekleri rasyonelleştirdiği için ve diğer inanışlara tolerans gösterip, inanç farklılıklarına açık olduğu için bu aşama, geleneksel ve yoğun inanç aşamasından farklılaşmaktadır.

Birleştirici dindarlık yani son aşamadaki bireyler, artık eleştirel ve analitik düşünerek çok boyutlu ve çoklu sistemleri kullanabilir haldedir. Düşüncelerin karmaşıklığına, belirsizliğine, çok uçluluğuna alışık oldukları ve derinlemesine düşünebildikleri için karmaşık deneyimlere açıktırlar ve sembollerini tek anlamına indirgemenin algılayabilmektedir. Öz eleştiri de yapabilen bu bireyler; yorumların, sembollerin ve düşüncelerin tarih içerisinde değişebileceğine inanmaktadırlar. Bu yüzden daha az savunmacıdırlar ve başkalarının görüşlerine açık oldukları için empati düzeyleri oldukça yüksektir. Empati yapabilmek için kendi düşüncesini askıya alarak, başkasının gözünden bakabilmektedir. Aynı zamanda farklı inançlara sahip bireylerin bir arada yaşayabileceğini düşündükleri için çoğulculuğu (plüralizm) savunmaktadırlar. Farklılıklara açık oldukları için toplum yerine bireyleri önemli olarak görmekte ve bireysel düşünceleri ve bakış açılarını eşsiz değerde görüp kabul etmektedirler.

Bunlara ek olarak bu aşamanın; esnek inanç, arayış, elit mistisizmi olmak üzere 3 adet şeması mevcuttur. Buradaki arayış şeması geçici olmadığı için gerilimli inanç aşamasından farklıdır. Aynı zamanda hissedilen şüphe ve sorgulama rahatsızlık duyulan bir konu değil, aksine değerlidir. Varoluşsal konularda sürekli olarak bir arayış içinde oldukları için artık arayışın kendisi, bilişsel bir şema halini almıştır.

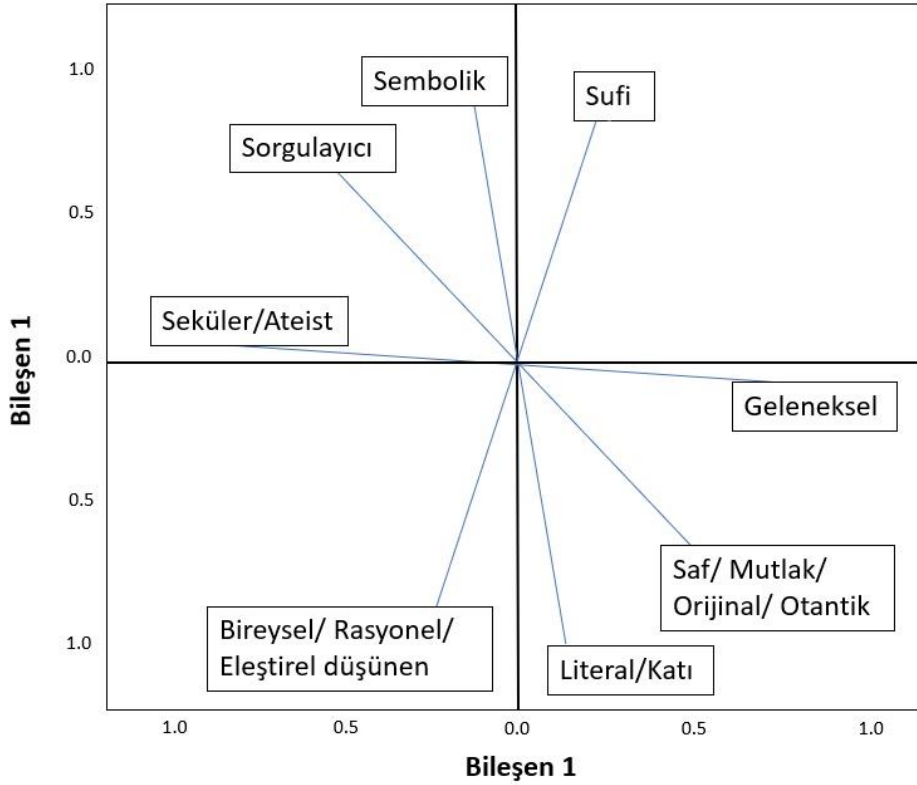
2.1.3. İnanç Gelişim Kuramının Yerelleştirilmesi

Yukarıda bahsedilen dindarlık aşamaları arasında, mevcut araştırma kullanılan 4 dindarlık biçimi vardır. Bunlar hakkında Avrupa’da nicel ölçümler devam etmektedir. Türkiye’de ise Ok tarafından bu biçimlerin adaptasyon çalışması yürütülmektedir. Mevcut çalışmada kullanılan bu türler, dindarlık profilleri/biçimleri (Religiosity Profiler) olarak incelenmektedir (Ok, 2021a). Bu ölçek için daha önce geliştirilen Ok-Dini Tutum Ölçeği (2011), Ok-İnanç Gelişimi Ölçeği (Ok, 2021a, s. 30) baz alınmıştır. Bu ölçeklerden elde edilen bilgiler ile Türkiye örneğine daha uygun hale getirilerek, kapsamlılığı ve geçerliliği arttırılmıştır (Ok, 2021a, s. 36). Aynı zamanda daha önce dindarlığa ve inanç gelişim aşamalarına dair yapılan ayrımlar incelenmiş, hem dindarlığın içerdiği çeşitli yönlerini hem de buna dair bilişsel şemalarını kapsayan bütüncül bir model geliştirilmeye çalışılmıştır (Ok, 2021a, s. 30). Son olarak Streib’in dindarlık aşamalarına dair getirdiği eleştiri göz önünde bulundurularak, bir aşama bitmeden diğer aşamanın başlamayacağına dair katı bir ayrım yerine, bir bireyin aynı anda sahip olabileceği pek çok türü bir arada barından kümeleme analizi sayesinde tüm aşamaların beraber değerlendirilmesine imkan sağlanmıştır (Ok, 2021a, s. 8). Bu sayede klinik ortamda kullanılacak, danışanlarının sahip olduğu dünya görüşüne ve dini konulara dair şemalar ve bunlara ait bireysel farklılıkların daha iyi gözlenmesi sağlanarak, inanç tarzlarının ampirik olarak incelenmesi için oldukça kullanışlı bir model haline getirilmiştir (Ok, 2021a, s. 39).

Dindarlık profilleri/biçimleri olarak kullanılmasının nedeni; “her biri aynı ölçü biriminde ifade edilen, bir bireyin veya grubun farklı ölçüleri kümesi” (Kerlinger, 1973, akt., Ok, 2021a, s. 16) olarak tanımlanan profil kelimesinin, dört boyutlu gösterimini mümkün kılmasından dolayıdır. (Ok, 2021a, s. 38). Bu sayede dindarlık biçimleri/profilleri gelişimsel bir çizgiye has kılınmadan, dindarlık gelişimlerinin yörüngesi, boylamsal bir şekilde ortaya koyulmuştur (Ok, 2021a, s. 38).

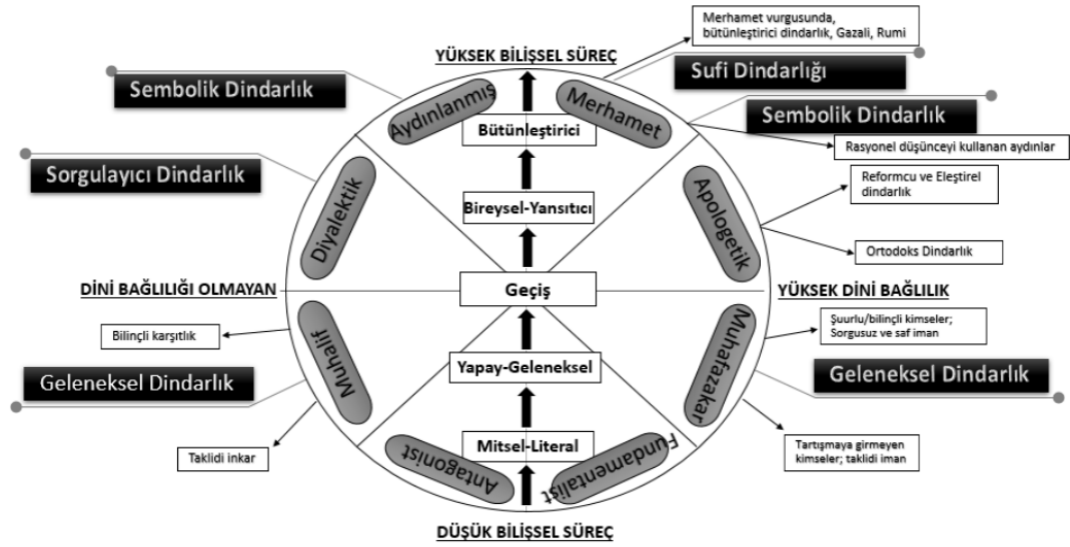
Aynı zamanda inanç/dünya görüşü yerine dindarlık kelimesinin tercih edildiği bu çalışmada (Ok, 2021a, s. 29), sadece katılımcıların bireysel farklılıklarını gözlemlemek yerine, köklü yapılar esas alınarak ortak dindarlık profilleri belirlenmiştir (Ok, 2021a, s. 16). Dindarlık teorilerine getirilen eleştiriler göz önüne alınarak, sofistike ve literal durumlar gibi hem geleneksel dindarlığı hem de dine karşı olanları da kapsayan

biçimler, tek bir çatı altına toplanarak dört gruba ayrılmıştır. Bunlar; geleneksel dindarlık, sorgulayıcı dindarlık, sembolik dindarlık, sufi dindarlıktır (Ok, 2021a, s. 37). Daha sonra açıklanacak bu profillerden, bütünleştirici ve bireysel inanç aşamalarına denk gelen biçimler gelişmiş dindarlığı oluştururken; geleneksel ve literal/mitsel özellik gösterenler daha az gelişmiş biçimleri oluşturmaktadır. Bu dindarlık profilleri hakkında ulaşılan sonuçlar şekil 1.1'deki gibi şu şekilde görülmektedir (Ok, 2021a):



Şekil 2.1 Dindarlık Profilleri (Ok, 2021a)

Aşağıda yer alan Şekil 1.2'de ise, bahsi geçen profillerin inanç aşamaları ile ilgisi ve içerdiği durumlar görülmektedir. Bu iki şekil üzerinden mevcut araştırmada kullanılan dindarlık profillerinin daha iyi açıklanacağı düşünülmektedir.



Şekil 2.2 Müslüman Dindarlığı/Maneviyat/Dünya Görüşleri Biçimleri (Ok, 2021a)

Dindarlığın ve dindarlık karşıtlığının, aynı zamanda düşük ve yüksek bilişsel süreçlerin boylamsal durumunu gözler önüne seren Şekil 1.2'ye göre, öncelikle her biçim kendi içerisinde iki alt biçime sahiptir. Buna göre ilk olarak “yapay/geleneksel” seviyede yer alan iki zıt grup ve alt biçimlerini açıklamak gerekmektedir. Bu grupta, “muhalif” ve “muhafazakâr” olanlar şeklinde iki grup yer almaktadır. Geleneksel ve muhafazakâr dindarlık profilinde ise dini konularda tartışmaya girmeyen taklidi bir dindarlık ve dini bağlılıkları yüksek, orta düzeyde bir dindarlığa sahip olan şuurlu/bilinçli kimselerin yer aldığı iki alt biçim yer almaktadır. Bu ikinci gruptaki rasyonellik ve bilinç, ilk gruba nazaran daha fazladır. Ancak rasyonel süreçlerin aktif kullanılmamasından dolayı dindarlıkları sorgusuzdur ve böylelikle bozulmamış ve saf kalmıştır. Bu grubun karşısında ise herhangi bir dini bağlılıkları olmayan, seküler ve ateist gruplar yer almaktadır. Aynı zamanda bunlar da bilinçli ve taklidi süreçleri içeren alt gruplara ayrılabilir. Özellikle bu son grup, Fowler’ın inanç gelişim aşamalarında yer almayan, önemli bir noktayı tamamlamaktadır (Ok, 2021a, s. 34). Son olarak bu dindarlık profilinin mevcut araştırmada kullanılanlar arasında en az gelişmiş bir biçimi olduğuna dikkat çekilmesi gerekmektedir.

Mevcut çalışmada kullanılan ikinci dindarlık profili, geleneksel dindarlığa nazaran daha yüksek bilişsel farklılık gösteren ve böylece daha gelişmiş bir türü oluşturan sorgulayıcı dindarlık biçimidir. Bireysel/yansıtıcı dindarlık aşaması, Fowler’da

özellikle dindar olmayan bireyleri ve geçiş yaşamadan önceki evrelerini temsil etmektedir. Ancak Ok (2021a), Fowler'ı özellikle bu eksik noktada eleştirmektedir. Dindarlık profilleri geliştirilirken, öncelikle bu eksik noktaların giderilmesi ve bütüncül bir modelin oluşturulması amaçlanmıştır. Bahsi geçen bu noktanın anlaşılması için şekil 1.2'ye bakıldığında hem dindarları hem de dindarlığın karşısında yer alan kimseler görülmekte ve özellikle Fowler'da yer almayan "apologetik" kategori ve eleştirel düşünce, Ortodoks düşüncedeki bireyler gibi içerisinde barındırdığı alt gruplar dikkatleri çekmektedir. Bu kısımların Şekil 1.2.de yer almasına rağmen, bu çalışmada uygulanan ölçekte, bu durumları içeren sorular yer almamaktadır. Ok (2021a), dindarlık profilleri ölçeğinde, sorgulayıcı dindarlığı ölçen sorular daha çok diyalektik bölgesini ölçmeye yöneliktir.

Sorgulamak, hem bireysel/yansıtıcı aşamada hem de bütünleştirici aşamada yer almaktadır. Sorgulayıcı dindarlık profilinin daha iyi anlaşılması için bu ikisinin ayırımına değinilmesi gerekmektedir. Öncelikle bireysel/yansıtıcı aşamadaki dindarlığı düşük bireylerde yer alan sorgulayıcılık, dönüşüm geçirmemiş dindarlığı içermektedir. Kendine özel, kritik düşünceyi baz alan ve Ortodoks kabul edilen düşünceden uzak kimselerde yer almaktadır. Şekil 1.1'de bakıldığında ise sorgulayıcı dindarlık profilinin karşısında; sorgulama geçirmemiş, dini bağlılıkları bozulmamış, saf, mutlak, otantik bir dindarlığın olduğu görülmektedir. Mevcut araştırmada kullanılan sorgulayıcı dindarlık biçimi daha çok bu kimseleri kapsamaktadır.

Arayış dindarlığı ise Batson'dan esinlenerek, modele eklenmiştir. Batson, Allport'un yaptığı ikili dindarlık ayırımına üçüncüsünü ekleyerek, arayış ve sorgulama için ayrı bir alan açmıştır ve şüphe, esnekliği de dindarlığın bir parçası saymıştır (Batson vd., 1993; akt., Ok, 2007, s. 42). Bütüncül bir dindarlık şemasında yer alması gereken bu aşama, özellikle dini bağlılıkları düşük kimselerde yer alan bir durumdur. Köklü sorgulamalar ve bir arayış durumunu içermekle beraber aynı zamanda bu kimseler yaşamın karmaşık sorunları ile ilgilenmekte, şüphe ve öz eleştiriye açık olma yer almaktadır. Buna ek olarak bu süreçlere değer atfedildiği için belirsizlik, bu bireyleri rahatsız etmekten uzaktır. Sürekli bir arayış olduğu için ise yeni bakış açıları kazanma yönelimi yer almaktadır. Bu şekilde, söz konusu biçimde dini anlamda yaşanan süreç, bir arayış haline gelmektedir ve birleştirici aşamaya dahil olduğu için sembolik dindarlıkta yer almaktadır.

Buna göre birleştirici inanç aşamasında yer alan ve diğer dindarlık biçimlerine göre daha gelişmiş olan sembolik dindarlık profili ise mutlak bir düşünce ve doğrunun olmadığını savunan bireylerde bulunmaktadır. Birleştirici inanç aşamasına dair gerekli bilgiler daha önce yer verildiği için burada, içerdiği alt boyutlara değinilmesi gerekmektedir (Bkz. s.28-29). Dini bağlılıkları olan sembolik dindarlık Şekil 1.2’de “merhamet” kavramı ile ifade edilen bölüme karşılıklı gelmektedir. Burada; a) rasyonel düşünceyi kullanabilen aydınlar ve b) merhamet vurgusu ile bütünleştirici ve üst düzey bir dindarlık şeklinde ikili bir ayırım yapılmaktadır. Sonuncusu rasyonelliği üst düzeyde kullanmakla birlikte tevhit ilkesine ulaşabilen, Allah’la bütünleşik kimseleri kapsamaktadır (Ok, 2021a; Steketee vd., 1991). Dini bağlılıkları olmayan bölüme bakıldığında ise daha önce bahsedilen arayış dindarlığını ve açık görüşlülüğü içeren bir tutuma sahip kimseleri açıklayan bir alan olduğu görülmektedir. Şekil 1.1’e bakıldığında ise sembolik dindarlık profilinin karşısında; literal düşünen, literal anlama bağlı kalan, katı gruplar bulunmaktadır.

Son olarak mevcut araştırmada kullanılan ve bütünleştirici inanç aşamasına denk gelen sufi dindarlık biçimine dair birkaç hususa değinilmesi gerekmektedir. Diğer dindarlık profillerine göre oldukça gelişmiş olan bu ayırım, daha çok tasavvuf bünyesinde olan kişileri içermektedir. Bu biçimde özellikle, merhamet ve Tevhid ilkesi ile bütünleştirici özellik gösteren gruplar, Gazali, İbni Arabi, Rumi gibi tasavvuf ehlerinden kimseler yer almaktadır. Şekil 1.1’e bakıldığında, bu biçimin karşısında bireysel, rasyonel, eleştirel düşünen kimselerin yer aldığı görülmektedir. Ancak özellikle mitsel dindarlık içindeki bazı kimseler, sufi dindarlığa eğilim gösterdiği için sufi dindarlık profili bazı durumlarda karışabilmektedir. Halk sufizmine bakıldığında, literal düşüncenin yer aldığı dikkat çekmektedir (Ok, 2021a, s. 35). Sufi dindarlığı inceleyen çalışmalarda bu durum göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Ancak bu çalışmada sufi dindarlık profilinde, bilhassa “merhamet” ve bütünleştiricilik özelliği baz alınmıştır.

2.2. Kaygı Kökenli Bozukluklar ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk

Bu bölümde, öncelikle kaygı kökenli bozukluklara ve buna dahil olan obsesif-kompulsif bozukluğa dair bilgiler kısaca özetlenecektir. Daha sonra buna ek olarak, OKB ve kaygı ile ilgili rahatsızlıklar arasındaki ilişkiye de değinilecektir.

2.2.1. Kaygı ile İlgili Ruhsal Bozukluklar

Kaygı, bir uyarana karşılaşıldığı zaman bedensel, duyuşsal ve zihinsel değişimlerle meydana gelen bir uyarılmışlık hali olarak tanımlanmaktadır (Sapma, 2013, akt., Nergiz, 2020, s. 34). Ya da farklı bir deyişle, dış dünyadaki tehlikelere karşı önlem alınması için canlılarda oluşan bir durumdur (Beck, 2007, akt., Şahin, 2015, s. 11). Belirli bir seviyeye kadar canlılarda hayatı devam ettirebilmede veya amacına ulaştırabilmesinde yardımcı olan kaygı, belirli bir seviyeden sonra amaca ulaşmada bir engele dönüşmektedir (Canbaz, 2003; Abacı, 2007, akt., Şahin, 2015, s. 11). Yine başka bir açıdan insana yaşam enerjisi sağlayarak yaşama tutunmak ile varoluşunu kavrayıp kendisini bilmek yolunda olumlu ve yaratıcı bir güç olabilmektedir (Gençtan, 2000, akt., Göcen, 2011, s. 4). Bu yüzden insani bir durum olarak görülen kaygı, çok ileri bir seviyede olmadığı sürece öğrenmeyi olumlu etkileyen bir faktördür. Ancak aşırı düzeyde olduğunda, bireylerin okuduğunu anlayamaması gibi düşünebilme becerilerini kısıtlayıcı bir etkene dönüşebilmektedir (Yenihayat, 2007, akt., Nergiz, 2020, ss. 34–35). Aynı şekilde aşırı düzeyde hissedilen kaygı ve buna bağlı düşünceler veya bunların kontrol edilmesi konusunda aşırı çaba gösterilmesi sonucunda bireyler, yapması gereken işlere dikkatini verememekte, sosyal, mesleki ve diğer alanlarda klinik olarak önemli derecede sıkıntıya sahip olabilmektedir (DSM-V, 2013, s. 222).

2.2.1.1. Türleri

DSM-V’te kaygı, gelecekte herhangi bir tehdidin sezilmesi olarak yer almaktadır. Buna ek olarak, kaçınmacı davranışlar sergilerken, kas gerginliğiyle ve temkinli olmakla ilişkilendirilmektedir. Kaygı bozukluğu ise aşırı düzeyde kaygı ve korku özelliklerini ve buna bağlı davranış bozukluklarını içeren rahatsızlıklardır (DSM-V, 2013, s. 189). Kaygıyı daha iyi anlayabilmek için çeşitli kaygı türlerini tanımak gerekmektedir. DSM-V’de yer alan kaygı türlerine bakıldığında karşımıza şunlar çıkmaktadır: Spesifik fobiler, sosyal kaygı bozukluğu, panik bozukluk, agorofobi, genel kaygı bozukluğu (DSM-V, 2013, s. 242).

Bunun yanı sıra kaygının iki ana çeşidi saptanmıştır: (1) Durumluk kaygı, (2) sürekli kaygı. Durumluk kaygı; kısa ve geçicidir, belirli bir duruma özel olduğu için durumluk kaygı adını almıştır (Nergiz, 2020, s. 37). Otonom sinir sisteminin uyarılması ile

kızarma, titreme, terleme gibi belirtiler gözlenmektedir (Özgüven, 1994, atk., Dursun, 2019, s. 11). Sürekli kaygı ise zamanla azalmayan, sürekli şiddetli yaşanan kaygıdır (Öner, 1994, akt., Nergiz, 2020, s. 36). Dışarıdan gelen bir tehditle değil de içsel bir tetikleyici ile oluşan sürekli kaygı, kronik olarak da adlandırılabilir şekilde kazanılmış bir eğilim ya da mizacın bir parçası olarak görülmektedir (Nergiz, 2020, s. 36).

Son olarak, kaygı ile ilişkili nevrotik kişilik özelliğinden bahsedilmesi gerekmektedir. Dini takıntıların ve çeşitli dindarlık profilleri arasında kaygının rolünü incelerken, bu kişilik özelliğine de atıfta bulunulacaktır. Beş büyük kişilik kuramına ait olan nevrotiklik; kaygı, güvensizlik, karamsarlık, gerginlik, depresiflik, asabiyet, üzgün olma gibi duygusal süreçlerin eşlik ettiği bir kişilik boyutudur (Bayat, 2019, s. 1577; Çiçek & Aslan, 2020, s. 141). Bu tip kişilikte genellikle depresyon, anksiyete/kaygı bozukluğu, dürtüsellik, kırılganlık, alınganlık gibi rahatsızlıklar baş gösterdiği ve böyle kişilerin genelde duygusal anlamda denge oluşturmakta zorlandığı belirtilmektedir (McDonald, 1995, akt., Bayat, 2019, s. 1577). Duygusal denge oluşturamamanın arkasında, olumsuz duygular, gerçeği yansıtmayan düşünceler ve savunma mekanizmalarındaki yetersizlik bulunmaktadır ve alıngan oldukları için bazı olaylara aşırı tepki gösterebilmektedir (Bayat, 2019, s. 1577).

Nevrotik düzeyleri düşük olan kimselerde şu özellikler belirgindir: Rahatlık, sakinlik, kaygı ile baş edebilirlik, istikrarlılık ve güvenilirliktir. Aynı zamanda bu kimselerin özgüven seviyeleri çoğunlukla yüksektir. Bunun aksine nevrotik düzeyi yüksek olan kimselerde ise sinirlilik, asabiyet, kaygılı olma, içine kapanıklık, özgüven düşüklüğü, depresiflik, karamsarlık ve olumsuz diğer duygularla yüklü olma özellikleri ön plana çıkmaktadır (Toy, 2007; Mete, 2006; Çınar, 2011, akt., Bayat, 2019, s. 1577). Buna ek olarak bu kimselerin genellikle aşağılık duygusu yaşayan (Adler, 1983, akt., Tatlıhoğlu, 2014, s. 946), yaşam memnuniyeti düşük, içsel problemleri çoğunlukta olan ve anne-baba problemlerinde yoğunluk olan kimseler oldukları belirtilmektedir (McKnight, Hubner ve Soldo, 2002, akt., Çiçek & Aslan, 2020, s. 141).

2.2.1.2. Özellikleri

Daha önce belirtildiği gibi kaygı, günlük hayatın ayrılmaz bir parçasıdır. Ancak patolojik bir rahatsızlık oluşturmayan kaygıyı, kaygı bozukluklarından ayıran bazı özellikler yer almaktadır. Bunlar: (1) Hissedilen endişe aşırı düzeydedir ve psikososyal işlevselliğe büyük ölçüde müdahale etmektedir. Günlük kaygı ise aşırı değildir, yönetilebilmekte veya daha önemli bir sorun ile karşılaşıldığında ertelenebilmektedir. (2) Kaygı bozukluğu ile ilgili kaygılar daha yaygın, belirgin, üzücü ve uzun sürelidir (DSM-V, 2013, ss. 222–223), ancak günlük kaygılarda, belirli fiziksel semptomların eşlik etmesi oldukça az rastlanan bir durumdur (DSM-V, 2013, s. 223).

Toplumda %0,4-3,6 arasında yaygınlık gösteren kaygı bozukluklarının çoğu, çocukluk döneminde gelişmekte, tedavi edilmez ise yaşam boyu devam etme eğilimi göstermektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda ise kadınlarda erkeklere nazaran daha sık görüldüğü gözlenmektedir. Buna ek olarak kronik bir rahatsızlık olma eğilimi taşımaktadır (DSM-V, 2013, s. 223).

2.2.2. Obsesif-Kompulsif Bozukluk

2.2.2.1. Tanımı ve Tanı Kriterleri

Obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), korkulan sonuçları engellemek amacıyla ritüelleri, düşünceleri veya eylemleri kontrol altına almak için kişide meydana gelen bir rahatsızlık olarak tanımlanmaktadır (Meyer vd., 2010, s. 319). Kelime anlamı ile obsesyon yani takıntı, istenmeden akla gelen ve bireyin kendi iradesiyle uzaklaştıramadığı, rahatsız edici ve inatçı bir şekilde tekrarlayan, öz-benliğe yabancı olan düşünce, dürtü ve hayaldir (Steketee, 1993, akt., Zayman, 2016, s. 360). Bu rahatsızlığa sahip kişiler, bunlara aldırılmamaya veya bunları baskılamaya çalışmakta ya da başka bir düşünce veya eylemle nötrleştirmeye çalışmaktadır (DSM-V, 2013, s. 237).

Kompulsiyon yani zorlanım ise çoğu zaman obsesyonların yarattığı kaygıyı azalmak veya korkulan sonuçları engellemek için sergilenen, haz amacı güdülmeyen bir davranış ya da zihinsel bir eyleme karşılık gelmektedir (Steketee, 1993, akt., Zayman,

2016, s. 360). Katı bir şekilde kurallara uymak zorunda kaldığını hissedenden kişi (DSM-V, 2013, s. 237), bu eylemleri gerçekleştirmek için öznel bir direnç gösterse de oluşan dürtü çok güçlü olduğu için genellikle bu dürtüye teslim olmaktadır (Rachman & Hodgson, 1980, akt., Clark, 2004, s. 5).

Sosyal ve iş hayatını veya işlevsellik içeren alanlarda, klinik olarak önemli bir sıkıntıya neden olan ve kişinin zamanını tüketen OKB'nin (American Psychological Association (APA), 2013, akt., Besharat & Kamali, 2016, s. 73) DSM-V'e göre, tanı konulabilmesi için şu özellikleri taşıması gerekmektedir:

- 1) Belirtiler, bir madde veya başka bir rahatsızlığın fizyolojisi ile ilgili etkilerine bağlı olmamalıdır.
- 2) Kişinin sahip olduğu rahatsızlığa OKB tanısı koyulabilmesi için başka bir ruhsal bozukluğun belirtileri ile daha iyi açıklanamaması gerekmektedir (DSM-V, 2013, s. 237).

Son olarak yaşam boyu artıp azalabilen ve kronik bir rahatsızlık olan OKB (Skoog & Skoog, 1999; Angst vd., 2004; Clark, 2004, akt., Akbaş, 2020, s. 1), toplumun %2-3'ünü etkileyen mental bir rahatsızlıktır (Abramowitz, 2006; Ruscio, 2010, akt., Thiel vd., 2016, s. 59). Kadın ve erkeklerde aynı oranda görülmesine rağmen, kadınlarda daha çok temizlik, erkeklerde ise kontrol alt tipi daha yaygındır (Rasmussen & Eisen, 1991; Weissmann vd., 1994, akt., Altın, 2009, s. 344). Rahatsızlığın, geç ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde başladığı bildirilse de çocukluk döneminde de OKB rahatsızlığına rastlandığı belirtilmektedir (Rasmussen & Tsuang, 1986, akt., Altın, 2009, s. 344).

2.2.2.2. Türleri

DSM-V'te yer alan yaygın obsesyon ve kompulsiyon türleri şunlardır: Temizlik ile ilgili takıntı ve ilgili kompulsiyonlar; simetri ile ilgili takıntılar ile tekrarlama, sıralama ve sayma kompulsiyonları; cinsellik ve saldırganlık içeren yasaklı düşünceler ile ilgili takıntılar ve kompulsiyonlar; kendine veya başkasına zarar verme ile ilgili takıntı ve kompulsiyonlar (DSM-V, 2013, s. 235).

Genel olarak obsesyonların görüldüğü temalar şöyle gruplandırılabilir: (a) Kirlilik, (b) saldırganlık, (c) şüphe, (d) kabul edilemeyen cinsel davranışlar, (e) din, (f)

düzen, (g) simetri, (h) dakiklik (Clark, 2004, s. 5). Kompulsiyonların görüldüğü yaygın temalar ise şunlardan oluşmaktadır: Yıkama, kontrol etme, belirli davranışları veya cümleleri tekrarlama, düzenleme, istifleme ve zihinsel ritüeller (Clark, 2004, s. 5).

2.2.2.3. Açıklayıcı Faktörleri

Toplum arasında en yaygın 4. rahatsızlık olan OKB (Gross vd., 2012, s. 173) tek tip homojen bir rahatsızlık değil, aksine heterojen bir rahatsızlığı oluşturmaktadır (Karamustafalıoğlu, 2010, s. 3). Bilişsel, davranışçı ve bilişsel-davranışçı ekoller, mükemmel bir açıklayıcı güce sahip olmalarına ve oldukça etkili tedaviler geliştirmelerine rağmen OKB'nin neden oluştuğu hakkında tam olarak bir açıklama yapamamaktadırlar (Lack vd., 2015, s. 29). Teorilerin çoğu, sadece OKB rahatsızlığının mekanizmasını ortaya sermekte, patolojik sürecin tam resmini açıklamakta yetersiz kalmaktadır (Altın, 2009, s. 11). Bugün bile genetik, nörobiyolojik ve çevresel etkilerin OKB'nin gelişimine nasıl katkı sağladığına dair tek bir görüş sunulamamakta, bütün bu etkilerin bir arada OKB'yi geliştirdiği düşünülmektedir (Türkçapar, 2012, akt., Amil, 2013, s. 16). Bu başlıkta ise kısaca genetik, sosyal ve bilişsel açıdan OKB'nin neden oluştuğu hakkında yapılan açıklamalara yer verilecektir. Bunun ardından, OKB'nin kökeninde yatan ve bu rahatsızlığa sebebiyet veren bazı açıklayıcı faktörlere değinilecektir.

Genetik, OKB'ye neden olan önemli etmenler arasında yer almaktadır (Maj vd., 2002, s. 21). Bu genetik faktörleri, çevresel faktörlerle ayırt etme konusunda bir takım güçlükler yaşansa da (Karamustafalıoğlu, 2010, s. 3) bu alanın incelendiği çalışmalarda, OKB'ye sahip bireyin bulunduğu bir ailede, diğer fertlerinin büyük bir risk taşıdığı belirtilmiştir (Pauls vd., 1995, akt., Pollock & Carter, 1999, s. 469). OKB'li bireylerin birinci dereceden akrabalarında %20-30 oranında aynı bozukluk görülürken (Yağcı, 2006, s. 19), yakın akrabalarında görülme oranı %18.2 olarak verilmiştir (Pauls vd., 1995, akt., Karahan, 2006, s. 12).

Aynı zamanda Pollock ve Carter'ın (1999, s. 470) OKB'nin genetik ve gelişimsel içeriğine dair yaptıkları araştırmada, mizaç ve biyolojik yaklaşıma dair şu bilgiler verilmektedir. Davranışı engellenen çocuklar üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarda, korku ve bilgi-işlem ile ilgili amigdala ve hipotalamik merkezlerinin, uyarılmaya karşı

daha düşük eşikte olduğu görülmüştür (Kagan, 1994; Kagan vd., 1987; Gray, 1988, akt., Pollock & Carter, 1999, s. 470) Normal zamanda stabil olan bu uyarıcılar, engellemeyle karşılaştığı vakit, kalp hızlanması gibi etkilere alışkanlık geliştirmeye başladığı ve meydana gelen bu duruma karşı duruşunun değiştiği izlenmiştir (Kagan vd., 1989, akt., Pollock & Carter, 1999, s. 470). Genetiğin ve gelişimsel olarak sosyal çevrenin önemine vurgu yapılan bu çalışmada, doğuştan gelen yatkınlıklar ve aile etmeniyle, istenmeyen düşünce ve engellenen davranışlar sergilenecek psikolojik takıntıların ve OKB'nin meydana gelmiş olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Pollock & Carter, 1999, s. 470).

Bunun yanında yine Pollock ve Carter'ın (1999, ss. 471–473) çalışmasında aile ve çevre faktörü hakkında şunlar aktarılmaktadır. Aile faktörü sadece genetik olarak yatkınlık taşımak konusunda değil, aynı zamanda kişinin ailede yaşadıkları olaylar hakkında, OKB'nin gelişmesi ve hazırlayıcısı olarak bir risk taşımaktadır. Çocukta oluşabilecek takıntılar ve buna bağlı ritüellere, ailedeki diğer bireyler isteyerek ya da istemeyerek dahil olabilmektedir. Hem çevre hem de aile, maruz kaldığında ortaya çıkacak olan korkunun boşuna olduğunu anlamasını olanak sağlayabilecek ve bu korkuyu yaygınlaştırmasını engelleyecek bir etkiye sahiptir. Bunun zıddı olarak, kaygılı ailede yetişen bireylerde, kaygılı başa çıkma tarzları kadar, korkulan uyarıcılardan kaçınma ve içinde kaygı barındırdığını düşündüğü durumlar konusunda aileden etkilenebilmektedir. Ailesinden “tehlikeli” bir dünya görüşünü miras alan kişide, olayları bu çerçeveden yorumlaması ve sürekli o duyguyla etkileşim içinde olmaya meyilli olması muhtemeldir.

OKB'ye neden olan bilişsel etmenler konusunda karşımıza bilişin kaygıyı nasıl algıladığı konusu çıkmaktadır. Kaygı bozukluğunda ve dikkatteki yanlılık OKB'de de görülebilmekte ve kişiler kaygılı oldukları durumlarda tüm dikkatlerini kaygı oluşturan etmene yöneltmekte, dolaylı olarak yaptığı işe odaklanamadığı için, yapıp yapmadığından emin olamamaktadır (Işıklı, 2000, akt., Yağcı, 2006, s. 21). Korkulan bilişlerin ve kaçınma davranış stratejilerinin gelişmesinde ailenin muhtemel etkisine temel bir destek sağlayan başka bir çalışmada, kaygılı çocukların kontrol grubuna göre kaçınmayı seçmelerinin ve belirsiz uyarıcıları korkutucu olarak yorumlamasının daha muhtemel olduğu görülmüştür (Barrett vd., 1996, akt., Pollock & Carter, 1999, s. 472). Özetle bu durumlar bilişsel etmenlerin OKB üzerindeki etkisini açıklamaktadır.

Buraya kadar genetik, nörolojik, bilişsel ve çevre faktörleri OKB'nin neden ortaya çıktığı konusunda yapılan bazı açıklamalar kısaca yer verilmiştir. Şimdi özellikle bilişsel etmenlerle yakından ilişkili olan ve OKB'nin açıklanmasında yüksek oranda etkili olan Düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk duygusuna dair önemli bilgilere yer verilecektir.

2.2.2.3.1. Düşünce-Eylem Kaynaşması

Obsesyonel problemlerin gelişmesinde rol oynayan Düşünce-Eylem Kaynaşması (DEK) (Piri & Kabakçı, 2007, s. 197), OKB'li bireylerde abartılmış bir sorumluluk duygusuna neden olmaktadır (Salkovskis, 1985, akt., Shafran vd., 1996, s. 380). Bilişsel süreçlerle oldukça ilişkili olan DEK, düşüncelerin önemine ve sonuçlarına dair aşırı bir değerlendirmede buluma eğilimi ile açıklanmaktadır (Yorulmaz vd., 2004, s. 1203). Buna göre zihne izinsiz müdahalede bulunan bir düşünce ile eyleme geçme ihtiyacı arasında, meydana gelen düşünceden kaynaklanan problem için harekete geçmediği sürece sorumlu olduğu yönünde bilişin yanlış bir yorumlaması yatmaktadır (Salkovskis, 1985, akt., Shafran vd., 1996, s. 380).

En kısa ifadesi ile düşüncelerin eylemlerle eş değer sayılması olarak tanımlanan DEK (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283), Shafran ve arkadaşları (1996) tarafından geliştirilmiştir. Bu araştırmacılara göre DEK'in iki temel bileşeni vardır ve her ikisi de düşüncelerin yanlış yorumlanmasından kaynaklanmaktadır. İlki DEK-olasılıktır ve kabul edilemez veya rahatsız edici bir olay hakkında düşünmenin, o olayın gerçekte olma olasılığını arttıracığına dair bir inanca karşılık gelmektedir. Kendini gerçekleştiren kehanet ile daha iyi açıklanan DEK-olasılık, korkulan olayın oluşmasını önlemek için kontrol davranışların artmasına veya gerçekleşmeyeceğine dair güvence arama çabalarının fazlalık göstermesine de neden olmaktadır (Shafran vd., 1996, ss. 387–388). Bu kişiler, narsist bir inanç ile olağanüstü bir güce sahip olduklarına inanmaktadırlar ve bu güç sadece olumsuz olaylarda çalışmaktadır (Shafran vd., 1996, s. 388). DEK-olasılığa meyilli kişilerde, düşük benlik saygısı, depresyon, kaygı ve abartılı sorumluluk duyguları daha fazla yer almaktadır ve bunlar birbirini şiddetlendirici etkiye sahiptirler (Shafran vd., 1996, s. 388).

İkincisi ise DEK-ahlaklılıktır. Bu ise takıntılı düşüncelerin, yasak olan eylemlerle ahlaki açıdan eş-değer olarak görülmesidir (Shafran vd., 1996, ss. 379–380). Bu iki bileşen birbiriyle ilişkili olabilmektedir çünkü bir kişi düşüncelerin tehlikeli olduğuna inanılıyorsa, sahip olduğu bu düşüncelerin insanı ahlaksız yaptığına ve böylelikle kötü biri olduğunu düşünmesi muhtemeldir (Shafran vd., 1996, s. 381). Böyle kişiler, bu düşüncelere ve olası etkilerine karşı kendilerini sorumlu ve suçlu hissetmektedirler (Shafran vd., 1996, s. 388).

DEK'in içerisinde yer alan ve daha önce ifade edildiği gibi sorumluluk duygusundan kaynaklanan bu durum, suçluluk hissi ile OKB'nin gelişmesinde ve sürdürülmesinde önemli bir etken olduğu belirtilmiştir (Piri & Kabakçı, 2007, s. 198). Özellikle dini takıntılar ve OKB semptomları arasındaki ilişki, DEK sayesinde iyi açıklanabildiği iddia edilmektedir (Nelson vd., 2006; Rassin & Koster, 2003; Shafran vd., 1996; akt., Olatunji vd., 2007, s. 773). Tüm değer yüklü düşünceler önemli görüldüğü için DEK'e eğilimli kişiler, OKB ve dini takıntılar dahil tüm alt tiplerinde, depresyon, yaygın kaygı bozukluk vb. birçok rahatsızlık içinde bir zafiyet faktörü taşımaktadırlar (Shafran, 1996; Rachman, 1997, 1998, akt., Buchholz vd., 2019, s. 3; Shafran & Rachman, 2004; Miller & Hesdges, 2008 akt., Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Aynı zamanda DEK üzerinde çalışmak, dini takıntıyı tedavi etmenin önündeki bilişsel bozulmaları ortadan kaldırmak konusunda yardımcı olacağına altı çizilmektedir (Shapiro & Stewart, 2011, s. 7). Bu konu hakkında yapılan pek çok araştırmada da DEK ile OKB arasında güçlü bir ilişki tespit edilmiştir (Coles vd., 2001; Rachman vd., 1995; Rassin, vd., 2001, Amir vd., 2001, akt., Bilekli, 2009, s. 10; Shafran vd., 1996). Son olarak ifade edilmesi gerekmektedir ki DEK, sorumluluk ve suçluluk duygusunu arttıran önemli bir etmen olduğu için özellikle OKB'de çalışılması gereken bir alandır (Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 960). Suçluluk duygusu DEK ve OKB ile oldukça güçlü bir ilişkiye sahip olduğu için sıradaki başlıkta utanma duygusu ile birlikte incelenecektir.

2.2.2.3.2. Suçluluk ve Utanma Duygusu

Suçluluk ve utanma duygusu, bireylerin kendilerine veya kişiler arası ilişkilerindeki davranışlarına yön veren ve iç dünyalarındaki çatışmalarında önemli rol oynayan duygulardandır (Tangney & Dearing, 2004, akt., Yaşa, 2012, s. 32). Psikodinamik

teoriye göre suçluluk duygusu, süperegö tarafından çizilen sınırlar geçildiğinde, utanma duygusu ise benlik ideali tarafından konulan bir amaca erişilmediğinde meydana çıkmaktadır ve başarısızlıkla beraber meydana gelmektedir (Piers & Singer, 1953; Chasseguet-Smirgel, 2005, akt., Dağkurs, 2015, s. 6). Süperegö tarafından yargılanmanın gerilimi olarak kavramsallaştırılan suçluluk duygusu (Freud, 1923, akt., Dağkurs, 2015, s. 8), yapılması kanunen veya dinen yasak olan konularda, toplumun ahlaki normlarının çiğnendiği düşüncesi oluştuğunda ortaya çıkmaktadır (Budak, 2003, akt., Dağkurs, 2015, s. 8). Aynı şekilde Ericson da utanma duygusunu, tuvalet eğitimi ve vücut temizliği sırasında, ego tarafından ortaya çıkan bir tepki olarak görmekte ve suçluluk duygusunun ise genellikle utancı dizginlemekle görevli olduğunu belirtmektedir (Cirhinlioğlu & Güvenç, 2011, s. 251).

Bilişsel teoriye göre sosyal çevrenin bilişle olan etkileşiminin sonucunda oluşan bu duygular (Söylemez vd., 2018, s. 262), olumsuz bir durum oluştuğunda, benlik anlayışı ile bağdaşmadığının farkına varılması ile meydana çıkmaktadır (Tangney & Dearing, 2003, akt., Söylemez vd., 2018, s. 263). Suçluluk duygusu, toplum kurallarının içselleştirildiği şemalardan kaynaklı ihlallerden, utanma duygusu ise bu ihaller gerçekleştiğinde benliğine dair kabul edilemez olarak algılanıp, kötü hissedilmesinden kaynaklanmaktadır (Budak, 2005, akt., Dağkurs, 2015, s. 14).

Utanma duygusu meydana geldiğinde kişide olumsuz durumu telafi etmek adına isteksizlik oluşturmasına karşın suçluluk duygusunda, işlenen kusuru telafi etmek ya da önlemeye yönelik isteklilik oluşturmaktadır (Barett, 1995, akt., Dağkurs, 2015, s. 7) ve oluşan kusurları onarma ümidini de içinde barındırmaktadır (Jacoby, 1994, akt., Dağkurs, 2015, s. 7). Bu yüzden utanma duygusunda değerlendirmenin odağında benlik bulunurken, suçlulukta davranışa odaklanılmaktadır (Cirhinlioğlu & Güvenç, 2011, s. 248). Bundan dolayı utanmaya, benlik saygısını düşürücü bir etkene sahip olan başarısızlık, değersizlik, güçsüzlük, kusurluluk gibi duygular eşlik etmektedir (Dağkurs, 2015, s. 7; Kılınçer, 2019, s. 18). Suçluluk duygusunda ise, benlikten ziyade hatalı davranış değerlendirmeye tabi tutulmaktadır (Jacoby, 1994, akt., Dağkurs, 2015, s. 7). Utanma duygusu kadar acı verici olmayan suçluluk duygusuna eğilimi olan bireyler (Kılınçer, 2019, s. 18), genellikle empatisi yüksek (Leith ve Baumesiter 1998, akt., Dağkurs, 2015, s. 9), özgecilik, bakım verme gibi onarıcı ve pozitif sosyal davranışları sergilemeye daha yatkındır (Cirhinlioğlu & Güvenç, 2011, s. 250).

Yapılan pek çok çalışmanın incelendiği bir çalışmada, cinsiyet açısından genellikle kadınlarda erkeklerden daha çok suçluluk ve utanma duygusunun olduğu görülmüştür (Cirhinlioğlu & Güvenç, 2011, s. 262). Kaygı konusunda ise utanma duygusu ile olumlu yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Dağkurs, 2015, s. 87). Aynı şekilde, utanma duygusuyla depresyon gibi duygusal bozukluklara bir meyil tespit edilirken, suçlulukta paranoya, OKB gibi düşünceyle ilgili bozukluklara eğilim olduğu gözlenmiştir (Lewis, 1971, akt., Cirhinlioğlu & Güvenç, 2011, s. 257).

%90 oranında her insanın deneyimlediği rahatsız edici tecrübelerle karşı OKB'ye sahip bir birey, çarpık ve abartılmış bir algılayış, biliş sergilemektedir (Karahana, 2006, s. 19). Bu algıdan kaynaklanan aşırı kaygı ve sorumluluk duygusuyla bireyler, benliğini suçlayıcı bir şekilde davranmaktadır (Lack vd., 2015, s. 27). OKB'ye sahip bir birey, zihninde oluşan rahatsız edici düşünceleri, kendisine ve çevresine zarar vermemek için bunları önemli ve tehdit edici olarak değerlendirebilmektedir (Clark & Rhyno, 2005, akt., Besiroglu vd., 2014, s. 3). DEK ve suçluluk duygusu ile birlikte OKB'nin oluşması ve sürdürülmesinde kritik öneme sahip olan bu hatalı değerlendirmeler, abartılmış sorumluluk, düşünce kontrolü, belirsizliğe ve sıkıntıya/kaygıya tahammül edememe ve mükemmeliyetçilik gibi bilişsel yapılar içerisinde yer aldığı belirtilmektedir (Obsessive Compulsive Cognitions Working Group, 1997, akt., Besiroglu vd., 2014, s. 11).

Son olarak yapılan bazı araştırmalarda OKB'ye sahip kimselerde, normal kişilere nazaran suçluluk duygusu tetiklendiğinde takıntılı davranışların arttığı gözlenmiştir (Mancini & Gangemi, 2004, s. 115). Kompulsif davranışların da oluşan bu suçluluk duygusunu hafifletmek için sergilendiği iddia edilmektedir (Altın, 2009, s. 253). Hatta bu duygunun kompulsif tepkileri, korku ve kaygı kadar motive ettiği öne sürülmektedir (Rosen, 1975, akt., Steketee vd., 1991, s. 360). Benzer şekilde cinsellik ve saldırganlık düşüncelerle OKB belirtilerinin ortaya çıktığını iddia eden psikodinamik teoride, utanma duygusunun suçluluk duygusunu oluşturarak obsesif-kompulsif davranışlarda bir artışa neden olduğu belirtilmektedir (Yağcı, 2006). Böylelikle suçluluk ve utanma duygularının OKB ve özellikle dini takıntıların oluşmasına yönelik açıklayıcı durumlarına yer verildi. Şimdi bu durumun kaygı ile ilişkisi ortaya konacaktır.

2.2.3. Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı Bozuklukları

DMS-IV’de yedi temel kaygı bozukluğundan biri olan OKB (Bozkurt, 2019, s. 10), DSM-V’te ayrı bir bozukluk olarak yer almaktadır. Aynı zamanda OKB tanımında, kaygının sıklıkla yer aldığını görmekteyiz. İstenmeyen düşünceler bireyin zihninde meydana geldiğinde, kaygı da bu düşüncelerle birlikte meydana gelmektedir. Bununla birlikte düşüncelere önem atfedilerek takıntılar oluşmaktadır. Kompulsiyonlar ise bu kaygının azaltılması için tekrarlanarak yapılan eylemler olarak kendisini göstermektedir. OKB’si olan bireyler yaşam boyu kaygı hissedebilmektedir ve kaygı bozukluğu eş tanısı da koyulabilmektedir. Buna rağmen bu iki rahatsızlık birbirinden farklıdır. Ayırıcı tanı koyulabilmesi için sergilenen kompulsiyondaki hissedilen kaygının, gerçek yaşamla ilgili olup olmadığı değerlendirilmektedir. OKB’deki kaygı, mantıksız ve tuhaf durumları içermektedir ve kompulsiyonların sergilenmesi durumu ile bu iki bozukluk birbirlerinden ayrılmaktadır. Spesifik fobide ise korkulan nesne sınırlı iken, OKB’de sınırsızdır ve fobilerde ritüellere rastlanmamaktadır. Aynı şekilde sosyal anksiyete bozukluğunda korkulan durumlar, sosyal etkileşimlerle sınırlıdır ve kaçınma vb. davranışlar bu korkunun azaltılmasına odaklanmaktadır (DSM-V, 2013, s. 241). Bunlar OKB ile diğer kaygı bozuklukları ile aralarındaki temel farklardır ve tanı koyarken bunlara dikkat edilmesi gerekmektedir.

Öğrenme ilkelerine dayanan davranışçı teori, OKB’nin oluşma nedenini iki aşamalı bir süreç ile açıklamaktadır (Karahan, 2006, s. 17). Buna göre ilk aşamada, aslında nötr olan bir uyarana karşı, klasik koşullanma ile kaygı ve korku tepkileri geliştirilmektedir. İkinci aşamada ise koşullu uyarana karşı kaçınma tepkileri geliştirilmekte ve bunlar devamlı hale gelirse, edimsel koşullanma ile öğrenme pekiştirilmiş olmaktadır (Karahan, 2006, ss. 17–18; Mowrer, 1960, akt., Lack vd., 2015, s. 26). Bazı davranışların, kaygı oluşturan düşünceleri azaltabildiğini öğrenen bir kişi, bu hareketleri tekrarlamakta ve kademeli olarak koşullandırılmış davranış kalıpları geliştirmektedir (Kaplan, Sadock, 1998; Öztürk,1983; Doğan, 1993, akt., Yağcı, 2006, s. 18). Bilişsel-davranışçı teoride ise zihin, kaygıya ve onu oluşturan duruma odaklanırken (Yağcı, 2006, s. 21), davranışsal olarak başta nötr bir uyarana karşı kaygılı tepkiler geliştirilebilmektedir (Lack vd., 2015, s. 26). Bu açıklama ise kaygının OKB’nin oluşmasındaki yerini ve önemini gözler önüne sermektedir.

Görüldüğü üzere kaygı ile güçlü bir ilişkiye sahip olan OKB, %76 oranında kaygı bozuklukları ile eş tanıya sahiptir (DSM-V, 2013, s. 242). Özellikle bedensel dismorfik düşünceler, yüksek düzeyde kaygı ve sosyal kaygı ile ilişkili bulunurken (DSM-V, 2013, s. 244), biriktirme bozukluğunda, sosyal kaygı ve genel kaygı bozukluğu sıklıkla eş tanı alan rahatsızlıklar arasında olduğu görülmektedir (DSM-V, 2013, s. 251).

2.3. Dini Takıntı

Bu başlık altında öncelikli olarak dini takıntı tanımlanacak, sonrasında dini takıntının yaygınlık gösterdiği alanlara değinilecek, Müslümanlar arasında görülen yaygın dini takıntı ve kompulsiyonlara yer verilecek, vesvese ile ilişkisi incelenecek, ardından dini takıntın tanı kriteri ve tanı koyarken dikkat edilmesi gereken hususlara değinilecektir. Daha sonrasında dini takıntının tedavisinde izlenen yollar ve bunların etkisi incelenecektir. Son olarak ise dini takıntının açıklanmasında önemli olan OKB, DEK, suçluluk ve utanma duygusu, kaygı hissi gibi durumlara değinilerek, farklı psikolojik akımların bu rahatsızlığın oluşumundaki açıklamaları ve diğer faktörlerin etkisinden bahsedilecektir.

2.3.1. Dini Takıntının Tanımı ve Özellikleri

İngilizcedeki karşılığı “Scruple” olan dini takıntı, Latince “Scruplus” kelimesinden türetilmiştir ve üzerine basıldığında rahatsızlığa neden olan kaba, sert bir çakıl taşı anlamına gelmektedir (Greenberg vd., 1987, s. 29). Dini terminolojide ise, dini bir duruma engel teşkil eden aşırı derecedeki bir titizliğin, sağlıklı olmayan bir türü olarak yer almaktadır (Weisner & Riffel, 1960, akt., Greenberg vd., 1987, s. 29).

Dini takıntı hakkında yapılan bazı tanımlamalar şu şekildedir: Abromowitz ve Clinic’e göre (2001, s. 79), eyleme geçirilmese bile ahlaki ve dini günahlar hakkındaki takıntılı şüphelerdir. Aynı zamanda yapılan başka bir tanımda, günah, ilahi ceza gibi dini ve ahlaki korkuları içeren takıntıları ve bunlardan dolayı kötü bir insan olacağı endişesini taşıyan OKB’nin bir alt türü olarak yer almaktadır (Ciarrocchi, 1995; Purdon & Clark, 2005, akt., Huppert vd., 2007, s. 921). Benzer şekilde Tanrı, günah ve birisinin davranışı veya dindarlığı hakkında ısrarcı şüphelere eğilimler olarak da tanımlanabilmektedir (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 190).

En yaygın dini tezahürler ise Buchholz ve arkadaşlarının (2019, s. 2) belirttiğine göre şunlardan oluşmaktadır; (a) zihne izinsiz müdahalede bulunan ve günah olarak addedilen düşünceler, (b) dini ibadetleri düzgün yapmadığına veya günah işlediğine dair korkular ve (c) bundan dolayı yüce bir güç tarafından cezalandırılma korkusu. McIngvale ve arkadaşlarının çalışmasında ise dini takıntılara sebebiyet veren korkular olarak şunlar yer almaktadır; (a) yanlışlıkla günah işleme korkusu, (b) ahlak kurallarını çiğneme konusunda sürekli bir endişe hali, (c) ahlaki kurallara yeterince inanmadığı veya bağlı olmadığı hissi (Abromowitz & Jacoby, 2014, akt., McIngvale vd., 2017, s. 2).

Günah ve suçluluk içeren konularında meydana gelen bu dini takıntılarla birlikte ortaya çıkan şüphe ve belirsizlik ile baş edebilmek için kişiler, aşırı dini davranışlara yönelerek kompulsiyon/zorlanım sergilemektedir (Abramowitz vd., 2002, akt., McIngvale vd., 2017, s. 2). Bu zorlanımlar genellikle suçluluk duygusunu hafifletmek (Altın, 2009, s. 253), şüphe ve korkulardan kaçınmak için veya kendini güvene almak için sergilenen davranışlardan oluşmaktadır (Buchholz vd., 2019, s. 2). Bu davranışlar ise şunlardan oluşmaktadır:

- a) Aşırı ve tekrarlayıcı bir biçimde dini ibadet etmek (Buchholz vd., 2019, s. 2),
- b) Kendi eylemlerini zihninde sürekli olarak gözden geçirmek (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79),
- c) Eylemlerini garanti altına alabilmek için sürekli olarak dini liderleri ziyaret etmek (Buchholz vd., 2019, s. 2),
- d) Dini konularda cezalandırmaktan korunmak için aşırı kontrolcülük veya aşırı yıkanmak (Siev vd. 2006, akt., McIngvale vd., 2017, s. 2).

Dini takıntılara katkı sağlayan faktörler, asıl belirtileri ve yaygın sonuçları arasında şu kavramlar ön plana çıkmaktadır: (a) Abartılmış suçluluk duygusu, (b) şüphe ve karmaşa (confusion), (c) aşırı sorumluluk hissetme, (d) düşünce-eylem kaynaşması, (e) ahlaki ruminasyon, (f) katastrofik yorumlama, (g) takıntıya aşırı dikkat etme, (h) zayıf iç görü, (ı) düşük farkındalık (Miller & Hedges, 2008, s. 1048), (i) düşüncelere aşırı önem atfetme (j) aşırı kontrol etme, (k) mükemmeliyetçilik (Sica vd., 2002; Tek & Uluğ, 2001; akt., Altın, 2009, s. 44), (l) algısal çarpıtma, (m) düşüncelerin büyüsel güce sahip olduğuna inanma (Tolin vd., 2001, akt., Altın, 2009, s. 44). Bu çalışmada

bunların arasından suçluluk duygusu, düşünce-eylem kaynaşması ile dindarlık arasında sahip olduğu ilişkiye bakılacaktır.

Dini takıntı ve zorlanımlar; genel bir günahkarlık hissi, affa layık olunmadığı düşüncesi, Tanrı'nın sert ve katı bir hakim olarak algılanması, dini görevler yerine getirilirken en ufak bir hataya bile tahammül gösterilememesi, dini yasaklardan aşırı düzeyde kaçınma, din açısından günah olmayan şeylerde bile günah bulma gibi yaygın zihinsel süreçleri barındırmaktadır (Yağcı, 2006, s. 81). Aynı zamanda Abramowitz ve Clinic'in (2001, s. 79) araştırmasına göre dini takıntıya sahip kişiler, dini ve ahlaki kuralları ihlal ettiklerini düşünmekte ve bu konular hakkında yanlış inanışlara tutunmaktadırlar. Dini takıntılara sahip bu kişiler, dini otoritelere danışarak, takıntı içeren her davranışı, şüpheyi ve oluşan sıkıntıyı giderme konusunda güçlü bir garanti arayışı dürtüsü hissetmektedirler. Kişilerin sandığının aksine bu davranışlar, dini otoriteler tarafından oldukça masum görülen davranışlardan oluşmaktadır (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79) ve bunlar şeytan tarafından inananların imanını test etmesi için onun tarafından verilen vesveseler olarak görülmektedir (Al-Issa & Qudji, 1998, akt., Yorulmaz vd., 2009, s. 404).

Aslında dindar kimse için günah işlediğini düşündüğü durumlarda suçluluk hissetmesi, onun manevi dünyasını geliştiren, dini yaşantısını daha iyi yapmak için çabalamaya iten bir durumdur. Sağlıklı kimseler için bu durum normalken, takıntılara meyilli olan kimseler için anormal durumlara sebebiyet vermektedir (Yağcı, 2006, s. 42). Bu anormal durumlar ise dinin önemsiz noktalara aşırı odaklanılmasına ve yoğunlukla önemli olan noktaların dışlanmasına neden olmaktadır (Nelson vd., 2006, s. 1072).

Son olarak OKB ve dini takıntıların hazırlık ve gelişim aşamaları kısaca şu şekildedir (Altın, 2009): İlk olarak kişi; belirli düşünce, görüntü ve dürtülerin tehlikeli olduğuna inanmaktadır. Daha sonra kaygı ve sıkıntı uyandıracak şekilde bunları kabul edilemez olarak değerlendirmektedir. Oluşan kaygı arttıkça, bu düşüncelerin daha fazla önemli ve kişisel olarak anlamlı olduğuna inanmakta ve bu duygudan dolayı kişiler, istenmeyen düşüncelerin akıllarından çıkması için kontrol çabalarına girişmektedir. Maalesef bu kontrol çabaları genellikle başarısızlıkla sonuçlanmakta ve paradoksal olarak kabul edilemeyen düşüncelerin sıklığını ve yoğunluğunu arttırmaktadır. Aynı zamanda bu tarz düşünceler kişinin inanç sistemini ihlal ettiği için kişiler bu izinsiz girişleri göz ardı edememektedir. Bu yüzden en iyi nötrleştirme yöntemini

aramaktadır. Ancak bunların hepsi geçici olarak rahatlama sağlayacak şeylerden oluşmaktadır (Barlow, 1988; Clark, 2004; Rachman, 1998; Salkovskis, 1985; Ciarrocchi, 1998, akt., Altın, 2009, ss. 42–43). En nihayetinde ise davranışlar ve düşünceler bastırılarak iç içe geçirildiği için bireyin korktuğu durumun, aslında korktuğu biçimde sonuçlanmayacağını görmesine engel olmaktadır (Abramowitz vd., 2002, s. 826).

2.3.2. Dini Takıntının Yaygınlığı

Dini takıntılar, bireyler için uygun davranışları belirleyen çevreden, kültürden ve dinlerden etkilenen rahatsızlıklardan biridir. Bunun sonucu olarak da belirli çevre, kültür ve dinlere sahip olan insanlar, değişik oranlarda zihnine izinsiz müdahalede bulunan düşünce ve dürtülerden etkilenmektedir (Huppert vd., 2007, ss. 927–928). Çoğu çalışmada dini takıntılar ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki tespit edilemezken (Hale & Clark, 2013, s. 28; Nelson vd., 2006, s. 1077; Okasha vd., 1994, s. 193; Olatunji vd., 2005, s. 896; Pirutinsky vd., 2009, s. 952; Rosmarin vd., 2010, s. 935; Siev vd., 2011, s. 1192; Yağcı, 2006, s. 74) bazı çalışmalarda erkeklerde, kadınlara göre daha fazla dini takıntı tespit edilmiş (Frost vd., 2018, s. 23; Yüksel, 2019, s. 232), diğer çalışmalarda ise kadınların erkeklere nazaran daha çok dini takıntıya sahip olduğu görülmüştür (Abramowitz, 2001, akt., Amil, 2013, s. 58). Bir kısım çalışmada ise cinsiyet durumunun eşit düzeyde olduğu, sadece dini takıntılarının kendisini ortaya koyduğu şekillerde farklılık olduğu belirtilmiştir. Buna göre kadınlarda temizlenme ritüellerinde ve ibadetlerde kendisini gösteren dini takıntı ve zorlanımlar erkeklerde daha çok, Tanrı'ya karşı küfür, itaatsizlik ve itikâdi konularda şüpheye düşme konularında yer almaktadır (Amil, 2013, s. 89).

Dini takıntılar ile yaş değişkeni üzerinde de cinsiyete benzer şekilde değişik sonuçlar elde edilmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde bazı araştırmalarda yaşı genç olan bireylerde daha fazla dini takıntıya rastlanırken (Olatunji vd., 2005, s. 896; Yağcı, 2006, s. 74), bir kısım çalışmalarda yaş değişkeninin dini takıntılar üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir değişken olmadığı görülmüştür (Fang vd., 2016; Hale & Clark, 2013, s. 28; Nelson vd., 2006, s. 1077; Rosmarin vd., 2010, s. 935; Siev vd., 2011, s. 1992; Steketee vd., 1991, s. 362).

Dini takıntıların ülkemizdeki yaygınlığı ise farklı araştırma sonuçlarına göre %11-42 arasında değişmektedir. Yapılan farklı araştırma sonuçlarının illere göre bu kadar değişkenlik göstermesinin coğrafi bölgelerdeki kültür farklılıklarından kaynaklanabileceği ileri sürülmüştür (Tek & Ulug, 2001, s. 100). Birçok çalışmayı birleştiren Uyaver'in (2010, s. 13) ülkemizdeki durumu yansıtan tablosu şu şekildedir:

Tablo 2.1 Dini Takıntıların Türkiye'deki İllere Göre Yaygınlığı (Uyaver, 2010, S. 13)

ANKARA	%42
İZMİR	%11
MANİSA	%32
İSTANBUL	%17
ADANA	%33
SAMSUN	%32
ELAZIĞ	%26
KONYA VE VAN	%32

Dünya genelindeki durum ise yine yapılan çalışmalara göre farklılık göstermektedir. Miller ve Hedges'in (2008, s. 1043) çalışmasında, Yale-Brown Obsesif-Kompulsif Ölçeği ile ölçülen OKB rahatsızlığına sahip kişilerin %5-33'ünde dini takıntı gözlenmiştir. Arap ve Yahudilerin daha fazla yaşadığı bölgelerde dini takıntılar %40-60 arasında değişmektedir (Shooka vd., 1998; Ghassamzadeh vd., 2002, akt., Amil, 2013, s. 41). Suudi Arabistan'da %50 (Maghoub & Hafeiz, 1991, akt., Amil, 2013, s. 41), Mısır'da ise %60 (Okasha vd., 1994, s. 191) oranında seyretmektedir.

Hem inanca hem de dini pratiğe önem veren İslam, Yahudilik ve Hristiyanlığın orta konumunda yer almaktadır ve Türk toplumunda çoğunluğun mensup olduğu bu din, inananlarına ibadetler konusunda aşırıya kaçmamaları veya kendilerini günahkar olarak görmemeleri konularında uyarılarda bulunmaktadır (Besiroglu vd., 2014, s. 8). Buna rağmen Müslüman ülkelerde dini takıntıların görülme sıklığının oldukça yüksek olduğu gözlenmiştir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Bunun nedeni olarak, Müslümanların davranışlarından bütünüyle sorumlu olması ve diğer dinlere nazaran daha ritüelistik bir dine mensup olmaları görülmüş ve dini takıntılara nazaran dini zorlanımlara daha çok rastlandığı gözlenmiştir (Altın, 2009, ss. 251-253).

İslam'da görülen diğer takıntılar genellikle namaz, oruç, hac gibi ibadetlerde yer almaktadır. Bunlar arasında; (a) namaz kılarken akla erotik düşüncelerin gelmesi, (b) hac ibadeti sırasında gözünün önüne müstehcen sahnelerin gelmesi, (c) oruç tutarken Allah'ın varlığından şüpheye düşmek (d) tükürüğünü yuttuğunda orucunu bozulacağı gibi düşünce ve şüpheler, Müslümanlarda sıklıkla gözlemlenen dini takıntılar arasında yer almaktadır (Yağcı, 2006, s. 41).

Dini zorlanımlar ise genel olarak ibadetlerde görülmektedir. Müslümanların yerine getirmesi gereken ibadetlerin öncesinde ve sonrasında sırasıyla yapılması gereken kurallar mevcuttur ve bu katı kurallara uyulmadığında veya eksik yapıldığında, ibadet topyekûn geçersiz sayılabilmektedir (Altın, 2009, s. 359). Temizlenme, İslamiyette çok önemli bir yere sahip olduğu için bu zorlanımlar, bahsi geçen ritüeller halinde kendisini göstermektedir (Okasha vd., 1968, akt., Steketee vd., 1991, s. 360).

İbadetlerin yanı sıra İslamiyet'te yer alan dini zorlanımların arasına tövbe, dua etme ve buna benzer şeyleri sürekli tekrarlama temaları da yer almaktadır (Uyaver, 2010; Yağcı, 2006). Kuran'da tövbe edilince işlenen günahlardan arınılacağı vaat edilmekte ve böylece tövbe inananlara, günahın ortaya çıkardığı stres, suçluluk duygusu ve sebep olduğu rahatsızlıklarla başa çıkabilme gücünü vermektedir (Necati, 1998, akt., Yağcı, 2006, ss. 45–46). Dua ve benzeri şeyleri düzenli olarak sık sık tekrar etmek ise dini takıntıları rahatlatan ve oluşan sıkıntıları gidermeye yaradığı için dini zorlanım konuları arasına girmektedir (Uyaver, 2010, s. 63). Ancak bu durum aşırı düzeye ulaştığında dini zorlanım tanısı alabilmektedir.

2.3.2.1. Temizlik Sırasında Görülen Dini Zorlanımlar

İslam; temizlik, tekrarlama ve kir/pislik konularını içeren dini zorlanım semptomlarının temelini oluşturan mükemmel bir kültürel hazırlayıcıdır (Tek & Ulug, 2001, s. 106). Altın'ın (2009, s. 227) çalışmasında İslam'da görülen bu temizlik zorlanımları şu şekildedir: Müslümanlar, çamaşırında veya vücudunda bulunan en küçük idrar damlasının bile abdesti bozabileceği endişesi taşımakta ve bundan dolayı sürekli kontrol davranışlarına yönelebilmektedir. Bu konuda oluşan en ufak şüphe, ibadet geçerli sayılıncaya dek tekrar tekrar yapılması gereken bir süreci başlatmaktadır. Okasha'nın çalışmasından aktardığına göre dini takıntıya sahip

Müslümanlar, namaz kılmadan önce yaklaşık bir saat temizlik yaptığı gözlemlenmiştir. Bu durumun nedeni olarak, İslamiyet'teki ruhen ve bedenen, temiz ve arınmış olma zorunluğu ve bunun için uyulması gereken katı kuralların ve ibadetlerin tam olarak yerine getirilmiş olması görülmüştür (Okasha, 2004, akt., Inozu, Clark, vd., 2012, s. 227). Yine başka bir çalışmada, temizlik ritüellerinde görülen takıntıların, bedensel olmaktan çok ruhsal kirlilik hissiyle gerçekleştiği belirtilmektedir (Ghassemzadeh, 2002, akt., Yağcı, 2006, s. 40).

2.3.2.2. İbadet Sırasında Görülen Dini Zorlanımlar

İbadet öncesi temizlik ritüellerinde yer alan dini zorlanımların yanında ibadetler sırasında görülen zorlanım örnekleri de vardır. Buna Yağcı (Yağcı, 2006, ss. 48–49), namaz kılarken, rekatları kılıp kılmadığından emin olamadığı için her namazın sonunda sehiv secdesi yapmak veya namazı baştan tekrar kılmak örneğini vermektedir. Tam ve eksiksiz ibadet etmek isteyen kimsede oluşan bu dini zorlanımlar, kişi aşırı yorgun düşene kadar devam etmektedir (Yağcı, 2006, s. 49).

Altın'ın (Okasha vd., 1994, akt., 2009, s. 53) makalesinde, Hindistan ve İngiltere gibi ülkelere nazaran Mısır'da gözlenen dini takıntıların fazla olmasının sebeplerini incelendiği bir çalışmada, sıkça tekrarlanan ve sıkıntılı durumlardan kurtaracağına inanılan Bismelenin varlığı, ayrıntılı temizlik prosedürlerinin olması, sürekli temiz kalınmanın tavsiye edilmesi, namazın belirli sayı ve sırayla kılınması gibi durumların, İslam'da dini takıntı ve zorlanımlara neden olan etmenler olduğu gözlenmiştir. Birçok katı kurallar ve ibadetlerle kurtuluşa erebileceklerine inanan Müslümanlar, zihinlerine giren düşüncelerin mutlaka kontrol edilmesi gerektiğini düşünmektedirler (Yorulmaz vd., 2009; İnözü vd., 2012, akt., McIngvale vd., 2017, s. 3). Son olarak diğer dinlere nazaran Müslümanlarda, dini zorlanımlara teşvik eden bu davranışlar sergilenirken daha çok kaygı yönteminin kullanıldığının belirtilmesi gerekmektedir (Yorulmaz vd., 2009, s. 401). Bu yüzden çalışmamızda dini takıntı ve dindarlık arasındaki ilişki incelenirken kaygı değişkeninin muhtemel bir rol üstlendiği düşünülerek özellikle seçilmiştir.

2.3.2.3. Vesvese

İslam dininde; temizlik ve kirlilik, ibadetleri düzgün yerine getirememiş olma ve bunları tekrar tekrar kontrol etme konularındaki (Huppert vd., 2007; Inozu vd., 2012, akt., Buchholz vd., 2019, s. 3) dini şüpheleri izah etmek için “vesvese” tabiri kullanılmaktadır (Altın, 2009, s. 227). Bu tabir Kuran’da, imanlı kişilerin günlük ibadetlerini yapmasına engel olmak ve inancını zayıflatmak amacıyla şeytan tarafından gelen bir ayartmaca olarak yer almaktadır ve Müslümanlar vesveseyi, inançlarının test edildiği bir imtihan olarak görmektedir (Al Issa & Qudji, 1998, akt., Altın, 2009, s. 229).

Altın’ın (2009, ss. 69–70) çalışmasında vesvese konusunda şu açıklamalar geçmektedir: İslam 5 temel iman esasına sahip bir dindir. Bu esaslara inanılmazsa, yaşanan hayatın anlamsız olacağı düşünülmektedir. Bu yüzden Müslümanlar, gereken yükümlülükleri kusursuz bir şekilde yerine getirip getirmediği hakkında kendini rahatsız eden şüpheler duyabilmektedir. Bunun yanında Allah’ın varlığı, yüceliği ve eşsizliği hakkında şüphelerin duyulması, büyük günahlardan biri olarak görülmektedir. Bu şüpheler ve rahatsız edici düşüncelerin varlığı sezildiğinde, bastırmak veya bunları zihinlerinden çıkarmak için büyük çabalar harcanabilmektedir. Aşırı dindarlar ise bu yöntemlerin yanı sıra daha fazla dua ve ibadet ederek, Allah’a karşı imanlarının gücünü kanıtlamaya çalışmaktadır.

İslam’ın dini takıntılara ve vesveseye bakış açısını şu hadislerde görebilmekteyiz: Hz. Muhammed’e (as) namaz sırasında, abdestin bozulduğu konusunda bir şüphe meydana geldiğinde, namazına ne olduğu sorulmuştur. Hz. Muhammed (as) ise bir ses veya koku duyulmadıkça bozulmadığına kanaat getirilmesini tavsiye etmiştir. Buradan zan ve hayal ile abdestin bozulmadığı sonucuna ulaşılmış, bozulması için beş duyu organı ile sezilebilen belirgin bir işaret olması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır (Buhari, “Abdest”, akt., Bayraktar, 2007, s. 92). Buradan şu sonuca ulaşılmaktadır ki; kesin bir kanıt olmadan sadece şüphe sezildiğinde, ona önem atfedip eyleme geçilmemesi gerekmektedir. Hadisten, dini konulara dair şüphe uyandığında ne yapılması gerektiğine dair bu şekilde bir anlam çıkartılmaktadır.

Son olarak vesvese konusunu bitirmeden bir açıklama yapmak gerekmektedir. Bu vesveseler basit bir şüphe ve emin olamama duyguları ile doğuyorsa psikiyatrik bir rahatsızlık olarak nitelendirilmemektedir. Ancak bu vesveseler bireyin işlevselliğini bozup, vakit kaybına neden oluyorsa psikiyatrik bir rahatsızlık kategorisine girebilmektedir (Herken, 2013, akt., Amil, 2013, s. 54). Her türlü vesvesenin dini takıntı olmayacağını altının çizildiği bu çalışmada, bu tarz düşünce ve şüphelere önem atfedildiğinde, dini takıntılar için bir temel atılmış olabileceği belirtilmektedir (Amil, 2013, s. 54).

2.3.3. Dini Takıntı Tanı Kriterleri

DSM-V’de dini takıntılara has olarak yapılmış bir tanı kriteri bulunmamaktadır. Daha önce yer verildiği gibi OKB üzerinden yapılan tanı kriteri bu konuda da geçerliliğini korumaktadır. Bu durumu özetlemek gerekirse; istenmeden, zorla akla gelen ve çoğu kişide kaygıya neden olan tekrarlayıcı düşünce, dürtü ve hayaldir. Bunlar önemsenmeyerek baskılanmaya çalışılmakta veya başka bir eylemle etkisizleştirilmeye çalışılmaktadır. Benzer şekilde, bu duruma tepki olarak zorunlu bir şekilde yapılması gerektiği hissedilen davranışlar veya zihinsel eylemlerle oluşan sıkıntıdan korunmaya çabalanmaktadır. Ancak bu durumlar, korunulmak istenen şeyle gerçekçi biçimde ilişkili değildir ve çok aşırı seviyededir. Bu durumlar, belirgin bir sıkıntıya yol açmakta ve bireye zamanını boşa harcatmaktadır veya günlük yaşamın işlevselliğine engel teşkil etmektedir. Aynı zamanda rahatsızlık adını alabilmesi için oluşan bu durumların, bir maddeden meydana gelmemesi gerekmele birlikte içeriği diğer Eksen I bozukluklarına göre çeşitlenebilmektedir (DSM-V). Bu belirtiler göz önüne alınarak kişiye OKB tanısı koyulmaktadır. Eğer bu belirtiler, dini ve manevi temalarda kendini gösterirse, kişiye dini takıntı tanısı alabilmektedir.

Bu benzerliklere rağmen dini takıntılar OKB’den bazı noktalarda farklılaşmaktadır. Bunlar; daha zayıf bir iç gözü, daha katı değişmez bir inanç, daha fazla algısal bozukluk, daha güçlü bir büyüsel düşünceye sahip olmadır (Miller & Hedges, 2008, s. 1051). Bu durumlar göz önüne alındığında ayrı bir tanı kriterine ihtiyaç olduğu belirtilmiştir ve bunlar şu şekilde tespit edilmiştir (Miller & Hedges, 2008, s. 1051): Ahlaki veya dini konularla ilgili aşırı bir düzeyde; suçluluk ve endişe hissetme, kafa karışıklığı ve şüpheye düşme, ruminasyon ve ibadet. Bu kriterleri taşıyan kimselerde,

OKB'de olduğu gibi klinik olarak belirgin bir sıkıntı mevcuttur veya dini, akademik, sosyal ve iş hayatındaki işlevselliklerinde bozulmalar görülmektedir. Bu belirtilerin yalnızca herhangi bir ruh halinde, psikotik, gelişimsel durumlarda ortaya çıkmaması ve başka bir Eksen I-II bozukluğu ile daha iyi açıklanamıyor olması gerekmektedir. Aynı zamanda bu belirtiler, dini yetkililerden güvenceye de yanıt vermemektedir. Son olarak bu belirtiler, dahil olduğu kültürün kabullerinden aşırı bir derecede üst seviyededir ve oldukça kalıcıdır (Miller & Hedges, 2008, ss. 1052–1053). Bu belirtilerin biri veya birkaçını taşıyan kişilere, dini takıntı bozukluğu tanısı koyulabilmektedir.

2.3.4. Tanı Koymada Dikkat Edilmesi Gereken Unsurlar

Normal davranış ölçüsü çevreye göre belirlenmektedir (Huppert vd., 2007, s. 927). Düşünce ve davranışların dine ve kültüre göre değışmesi, gözlenen bazı durumların her zaman patolojik olmadığını göstermektedir (Huppert vd., 2007, s. 928). Daha önce belirtildiği gibi dini takıntı tanısı koyulurken, bireyin içinde bulunduğu kültürden oldukça üst düzeyde bir aşırılık göstermesi gerekmektedir (Miller & Hedges, 2008, s. 1053). Mesela bulunduğu ortamda nfile namazların kılınması normal ise bu kişi farz namazlarına ek olarak bu namazları da eda ederken, başka bir kültürde bu nfile namazlara pek sık rastlanmadığı halde kişi sürekli ve tekrarlayıcı bir şekilde bunları sergileyebilmektedir. Bu iki durum karşılaştırıldığında ikisindeki ibadet düzeyi eşit olduğu gözlenmektedir. Ancak birinci durumda davranış, bireyin bulunduğu ortama uygun olduğu için bir aşırılık göze çarpmazken, ikinci örnekte, kişi bulunduğu çevreden oldukça farklılaşarak anormal olduğu sonucuna ulaşılabilir. Diğer koşulları da berberinde taşıdığı durumda, ikinci kişiye ciddiyetine göre dini takıntı teşhisi koyulabilmektedir.

2.3.5. Dini Takıntının Tedavisi

Bu başlık altında OKB ve dini takıntı bozukluğunun tedavisinde nasıl bir yol izlendiğine, uygulanan tedavilerin güçlü ve zayıf yönlerine, bu rahatsızlık üzerinde hangi tedavilerin etkili olduğuna değinilecektir.

2.3.5.1. Psikoterapi

“Günümüzde OKB hastalarının çoğu, ilaç ve davranış tedavilerinden yararlanarak tedavi edilmektedir.” (Amil, 2013, s. 29). İlaç tedavisi için seratonin geri alım inhibitörü kullanılırken, davranış tedavisi olarak maruz bırakma ve tepki önleme yöntemi kullanılmaktadır ve birçok çalışmada bu iki yöntemin bir arada kullanılması, en etkili tedavi yaklaşımı olarak görülmektedir (Tükel, 2000, akt., Amil, 2013, s. 29). Son zamanlarda geliştirilen bilişsel davranışçı yöntemlerin ise, %85 oranında etkililik gösterdiği kanıtlanmıştır (Türkçapar, 2012, ak., Amil, 2013, s. 29). Bilişsel-davranışçı geleneğinden gelen şema terapi de OKB gibi Eksen I-II rahatsızlıkları için oldukça uygundur (Young vd., 2013, s.23). Klasik uygulanan tedavilerin yetersiz kaldığı durumlarda, şema terapi ile desteklendiğinde daha etkili tedavi çıktıları sağlanmaktadır ve bunu destekleyen pek çok araştırma mevcuttur (Basile vd., 2017, s. 411).

Aynı zamanda OKB üzerinde uygulanan maruz bırakma seansları ve ilaçla tedavi yöntemleri, hastaların %50'sinde tatmin edici bir yanıt veremediği, çoğu OKB vakasında standart tedavilerin, semptomları tam olarak azaltamadığı da görülmüştür (Gross vd., 2012, s. 173). Gross ve arkadaşlarının (2012, s. 179) OKB vakaları üzerinde uyguladığı şema terapide, modlar, terapötik ilişki, imgeleme ve sandalye çalışmaları ile müdahaleler yapılmıştır. Bu müdahaleler, hastaların maruz bırakma ve tepki önleme seanslarında daha çok ilerlemelerine yardımcı olmuş ve daha güçlü bir sağlıklı yetişkin modu oluşturulmasını sağlamıştır. En nihayetinde denilebilir ki, şema terapi, geleneksel bilişsel-davranışçı terapi uygulaması ile birleştirildiğinde, OKB tedavisinde semptomların nedenlerini ve gelişmesini daha iyi anlaşılabilir kıldığı için birlikte güçlü bir tedavi modeli oluşturmaktadır (Basile vd., 2017, s. 413).

Dini takıntılar üzerinde uygulanan psikoterapi yöntemlerini ve sınırlılıklarını inceleyen bir çalışmada psikanaliz, davranışçı ve bilişsel psikoterapi yöntemleri mercek altına alınmıştır (Toprak, 2018). Bu çalışmaya göre psikanaliz yöntemi, dine karşı indirgemeci bir tavra sahip olduğu ve serbest çağrışım gibi bazı yöntemlerin danışanda kaygı ve direnci ortaya çıkardığı için dini takıntılı kimseler tarafından tercih edilmediği belirtilmiştir. Davranışçı terapi ise, önermiş olduğu maruz bırakma yönteminin, dini takıntılar konusunda net bir tedavi protokolü oluşturamadığı için

oldukça yetersiz kalmıştır. Bilişsel davranışçı model, sağlıklı düşünce ve takıntıyı birbirinden ayırma noktasında ve takıntıların kaynağı hakkında ikna edici bir önerme sunamadığı için tedavi sürecinde handikaplara açık görülmüştür. Önerilen tedavi yaklaşımı ise şunları kapsamalıdır: (a) bir din görevlisi ile ortaklaşa çalışılmalı, (b) tedavi uygulanırken dini değerlere saygılı olmaya özen gösterilmeli, (c) hastalığı tespit edebilecek düzeyde dini takıntı ve ibadetleri ayırt edebilecek kadar dini bilgiye sahip olunmalıdır (Purdon ve Clark, 2013, akt., Toprak, 2018, s. 137). Yine başka bir çalışmada, sadece dini takıntılara özel geliştirilen bilişsel, davranışçı, ACT (acceptance and commitment therapy) ve dini değerler birleştirilerek yeni bir tedavi metodunun uygulanmaya başlandığı aktarılmıştır (Witzing, 2017, akt., Toprak, 2018, s. 138). Yazar tarafından ülkemizde geliştirilen, İlmü'n-Nefs geleneğine ait zihin kuramı ve vesvese konusunda yazılmış risalelerden hareketle, bilişsel-davranış terapi ve ACT teknikleriyle birleştirilmiş yeni bir 4T modeli ise, kronik hastalarda yüksek oranda iyileşme bulgularıyla sonuçlandığı belirtilmiştir (Toprak & Emül, 2016, akt., Toprak, 2018, s. 138).

2.3.5.2. Farmakoloji

OKB üzerinde birçok deneysel araştırma gerçekleştirilen ilaçla tedavi yöntemi, dini takıntılar alt tipinde çok az incelenen bir alanı oluşturmaktadır. Farmakolojinin dini takıntılar üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışmada, Fluoksetin ve Klomiptamin verilen 10 kişiden 8'i iyileştiği görülmüştür, ancak bu çalışma plasebo kontrol grubunu içermediği için, gözlenen bu sonucun sadece ilacın etkisini kanıtladığı net değildir (Himle vd., 2011, ss. 247–248).

2.3.5.3. Maruz Bırakma ve Tepki Önleme

Maruz bırakma ve tepki önleme yönteminin, tek başına veya ilaçla birlikte kullanılması, Expert Consensus Guidelines (Uzman Mütabakat Rehberi) tarafından OKB'nin tedavisi için ilk yöntem olarak önerilmektedir (March vd., 1997; National Institute for Health Clinical Excellence, 2006, akt., Huppert vd., 2007, s. 931). Davranışçı terapinin maruz bırakma ve tepki önleme yöntemi ile öncelikle, kişide sıkıntı ve kompulsiyon oluşturan durumların üstüne gidilmekte, diğer yandan kompulsiyon sergilemesi önlenmektedir (Tükel, 2000, akt., Amil, 2013, s. 31). Bu

tedavide asıl amaç, kaygı uyandıran durumları uyandırmak (maruz bırakma), sonra bireyin alıştığı tepkiyi -kompulsiyonu- sergilemesini unutturmaktır (tepki önleme) (Grados v., 1997, akt., Amil, 2013, s. 31). Bu yöntemin ardından, bilişsel yaklaşımın bilişsel yeniden yapılandırma stratejisini kullanmak, OKB tedavisinde en etkili yöntemi oluşturmaktadır (Amil, 2013, s. 31). Davranışçı terapide, bireyin davranışlarında değişiklik gözlenmesi amaçlanırken, bilişsel terapide, amaç kişinin konu hakkındaki zihin yapısını değiştirerek yeniden yapılandırmaktır (Şahin, 1997; Tan, 2004, akt., Amil, 2013, s. 31). Bu şekilde kompoze edilen bilişsel-davranışçı terapinin bileşenlerini ise şunlar oluşturmaktadır:

1. Psiko-eğitim: Hastaya bilişsel-davranışçı terapi ile ilgili bilgi vermek, tedavinin temel mantığını ve modelini açıklamaktır.
2. Bilişsel yeniden yapılandırma: Kişinin hastalığına ilişkin abartılmış düşüncelerinin gerçek dışı olduğunun kabul etmesini sağlamaktır.
3. Maruz bırakma: Kişiyi, takıntılı düşünceyi tetikleyen durumlarla karşı karşıya getirmektir.
4. Maruz bırakma ve tepki önleme ile bilişsel yeniden yapılandırma: Kişide bulunan hatalı değerlendirmeleri test etmek ve uygulanan maruz bırakma işleminin doğru olmayan beklentilerini değerlendirmeleri destekleyen bir şeyle mi yoksa yanlışlayan bir şeyle mi sonuçlandığını değerlendirmektir. (Amil, 2013, s. 32).

Bu başlığı bitirmeden önce dini takıntıların üzerinde uygulanan maruz bırakma ve tepki önleme yönteminin etkililiğinden bahsedilmesi ve birkaç sınırlılığına değinilmesi gerekmektedir. Bu konuda OKB üzerinde gerçekleştirilen çalışma kadar olmasa da mevcut birkaç araştırmada, buna yönelik incelemeler yer almaktadır. Yapılan bir çalışmada, dini takıntıların tedavisi üzerinde maruz bırakma ve tepki önleme kullanarak uygulanan bir yöntemde, 6 ay sonunda hastalardaki dini takıntı ve zorlanımlarının tamamen ortadan kalktığı görülmüştür (Abramowitz, 2001, akt., Amil, 2013, s. 42). Ancak daha sonrasında yürütülen pek çok çalışmada maruz bırakma yönteminin, dini takıntılar üzerinde OKB’de etkili olduğu kadar yüksek düzeyde etki oranı göstermediği belirtilmiştir. Maruz bırakma tekniğinin amaçları arasında, patolojik inanışların varlığı ile uyuşmayan yeni bilgilerin sağlanması ve mevcut bilişsel korku ağlarının aktif edilmesiyle kaygıyı azaltmak vardır (Foa & Kozak, 1986, akt., Abramowitz & Clinic, 2001, s. 84). Ancak dini takıntılardaki inanışlar, bilgiler

ve korkular, somut nesne ve durumlar hakkında değil, aksine daha çok soyut ve manevi konuları kapsamakta ve bu durum maruz bırakma ve tepki önleme yönteminin uygulanmasını güçleştirmektedir (Besiroglu vd., 2014, s. 8). Ayrıca suçluluk duygusuna sahip OKB'li bireyler, ahlaksız veya yasak olarak düşündükleri düşünce ve davranışları, sahip oldukları inanç gereği, yüzleşmek ve sonucunu görmek konusunda isteksiz olabilmektedirler (Huppert, 2010, akt., Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 965).

Buna ek olarak, toplumun kültürel ve dini inanışları da dini takıntılar üzerinde maruz bırakma ve tepki önleme tekniğini sınırlayan bir etmendir. Bu durum bazı prosedürlerin yerine getirilmesinde, kişinin motivasyonunu düşürmektedir (Ciarrocchi, 1995, akt., Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79). Toplum ve dini otoriteler, bu takıntıları masum görmekte, bunları pekiştirerek ileri düzey bir dindarlık olarak yorumlamaktadır ve bu durum tedavi çıktılarını zayıflatmaktadır (Buchholz vd., 2019, s. 2; Rosmarin vd., 2010, s. 931). Aynı zamanda seküler görülen profesyonel tedavilere karşı alının tavırlar veya dini değerlerin değersiz ve küçük görülebileceği endişe de tedaviye karşı direnç oluşturmaktadır (Miller & Hedges, 2008, akt., Rosmarin vd., 2010, s. 931).

Son olarak toplumda dini takıntının bir rahatsızlık olarak yer aldığı bilinmemesi de maruz bırakma ve tepki önleme yönteminin sınırlılığında biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum dini takıntıda zayıf bir iç görüye neden olmaktadır (Abramowitz, 2001, akt., Rosmarin vd., 2010, s. 932). Buna ek olarak klinisyenlerin de dini takıntı hakkında sahip olduğu bilginin sınırlı olması da tedavi çıktılarını zayıflatan bir etmen haline gelmektedir (Huppert & Siev, 2010, akt., Buchholz vd., 2019, s. 2). Klinisyenin, dini kuralları veya gelenekleri bilmesi ve bunları OKB'den ayırabilecek seviyede dini inanç ve uygulamalara hakim olması gerekmektedir (Besiroglu vd., 2014, s. 8).

2.3.5.4. Şema Terapi

Yakın zamanlarda geliştirilen bir yöntem olan şema terapi, bu rahatsızlık üzerinde kullanılabilen, tedavi çıktılarını arttıran bir başka yöntemdir. Uygulanan tedavi sırasında oluşabilecek güçlükleri gidermek konusunda, danışana gerekli motivasyonu

sağlayabilecek, destekleyici bir tedavi yöntemi olduğu belirtilmektedir (Akbaş, 2020, s. 5; Greenberg & Huppert, 2010, s. 287).

Öncelikle oluşan rahatsız edici düşüncelerin veya davranışların günahahtan kaçmak için gerekli olduğunu düşünmeleri, bu sıkıntının bir ceza gibi çekilmesi gerektiğine inanmaları ya da sergilenen kompulsiyonların engellenmesi durumunda dini coşkusunun azalmasına neden olabileceğinden korkmaları, dini takıntılı insanların tedavi aramalarına engel teşkil eden etmenlerin başında gelmektedir. Kişiyi mükemmellik arayışına götüren bu durumlar, şema terapi; “başarısızlık”, “yüksek standartlar”, “yetersiz öz denetim” gibi bazı şemaları tetiklediği, OKB’yi oluşturup ve sürdürülmesinde yardımcı olduğu belirtilmektedir (Akbaş, 2020, ss. 5–6). Bu durumlar bahsi geçen terapi yöntemiyle çalışıldığında, terapiye karşı oluşan önyargılar, meydana gelene engeller aşılabılır hale gelmektedir aşılabilmektedir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 287). Aynı zamanda kişinin, elinden gelenin en iyisini yapmak istediğinin ama bazen bunu sergilerken bir azalma görülebileceğinin altının çizilmesi ve bunun için enerjisinin çoğunu kullanmasının gerekliliğinin sorgulanması konusunda, “yüksek standartlar” şeması ile çalışılmasının tedavi çıktılarını arttırabileceği düşünülmektedir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 287).

Buna ek olarak dini takıntılarda mevcut olan şemalarla çalışılırken, dini metinlerden de yardım alarak danışanın kasıtlı olmadığı düşüncelerinden veya aşırı düzeyde sergilenen dini davranışlardan sorumlu tutulmayacağı belirtilerek tedavi güçlükleri ortadan kaldırılabilir. Böylece kişilerde bulunan aşırı sorumluluk hissi azaltılarak, uygulanan tedavilere karşı olumlu motivasyon geliştirilmesi sağlanabilmektedir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 287).

2.3.5.5. Dini Takıntıları Tedavi Ederken Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

Bu başlık altında, kullanılacak tedavi yöntemi fark etmeksizin, dini takıntıya karşı dikkat edilmesi gereken bazı noktalara değinilecektir.

2.3.5.5.1. Psiko-Eğitimin Önemi

Özellikle maruz bırakma tekniği ve diğer teknikler yanlış anlaşılırsa, kişinin dini değerlerine ve kurallarına karşı kayıtsız kalındığı şeklinde bir yanlış anlaşılma olabileceğinden, uygulanacak tedavi yöntemi hakkında mutlaka psiko-eğitim verilmesi gerekmektedir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79). Bu konuda uygulanan bilişsel yapılandırma stratejileri, düşüncelerin önemi ve kontrolü hakkındaki inanışları değiştirip, özellikle maruz bırakma tekniğinin daha fazla kabul görmesine yardımcı olmaktadır (Abramowitz, 2001; Clark, 2004, akt., Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 965). Dini takıntıya sahip bireylere, istenmeyen düşünceler hakkında yapılan müdahalelerin (aşırı kontrol gibi), kendisine daha fazla zarar verici sonuçlarının olduğu; ahlaksız olarak değerlendirilen düşüncelerin, kişiye dönük daha fazla sıkıntıya sebebiyet verdiği konularda bir farkındalık oluşturulması ve günah olarak görülen düşüncelere karşı daha kabullenilebilir bir tavır geliştirmesi için eğitim önemlidir (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 200). Aynı zamanda endişeye neden olan durumların, sadece “günah riskini” (günah değil, günah riski içeren durumlar) içerdiğinin altını çizmek, psiko-eğitimin bir parçasıdır (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79).

2.3.5.5.2. Tedavi Metodunun Gerekçelenendirilmesi

Gerek maruz bırakma tekniği olsun gerekse başka bir teknik olsun tedavinin nasıl yardımcı olacağına dair geçerli bir neden bulunamadıkça, danışanlar tedaviye karşı direnç gösterebilmekte ya da tedavi adımlarını dinlerine yönelik bir saldırı olarak anlayabilmektedirler (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79). Bu yüzden uygulanan metod, danışana iyi bir şekilde gerekçelenendirilidir.

2.3.5.5.3. Motivasyonun Arttırılması

Dini takıntılarının tedavisinde başarıya ulaşılacak isteniyorsa, danışanın katılma istekliliği ve motivasyonunun arttırılması için, ilk olarak danışana sağlıklı ve hastalıklı dindarlık arasındaki fark gösterilmelidir. Sağlıklı dini davranışın, endişe ve korku gibi kişiyi zayıflatan şeylere yol açmaması gerektiğinin altı çizilmelidir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79). Dini takıntıya sahip bireylerin, sahip olduğu takıntılar yüzünden Tanrı ile kurmak istedikleri manevi bağa engel oluşturduğuna dikkatleri çekip,

uygulanacak olan tedavinin bu ilişkiyi yeniden kurmalarına yardımcı olabileceği açıklanmalıdır (Huppert vd., 2007, s. 933).

2.3.5.5.4. Tedavinin Amacının Netleştirilmesi

Sıcak bir terapötik ilişki, güçlü bir motivasyon ve daha az şüphe ile tedaviyi başarılı bir şekilde sonuçlandırabilmek için, tedavinin gerekçelendirilmesinin önemli olduğundan daha önce bahsedilmişti (Huppert & Siev, akt., Amil, 2013, s. 43). Bu yüzden kişinin Tanrı ile arasındaki bağı en iyi şekilde kurmasına, normal dini seviyesine geri dönmesine, bağlı olduğu dini toplumun sağlıklı bir üyesi haline gelmesine yardımcı olmak amacıyla tedavinin uygulandığının belirtilmesinde fayda vardır (Amil, 2013, s. 42). Ayrıca uygulanan tedavinin, Tanrı'ya hizmet etmek için aşırı bir şekilde takıntılı ritüeller sergilediklerinin ve bunun başka dini kuralları ihmal etmeyle sonuçlandığının farkına varılmasını sağlayacağını, böylece kompulsiyonlara ve güvenlik arayışlarına ihtiyaç duymayacağını, kendi bilgilerine güvenebileceğinin, ruhsal olarak doyurucu bir yaşama sahip olmasına yardımcı olma amacı güttüğünün altı çizilmesi önemlidir (Huppert vd., 2007, s. 933).

2.3.5.5.5. Dini Konularda Tartışmaya Girmekten Kaçınılması

Son olarak, hastalarla dini takıntılı davranışları incelenirken, kendi patolojik davranışını savunmak zorunda bırakacak şekilde dini mevzularda tartışmaya girmekten sakınılması gerekmektedir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 80). Korku ile değil, asıl amacına göre dini uygulamaları ve inanışları sergilemesine yardımcı olarak, normal ibadetler ile OKB belirtilerini birbirlerinden ayırıştırmasına ve hastaların kendi dinleri ile ilişkili daha faydalı yollar keşfetmesine yardımcı olduğunun altı çizilmelidir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 80; Buchholz vd., 2019, s. 12). Burada terapistin görevinin; hastaların inançlarını uygulamasına engel olmak olmadığı, aksine tatmin edici bir dini yaşam ve ruhsal bütünlük kurmalarına yardımcı olmak ve rahatsızlığın belirtilerinin günlük yaşamına nasıl müdahale ettiğini göstermek olduğu belirtilmelidir (Ok & Gören, 2018, s. 15).

2.3.5.6. Dini Takıntıyı Tedavi Eden Uzmanlar

Son olarak dini takıntıyı tedavi ederken, bu tedaviyi uygulayan kişilerden ve genellikle bu rahatsızlığa sahip kişilerin çare arayışı için gittiği kimselerden bahsedilmesi gerekmektedir. Konu psikolojik bir rahatsızlığı içerdiği için tedavi eden kişilerin, bu konuda gerekli eğitimleri almış klinisyenler olması gerektiği açıktır. Ancak dini takıntılı bireyler, bu rahatsızlığın mental bir bozukluk olduğunun farkında olmadığı veya farkında olsalar da tedavi arayışına girmedikleri için genellikle dini otoritelere başvurmaktadır (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 84). Daha net olmak gerekirse, dini ve ahlaki sıkıntılar dini otoriteler ile, bunun dışındaki problemler ise klinisyenlerle konuşulmaktadır (Polard vd., 1989; Witzing, 2005; Greenberg & Shefler, 2002, akt., Altın, 2009, s. 36). Ancak dini ve manevi danışmanların konu hakkında yeterince bilgisi olmadığı gibi rahatsızlığa yaklaşma şekil de gerekli yetkinlikte olmayabilmektedir. Buna ek olarak manevi danışmanların böyle bir rahatsızlık olduğunun bilincinde olmamaları durumunda yetkili kimselere yönlendirme yapması mümkün olmamakta veya yönlendirmek yapmakta çekince duyabilmektedir (Abramowitz vd., 2002, s. 827). Ayrıca birçok din adamının, tek başına dini takıntı problemleriyle başa çıkma konusunda kendilerini yeterli hissetmedikleri de belirtilmektedir (Hepwoth vd., 2010, akt., Greenberg & Huppert, 2010, s. 288).

Bu durumdan dolayı dini otoriteler, psikolojik rahatsızlıklar -özellikle dini takıntılar- hakkında bilinçlendirilmelidir. Bu otoritelerin, dini takıntıları, dini uygulamalardan nasıl ayırt edebilecekleri öğretilmelidir. Bu sayede dini takıntı rahatsızlığını tespit eder etmez yetkili kimselere yönlendirebilir hale gelebilmektedirler. Aynı zamanda dini liderler ve klinisyenler, dinin hem kaygıyı hafifletmede bir rol üstlendiğini hem de daha katı bir anlayış ile ruh sağlığına sıkıntı oluşturabileceğini danışmanlarına anlatabilmeleri mümkün olmaktadır (Ok & Gören, 2018, s. 15).

Bunun yanında Greenberg ve Huppert'in (2010, s. 286) çalışmasında klinisyenlerin de, dini takıntılar ile dini ibadet ve inanışları ayırt etme konusunda yeterli bilgiye sahip olmayabileceği veya ayırt etmekte güçlü çekebileceğine değinilmektedir. Bu yüzden klinisyenlerin, bu iki durumu birbirinden ayırt edebilecek düzeyde dini bilgiye sahip olması önerilmektedir. Özellikle dindar bir kişinin, dinin her alanında dikkatli

davrandığını, dini takıntılı bireylerin ise, özellikle bir alanda aşırı dikkatli ve buna karşı aşırı endişeli olduğunu bilmesi gerektiğine dikkat çekilmektedir.

Görüldüğü üzere her iki danışman tipinde de tedavi konusunda eksiklikler bulunmaktadır. Bu konu hakkında yapılan çalışmalar genellikle, tedavi edebilecek yeterlilikte olan klinisyenlerin, dini danışmanlarla işbirliği içerisinde tedaviyi yürütmesi gerektiğinin altını çizmektedir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 84; Greenberg & Huppert, 2010, ss. 287–288). Kabul edilebilir dini davranışların sınırlarını anlamak ve dini sınırlara zarar vermeden takıntıların sınırlarını aşabilmek için de dini liderlerle çalışması gerektiği de belirtilmektedir (Huppert vd., 2007, s. 932).

Ancak hastanın çok güçlü bir güvenlik arayışı kompulsiyonu varsa, dini liderle işbirliği tedavi için bir sakınca doğurabilmektedir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 84). Bunu önlemek amacıyla klinisyen, dini liderin cevabını hastaya aktarmamayı seçerek, takıntılar konusunda soru sormayı nasıl bırakabileceği konusunda çalışmalar yapması önerilmektedir ve böylece hasta maruz kalmayı veya belirsizliğe tahammül etmeyi kabul etmiş olmaktadır (Huppert vd., 2007, s. 938).

2.3.6. Dini Takıntının Açıklanması

Bu başlık altında öncelikli olarak dini takıntının açıklanmasında önemli bir faktör olarak görülen OKB, DEK, suçluluk ile utanma duygusu ve kaygı gibi temel faktörlere yer verilecektir. Daha sonra dini takıntının oluşum sürecini ve nedenlerini açıklayan bazı psikolojik akımların görüşleri aktarılacaktır. Buna ek olarak dini takıntının oluşumunu açıklayan yanlış din eğitimi ve yanlış tanrı tasavvuru gibi bazı bilişsel durumlara dikkat çekilecektir. Bu bahsi geçen durumların dini takıntıyı açıklayan önemli görüşler ve durumlar olduğu düşünülmektedir.

2.3.6.1. Dini Takıntıyı Açıklayan Temel Faktörler

Dini takıntı üzerinde yapılan çalışmalar her ne kadar sınırlı olsa da bazı etmenlerin dini takıntı üzerinde etkili olduğu konusunda araştırmalar hem fikirdir. Bu başlıkta ise dini takıntılarla güçlü bir ilişkiye sahip olduğu tespit edilen OKB, DEK, suçluluk ile

utanma duygusu ve kaygı hissi ile ilişkisine değinilecektir. Bu konu hakkında literatürde yapılan çalışmalar, kısaca özetlenerek sahip oldukları ilişki ortaya konacaktır.

2.3.6.1.1. Obsesif-Kompulsif Bozukluk

Obsesif-kompulsif belirtiler arasındaki dini temalar, çok uzun zamandır özellikle dini otoriteler tarafından gözlemlenen bir olgudur. Hatta literatürde takıntıların ilk tanımı “şeytan veya şeytani bir ruh tarafından tahrik edilme” (Greenberg & Witztum, 1991, akt., Yorulmaz vd., 2009, s. 401) şeklindedir. Burada obsesyonların ortaya çıkmasında, aslında dini bir vurgunun olduğu görülmektedir. Ayrıca Greenberg ve Huppert’in (2010, s. 282) çalışmasında da OKB’nin en erken tanımının dini bir özellikte olduğu belirtilmektedir. Dolayısıyla OKB’nin psikiyatrik bir rahatsızlık olarak tanımlanmasından önce bireylerde dini takıntıların mevcut olduğunu görülmektedir. Yine OKB’nin diğer türlerinde olduğu gibi dini takıntılarda da şüphelerin ve aşırı düzeyde ritüellerin yer alması, sosyal, mesleki ve dini aktivitelerin bozulmasına yol açmaktadır (Greenberg, 1984, akt., Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79).

OKB’nin alt bir boyutunu oluşturmasına ve aynı kökeni paylaşmasına rağmen dini takıntılar, Miller & Hedges’e (2008, akt., Greenberg & Huppert, 2010, s. 284) göre şu durumlardan dolayı OKB’den ayrılmaktadır:

1) Dini takıntılı olan kişilerin OKB’li bireylere nazaran daha zayıf bir iç görüşü vardır, inançları daha katı ve değişmezdir. Meydana gelen düşüncelerinin büyüsel bir güce sahip olduğuna inanmaktadır.

2) Klasik tedavi yöntemlerine (maruz bırakma ve tepki önleme vb.) yanıt verme olasılıkları daha düşüktür.

3) Dini takıntılı bireyin zihnine müdahale eden ve doğru olmayan düşünceleri, OKB’de olduğu gibi gerçek hayatta gerçekleşmesi mümkün şeylerden oluşmamaktadır. Daha çok, soyut alanları içermektedir.

4) Dini takıntılı ölçeğin PIOS (Penn Inventory of Scrupulosity), OKB’nin ölçekleri ile çok ilişkili değildir.

5) Belirgin bir semptom grubuna sahiptir.

Bu gibi farklılıklardan dolayı dini takıntılar, OKB tedavisinin çıktılarını zayıflatan ancak henüz tam olarak anlaşılabilen bir alanı oluşturmaktadır. Mevcut çalışmalar dini takıntıların, dini ilişkileri ve OKB şiddeti ile ilişkili olduğunu belirtmekle beraber alandaki boşluklara da dikkat çekmektedir (Buchholz vd., 2019, s. 8).

2.3.6.1.2. Düşünce-Eylem Kaynaşması

DEK, en kısa ifadesi ile düşüncelerin eylemlerle eş değer sayılmasıdır ve bundan dolayı dini takıntılarda, düşüncelerin de günah içerdiğine inanılması şeklinde tezahür etmektedir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Böylelikle bireyler için kabul edilemez düşünceler, yapılan eylemler kadar günah olduğuna inanılmakta (DEK-ahlaklılık) ve aşırı bir stres hissedilmektedir. Bu durum ise gerçek hayatta korkulan durumların meydana gelme olasılığını arttıracığına inanılmaktadır (DEK-olasılık). Bunun sonucunda ise bireyler korkulan sonucu önlemek için belirli ritüeller (kompulsiyonlar/zorlanımlar) sergilemektedir (Abramowitz vd., 2003, s. 1070).

İnöz ve arkadaşlarının (2017, s. 5) çalışmasında DEK ile dini takıntılar arasındaki ilişkiye dair şu önemli bilgilere yer verilmiştir. Birçok din, iç ve dış etkenlerle temizlik ve saflığa sıkıntı oluşturabilecek durumlara karşı kalp ve vücut temizliğine oldukça çok vurgu yapmaktadır. Katı ahlaki kodlar ve dini değerler bazı bireylerde daha kalıcı ve şiddetli zihinsel düzeyde kirlenme belirtilerine neden olmaktadır. Ahlaka ve dine aykırı herhangi bir düşünce veya eylem, içsel kirlilik duygusuna neden olabilmektedir. Oldukça dindar olan kimseler ise DEK ile yoğun suçluluk ve tiksinti duygularını deneyimleyebilmektedir. Bunun sonucunda içsel kirliliği temizleyebilmek adına pek çok temizlik davranışlarına yönelik güçlü dürtüler hissedebilmektedir. Ahlaki saflığa yönelik, fiziksel temizlik eylemleri de sergilenebilmektedir (Zhong & Liljenquist, 2006, akt., Inozu vd., 2017, s. 5).

Katoliklikte yer alan küfür, zina ve saldırganlık içeren düşüncelerin günah olarak yer alması (Shafran vd., 1996, s. 381) ve İncil’de “Bir kadına şehvetle bakan her adam, yüreğinde o kadınla zina etmiş olur,” pasajının olması, DEK’in Hristiyanlıktaki yerine işaret etmektedir (Matthew, 5:37-38, akt., Buchholz vd., 2019, s. 3). Dini takıntıların yoğunluğuna katkı sağlayan DEK (Rossin & Kosher, 2003, akt., Altın, 2009, s. 44), bazı çalışmalarda daha çok Hristiyanlıkta gözlemlenen bir durum olarak görülmüştür.

Bu çalışmalarda Hristiyanların, DEK konusunda daha yüksek puan aldığı ortaya koyulmaktadır (Huppert vd., 2007; Siev vd., 2010; Yorulmaz vd., 2009). Yahudiliğin ve İslam'ın kutsal kitaplarında da benzer içerikler yer almasına rağmen, Hristiyanlıktaki bu merkezi dogma ile eş değerde görülmemiştir (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283).

Buna rağmen ülkemizde gerçekleştirilen bazı çalışmalarda genel olarak DEK-ahlaklılık tipi, DEK-olasılığa nazaran daha fazla OKB belirtileri ile ilişkili bulunmuştur (Yorulmaz vd., 2004, akt., Bilekli, 2009, s. 10). Siev (2010, s. 311) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ise DEK-ahlaklılık, Yahudilerdeki obsesif-kompulsif semptomları ile anlamlı bir ilişkili gözlenirken, Hristiyanlıkta benzer sonuçlar göstermemiştir. Oysa yapılan çalışmaların geneline bakıldığında OKB ile daha güçlü ilişkiye sahip olan bileşenin DEK-olasılık olduğu görülmektedir. Bu durumun Batı ile Türkiye'deki kültürel ve dini farklılıklardan kaynaklanabileceği belirtilmektedir (Yorulmaz vd., 2004, akt., Bilekli, 2009, s. 10).

2.3.6.1.3. Suçluluk ve Utanma Duygusu

Suçluluk; sergilenen davranıştan ötürü, pişmanlık ve gerginlik duyguları ile açıklanan bir duygudur (Hale & Clark, 2013, s. 24). Utanma ise, bireyin kendini suçlu veya eksik olduğunu düşünmesi ve böylelikle benliğini kusurlu görmesi şeklinde tanımlanan acı dolu kişisel bir histir (Broucek, 1991, akt., Cırhinlioğlu & Güvenç, 2011, s. 250). Bu duygular tek başına patolojik bir durumu oluşturmamasına rağmen aşırı düzeyde hissedildiğinde veya bastırıldığında bazı ruhsal rahatsızlıklar meydana getirmektedir (Peker, 2003, akt., Yağcı, 2006, s. 51). OKB semptomları için önemli, kalıcı ve aracı bir bileşeni oluşturan suçluluk ve utanma duygusu, aynı zamanda OKB şiddetini de arttıran ve tedavi çıktılarını olumsuz yönde etkilen bir faktördür (Shapiro & Stewart, 2011, ss. 2-3). Din teması ise ahlaki bir ilke ihlal edildiği kanısına kapılarak, davranışından ötürü pişmanlık ve özellikle suçluluk duygusu hissettirdiği için OKB ile ilişkilendirilmektedir (Klass, 1987, akt., Steketee vd., 1991, s. 360).

Dini takıntılar hakkında yapılan tanımlara bakıldığında, bu durumun özellikle günah ve suçluluk içeren konularda meydana geldiğinin altı çizilmektedir (Altın, 2009; McIngvale vd., 2017). Hatta dini takıntılara katkı sağlayan faktörler, asıl belirtiler ve

yaygın sonuçları arasında, abartılmış bir suçluluk duygusu yer almakta (Miller & Hedges, 2008, s. 1048) ve OKB alt tipindeki dini takıntıların önemli bir bileşeni olarak görülmektedir (Shapiro & Stewart, 2011, s. 3). Aynı zamanda takıntılara sahip kişilerde, normal kişilere nazaran suçluluk duygusu tetiklendiğinde takıntı davranışlarının arttığı da gözlemlenmektedir (Mancini & Gangemi, 2004, s. 115). Dini zorlanım davranışların ise oluşan bu suçluluk duygusunu hafifletmek için sergilendiği iddia edilmektedir (Altın, 2009, s. 253). Hatta bu duygunun zorlanım tepkilerini, korku ve kaygı kadar motive ettiği öne sürülmektedir (Rosen, 1975, akt., Steketee vd., 1991, s. 360) Örneğin el yıkama kompulsiyonunun, günahtan ve suçtan arınma isteği üzerine gerçekleştirildiği belirtilmektedir (Göka, 1994; Karamustafalıoğlu & Karamustafalıoğlu, 2000; Peker, 2003, akt., Yağcı, 2006, s. 51).

İnozü ve arkadaşlarının (2012, s. 959) çalışmasında ise dini takıntılar, suçluluk duygusundan ve zihne müdahale edici, istenmeyen düşünceleri kontrol etmekten kaynaklandığı yer almaktadır. İlk etapta doğal bir şekilde ortaya çıkan bu zararsız müdahaleler, kişisel olarak önemli görülerek yanlış yorumlanırsa, takıntı rahatsızlığına dönüşebilecek kritik bir zemin oluşturmaktadır. Yine daha önceden belirtildiği gibi bu düşünceler kontrol edilmeye çalışılırsa, ki bu oldukça zordur, ters etki yapabilmekte ve istenmeyen düşüncelerin zihinden atılma çabası konusunda başarısızlıkla sonuçlanmaktadır (Najmi & Wegner, 2009; Wegner, 1994, akt., Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 959). Benzer şekilde istenmeyen düşünceler veya şüpheler zihinde sıklıkla meydana geldiğinde ve bu durum kişide aşırı bir derecede suçluluk hissine neden olduğunda, bireyler durumu yok saymak ya da oluşan stresi azaltmak için nötrleştirme davranışları sergilenmekte ve yine bu durum paradoksal olarak istenmeyen düşüncelerin yoğunluğunun ve sıklığının artmasına neden olmaktadır (Clark, 2004; Purdon & Clark, 2005, akt., Inozu, Clark, vd., 2012, s. 200).

Dini takıntıların artmasına neden olan ve aşırı suçluluk hissini besleyen başka bir duygu ise sorumluluk duygusudur (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 200). Bu duygu, kişinin olumsuz sonuçlara neden olma veya önleme konusunda çok önemli bir güce sahip olma inancı olarak tanımlanmaktadır (Mancini & Gangemi, 2004, s. 110). OKB'nin gelişmesinde ve devam etmesinde önemli bir rol oynayan abartılmış sorumluluk duygusu, zihne müdahalede bulunan, istenmeyen düşüncelere bir tepki olarak oluşmaktadır ve kişi, zarar vermeye yönelik korku ve sorumluluk duyguları ile

suçluluk hissetmektedir (Salkovskis, 1985, 1989, akt., Bilekli, 2009, s. 7). Aynı şekilde istenmeyen düşüncelerin kontrol edilmesi de kişiye sorumluluk yükleyerek suçluluk duygusunun oluşmasına neden olmaktadır (Hale & Clark, 2013, s. 32).

Suçluluk duygusu, psikodinamik teoriye göre cinsellik ve saldırganlık ile ortaya çıkmakta ve obsesif-kompulsif davranışlarda bir artışa neden olmaktadır (Yağcı, 2006). Bilişsel yaklaşıma göre ise suçluluk duygusu, OKB'yi oluşturan ana yapı taşıdır (Bilekli, 2009, s. 28). Sahip olunan çarpık ve abartılmış bilişlerinden veya algılarından kaynaklanmaktadır (Karahana, 2006, s. 19). Bu tarz algılardan dolayı kişiler aşırı kaygılı bir şekilde abartılmış bir sorumluluk hissetmekte ve bunun sonucunda kendi benliğini suçlayıcı bir tavır sergilemektedir (Lack vd., 2015, s. 27). Son olarak belirtmelidir ki abartılmış sorumluluk duygusu, takıntılara ritüelist tepkiler için güçlü bir motivasyon kaynağı sağlamaktadır (Shapiro & Stewart, 2011, s. 5).

Abartılmış sorumluluk ile ilişkili ve suçluluğun en iyi çalışılmış biçimi olarak karşımıza DEK çıkmaktadır. OKB semptomlarının önemli bir nedensel faktörünü oluşturan (Miller & Hedges, 2008, s. 1044) ve iyileşmenin önündeki bilişsel bozulmalara neden olan DEK (Shapiro & Stewart, 2011, s. 7), sorumluluk ve suçluluk duygularını arttırmakta, rahatsız edici düşüncelere önem atfedilmesine neden olmakta ve bu durum kontrol etme girişimleri ile sonuçlanmaktadır (Inozu, Karancı, vd., 2012, s. 960).

Son olarak suçluluk duygusunu ortaya çıkaran etmenler arasında, çocuğa din eğitimi verilirken korku unsurunu çokça kullanmak da yer almaktadır ve bu durum bireyin dengesini bozmakta, günahkarlık hissi ile birlikte bireyi suçluluk duygusuna itmektedir (Cebeci, 2003; Artır, 2005, akt., Yağcı, 2006, s. 57).

Utanma duygusu ise OKB'de sıklıkla karşılaşılan bir olaydır ve kişilerin rahatsız oldukları bu durumu gizlemelerine neden olmaktadır (Maj vd., 2002, s. 23). Dini takıntı ise özellikle katı ahlaki kodlarla güçlü bir ilişkiye sahip olduğundan, cinsel içerikli düşüncelerden dolayı utanma duygusu ile güçlü bir bağa sahiptir (De Jong & Cook, 2021, s. 706; Fergus & Valentiner, 2012, s. 106; Siev vd., 2011, s. 2; Yağcı, 2006, s. 12). İstenmeyen düşüncelerin akla gelmesi veya istek ve hayallerin bizzat kendisi, bireylerin korkmasına ve utanmasına neden olmaktadır (Amil, 2013, s. 8).

Özet olarak suçluluk ve utanma duygusu, dini takıntıyı oluşturan ve sürdürülmesine katkı sağlayan önemli etmenlerden biridir.

2.3.6.1.4. Kaygı

Dini takıntının içindeki kaygı faktörünü açıklayabilmek için öncelikle OKB'deki konumuna daha sonra dindeki yerine bir bakış atılması gerekmektedir. OKB'de kaygının yeri daha önce kaygı kökenli bozukluklar ve obsesif-kompulsif başlıkta geniş bir şekilde açıklanmıştı (Bkz. 34). Burada ise din ve dindarlıktaki konumundan bahsedilecektir. Bilindiği gibi OKB'nin özünde yer alan kaygı, aynı zamanda dindarlığın kökeninde de bulunabilmektedir (Ok & Gören, 2018, s. 4). Buna göre Tanrı ve toplum tarafından cezalandırma ve dışlanma kaygısı, insanları dine ve dindarlığa teşvik edebilecek bir etken olduğu gibi aynı zamanda günlük olayların stresi ve endişesi, dünyayı zorlayıcı bir yer olarak algılamak, bazı insanları hissedilen kaygıyı baskılayıp önlemek adına ritüellere yöneltebilmektedir (Ok & Gören, 2018, s. 4). Bu hissedilen kaygı, din ve Tanrı ile birlikte güvensizlik hisseden bireyler için bir bağlanma nesnesi haline gelmektedir ve tövbe, kardeşlik dayanışması, ilahi şefkat ve bağışlanma gibi olgularla kendilerini kaygılı hisseden kişiler için bir iç huzur kaynağı haline gelmektedir (Ok & Gören, 2018, s. 5). Bu şekilde kaygı, kişiyi hem dine yönelttiği bir huzur kaynağı olmakta hem de kişide oluşan kaygıyı azaltmak için aşırı ibadete yönelten bir unsur halini aldığı anlaşılmaktadır.

Aynı şekilde mevcut çalışmada daha önce dini takıntıların oluşma ve gelişim aşamalarında da sıklıkla kaygı unsuruna vurgu yapılmıştı. Buna göre, tehlikeli addedilen düşünceler meydana geldiğinde bunlar, kabul edilemez sayılıp kaygı oluşturmakta, kaygı arttıkça ise bu istenmeyen düşünceler daha fazla anlamlı ve önemli olarak yorumlanmaktadır. Bunun ardından kontrol etme çabaları meydana çıkmakta ve başarısız olduğunda -ki çoğunlukla başarısızlıkla sonuçlanmaktadır- paradoksal bir durum oluşturmaktadır (Altın, 2009). Aynı zamanda kaygı, günah içerikli düşünceler sebebiyle cezalandırılmayı gerektiğine dair saplantıları oluşturmakta ve bu durum dini takıntılar için bir risk faktörüne neden olmaktadır (Olatunji vd., 2007, s. 784).

DEK-olasılık ile daha iyi açıklanan, istenmeyen düşüncelere anlam atfetme ve algılanan tehdidin abartılması da aynı şekilde kaygıyı arttıran durumlardandır (Shafran vd., 1996, s. 389). Bunun yanında Rachman (1971; 1976; 1980, akt., Altın, 2009, s. 19), önemli takıntıların gelişmesi için kaygı eğiliminin, dört hassasiyet faktöründen biri olduğunu önermektedir. Aynı şekilde takıntılardaki artışların, kaygı ve olumsuz duygulanımdaki artışlarla ilişkili olduğu gözlenmiştir (Olatunji vd., 2007, s. 784). Dini takıntıların varlığına işaret eden değişkenler arasında kaygı (özellikle sürekli kaygı) ve obsesif-kompulsif semptomlarının önemli olduğuna işaret eden çalışmalar da mevcuttur (Olatunji vd., 2007, s. 771).

Kaygı duygusunu ortaya çıkaran diğer bir durum ise dini takıntı ölçeğinde yer alan Tanrı'dan korkma alt ölçeğinde yatmaktadır. Altın'ın (2009, s. 244) çalışmasında Müslümanların, Hristiyanlara nazaran daha fazla Tanrı'dan korktuğu görülmüştür. Aynı çalışmada bu durum şöyle açıklanmaktadır: Dini takıntıların bilişsel temeli üzerindeki kültürel değerler, inanç ve tutumlar etkili olduğu için bunu anlamak adına İslam'daki Allah'tan korkmayı içeren ayetlere ve anlayışlara bakılması gerekmektedir. Kuran'da gerçekten inanan kimselerin, şeytandan değil de Allah'tan korkması gerektiği yer almaktadır (3/175, akt., Altın, 2009, s. 233). Başka bir çalışmada bu durumun, İslam'daki Allah'a güvenme ve umutla birlikte Allah'tan korkma arasındaki gerilimden kaynaklandığı belirtilmekte ve Müslümanlar için korkunun, ibadetlerde sevgiyle anılan bir tavır olduğuna dikkat çekilmektedir (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 199). Hristiyanlıkta ise Tanrı, İslam'a nazaran daha çok sevgiyi çağrıştırmakta (Kunkel vd., 1999, akt., Inozu, Clark, vd., 2012, s. 199) ve bu anlayış cezalandırıcı olmaktan çok maskülen, güçlü, sevecen ve rahatlık kavramlarını içermektedir (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 199). Bu yüzden Müslümanları ve Hristiyanları karşılaştıran bu çalışmada, Tanrı'dan korkma alt ölçeğinde, Müslümanların çoğunlukta olduğu görülmüştür. Özetle bu durumlar göstermektedir ki dini takıntı ile kaygı arasında çok güçlü bir ilişki bulunmaktadır ve bu ilişki dini takıntıları açıklarken kullanılan önemli bileşenlerden biridir.

2.3.6.2. Psikolojik Akımların Görüşleri

Değişik psikolojik akımlar, dini takıntıların özellikle oluşum aşamasındaki arka planı açıklamaya çalışsalar da konu hakkında verilen bilgiler oldukça sınırlıdır (Fang vd.,

2016). Buna neden olan durum ise yapılan araştırmaların genelde OKB'ye neden olan etmenlerin anlaşılmasının, dini takıntıları da kapsayacağını varsaymaktan kaynaklanmaktadır. Buna rağmen literatürde bu konuyu ayrı bir başlıkta açıklayan az da olsa çalışma mevcuttur (Altın, 2009; Amil, 2013; Miller & Hedges, 2008; Yağcı, 2006). Bu çalışmalara göre dini takıntılara neden olan etmenler hakkında dört yaklaşım türü bulunmaktadır. Bunlar; psikodinamik, varoluşsal, davranışsal ve bilişsel-davranışçı teorilerden oluşmaktadır ve bu konudaki bilgiler aşağıdaki başlıkta, Miller ve Hedges'in (Miller & Hedges, 2008, ss. 1047–1049) çalışmasından özetlenerek aktarılmıştır. Dini takıntıların oluşumuna dair bu bilgiler, konunun çerçevesinin daha iyi çizilmesini sağladığından dolayı mevcut çalışmada ayrı bir başlık olarak yer alması gerektiği düşünülmüştür.

2.3.6.2.1. Psikodinamik Teori

Erken dönemde ortaya çıkan psikodinamik teori, dini takıntıları şu şekilde açıklamaktadır: Dini takıntıların altında derin, bilinçsiz, çocuksu, cinsel ve saldırgan istekler bulunmaktadır ve bunlar ego tarafından kabul edilememektedir. Ego ise bu durumu, dini takıntıların belirtileri ile dışa vurmaktadır. Bu rahatsızlığı yaşayan kişi, bu durumun altında yatan nedenlerin farkında değildir.

Bu durumun yanında Freud, dini takıntılar ile takıntılı davranışlar arasında bir benzerlik kurarak, dini ibadetleri saplantılı davranışlar olarak görmektedir (Ayten, 2012, akt., Amil, 2013, s. 39). Amil'in (2013, ss. 39–40) çalışmasında yer verdiği üzere Freud'un kurduğu benzerlikler şunlardan oluşmaktadır:

- Hem ibadetlerde hem de takıntılarda ihmal edildikleri zaman vicdan azabı meydana gelmektedir.
- Her ikisi de zihni oldukça çok meşgul etmekte ve diğer işlerden soyutlamaktadır.
- Her iki davranış da tüm ayrıntıları ile yerine getirilmektedir.
- Her iki durumda da yapılmadığında suçluluk, pişmanlık duygusu oluşmakta ve yerine getirilmezse herhangi bir zarar veya kötülük göreceğine inanılmaktadır.
- Her ikisinde de birtakım içgüdüler bastırılmaktadır.

- Her iki tutumun arkasında, birtakım güdülerin isteklerine engel olunması ve bu yeni durumun zamanla yeni bir zevk halini alması yatmaktadır.
- Her iki davranış aslında önemsiz olmasına rağmen hayattaki önemli şeyleri temsil etmektedir.

Erken çocukluk deneyimlerinin, sonraki yıllara uzanan bir etkisinin olduğu konusunda oldukça ikna edici olan psikodinamik yaklaşım, dini takıntılar konusunda Freud'un geliştirmiş olduğu belirli savunma mekanizmaları (savunmacı yaklaşım, karşıt tepki, yüceltme) yaygınlıkla görülse bile, arka planında yatan asıl nedenler Freud'un iddia ettiği kadar çok daha farklı kökenlere sahip gibi görünmektedir. Etkileyici ve merak uyandırıcı açıklamalara rağmen, içsel bilinçsiz çatışmaların dini takıntılara olan etkisi çok az ampirik çalışmaya konu olmuştur.

2.3.6.2.2. Varoluşsal Psikoloji

Varoluşsal psikoloji, her bireyin eşsiz koşulları ve durumlarıyla özel olarak ilgilenen, terapist tarafından desteklenerek korkulan olaylarla yüzleştirmeye cesaretlendirilen bir yaklaşımdır. Ve bu yaklaşıma göre insanın yaşadığı sıkıntıların arkasında kişiler arası soyutlanma, anlamsızlık, ölüm korkusu gibi temalar yatmaktadır. Kaygı ve sıkıntı oluşturan bu gibi durumların insan davranışına ve düşüncesine oldukça büyük bir etkisi vardır. Dini takıntı rahatsızlığına neden olan etmenler de bu konularda yatmaktadır.

Kişiler arası soyutlanma kişiyi hem dini takıntılara itebilecek bir neden yaratırken, hem de dini takıntılara sahip kimselerin diğer insanlardan soyutlanması ile sonuçlanıp durumunu daha da kötüleştirebilmektedir. Anlamsızlık temasında ise kişinin, günah işlediğini ve bundan dolayı cezalandırılmayı hak ettiğini düşündüğü durumlarda tüm varoluşunu anlamlandırmaya girişebilmesi yer almaktadır. Amaçsızlıkla sonuçlanan bu girişim ise bireyi, aslında yaşamın bir anlamı olmadığı fikrine götürebilmekte ve dini takıntıya sahip bireyin yaşamını kapsayan patolojik bir şüphe ve sorgulamaya neden olabilmektedir.

Ceza ve günah kavramları ile oldukça ilişkili olan ölüm kaygısı ve ahiret ile ilgili konular, dini takıntılarının gelişmesinde oldukça önemli konulardandır. Ölümdeki

gizem, en sık görülen kaygı türüdür. Ölüm zamanının belirsiz olması, dini takıntılara sebebiyet verirken aynı zamanda kaygı uyandırarak kişiyi aşırı duyarlı olmaya itebilmektedir. Bu endişe halini tüm insanlar yaşamaktadır ancak bazı insanlar, nedeni tam olarak bilinmese de bu tarz kaygıları stres kaynağı olarak görmekte ve buna karşı daha çok savunmasız kalmaktadır.

2.3.6.2.3. Davranışsal Psikoloji

İnsan davranışının, dışsal olaylar ve uyarıcılarla şekillendiğini savunan davranışsal psikoloji eğitimi, kişiliğimizi ve inancımızı şekillendiren önemli bir etmen olarak görmektedir. Örneğin klasik koşullanmada, özellikle çocukluk ve yetişkinlik yıllarında, kaygı üreten bir obje ile olumsuz bir birleşme gerçekleşirse ve bu tekrarlanarak pekiştirilirse, belirli semptomlar oluşturması kaçınılmazdır. Dini takıntı konusunda ise defalarca haksız yere suçluluk ve endişe duygularını deneyimleyen bireyler, dini yavaş yavaş olumsuz duygularla birleştirmektedir. Edimsel koşullanmada ise ebedi ödüllendirme ve cezalandırma ile ilgili davranış ve düşünce örüntüleri, dini takıntuların gelişmesinde önemli ölçüde etki edebilecek bir alanı oluşturmaktadır. Bu durum ise hassas bir kişilikte, patolojik korku ve şüphe üretilmesine neden olmaktadır.

Aynı zamanda çocukluk döneminde diğer insanların davranışları ve tavırlarının gözlenmesi ve bunların taklit edilmesi de dini takıntuların gelişmesinde oldukça etkilidir. Benzer şekillerde, bireye bazı nesne ve durumlardan korkulması ve kaçınılması öğretildiğinde çeşitli fobiler ve kaygılar oluşmaktadır. Günah içeren davranışları aşırı önemseyen katı ailelerde ve dini toplumlarda yetişen kişilerin, dini takıntuların belirli temalarına karşı aşırı duyarlılık geliştirdiği görülmektedir.

2.3.6.2.4. Bilişsel-Davranışsal Psikoloji

Bilişsel-davranışçı psikoloji; insan davranışının, düşüncesinin ve deneyiminin kaynağını, kişisel bakış açısında ve düşünce örüntülerinde incelemektedir. Genel olarak güçlü ve tatmin edici bir çerçeveye sunan bilişsel-davranışçı psikoloji, dini takıntuların oluşumunu şu şekilde açıklamaktadır: Dini takıntıya meyilli olan birey, zihnine izinsiz giren düşünceleri yanlış yorumlamakta, bunları felaket olarak

değerlendirmekte ve sonucunda oluşan suçluluk duygusunu en aza indirecek davranışlar sergilemektedir.

2.3.6.3. Diğer Faktörler

Dini takıntıların oluşmasına dair literatürde bazı faktörler yer almaktadır. Buna göre, yanlış verilen din eğitimi ve bireylere erken yaşta yanlış Tanrı tasavvuru hakkında verilen bilgiler, dini takıntının oluşmasına sebebiyet verebilmektedir. Bu durumlar da dini takıntın açıklanması için oldukça önemli diğer faktörleri oluşturmaktadır.

2.3.6.3.1. Yanlış Din Eğitimi

Aile, çocukluk döneminde dini inanç ve tutumların şekillenmesinde en önemli faktördür (Yavuz, 1987, akt., Yağcı, 2006, s. 53). Bu dönemde gözlemlenen ve deneyimlenen dini yaşama şekilleri ve sahip olunan dindarlık, dini takıntılar üzerinde oldukça önemli bir etkiye sahiptir (Fang vd., 2016, s. 10). Ebeveynler zaman zaman dinle ilgili kavramları, çocuğu disipline etmek için bilinçsizce kullanmakta, Allah'ın onları cezalandıracağı, cehenneme atacağı veya çarpacağı yönünde olumsuz bir şekilde çocuğun dinle ilk karşılaşmalarını gerçekleştirmektedir (Bilgin ve Selçuk, 1999; Öztürk, 1981, akt., Yağcı, 2006, s. 54). Ancak çocuğu terbiye veya disipline etmek için Allah korkusunun aşırı kullanılması, çocukların ruhsal gelişimlerine olumsuz etkiler yaptığı oldukça iyi bilinen yanlışlardandır (Öztürk, 1981; Bilgin ve Selçuk, 1999; Bilgili, 2005, akt., Yağcı, 2006, s. 54).

Aile dışında verilen din eğitimi de ailede verilen kadar önemlidir. Hatta çocuğun ahlaki gelişimi için 12 yaşına kadar verilen temel eğitimin, din ve ahlaki eğitim için çok önemli olduğu vurgulanmaktadır (Bilgili, 2005, akt., Yağcı, 2006, s. 55). Okullarda ve kurslarda verilen din eğitiminin aşırı baskıcı, ürkütücü, cezalandırıcı ve yasaklayıcı tarzda olması, en başta dini hedeflerle uyuşmamakta, gençlikte ve ileriki yıllarda tedavisi güç olabilecek ruhsal rahatsızlıklara neden olabilmektedir (Öztürk, 1981, akt., Yağcı, 2006, s. 56). Ayrıca din eğitiminde korku unsurunu sıklıkla kullanmak, çocukların ve gençlerin dengesini bir hayli bozmakta, onları suçluluk ve günahkarlık duygularına itmektedir (Cebeci, 2003; Artır, 2005, akt., Yağcı, 2006, s. 57). Aynı şekilde yapılan bir başka araştırmada baskı ve cezalandırma yönteminin, bireylerin

ibadetlerinde %68 oranında ilgi azaltıcı bir rol üstlendiği belirtilmektedir (Bilgili, 2005, akt., Yağcı, 2006, ss. 57–58).

Son olarak cezalandırıcı ve korkutucu din eğitiminin çocukta mutlaka OKB'ye veya dini takıntıya neden olmayacağını da belirtmek gerekmektedir. Ancak OKB'ye yatkın kişilerde bu rahatsızlığa zemin hazırlayıcı nitelik göstermesi ve belirtileri arttırması oldukça muhtemeldir (Yağcı, 2006, s. 58). Bu yüzden verilen din eğitimi, dini takıntıların oluşmasının potansiyel nedeni olarak gerek ailede gerek aile dışında oldukça önem arz etmektedir.

2.3.6.3.2. Yanlış Tanrı Tasavvuru

Yağcı'nın (2006, ss. 52–53) çalışmasında, çocukluk döneminde şekillenmeye başlayan Tanrı tasavvuru dini takıntıların nedenleri arasında yer almaktadır. Ebeveyn imajı, bu tasavvurun oluşmasında derin bir etki bırakan unsurdur (Bovet, 1958, akt., Yağcı, 2006, s. 52). Kişiler büyüdüklerinde ise ebeveynlerinin sınırlı güçlerini fark etmekte ve onlara karşı oluşan yüce duygular Tanrı'ya yönelmektedir (Yavuz, 1994, akt., Yağcı, 2006, s. 58). Örneğin bir çocuk; aşırı koruyucu, katı, hoşgörüsüz, cezalandırıcı bir ebeveyni sahipse, ileriki zamanlarda şekillenecek Tanrı tasavvuru da buna benzeyebilmektedir. Daha sonra oluşan bu tasavvur, kişinin alacağı eğitim ve çevre ile birlikte daha da belirginleşmektedir. Dini takıntılara sahip bireylerin de genellikle benimsediği Tanrı imajı ise affetmeyen, hoşgörüsüz, katı ve cezalandırıcı görünümündedir. Merhamet kısmını önemsizleştirip, Tanrı korkusuna aşırı vurgu yapmaktadırlar (Öztürk, 1997, akt., Yağcı, 2006, s. 53). Bu yüzden algılanan Tanrı tasavvuru, dini takıntıların oluşmasında oldukça önemli bir etmeni oluşturmaktadır.

2.4. Dindarlığın, Dini Takıntı ve Diğer Kaygı ile İlgili Ruhsal Bozukluklarla İlişkisi

Bu başlık altında daha önce yapılmış dindarlık ile dini takıntı, OKB, DEK, kaygı, suçluluk ve utanma duygusu ile ilgili bilgilere yer verilecektir.

2.4.1. Dindarlık ve Dini Takıntı

Bu başlıkta genel olarak dini takıntı ve dindarlık arasındaki ilişki, yapılan çalışmalar çerçevesinde incelenecektir. Yukarıda değinildiği gibi din ile kültür birbirleriyle harmanlanmış olduğundan dolayı, istenmeyen ve zihne izinsiz giren müdahaleci düşünceler değerlendirilirken, din ve dindarlık potansiyel bir risk unsuru olarak görülmüştür (Yorulmaz vd., 2009, s. 401). Bu konuya duyulan ilgi, Freud'un (1919; 1953, akt., Altın, 2009) dini ritüellerle takıntılı davranışlar arasında bir benzerlik kurmasına dayanmaktadır. Aynı zamanda Rachman (1997, s. 798), dini emirler gibi bütün değer yüklü düşüncelerin önemli olduğuna inanan bireylerde, takıntılara olan eğilimin daha fazla olacağına dikkat çekmektedir.

Kültürel inanışlar ve kaygılar, obsesif-kompulsif fenomenin doğasını ve kendini ortaya koyduğu şekil üzerinde önemli etkiye sahiptir ve din de bu kültürel inanışlar arasında en belirgin kaynaklardan birisidir (Eğrilmez vd., 1997, s. 106). Ayrıca OKB'de en yaygın temalar; kirlilik, saldırganlık, cinsellik, din ve ahlak olarak belirlenmiştir (Foa & Kozak, 1995, akt., Abramowitz & Clinic, 2001, s. 79). Burada din, OKB'nin en yaygın beşinci takıntı türü olarak karşımıza çıkmaktadır. OKB hakkındaki çoğu araştırma, katı dini içeriklerin ve katı ahlaki standartların, takıntıların şekline ve yoğunluğuna pozitif yönde ettiğini kabul etmektedir (Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 959). Yine başka bir çalışmada da dini takıntı belirtilerinin, kişinin dini inanışları, ibadetleri ve doktrinleri tarafından etkilenebileceği belirtilmektedir (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 191).

Bu konu hakkında yapılan çalışmaların çoğu OKB ve dindarlık arasındaki ilişkiyi inceleyen diğer çalışmalara dayanmaktadır. Yapılan bazı çalışmalarda dindarlık, OKB belirtileri ve bilişleri ile ilişkili bulunmuş (Abramowitz vd., 2002; Shafran vd., 1996; Steketee vd., 1991, akt., Yorulmaz vd., 2009) ve dindarlık ile OKB'ye bağlı uyumsuz inanışlar arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir (OCCWG, 2001, akt., Yorulmaz vd., 2009, s. 401). Rachman (1997, akt., Altın, 2009, s. 349) ise katı ahlaki inanç ve dini öğretilerin; kişilerin rahatsız edici, istenmeyen düşüncelerini ve sıkça tekrarlanan ritüelleri sergileme olasılığını arttırdığını ve OKB'ye yatkın hale getirdiğini belirtmektedir. İnözü ve arkadaşlarının (2012, s. 959) çalışmasında, dindarlık ve

takıntılılık arasındaki ilişkide, düşüncelerin kontrol edilmesi/önem atfedilmesi ve sorumluluk/tehdit inançlarının etkili olduğu belirtilmiştir.

Bunun yanında OKB ile dindarlığı inceleyen çalışmaların çoğunluğunda, dindarlık seviyesi ve dini bağlılık derecesi ilişkisine değinilmektedir. Yapılan pek çok çalışmada, dindarlığı yüksek olan bireylerde, OKB ve özel olarak dini takıntıların çok fazla olduğu görülmüştür. Bu konudaki araştırmaların sonuçları kısaca şöyledir: (1) Dini takıntı ölçeğinden (Penn Inventory of Scrupulosity - PIOS) yüksek puan alanlar, dindarlığı yüksek olan bireylerdir (Abramowitz vd., 2002, s. 825). (2) Aşırı dindar kişilerde, daha çok takıntılı düşünce ve bunları kontrol etme çabası mevcuttur bu bireyler daha fazla kaygı hissetmeye meyillidir (Yorulmaz vd., 2009, s. 401). (3) İstenmeyen düşüncelere atfedilen önem ve kontrol ihtiyacı, daha çok dindar olan bireylerde bulunmaktadır (Sica vd., 2002, s. 813). (4) Din fark etmeksizin aşırı dindar kişilerde, beklenen tehdit ve düşüncelerden kaynaklı sorumluluk inancı ve istenmeyen düşüncelerin kontrol edilmesi gerektiğine dair uyumsuz inanışlar sıklıktaadır (Altın, 2009, s. 964). (5) Sorumluluk algısı, düşüncelere ve bunların kontrolüne aşırı önem atfedilmesi ve mükemmeliyetçilik gibi işlevsiz OKB inanışlar, daha çok dindar kimselerde bulunmaktadır (Tek & Uluğ, 2001, akt., Altın, 2009, s. 44). (6) Son olarak aşırı dindar bireyler, ahlaken kötü olaylar hakkında düşünmenin veya bunları yazmanın, o olayı gerçekleştirme ihtimalini arttırdığına inanmaktadır (Berman vd., 2010, akt., Buchholz vd., 2019, s. 3).

Dini bağlılık ile ilişkili araştırmalarda ise sonuçlar tutarlılık göstermemesine rağmen bazı araştırmalarda, dini takıntıların niteliği ve nüfuz ettiği genişlik üzerinde bir etkisinin olduğu sonucuna varılmaktadır (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 191). Altın'ın (2009, s. 964) çalışmasında; istenmeyen düşüncelerin yanlış yorumlamasına sebebiyet verebilecek bir değişken olan dini bağlılığın, düşüncelere ve ahlaka dair katı kurallara neden olduğuna, yüksek ahlaki standartların eğilip bükülemediğine ve bunlardan kaynaklanan suçluluk duygusunun önemi hakkındaki inanışlara sebep olabileceği belirtilmektedir. Başka bir çalışmada, katı dini ve ahlaki değerlerle büyütülmüş kimselerde, OKB ile ilişkili işlevsiz inanç ve semptomların daha fazla geliştirebileceği belirtilmektedir (Rachman, 1997, akt., Altın, 2009, s. 349).

Bazı araştırmacılar dini takıntılarını, dini bağlılığın bir bileşeni olarak görmekte ve dini bağlılığın, dini takıntılarının temel özelliklerini çok iyi yansıtığını dşunmektedir (Arterburn & Felton, 1991; Booth, 1991; Taylor, 2002, akt., Miller & Hedges, 2008, s. 1049). Örneğin, diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi dini bağlılık da bağlanan kişinin acı gerçeklerden ve duygulardan kaçmasına yardımcı olmaktadır ve bu kişiler dinleri kaçış için kullandığı için sağlıksız bir dindarlık geliştirmektedirler (Taylor, 2002, akt., Miller & Hedges, 2008, s. 1049).

Ancak belirtilmesi gerekmektedir ki bugüne kadar hiçbir dini yetiştirme tarzının, OKB'ye neden olduğuna ilişkin bir sonuca varılmış değildir ve muhtemelen kendilerini OKB'de tanımlamış olan aşırı dindar kimselerin sahip olduğu takıntılar, dini konularda kendini gösterdiği için böyle bir algı oluşmuştur (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Bu konuyu içeren çoğu çalışmada belirli bir dinin, OKB semptomlarının şiddetine etki etmediği belirtilmekte, aksine OKB belirtilerinin ortaya koyduğu şekil üzerinde ciddi etkilere neden olan unsur olarak dindarlık seviyesi gösterilmektedir (Altın, 2009, s. 249). Yine başka bir çalışmada kişide bulunan yatkınlığın, bulunduğu dinin özelliklerinden etkilenerak kendisini dini konular üzerinden ifade etmiş olabileceğinden bahsedilmektedir (Besiroglu vd., 2014, s. 8).

Nihayetinde OKB ve dini fenomenler arasındaki benzerliklere rağmen din ve OKB arasında Freud'un iddia ettiği gibi güçlü bir ilişki tespit edilememiştir ve dini takıntılarının dini bir olaydan ziyade bir obsesyon niteliğinde görülerek tedavi edilmesi gerektiğinin altı çizilmiştir (Tek & Ulug, 2001, ss. 106–107). Greenberg ve Huppert'in (2010, s. 286) da belirttiği üzere dini ritüeller ve zorlanımlar arasındaki benzerliğe rağmen dinin, OKB'nin gelişme riskini arttırdığı yönündeki kanıtlar oldukça azdır.

Bunlara ek olarak kendisini belirli bir dinle tanımlamayan kişilerde de dini takıntı ve kontrol edilemeyen düşünceler arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir (Siev vd., 2011, s. 1194). Dinin OKB'yi geliştiren bir unsur olmadığını ortaya koyan bu çalışmada "seküler dini takıntı" kavramı ortaya atılmıştır. Kendini belirli bir dinle tanımlayan bu kişilerde de abartılmış ve katı bir "doğru-yanlış" kuralları bulunmaktadır. Aynı tespiti yapan Buchholz ve arkadaşlarının (2019, s. 11) alışmasında bu durum, katılımcıların daha önce bir dine inandıkları ancak sonradan

dinden uzaklaşmış olabileceği ihtimali ile açıklanmaktadır. Buna ek olarak, çok az rastlanan bu takıntı türünün daha fazla incelenmesi gerektiğinin de altı çizilmektedir. Son olarak dinin OKB'ye neden olmadığı, aksine bazı durumlarda kişilerde gelişen veya gelişebilecek takıntıları azalttığını tespit eden çalışmalar da bulunmaktadır. Witzing ve Pollard'a (2013, s. 331) göre manevi iyi oluş ve dini bağlılık ile dini takıntılar arasında negatif bir korelasyon olduğu görülmüştür. Dinin, takıntıları azalttığı sonucuna ulaşan bu çalışmaya göre, dini takıntıların da manevi iyi oluş üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğu belirtilmiştir. Bunun yanında, ölümden sonraki hayat hakkındaki olumlu görüş ve inançların, OKB dahil diğer psikiyatrik belirtilerin şiddetini azaltıcı bir etmen görevi üstelendiği görülmüştür (Flannelly vd., 2008, akt., Witzig & Pollard, Alec, 2013, s. 332). Ayrıca Tanrı hakkında daha kötü fikirlere sahip kimselerde, mevcut belirtilerin daha şiddetli olduğu görülmüştür (Siev vd., 2011, s. 1187). Bu yüzden sağlıklı bir dindarlığın, dini takıntıları azaltabileceği sonucuna varılmaktadır.

2.4.2. Dindarlık ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk

Dindarlık ve OKB arasındaki ilişki, daha önce yer verdiğimiz dini takıntılar ve dindarlık arasındaki ilişkiyle oldukça benzerdir. Bu konu hakkında yapılan çalışmaların çoğu, dini takıntıları OKB genelinde yer vererek dindarlıkla ilişkisi bağlamında incelemiştir. Bu yüzden daha önce aktarılan bu bilgileri özetlemek gerekirse, katı dini içerik ve ahlaki standartlar takıntılara etki etmekte (Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 959), takıntı belirtilerinin dini inanıştan etkilenebileceğinin altı çizilmektedir (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 191). Başka bir çalışmada OKB'nin, katı ve literal zihniyette dindarlık olarak kendisini gösterdiği ileri sürülmektedir (Solaim & Loewenthal, 2011, akt., Ok & Gören, 2018, s. 4).

Yapılan araştırmaların bir kısmında dindarlık, OKB ile ilişkili bulunurken (Cosgore, Cross, & Bhugra, 2011, akt., Ok & Gören, 2018, s. 3; Yorulmaz vd., 2009, s. 401), bazı çalışmalarda ise bu yönde bir ilişki tespit edilememiştir (Tek ve Ulug, 2001; Lewis, 1994; Zohar, Goldman, Calamary ve Mashiah, 2005; Chia, 1996, akt., Bilekli, 2009, s. 26). Buna göre OKB, daha dindar bireylerde daha çok yaygın ve şiddetli olma eğilimine sahip olmasına rağmen (Hutchinson, Patock-Peckham, Won Cheong, & Nagoshi, 1998; Inozu, Clark, & Karanci, 2012a; Sica, Novara, & Sanavio, 2002;

Yorulmaz, Gencoz, & Woody, 2009, akt., Hale & Clark, 2013, s. 26; Koenig et al., 1993; Steketee, Quay, & White, 1991, akt., Ok & Gören, 2018, s. 3), hiçbir çalışmada OKB'nin nedeni olarak görülmemiş ve kanıtlanmamıştır (Greenberg & Huppert, 2010, s. 283). Kişilerde eğer OKB'ye yatkınlık varsa, bu belirtiler kişinin dini inanışında kendini gösterdiğinin altı çizilmiştir (Altın, 2009, s. 249; Besiroglu vd., 2014, s. 8). Buna ek olarak bazı çalışmalarda ise dindarlığın bireylerde gelişen takıntıları azaltabilecek bir etkide olduğu vurgulanmıştır (Witzig & Pollard, Alec, 2013, ss. 331–332).

Son olarak dindarlığın OKB'ye neden olmadığı ama katı dindarlık profillerinde OKB'nin gelişmesinin oldukça mümkün olmasından kaynaklanan karmaşıklığa, üçüncü bir faktörün açıklık getirdiği belirtilmektedir (Ok & Gören, 2018, s. 5). Yazarlar, bu iki duruma teşvik eden durum olarak kaygıyı görmektedir. Din; emirleri, tekrarlayan ibadetleri ve yasakların çiğnenmesi durumunda, ahiret algısı ile kaygıyı besleyebilmekte, artan kaygıyı hafifletmek için ise daha çok dindarlığa bağlanılmasına neden olarak bir kısır döngü oluşturabilmektedir. Tanrı'nın her şeye gücü yetmesi, düşüncelerin büyüsel güce sahip olduğunu düşünmesi (DEK) ile ilahi müdahalelerin olması dini alanlarda yaygın olduğu için OKB'yi güçlendirebilecek bir etkene dönüşebileceği belirtilmektedir.

2.4.3. Dindarlık ve Kaygı

Dindarlık, bireyin yaşadığı güç durumlarda dini tutumları ile başa çıkma biçimlerinde görülmekte ve kişinin bozulan iç huzurunun yeniden inşa edilmesi sürecinde önemli rol oynamaktadır (Pargament, 2001; Ayten, 2012, akt., Uysal & Turan, 2019, s. 69). Stres ve buna bağlı olumsuz duygularla baş etme düzeyleri ile Tanrı ile iş birliği içerisinde olmaya çalışanlar arasında, dindarlık ve ibadetlere devam etme arasında pozitif bir ilişki görülmüştür. Böylece samimi dindarların kaygı da dahil pek çok ruhsal sıkıntı ile baş etmesinde olumlu etki yaptığı belirtilmektedir (Argylei 2000; Beit-Hallahmi & Argyle, 1997; Pargament, 1997;2003; Spilka vd., 2001; Yapıcı, 2003, akt., Yapıcı, 2013, s. 181). Kaygı insana güvensizlik vermekte, inanç ise bu güvensizliği telafi edici bir fonksiyon üstlenmektedir (Yapıcı, 2013, s. 117).

Ülkemizde ve yurtdışında bu konu ile ilgili yapılan çalışmaların sonuçları oldukça çelişkilidir. Dindar insanlar, kimi zaman kaygı ile dindarlık arasında bir denge kurmayı başarırken, kimileri ise bu dengeyi kurmakta yetersiz kalmaktadır (Göcen, 2011, s. 1). Bazı araştırma sonuçlarında ise dindarlığın kaygıyı azalttığı gözlemlenirken, diğer araştırmalar bunun tam tersini göstermiştir (Göcen, 2011, s. 7). Çelişik sonuçlara rağmen, dindarlığın kaygıyı azaltmada faydalı olduğu görüşü ağırlık kazanmıştır (Yapıcı, 2007, akt., Göcen, 2011, s. 7). Çelişik sonuçlara ulaşmanın nedeni olarak, çalışmaların tek yönlü ve doğrusal olmaması, incelenen örneklem grubunun çeşitli özelliklere sahip olması, dindarlık ve kaygının tanımlama biçimlerindeki farklılıklar olduğu düşünülmektedir (Göcen, 2011, s. 9).

Genel olarak dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisine bakıldığında, ülkemizdeki çalışmaların çoğu olumlu bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna varmıştır (Uysal & Turan, 2019, s. 70). Dindarlık ile kaygıyı inceleyen bir çalışmada ise aralarında anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamıştır (Yapıcı & Kayıklık, 2005, s. 196). Yurtdışında bu konu hakkında gerçekleştirilen çalışmaları inceleyen bir meta analiz araştırmasında, %47’inde olumlu, %23’ünde olumsuz bir ilişkiye sahip olduğu, %30’unda ise herhangi bir ilişkinin tespit edilemediği belirtilmiştir (Holm, 2004, akt., Göcen, 2011, s. 6).

Buna ek olarak insanın anlam arayışı ve yaşanan olumsuz olaylarla baş edebilme becerilerine odaklanan çalışmalarda kaygı ve dindarlık ilişkisi de görülebilmektedir (Yapıcı & Kayıklık, 2005, s. 187). Kendilerini kaygılı ve çaresiz durumda hisseden bireylerde (kanser hastalığı vb.) Allah ve kadere ilişkin yüklemelerin, dindarlar tarafından daha çok kullanıldığı gözlenmiştir (Yaparel, 1994, atk., Yapıcı & Kayıklık, 2005, s. 187). Allah inancının bireysel varoluş sorularına cevap ve güven oluşturmasının ya da dinin anlam arayışına yönelik oluşturduğu cevapların, varoluşsal kaygıyı azalttığı görülmüştür (Certel, 2003, s. 90; Çınar, 2007; Halıcı Kurtulan & Kararımak, 2016; Kar, 2014a, 2014b; Peker, 2008; Çınar, 2007, akt., Uysal & Turan, 2019, s. 90). Bunun gibi yapılan araştırmaların çoğunda, zor durumda kalan insanların daha fazla dindarlaştığı belirtilmektedir (Yaparel, 1987, atk., Yapıcı & Kayıklık, 2005, s. 188). Aynı şekilde dindarlık ile varoluşsal kaygılar arasında anlamlı ilişkiler gözlenmiş ve iç güdümlü dindar bireylerin varoluşsal kaygıları daha az yaşadıkları anlaşılmıştır (Kıraç, 2007, s. 132).

İnsanın ölümlü bir varlık olması ve varoluşsal kaygıların bir uzantısı olarak ölüm kaygısı ile dindarlık ilişkisini de inceleyen pek çok çalışma mevcuttur (Yapıcı, 2013, s. 109; Yapıcı & Kayıklık, 2005, s. 186). Hatta bir bakıma kaygı ile dindarlık çalışmalarının büyük bir kısmının, ölüm kaygısı odağında gerçekleştirildiği ifade edilmektedir (Göcen, 2011, s. 9). Kaygıyla benzer şekilde dindarlığın, ölümden sonra ahiret inancını içermesiyle ölüm kaygısı ile baş etmek ve dolaylı olarak ruh sağlığını korumak konusunda destek sağladığı belirtilmektedir (Vergote, 1995, akt., Yapıcı, 2013, s. 108). Ancak araştırma sonuçları kaygı konusunda olduğu gibi yine tek yönlü ve doğrusal sonuçlar ortaya çıkmamıştır (Yapıcı, 2013, s. 116). Dindarlığın çeşitli türleri ile ilişkilerini inceleyen çalışmaların sonuçlarında ise içe dönük dindarlık ile kaygı arasında negatif bir ilişki, dışa dönük dindarlık ile pozitif bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Yapıcı, 2013, s. 114).

2.4.4. Dindarlık ile Suçluluk ve Utanma Duygusu

Daha önce belirtildiği gibi suçluluk duygusu aslında çoğu kuramcıya göre orta düzeyde sergilendiğinde olumlu bir işleve sahiptir (Klass, 1989, akt., Steketee vd., 1991, s. 226). Bazı çalışmalarda dinlerin, inançları ve ibadet sistemleri ile bireyleri yargılamak ve yol göstermek için suçluluk duygularını beslediği belirtilmekte ve bu duyguyu oluşturan durumlara dair bir düzeltici olarak rol oynadığı belirtilmektedir (Demaria & Kassinove, 1988, s. 261). Aynı zamanda daha dindar olmaya çalışma eğilimi, belirli standartlara ulaşamadığında yargılanma ile birlikte başarısızla sonuçlandığında, suçluluk duygusunu doğurabilmektedir (Demaria & Kassinove, 1988, s. 261).

Suçluluk duygusuna önem atfetmeye neden olan etmenler arasında ise düşüncelerin ve ahlakın katı kurallarına sıkı sıkıya bağlı olunması ile ilişki olan dini bağlılık değişkeni yer almaktadır (Altın, 2009, s. 964). Din, davranışlar konusunda ahlaki standartlar ve katı kurallar koymaktadır ve bireylerin dindarlığı yani dini bağlılık düzeyi arttıkça katı kurallara daha çok bağlandığı görülmekte, bu kurallara aykırı davrandığında ise suçluluk hissini daha sıklıkla yaşamıldığı gözlenmektedir (Bilekli, 2009, s. 85). Böylece katı bir dindarlık anlayışının da suçluluk duygusunu tetikleyen etmenlerden biri olduğu görülmektedir.

Görüldüğü üzere dindarlık ile suçluluk duygusu arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır ve bu durumu gösteren pek çok araştırma mevcuttur (Shafran vd., 1996; Steketee vd., 1991). Bu araştırmaların bir kısmına göre dindarlığı daha fazla olan bireylerde suçluluk duygusunun da oldukça fazla olduğu görülmüştür (Morillo et al., 2007; Nelson, 2005, akt., Hale & Clark, 2013, s. 31; Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 964; Luyten vd., 1998; Shafran vd., 1996). Diğer kısmında ise aksi yönde sonuçlar bulunmuştur. Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık durumunu inceleyen Kıracı (2007, s. 121), incelemesinin sonucunda iç güdümlü dindarlık biçimi ile dini suçluluk (günahkarlık duygusu) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Dış güdümlü dindarlık biçimiyle ise pozitif bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Başka bir çalışmada ise iç güdümlü dindarlığa sahip bireylerin, suçluluk duyguları ile daha kolay başa çıkarak kendilerini kolaylıkla affedebildikleri belirtilmiştir (Meek, Albright ve McMinn, 1995, akt., Kıracı, 2007, s. 122). Aynı şekilde yine başka bir çalışmada da iç güdümlü dindarlık biçiminin, suçluluk duygusunu daha iyi anlamlandırılmasına olanak tanıdığı gözlenmiştir (Fischer ve Richards, 1998 Kıracı, 2007, s. 122).

Dinin veya dindarlığın suçluluğa olan pozitif etkisinin yanı sıra, bu duyguyu yatıştırabilecek bir özelliğinin de olduğunu belirten çalışmalar vardır (Yapıcı, 2013, s. 117). Buna göre dindar bireylerde yoğun bir suçluluğun hissedilmesi, dindarlıktan değil de psikopatolojik sebeplerden kaynaklanabilmektedir. Din, günah kavramı ve yasakları ile kuralların ihlal edildiği durumlarda kaygı ve suçluluk hissine neden olabilmektedir. Fakat kaygı ve suçluluk oluşturan tek etmen din değildir. Aksine tövbe olgusu ile ruhsal dengenin yeniden kurulmasına yardımcı olmaktadır. Aynı şekilde seküler dünyadan kaynaklanan çok çeşitli kaygı ve suçluluk duygusu ile baş etmesinde önemli bir rol üstlenmektedir. Buna göre ancak patolojik bir kişilikte dindarlık, bu duyguları tahrik etme konusunda rol üstlenebilmektedir. Başka bir çalışmada da bu görüşü destekleyebilecek görüşler mevcuttur. Bu tür bir ayrımı yapmak oldukça önemli görülmektedir (Pfeifer & Waeltly, 1999, akt., Yapıcı, 2013, s. 117).

Dindarlık ile utanma arasındaki ilişki ise suçluluk kadar net değildir. Genel olarak dindarlık seviyesinin utanma duygusu üzerinde etkili olabileceği varsayılmaktadır (De Jong & Cook, 2021, s. 697). Ancak sonuçlar anlamlı yönde olmadığı gibi dinin utanma duygusunu hafifletebilecek bir etmene de sahip olabileceği yönünde kanıtlar

bulunmuştur (Luyten vd., 1998, ss. 165–177). Din genel anlamda utanma duygusuna vurgu yapmasına rağmen bu duygunun etkilerini azaltma ya da daha kolay başa çıkma konusunda aracı bir rol üstlenmektedir (Murray & Ciarrocchi, 2007, s. 24). Bu çalışmaya göre Tanrı'dan kopuk hissedilmesinin veya negatif bir maneviyat tecrübe edilmesinin, dindarlık ve utanma duygusu arasında negatif bir ilişkiyi meydana çıkardığı tespit edilmiştir. Bu yüzden oluşan utanma duygusunun, manevi dini inanç sistemlerinden veya ilahi varlık ile deneyimlerinden etkilenebileceği varsayılmıştır. Ancak yabancılaşma duygusu ile yakından ilişki kurulan bu durumun, paradoksal olarak ruhsal bağlantıyı zayıflatmadığı ve dini uygulamaların sıklığını azaltmadığı gözlenmiştir. Bu yüzden, utanma ve dindarlık arasında karmaşık bir ilişki olduğu vurgulanmaktadır (Murray & Ciarrocchi, 2007, s. 33).

Cinsellik ve pornografi izleme konuları bağlamında, dindarlık ve utanma duyguları arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışma olduğu bulunmaktadır. Bu çalışmalara göre cinsel konularda utanma, dindar insanlar için pornografi kullanımının katıksız bir sonucudur (Volk vd., 2016, s. 255). Bundan kaynaklı olarak yüksek seviyedeki dindarlık, cinsel utancın neden olduğu utanma duygusu seviyelerindeki artış ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Carboneau, 2018, s. 70).

2.4.5. Dindarlık ve Düşünce-Eylem Kaynaşması

Yapılan çalışmaların neredeyse hepsinde, dindarlık ve DEK arasında güçlü ve pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür (Inozu vd., 2017; Nelson vd., 2006; Rassin & Koster, 2003; Yorulmaz vd., 2009, s. 404). Özellikle DEK-ahlaklılık bileşeni, bazı dini değerleri içerdiği için dindarlıkla daha güçlü bir ilişkiye sahiptir (Rassin & Koster, 2003, s. 336; Yorulmaz vd., 2004, s. 1212). Aynı zamanda ülkemizde gerçekleştirilen bir çalışmada kirlenme ile ilgili DEK inanışları, dindarlık düzeyiyle ilişkili bulunmuştur (Bilekli, 2009, s. 84).

Bu konu hakkında yapılan çalışmalara bakıldığında, bunların genellikle dinler arası bir karşılaştırma üzerinden gerçekleştirildiği görülmektedir. Bunlara göre düşüncelerin önemine dair normatif inançlar dinlere göre değişmektedir ve bu durum DEK ile dindarlık arasındaki ilişkiye yansımaktadır (Rosmarin vd., 2010, s. 209). Hristiyanlıkta mezhepler arası farklılık bulunmasına rağmen, genel olarak DEK-ahlaklılık bileşeni

ile dindarlık arasında daha yüksek bir ilişki olduğu gözlenmektedir (Marino, Lunt ve Negy, 2008, akt., Huppert & Siev, 2010, s. 209). Yahudilerde ise bu durum tam tersi yönde sonuçlanmıştır (Siev & Cohen, 2007, s. 829).

Müslüman grupları inceleyen çalışmalarda ise dindarlığı düşük Müslümanların düşük dindarlığa sahip Hristiyanlara kıyasla, DEK-ahlaklılık bileşeninden daha yüksek puan aldıkları görülmüştür (Yorulmaz vd., 2009, s. 404). Bu yüzden DEK-ahlaklılığın Türkiye örneklemindeki inanışlarla daha çok ilişkiye sahip olduğu sonucuna varılmaktadır. Görüldüğü üzere, dindarlık ile dini takıntı, OKB, DEK, kaygı, suçluluk ve utanma duygusu arasında oldukça karmaşık ama güçlü bir ilişki vardır. Bu konular daha fazla incelemeyi gerektirdiği için, mevcut çalışmada bu konulara değinilmesi önemli hale gelmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Deseni: Korelasyonel Araştırma

Korelasyonel bir araştırma deseni oluşturmak için anket veri toplama yönteminin kullanıldığı bu çalışmada; dini takıntı, dindarlık, cinsiyet, yaş, kaygı, düşünce-eylem kaynaşması, OKB, suçluluk ve utanma duygusu değişkenleri yer almaktadır. Elde edilen veriler ise istatistiksel analize tabi tutularak, dini takıntılar ve dindarlık arasında suçluluk duygusu, düşünce-eylem kaynaşması ve kaygı ile ilişkisi tespit edilecektir.

3.2. Örneklem

Bu çalışmada, uygunluk örneklem grubu üzerinden veriler toplanmıştır. Bu örneklemin %33'ünü erkekler, %67'sini kadınlar oluşturmuştur. Araştırmaya katılan kişilerin yaş ortalaması 31.81 iken standart sapması ise 10.02'dir. En yaygın grup olan Geleneksel dindarlığın bu çalışmadaki ortalaması ise 5.64'tür. Mevcut çalışmaya katılımın yüksek tutulması için İstanbul, Ankara ve Denizli başta olmak üzere dünyanın her yerine açık bir şekilde online anket uygulanmıştır. Dini takıntı rahatsızlığına sahip kişiler toplumda az bulunduğu için uygunluk örneklemin bu araştırma için daha uygun olduğu düşünülmüştür. Bu çerçevede 16-60 yaş arası gönüllü kişilerden oluşan örnekleme (n=202), 66 erkek ve 136 kadın yer almıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Anket veri toplama yönteminin kullanıldığı bu çalışmada yaş ve cinsiyet olmak üzere demografik bilgi formu, genel kaygı düzeyi, düşünce-eylem kaynaşması ölçeği, OKB düzeyi, din ve maneviyat ölçeği (dini takıntı ölçeği), nevroitiklik/kaygılı kişilik özellikleri ölçeği, suçluluk ve utanma düzeyi ölçeği ve dindarlık profilleri ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan katılımcıların demografik özellikleri hakkında bilgi sahibi olmak amacıyla bu ankette, *cinsiyete* (1=Erkek, 2=Kadın) ve *yaşa* (Ort: 31.81, SS:10.02) dair sorular yer almaktadır.

3.3.2. Genel Kaygı Düzeyi

Katılımcıların kaygı düzeylerini ölçmek amacıyla mevcut çalışma için geliştirilmiş bir formdur ve bu form APA'nın "DSM-5 Self-Rated Level 1 Cross-Cutting Symptom Measure - Adult" (APA, 2013) adlı ölçeğinden kaygı ile ilgili maddeler seçilerek oluşturulmuştur. Amerika'da ve Kanada'da gerçekleştirilen deneylerde, test-tekrar-test tekniği uygulanarak iyi bir güvenilirliğe sahip olduğu kanıtlanmıştır (DSM-V, 2013, s. 734). Bu çalışmada kullanılan maddeler; "*Sinirli, kaygılı, korkmuş, endişeli veya gergin hissetme*" ve "*Paniklemiş veya ürkmüş hissetme*" olmak üzere 2 tanedir. Maddelerde "*Hiç*", "*Nadiren*", "*Bazen*", "*Fazlaca*" ve "*Çok Fazla*" olmak üzere 5'li likert tipi yer almaktadır.

3.3.3. Düşünce-Eylem Kaynaşması Ölçeği (DEKÖ)

Shafran (1996) tarafından geliştirilen düşünce-eylem kaynaşması ölçeği (Thought-Action Fusion - TAF) OKB için geliştirilmiş bir ölçektir. Takıntılılık ve depresiflik belirtileri ile anlamlı bir ilişkiye sahip olan bu ölçeğin Cronbach Alfa değeri farklı örneklemelerde .85 ile .96 arasında değiştiği görülmüştür. DEK-Ahlaklılık ve DEK-Olasılık olmak üzere 2 alt ölçeği içeren bu ölçekte, Guttman yarı yarıya güvenilirliği DEK-Olasılık içeren 7 maddede .92 olduğu gözlenirken, DEK-Ahlaklılık içeren 12 maddede ise .88 olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada da DEKÖ'nün güvenilirlik katsayısı, .92 olarak belirlenmiştir.

DEKÖ'nün güvenilirlik ve geçerliliğinin incelendiği başka bir çalışmada, bu ölçeğin iyi bir iç tutarlılığına sahip olduğu görülmüştür (Rassin vd., 2001). Yorulmaz ve arkadaşları (2004) tarafından ise Türkçeye çevrilen bu ölçeğin, Türk örnekleme için yeterli psikometrik özelliklere sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu çalışmada da obsesif-kompulsif belirtileri yüksek olan kişilerde, düşük olanlara nazaran DEKÖ

puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda bu ölçeğin, bundan önceki alt boyutlarından farklı olarak DEK-Risk, DEK-Saldırganlık ve DEK-Müstehcen olmak üzere üç bileşene sahip olduğu gözlenmiştir. DEK-Saldırganlık ve DEK-Müstehcen alt boyutları, DEK-Ahlaklılık ile ifade edilen alana karşılık gelmektedir. DEK-Risk ise DEK-Olasılık alt boyutu ile aynı maddeleri içermektedir. 5 seçenekli likert tipi ölçekleme içeren bu ölçek içerisinde “*Bir akrabamın ya da arkadaşımın trafik kazası geçirdiğini düşünürsem, bu onun kaza geçirme riskini arttırır.*”, “*Hastalandığımı düşünürsem, bu benim hasta olma riskimi arttırır.*”, “*Kutsal yerlerde müstehcen şeyler düşünmem, neredeyse oralarda böyle şeyleri gerçekten yapmam kadar günahtır.*” gibi maddeler yer almaktadır.

3.3.4. Obsesif-Kompulsif Bozukluk Ölçeği

OKB’yi teşhis etmek için oluşturulan Yale Brown Obsesif-Kompulsif ölçeğine dayanarak, Bejerot ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilmiştir. Ok ve Gören (2018) tarafından *Takıntılı ve Zorlanımlı Düşünce ve Davranış Düzeyi* olarak Türkçe’ye uyarlanan 15 maddelik bu ölçekte; kontrol (harming, zarar vermekten çekinme), simetri, bulaşma, dismorfik düşünceler ve ahlaktan oluşan 5 alt boyut yer almaktadır. Ancak bu çalışmada, kontrol, simetri, mükemmeliyetçilik, kendine zarar verme ve ahlak olmak üzere beş alt boyut tespit edilmiştir. Aynı zamanda bu ölçekte maddelerin sonunda yer alan örneklerle, anlaşılması daha kolay hale getirilmiştir (Ok & Gören, 2018, s. 7). “*Hiç*”, “*Nadiren*”, “*Bazen*”, “*Çoğu zaman*” ve “*Her zaman*” şeklinde 5’li Likert tipi ölçekleme kullanılan bu ölçeğin güvenilirliği mevcut çalışmada, .89 olduğu görülmüştür. Bu ölçek, “*Kir, pislik ve mikrop konusunda endişe taşıma. Örneğin, kapı koluna dokununca veya el sıkınca veya belirli sandalye ya da koltuğa oturunca mikrop kapacağınızdan korkma veya hastalığa yakalanacağınızdan korkma gibi.*”, “*İçinizden bir dürtünün sizi, eşyalarınızı özel bir düzene göre sıralamaya zorladığını hissetme durumu. Örneğin, kitap ve kalemlerinizi bir masanın üstüne veya kitaplarınızı bir çantaya düzgünce yerleştirme; eşyaları evde belirli bir düzene göre düzenleyip yerleştirmek için saatler harcamak ve ardından bu düzen bozulduğunda çok kızmak gibi.*” vb. maddeler içermektedir.

3.3.5. Dini-Ahlaki Konularda Suçluluk Duygusu Ölçeği/ Dini Takıntı Ölçeği

Abramowitz ve arkadaşları (2002) tarafından dini takıntıları ölçmek için geliştirilen Penn Inventory of Scrupulosity (PIOS), bu çalışmada Dini-Ahlaki Konularda Suçluluk Duygusu Düzeyi Ölçeği olarak kullanılmıştır. Kendi içinde tutarlı, iyi bir derecede yakınsak ve ayırt edici geçerliliğe sahip olduğu görülen bu ölçek, yapılan faktör analizleri sonucunda iki alt ölçeğe sahip olduğu görülmüştür. Bunlar, Tanrı'nın cezalandırmasını içeren Tanrı korkusu ve günah işlemeye dair günah korkusudur. Cronbach Alfa değerleri, Tanrı korkusu alt ölçeği için .88, günah korkusu için .90 olarak belirlenmiştir (Abramowitz vd., 2002).

Olatunji ve arkadaşları (2007), daha sonra dini takıntı ölçeği için konfirmasyon faktör analizi çalışması gerçekleştirmiştir. Yeniden gözden geçirilmiş biçimini oluşturan bu versiyonda, 2,6,15,10. maddeler kaldırılarak 15 maddelik yenilenmiş bir ölçek haline getirilmiştir. Bu versiyonda Cronbach alfa değerinin .94 derecesine ulaştığı gözlemlenmiştir. Alt ölçekler için de (Tanrı'dan korkma=.90, günah korkusu=.92) iç tutarlılığı oldukça yüksektir. Orijinal ölçek ile oldukça ilişkili ($r=.99$) olan bu versiyon hakkında Shapiro ve arkadaşları (2013), ağır OKB bireylerde dini takıntıları değerlendirmek için yararlı ve uygun bir ölçek olduğunu tespit etmişlerdir.

Altın (2009) tarafından dini takıntı ölçeğinin güvenilirliğini tespit etmek için Türkçe tarama çalışması gerçekleştirilmiştir. Bu ölçeğin Türkçe versiyonu için, Cronbach Alfa değeri .95 olduğu görülmüş ve yüksek bir güvenilirliğe sahip olduğu anlaşılmıştır. Guttman yarı yarıya güvenilirlik değeri ise .93 olarak tespit edilmiştir. Test-tekrar test korelasyonu ise .84'tür. Aynı şekilde daha ağır OKB belirtilerini de başarılı bir şekilde ayırt ederek geçerliliğinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Dini takıntı belirtilerindeki bireysel farklılıkları belirlemek için Türk kültüründe kullanılabileceğini göstermiştir.

Bu araştırmada ise bahsi geçen ölçeğinin Cronbach alfa değerinin .95 olduğu tespit edilmiştir. 19 maddeye sahip bu ölçek, 5 seçenekli likert tipi derecelendirme ile yer almıştır. “Günahlarım için, tekrar tekrar tövbe etmek zorunda hissediyorum.”, “Her zaman ahlaklı davranmalıyım, aksi takdirde cezalandırılıyorum diye endişeleniyorum.”, “Aklıma ahlaksız düşünceler geliyor ve onlardan kurtulamıyorum.” maddelerinden bazılarıdır.

3.3.6. Nevrotiklik/Kaygılı Kişilik Özellikleri

Nevrotik kişilik düzeyini ölçmek amacıyla, Ok (2021b) tarafından geliştirilen kişilik ölçeğinden alınmıştır. Katılımcıların kaygılarını ölçmek amacıyla mevcut araştırma için oluşturulan bu ölçeğin güvenilirliğinin .86 olduğu tespit edilmiştir. “*Telaş, panik ve tedirginlik hissi*”, “*Kaygı, stres ve gerilim hali*”, “*Kuruntulu, evhamlı, vesveseli ve şüpheli olma*”, “*Zorluklar karşısında dayanıksız, güçsüz, çaresiz hissetme*”, “*Sık sık pişmanlık duygusu hissetme*”, “*Suçluluk duygusu yaşama*” ve “*Olayları olumsuz yorumlama*” olmak üzere 7 adet maddesi vardır ve 5’li likert tipi ile ölçekte kullanılmıştır.

3.3.7. Suçluluk ve Utanma Ölçeği

Durumluk utanma ve suç düzeylerinin tespit edilebilmesi için SSGS (State Shame and Guilt Scale) ölçeğinin kısa bir versiyonu olan ve çalışmamıza Suçluluk ve Utanma ölçeği olarak çevrilen bu ölçek Cavalera ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizleri, bu ölçeğin iyi psikometrik özelliklere sahip olduğunu ve utanma ve suçluluk olmak üzere 2 faktöre sahip olduğunu göstermiştir. İtalyanlar üzerinde denenen bu ölçeğin, suçluluk ve utanma duygularını değerlendirmek için güvenilir bir araç olduğu tespit edilmiştir. Bu iki boyut için tespit edilen Cronbach alfa değerleri, utanma için .82, suçluluk için .87 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada ise bu değer .89 olduğu görülmüştür. 8 maddeye sahip bu ölçek “*Hiç katılmıyorum*”, “*Az katılıyorum*”, “*Yarı yarıya katılıyorum*”, “*Çoğuna katılıyorum*” ve “*Tamamına katılıyorum*” şeklinde 5 seçenekli likert tipi derecelendirmesi vardır. Son olarak bu ölçeğin “*İz bırakmadan yerin dibine batsam, dediğim anlarım olur.*”, “*Başkalarının aklına bile gelmeyen konularda kendimi suçladığım olur.*”, “*Davranışlarımın sebeplerini açıklama veya onlar için özür dileme ihtiyacı hissederim.*”, “*Yanlış bir şey yapsam, sürekli o konuda düşünmek zorunda hissederim.*” gibi maddeleri vardır.

3.3.8. Dindarlık Profilleri Ölçeği

Ok (2021a) tarafından geliştiren Müslüman Dindarlık biçimleri (Muslim Religiosity Profiler) ölçeği kullanılmıştır. Ok tarafından daha önce geliştirilen Dini Tutum Ölçeği

(2011) ve İnanç Gelişimi Ölçeği'nden (2012) uyarlanarak oluşturulmuştur. Dört alt biçimi içeren bu ölçekte güvenirlik katsayıları, geleneksel dindarlık biçiminde .93, sorgulayıcı dindarlık biçiminde .94, sembolik dindarlık biçiminde .74, sufi dindarlık biçiminde .49 olarak tespit edilmiştir. Ölçekte maddeler zıt uçları ile birlikte kullanılmıştır. 7'li likert tipinin kullanılarak, cevapların üzerinde her madde ile ilgili açıklamaya yer verilmiştir. Bu çalışma için bu ölçeğin 16 maddelik kısa formu kullanılmıştır. Ölçekte yer alan maddelerden birkaçı şu şekildedir: *“Yaşantısının dini değerlere uygun olup olmadığı onu ilgilendirmez. - Yaşantısının dini değerlere uygun olup olmadığına dikkat eder.”*, *“Geçmişte dini inancıyla ilgili ciddi şüphelerin olduğu bir dönem yaşamıştır. - Şimdiye kadar inancına saf ve temiz bir inançla bağlı kalmıştır.”*, *“Kendini herhangi bir tasavvufi grupta bağlantısız görür. - Kendini herhangi bir tasavvufi grupta bağlantılı görür.”*, *“Bugün sarhoş ve harap ölse de yarın, Rahmete kavuşabilir kemiklerim' Üstteki ifadeyi dinin ruhuna uygunsuz bulur. - Üstteki ifadeyi dinin ruhuna uygun bulur.”*

3.4. Veri Toplama Süreci

Google forms üzerinden online olarak yürütülen anket çalışmasına, yine online platformlardan bağlantı linki gönderilerek katılım sağlanmıştır. Katılımcılara ilgili forma başlamadan önce, yapılacak olan araştırmanın bilgileri, önemi, kapsamı hakkında bilgilendirme yapılmış ve araştırmaya katılacak olan kişilerden onay alınmış ve herhangi bir zorunluluk olmadığı belirtilmiştir. Katılımcılara formları bireysel olarak doldurmaları rica edilmiştir. Araştırmanın önemi gereği dini takıntılara sahip bireylere ulaşabilmek için, özellikle imamlar, kuran kursları başta olmak üzere bu rahatsızlığa sahip kişilerin danıştığı kimselere ulaşılarak, ankete katılmaları istenmiştir.

3.5. Veri Analizi

Google forms üzerinden gerçekleştirilen veri toplama süreci bittikten sonra, anketin gerektiği şekilde doldurulup doldurulmadığı gözden geçirilmiştir. Daha sonra veri sonuçları Excel programına alınıp, SPSS için gereken düzenlemelerden geçirilmiş ve bu program ile sonuçlar analiz edilmiştir. Analiz sonucunda elde edilen istatistiksel veriler, betimsel ve korelasyonel istatistiklerle elde edilmiş ve tablo halinde mevcut

çalışmada sunulmuştur. Betimsel istatistiklerde cinsiyet dağılımlarına ek olarak, ölçeklerin standart sapmaları, ortalaması, güvenilirliğine dair Croanbach alfa yer verilmiştir. Analizde bu veriler doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

Çıkarımsal istatistiklerde, kullanılan diğer ölçeklerin arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını görebilmek için bağımsız örneklem t testi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizinde ise yine t testine ek olarak, kurulan modelin anlamlı olup olmadığını görebilmek için F değeri hesaplanmıştır. Bu sonuçlara bakılarak, yürütülen araştırmanın bulguları değerlendirilmiştir.

3.6. Etik Konular: Bilgilendirme ve Onam

Araştırmaya dair bilgilendirme ve onam formuyla birlikte ölçeklerinde içinde bulunduğu başvuru formu etik kurul komitesine gönderilmiş ve onay alınmıştır. Etik kurul onayı alındıktan sonra online anket çalışması üzerinden araştırma aşamasına geçilmiştir. Formun giriş kısmında katılımcılara, araştırmaya ve ankete dair bilgiler (amaç ve kapsam) verilmiştir. Araştırmaya katılan kişilerin isim ve mail bilgilerinin kayıt altında tutulmayacağına ve bu araştırmaya dair elde edilen bütün bilgilerin gizli tutulacağına, test sonuçlarından sağlam ve güvenilir bilgiler elde edebilmek için samimi olmalarının önemine dair gerekli bilgiler yer verilmiştir. İlgili verilerinin gizli tutulacağına, eğitim dışında başka bir amaçla kullanılmayacağına, belirli bir süre kullanıldıktan sonra imha edileceğine ve araştırmadan istedikleri süre zarfında çekilebileceklerine dair bilgilerin yer aldığı kabul formu eklenmiştir ve onamları alınmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Betimsel İstatistik Sonuçları

Dini takıntılar ve dindarlık arasındaki düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk duygusu ve kaygıyı incelediğimiz bu çalışmaya 66 erkek ve 136 kadın, toplam 202 kişi katılmıştır. Buna göre araştırmaya katılan katılımcıların %32,7'si erkek ve %67,3'nün kadın olduğu görülmektedir. Kadın ve erkek katılımcıların sayıları arasında ciddi bir fark vardır. Bu bakımdan ulaşılan sonuçların bu nokta göz önünde bulundurularak değerlendirilmesi gerekmektedir. Katılımcıların yaş ortalaması ise 31.81 ± 10.02 'dir (Ort. 31.81, SS=10.02).

Tablo 4.1. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	N	%
Erkek	66	32,7
Kadın	136	67,3
Toplam	202	100,0

N: Toplam katılımcı sayısı

Mevcut araştırmadaki ölçeklerimiz ve bunlara dair alt boyutların tanımlayıcı istatistik değerleri aşağıda yer alan Tablo 3.2'de verilmiştir. Bu tabloya yer vermemizdeki amaç, her bir ölçeğin sahip olduğu ortalamasını ve standart sapmasını ortaya koymaktır.

Tablo 4.2. Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

Ölçekler	N	α	Min	Mak.	Ort.	SS
Dini Takıntı	202	.95	1	4.74	2.44	.83
Geleneksel Dindarlık	202	.93	1	7	5.64	1.51
Sorgulayıcı Dindarlık	202	.94	1	7	3.42	2.09
Sembolik Dindarlık	202	.74	1	7	3.54	1.48
Sufi Dindarlığı	202	.49	1	7	3.72	1.52
DEK	202	.92	1	5	2.17	.76
DEK-Risk	202	.94	1	5	1.62	.86
DEK-Saldırganlık	202	.88	1	5	2.34	.97
DEK-Müstehcen	202	.86	1	5	2.67	1.15
Suçluluk ve Utanma	202	.90	1	5	2.21	.89
OKB Toplam	202	.88	1	4.40	2.20	.70
OKB-Kontrol	202	.76	1	4.67	2.03	.86
OKB-Simetri	202	.88	1	5	2.33	.89
OKB-Kendine zarar verme	202	.56	1	5	1.55	.73
OKB-Mükemmeliyetçilik	202	.75	1	5	2.54	.97
OKB-Ahlak	202	.60	1	5	2.32	.99
Kaygı	202	.77	1	5	2.87	.73
Nevrotik/Kaygılı Kişilik Özelliği	202	.86	1	5	2.56	.88

N: Katılımcı sayısı, α : Cronbach Alfa değeri, Min: Minimum, Mak: Maksimum, Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk,

Kullanılan ölçeklere bakıldığında, ortalamanın üzerine çıkan tek ölçeğin geleneksel dindarlık biçimi olduğu görülmektedir (Ort:5.64). Buradan, anketin uygulandığı örneklemin sahip olduğu dindarlık biçimleri arasında en yaygın olanın geleneksel dindarlık olduğu anlaşılmaktadır. Dini Takıntı ölçeğinin ise 2.44 ortalama ile örneklem üzerinde orta düzeyde bir yeri olduğu görülmektedir.

DEK-Risk alt boyutu, bu araştırmaya katılan bireylerde tam karşılığı olmayan bir ölçektir (Ort: 1.62). Daha önceki çalışmalarda DEK-Olasılık alt boyutuyla incelenen çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Buna göre DEK-Risk, diğer DEK boyutlarına göre bu araştırmaya dahil olan örnekleme daha az yer alan bir durumdur. DEK-Müstehcen alt boyutunun ortalaması (2.67), DEK-Saldırganlıktan (2.34) daha

yüksek olduğu için yine mevcut araştırmadaki örnekleme daha fazla yaygın olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir.

OKB (2.20) ve alt ölçeklerinin ortalamasına bakıldığında, örneklem arasında en yaygın alt boyut mükemmeliyetçilikken (2.54), kendine zarar verme boyutu (1.55) örnekleme en az rastlanan tür olduğu gözlenmiştir. Böylece örneklem üzerinde en sık ve en az rastlanan boyutların bunlar olduğu anlaşılmaktadır.

Kaygı ve nevrotiliklik ölçeklerinin ise ortalama bir düzeye sahip olduğu görülmektedir (sırasıyla; 2.87, 2.56). Ancak kaygı ölçeğinin nevrotiliklikten nispeten daha yüksek olduğu da gözden kaçırılmamalıdır.

Ölçeklerin Cronbach Alfa değerlerinin 0.60 ve büyük olması ise kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir. Araştırmamızda yer verdiğimiz ölçeklerin güvenilirlik değerlerine bakarsak, hepsinin kabul edilebilir derecede güvenilirliğe sahip olduğu görülmektedir.

4.2. Çıkarımsal İstatistiksel Sonuçlar

Bu başlık altında mevcut çalışmada yer alan ölçeklerin kendi aralarındaki ilişkilerine dair çıkarımsal istatistik sonuçlarına yer verilecektir.

4.2.1. Sosyo-Demografik Bilgilerin (Cinsiyet ve Yaş); Dini Takıntı, Dindarlık, Obsesif-Kompulsif Bozukluk, Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ile Utanma Duygusu ve Kaygı Hissi Arasındaki İlişkileri

Bu bölümde cinsiyet ve yaş değişkeninin; dindarlık, OKB, düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk ile utanma duygusu ve kaygı hissi değişkenleriyle arasındaki ilişkiye bakılacaktır.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre ölçek ve alt boyutlarının karşılaştırılması için uygulanan bağımsız örneklem t testi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 4.3. Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Ölçekler	N	Cinsiyet	Ort.	SS	t	p
Suçluluk ve Utanma	202	Erkek	2.14	.76	-.92	.36
		Kadın	2.25	.95		
Dini Takıntı	202	Erkek	2.66	.75	2.61	.01*
		Kadın	2.33	.85		
OKB Toplam	202	Erkek	2.22	.66	.30	.76
		Kadın	2.19	.72		
OKB-Kontrol	202	Erkek	2.08	.89	.59	.56
		Kadın	2.00	.84		
OKB-Simetri	202	Erkek	2.34	.89	.13	.90
		Kadın	2.32	.90		
OKB-Kendine zarar verme	202	Erkek	2.31	1.04	-1.22	.22
		Kadın	2.52	1.14		
OKB-Mükemmeliyetçilik	202	Erkek	2.03	.70	-.39	.70
		Kadın	2.08	.83		
OKB-Ahlak	202	Erkek	2.49	1.00	1.67	.10
		Kadın	2.24	.98		
DEK	202	Erkek	2.07	.75	-1.27	.20
		Kadın	2.22	.76		
DEK-Risk	202	Erkek	1.48	.71	-1.53	.13
		Kadın	1.68	.92		
DEK-Saldırganlık	202	Erkek	2.42	.97	-.84	.40
		Kadın	2.53	.89		
DEK- Müstehcen	202	Erkek	2.42	.97	-.84	.40
		Kadın	2,53	.89		
Geleneksel Dindarlık	202	Erkek	4.98	.93	-.31	.75
		Kadın	5.03	1.01		
Sorgulayıcı Dindarlık	202	Erkek	4.34	1.75	.53	.59
		Kadın	4.20	1.90		
Sembolik Dindarlık	202	Erkek	3.55	1.47	.03	.97
		Kadın	3.54	1.48		
Sufi Dindarlığı	202	Erkek	3.98	1.03	.46	.64
		Kadın	3.91	.91		
Kaygı	202	Erkek	2.59	.91	-1.98	.04*
		Kadın	2.83	.74		
Nevrotik/kaygılı kişilik özelliği	202	Erkek	2.37	.79	-1.80	.07
		Kadın	2.61	.92		

N: Katılımcı sayısı, Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma, t: Bağımsız Örneklem t Testi, p: Anlamlılık Düzeyi, * $p \leq .05$ OKB: Obsesif Kompulsif Bozukluk, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması

Katılımcıların cinsiyetlerine göre suçluluk ve utanma, OKB, DEK, dindarlık ve nevrotik/kaygılı kişilik ölçeklerinde herhangi bir farklılık gözlenmemektedir. Dini Takıntı Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p \leq .05$). Erkek katılımcıların dini takıntı puanı, kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Araştırmamıza katılan erkek katılımcıların daha az olmasına rağmen böyle bir sonucu elde etmiş olmamız kayda değerdir. Buna göre erkeklerin daha fazla dini takıntı yaşadıkları gözlenmiştir. Kaygı ile ilgili puanlara bakıldığında ise istatistiksel olarak anlamlı bir sonuca ulaşıldığı görülmektedir ($p \leq .05$). Buna göre kadınların erkeklerden daha fazla kaygılı olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların yaşları ile ölçek puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Bu sonuçlar aşağıdaki ise tabloda yer almaktadır.

Tablo 4.4. Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutlarının Yaş ile İlişkisi

Ölçekler	Yaş
Dini Takıntı	-.11
Geleneksel Dindarlık	.12
Sorgulayıcı Dindarlık	.33**
Sembolik Dindarlık	-.14*
Sufi Dindarlığı	.08
DEK	-.21**
DEK-Risk	-.13
DEK-Saldırganlık	-.20**
DEK-Müstehcen	-.20**
Suçluluk ve Utanma	-.17*
OKB Toplam	-.31**
OKB-Kontrol	-.26**
OKB-Simetri	-.31**
OKB-Kendine zarar verme	-.17*
OKB-Mükemmeliyetçilik	-.23**
OKB-Ahlak	-.17*
Kaygı	-.22**
Nevrotiklik/Kaygılı Kişilik Özelliği	-.13

* $p \leq .05$ Anlamlılık düzeyi, ** $p \leq .001$ Anlamlılık düzeyi, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk.

Katılımcıların yaşları ile ölçek puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yapılan korelasyon analizi sonucunda bir tek sorgulayıcı dindarlık ile yaş arasında anlamlı bir pozitif ilişkinin olduğu görülmektedir (.33, $p \leq .001$). Gözlenen bu durum, yaş ilerledikçe sorgulayıcı dindarlık biçiminin de arttığını göstermektedir.

Yaş ile diğer değişkenler arasındaki ilişkilerde anlamlılık derecesi yüksek olan şu değerler göze çarpmaktadır. Yaş ile DEK, DEK-Saldırganlık ve DEK-Müstehcen arasında (sırasıyla; -.21, -.20, -.20, $p \leq .001$), yaş ile OKB toplam, kontrol, simetri, mükemmeliyetçilik arasında (sırasıyla; -.31, -.26, -.31, $p \leq .001$) ve son olarak yaş ile kaygı arasında ise negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (-.22, $p \leq .001$). Bu durumlar, yaş ilerledikçe DEK, DEK-Saldırganlık, DEK-Müstehcen, OKB toplam, kontrol, simetri, mükemmeliyetçilik ve kaygı ile ilgili belirtilerde bir azalma yaşanmakta olduğunu göstermektedir.

Yaş ile ilgili anlamlılık derecesi görece diğerlerinden düşük ve istatistiksel olarak negatif bir ilişkiye sahip olan değişkenler ise sembolik dindarlık (-.14, $p \leq .05$), suçluluk ve utanma duygusu (-.17, $p \leq .05$), OKB'nin kendine zarar verme ve ahlak boyutlarıdır (sırasıyla; -.17, -.17, $p \leq .05$). Bu sonuçlardan şu yorumlar yapılabilmektedir: 1. Yaş arttıkça, sembolik dindarlıkta bir azalma ile karşılaşmaktadır. 2. Yaş ilerledikçe bireylerin yaşadığı suçluluk ve utanma belirtileri azalmaktadır. 2. Yaş arttıkça, OKB'ye ilişkin kendine zarar verme ve ahlak alt boyutlarına dair belirtiler kaybolmaktadır.

4.2.2. Dini Takıntının; Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ve Utanma Duygusu, Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı ile İlişkisi

Bu başlık altında araştırmada kullanılan ölçeklerin kendi aralarındaki korelasyonu incelenecektir. İlgili tablo aşağıdaki gibidir.

Tablo 4.5. Dini Takıntının; Dindarlık, Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ile Utanma Duygusu ve Kaygı ile İlişkisi

Ölçekler	Dini takıntı
DEK	.39**
DEK-Risk	.23**
DEK-Saldırganlık	.25**
DEK-Müstehcen	.41**
Suçluluk ve Utanma	.60**
OKB Toplam	.59**
OKB-Kontrol	.54**
OKB-Simetri	.26**
OKB-Kendine zarar verme	.33**
OKB-Mükemmeliyetçilik	.31**
OKB-Ahlak	.65**
Kaygı	.32**
Nevrotiklik/Kaygılı Kişilik Özelliği	.55**

* $p \leq .05$ Anlamlılık Düzeyi, ** $p \leq .001$ Anlamlılık Düzeyi, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, OKB: Obsesif Kompulsif Bozukluk.

4.2.2.1. Dini Takıntı ve Düşünce-Eylem Kaynaşması

Analiz sonuçlarına göre DEK, DEK-Risk, DEK-Saldırganlık ve DEK-Müstehcen puanları ile Dini Takıntı puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla; .39, .23, .25, .41 $p \leq .001$). Buradan dini takıntı arttıkça DEK ve alt boyutlarının da arttığı sonucuna ulaşılmaktadır. Ya da tersi bir ifade ile DEK ve alt boyutlarının arttığı durumlarda, dini takıntıda da artış görülmektedir.

4.2.2.2. Dini Takıntı ile Suçluluk ve Utanma Duygusu

Yapılan analiz sonucunda, Suçluluk ve Utanma puanları ile Dini Takıntı ölçeğinden alınan puan arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulunmaktadır (.60, $p \leq .001$). Buna göre suçluluk ve utanma duyguları arttıkça, dini ve ahlaki konularda yaşanan suçlulukta yani dini takıntılarda bir artış yaşandığını görülmektedir. Diğer bir deyişle dini takıntıları deneyimleyen bireyler, suçluluk ve utanma duygularını daha

fazla hissetmektedirler. Dolayısıyla suçluluk ve utanma duygularını daha çok hisseden kimseler, daha az hisseden kişilere nazaran daha çok dini takıntı yaşadıkları ifade edilebilmektedir.

4.2.2.3. Dini Takıntı ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk

Tabloda yer alan sonuçlara bakıldığında, Dini Takıntı ölçeğinden alınan puanlar ile OKB ve buna ilişkin Kontrol, Simetri, Kendine Zarar Verme, Mükemmeliyetçilik ve Ahlak alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulunduğu görülmektedir (sırasıyla; .59 .54, .26, .33, .31, .65, $p \leq .001$). Bu sonuçlara göre, bireylerin dini takıntı belirtileri arttıkça OKB ve alt boyutlarında da bir artış gözlenmektedir. Farklı bir deyişle, OKB ve alt boyutlarına ait semptomlar arttıkça dini takıntılar da artmaktadır. Sonuç olarak, OKB ve alt boyutlar arttıkça dini konularda takıntılarının gözlenme olasılığının arttığı söylenebilmektedir.

4.2.2.4. Dini Takıntı ve Kaygı

Ulaşılan bulgulara göre Kaygı puanı ile Dini Takıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulunduğu görülmektedir (.32, $p \leq .001$). Buna göre dini takıntılarının yaşanma sıklığı arttıkça bireylerin kaygı düzeyleri de artmaktadır. Farklı bir açıdan bakıldığında kaygı hissini deneyimleme sıklığı arttıkça, dini takıntı belirtileri de fazlalaşmaktadır. Buradan, dini takıntılarının kaygıya, kaygının da dini takıntılarının sıklığının artmasına neden olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Kaygı ile ilişkili olarak Nevrotik Kişilik Özelliğine bakıldığında Dini Takıntı ölçeğinden alınan puanlar arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmektedir (.55, $p \leq .001$). Bu durum da yine dini takıntılarının arttığı durumlarda nevroitik kişilik özelliklerinin de sıklık kazandığını göstermektedir.

4.2.3. Dindarlık Türlerinin; Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ve Utanma Duygusu, Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı ile İlişkileri

Bu başlık altında dindarlık profilleri ölçeği ile dini takıntı, düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk ve utanma duygusu, obsesif-kompulsif bozukluk ve kaygı ölçeklerinden elde edilen değerler karşılaştırılarak elde edilen bulgular yer alacaktır.

Tablo 4.6. Dindarlığın; Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk ve Utanma Duygusu, Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Kaygı ile İlişkisi

Ölçekler	Geleneksel	Sorgulayıcı	Sembolik	Sufi
Dini takıntı	.38**	-.21**	.07	.34**
DEK	.20**	-.11	.04	.15*
DEK-Risk	.09	.08	.11	.11
DEK-Saldırganlık	.10	-.08	-.02	-.08
DEK-Müstehcen	.25**	-.22**	-.16*	.13
Suçluluk ve Utanma	.11	-.05	.05	.15*
OKB Toplam	-.06	.06	.11	.07
OKB-Kontrol	.00	-.06	.04	.05
OKB-Simetri	-.11	.10	.08	.04
OKB-Kendine zarar verme	-.10	.10	.10	.05
OKB-Mükemmeliyetçilik	-.08	.10	.15*	-.04
OKB-Ahlak	.18*	-.12	.02	.23**
Kaygı	-.05	.12	.12	-.12
Nevrotiklik	.11	.01	.01	.09

* $p \leq .05$ Anlamlılık Düzeyi, ** $p \leq .001$ Anlamlılık Düzeyi, OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, Nevrotiklik: Nevrotik/Kaygılı Kişilik Özelliği.

4.2.3.1. Dini Takıntı ve Dindarlık

Elde edilen veriler ışığında, Dini Takıntı ve dindarlık profilleri arasındaki ilişkinin, Sembolik dindarlık boyutu arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($-.21, p \leq .001$). Sufi ve Geleneksel dindarlık biçimleri ile Dini Takıntı arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (sırasıyla, .34, .38 $p \leq .001$). Bu sonuçlara göre, sembolik dindarlık artış gösterdiğinde dini takıntı

azalmakta sufi ve geleneksel dindarlık yükseldiğinde ise dini takıntıların arttığı anlaşılmaktadır.

4.2.3.2. Dindarlık ve Düşünce-Eylem Kaynaşması

Tabloya bakıldığında DEK'ten alınan toplam puan ile geleneksel ve sufi dindarlık biçimi arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (sırasıyla; .20, $p \leq .001$, .15, $p \leq .05$). Buradan Geleneksel ve Sufi dindarlık belirtileri arttığında DEK'le ilgili inanışların artacağı sonucuna varılmaktadır. Buna ek olarak DEK-Müstehcen alt ölçeği ile Geleneksel dindarlık ile pozitif yönde bir korelasyon elde edilmiştir (.25, $p \leq .001$). Yani geleneksel dindarlık arttıkça DEK-Müstehcen düşüncelerinde de bir artış yaşanmaktadır. Sorgulayıcı ve Sembolik dindarlık profilleri ile DEK-Müstehcen alt boyutu arasında ise istatistiksel olarak negatif bir ilişki tespit edilmiştir (sırasıyla; -.22, $p \leq .001$, -.16, $p \leq .05$). Bu durum sorgulayıcı ve sembolik dindarlık biçimleri arttıkça DEK-Müstehcen ile ilgili belirtilerin azaldığını göstermektedir.

4.2.3.3. Dindarlık ile Suçluluk ve Utanma Duygusu

Suçluluk ve Utanma puanları ile Sufi dindarlık biçimi puanı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmektedir (.15, $p \leq .05$). Bu durum, sufi dindarlık düzeyi arttıkça suçluluk ve utanma duygularında bir artış yaşanabileceği anlamına gelmektedir.

4.2.3.4. Dindarlık ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk

OKB ile dindarlık biçimleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, öncelikle OKB'ye ait Mükemmeliyetçilik ile Sembolik dindarlık biçimi arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir (.15, $p \leq .05$). Bu sonuçta çıkan anlam, sorgulayıcı dindarlık biçiminin ilerlediği durumlarda OKB'ye ait mükemmeliyetçilik belirtilerinin de arttığıdır. OKB'nin alt boyutu olan Ahlak boyutu ile Geleneksel ve Sufi dindarlığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla; .18, $p \leq .05$, .23, $p \leq .001$). Bu durum, bireylerin sahip olduğu

geleneksel veya sufi dindarlığının artması halinde, OKB'ye ilişkin ahlaki korku ve takıntılarda bir artış olabileceğini göstermektedir.

4.2.4. Diğer Ölçeklerin Kendi Aralarındaki İlişkiler

Bu başlık altında, araştırmada kullanılan diğer ölçeklerin kendi aralarındaki ilişkilerine değinilecektir.



Tablo 4.7 Ölçeklerin Kendi Aralarındaki İlişkisi

Ölçekler	DEK	DEK- Risk	DEK- Sald.	DEK- Müsth.	S&U	OKB Toplam	OKB- Kontrol	OKB- Simetri	OKB- Zarar	OKB- Mük.	Ahlak	Kaygı
DEK-Risk	.71**											
DEK-Sald.	.87**	.41**										
DEK-Müsth.	.79**	.27**	.66**									
S&U	.39**	.30**	.26**	.27**								
OKB Toplam	.43**	.29**	.33**	.36**	.60**							
OKB-Kontrol	.35**	.29**	.25**	.25**	.54**	.78**						
OKB-Simetri	.20**	.14**	.16*	.17*	.33**	.70**	.38**					
OKB-Zarar	.27**	.24**	.21**	.22**	.30**	.62**	.39**	.37**				
OKB-Mük.	.30**	.21**	.24**	.24**	.42**	.78**	.51**	.46**	.43**			
OKB-Ahlak	.40**	.20**	.32**	.38**	.47**	.67**	.42**	.39**	.29**	.41**		
Kaygı	.19**	.28**	.06	.05	.54**	.42**	.38**	.22**	.25**	.36**	.30**	
Nevrotiklik	.36**	.31**	.21**	.26**	.77**	.58**	.49**	.33**	.31**	.45**	.42**	.69**

* $p \leq .05$ Anlamlılık Düzeyi, ** $p \leq .001$ Anlamlılık Düzeyi, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, DEK Sald: Düşünce-Eylem Kaynaşması Saldırganlık, DEK-Müsth: Düşünce-Eylem Kaynaşması Müstehcen, OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk, S&U: Suçluluk ve Utanma, OKB-Zarar: Obsesif-Kompulsif Bozukluk Kendine zarar verme, OKB-Mük: Obsesif-Kompulsif Bozukluk Mükemmeliyetçilik, Nevrotiklik: Nevrotik/Kaygılı Kişilik Özelliği.

Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin Tablo 3.7'ye bakıldığında, ilk olarak DEK ve alt boyutlarının sahip olduğu yüksek ilişki dikkatleri çekmektedir (sırasıyla; .71, .87, .79, $p \leq .001$). DEK-Risk ile diğer alt boyutları ile arasında korelasyonel olarak anlamlı düzeyde ilişki görülmektedir (sırasıyla; .41, .27, $p \leq .001$). DEK-Saldırganlık ile DEK-Müstehtecen arasında da korelasyonel olarak anlamlı yüksek bir ilişki göze çarpmaktadır (.66, $p \leq .001$). Bu sonuçlardan, DEK'e ilişkin alt boyutlarından birinin artması durumunda diğer alt boyutlarının da yükselişe geçebileceğine ulaşılmaktadır. Bunlar arasından sadece DEK-Risk alt boyutunun diğerlerine oranla daha düşük bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Korelasyonel olarak anlamlı bir seviyede olmakla birlikte diğer alt boyutlarının gerek DEK ile gerekse başka alt boyutları arasında daha yüksek bir ilişkinin olduğu dikkatleri çekmektedir.

DEK ve alt boyutları ile Suçluluk ve Utanma duygusu arasında yine korelasyonel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla; .39, .30, .26, .27, $p \leq .001$). Buna göre DEK ve ilgili alt boyutlarının arttığı durumlarda, suçluluk ve utanma duygularında da bir artış yaşandığı anlaşılmaktadır.

OKB toplam değerler ile DEK ve alt boyutları arasındaki ilişki de diğer ölçeklere benzer şekilde korelasyonel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (sırasıyla; .43, .29, .33, .36, $p \leq .001$). OKB toplam ile Suçluluk ve Utanma duygusu da aynı şekilde bir ilişkiye sahiptir (.60, $p \leq .001$). Bunlara göre OKB'ye ilişkin semptomlar arttıkça DEK ve alt boyutları veya suçluluk ve utanma duygusunda bir yükselme olacağı şeklinde yorumda bulunulabilmektedir.

OKB-Kontrol alt boyutu ile DEK ve alt boyutları arasında da yine olumlu yönde korelasyonel bir ilişki tespit edilmiştir (.35, .29, .25, .25, $p \leq .001$). Aynı şekilde Suçluluk ve Utanma duygusu arasında da korelasyonel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (.54, $p \leq .001$). Yine OKB Toplam ile OKB-Kontrolün oldukça yüksek bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir (.78, $p \leq .001$). Bu bulgulardan; OKB toplam değerlerine ilişkin semptomlar arttıkça DEK ve alt boyutları, suçluluk ve utanma duygusu ve kontrol alt boyutunun artacağı sonucuna ulaşılmaktadır.

OKB-Simetri alt boyutu ile DEK, Suçluluk ve Utanma duygusu, OKB Toplam ve Kontrol alt boyutu arasında korelasyonel olarak anlamlı ve yüksek düzeyde bir ilişki

olduğu görülmektedir (sırasıyla; .20, .33, .70, .38 $p \leq .001$). Ancak DEK-Risk, DEK-Saldırganlık, DEK-Müstehcen ile OKB-Simetri alt boyutu arasında yine korelasyonel olarak anlamlı fakat diğerlerine göre düşük düzeyde bir ilişki göze çarpmaktadır (sırasıyla; .14, .16, .17, $p \leq .05$). Bütün bunlardan çıkan anlam ise şudur; OKB-Kontrolle ilişkin belirtiler arttığında DEK ve alt boyutu, suçluluk ve utanma duygusu ve diğer OKB alt boyutlarında da bir artış beklenmektedir.

Kendine zarar vermeyi içeren OKB'nin Zarar alt boyutu ise DEK ve alt boyutları, Suçluluk ve Utanma duygusu, OKB Toplam, OKB-Kontrol OKB-Simetri alt boyutları arasında korelasyonel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla; .27, .24, .21, .22, .30, .62, .39, .37, $p \leq .001$). Buna göre OKB-Zarar alt boyutunun artması durumunda bahsi geçen diğer değişkenlerin de artacağı sonucuna ulaşılmaktadır.

OKB-Mükemmeliyetçilik alt boyutuna bakıldığında diğer değişkenler (DEK, DEK-Risk, DEK-Saldırganlık, DEK-Müstehcen, Suçluluk ve Utanma duygusu, OKB Toplam ve Kontrol, Simetri, Zarar alt boyutları) ile korelasyonel olarak anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmektedir (sırasıyla; .30, .21, .24, .24, .42, .78, .51, .46, .43, $p \leq .001$). Bu değerlere bakıldığında, OKB-Mükemmeliyetçilik belirtisinin arttığı durumlarda adı geçen değişkenlerinde de bir artış yaşanabileceği yorumu yapılabilmektedir.

OKB-Ahlak alt boyutunun diğer değişkenlerle (DEK, DEK-Risk, DEK-Saldırganlık, DEK-Müstehcen, Suçluluk ve Utanma duygusu, OKB Toplam ve Kontrol, Simetri, Zarar, Mükemmeliyetçilik alt boyutları) ilişkisine bakıldığında yine anlamlı ve yüksek düzeyde bir değer olduğu görülmektedir (sırasıyla; .40, .20, .32, .38, .47, .67, .42, .39, .29, .41, $p \leq .001$). Buna göre OKB-Ahlak belirtileri arttığında bu değişkenlerde de bir fazlalaşma görülebilmektedir.

Kaygı ile diğer değişkenler arasındaki ilişki ise oldukça çeşitlidir. Öncelikle Kaygı ile DEK, DEK-Risk, Suçluluk ve Utanma, OKB ve alt boyutları arasında korelasyonel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla; .19, .28, .54, .42, .38, .22, .25, .36, .30, $p \leq .001$). Buna göre kaygı durumu arttıkça bahsi geçen diğer değişkenlerde de artış yaşanması oldukça muhtemel olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bunların arasından en yüksek ilişkiye sahip olanların Suçluluk ve Utanma duygusu ve

OKB Toplam olduğu görülmektedir. Ancak DEK-Saldırganlık ve DEK-Müstehcen ile Kaygı arasında korelasyonel olarak anlamlı düzeyde herhangi bir ilişki tespit edilememiştir.

Son olarak Nevrotiklik ile araştırmada kullanılan diğer değişkenler (DEK, DEK-Risk, DEK-Saldırganlık, DEK-Müstehcen, Suçluluk ve Utanma duygusu, OKB Toplam ve Kontrol, Simetri, Zarar, Mükemmeliyetçilik, Ahlak alt boyutları ve Kaygı) arasındaki ilişkiler yine olumlu yönde korelasyona sahip olduğu görülmektedir (sırasıyla; .36, .31, .21, .26, .77, .58, .49, .33, .31, .45, .42, .69 $p \leq .001$). Buna göre Nevrotik Kişilik Özelliği artığında bahsi geçen diğer değişkenlerde de artış yaşanabileceği sonucuna ulaşılmaktadır. Bunların arasından Nevrotiklik ile en yüksek düzeyde ilişkiye sahip olan değişkenlerin öncelikle Suçluluk ve Utanma (.77), daha sonra Kaygı (.69) ve OKB Toplam (.58) olduğu dikkatleri çekmektedir. Buradan nevrotik kişilik özelliği ile bunlar arasında oldukça güçlü bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmaktadır.

4.3. Dini Takıntının ve Dindarlığın Yordanması

Bu başlık altında çalışmamızda yer alan değişkenlere göre dini takıntının ve dindarlığın yordanmasına ilişkin açıklamalar yer alacaktır.

Tablo 4.8 Regresyon Analizi Sonuçları (Dini Takıntının Yordanması)

	B	St. Hata	Beta	t	p
(Sabit)	.33	.36	-	.92	.36
Yaş	-.00	.00	-.03	-.69	.49
Cinsiyet	-.42	.09	-.24	-4.90	.00
Geleneksel D.	.19	.03	.35	7.02	.00
DEK	.05	.05	.05	.92	.36
Suçluluk ve Utanma	.20	.07	.21	2.88	.00
OKB Toplam	.41	.07	.35	5.61	.00
Kaygı	-.02	.07	-.01	-.23	.82
Nevrotik Kişilik Özelliği	.17	.09	.18	1.97	.05
<i>Düzeltilmiş R</i>			.61		
F			36.00		
P			0.00		

B: Regresyon Katsayısı, St. Hata: Standart Hata, t: Bağımsız Örneklem t Testi, p: Anlamlılık Düzeyi, OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, F: F Değeri.

Yapılan regresyon analiz sonucuna göre, F değerine karşılık gelen anlamlılık seviyesine bakıldığında kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F=36.00$; $p \leq .05$). Bağımsız değişkenlere ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; cinsiyet ($t=-4.90$, $p \leq .05$), geleneksel dindarlık ($t=7.02$, $p \leq .05$), suçluluk ve utanma ($t=2.88$, $p \leq .05$) ve OKB toplam ($t=5.61$, $p \leq .05$) değişkenlerinin dini takıntı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Regresyon modeli dini takıntı üzerindeki değişimin %61'ini açıkladığı görülmektedir (Düzenlenmiş $R^2=.61$). Cinsiyet üzerindeki 1 birimlik artış, dini takıntı üzerinde -.42'li bir azalışa; geleneksel dindarlık biçimindeki 1 birimlik artış, dini takıntı üzerindeki .19'lük artışa; suçluluk ve utanma değişkenindeki 1 birimlik artış, dini takıntı üzerindeki .12'lik artışa ve OKB toplam değişkenindeki 1 birimlik artış, dini takıntı üzerindeki .41'lik artışa neden olmaktadır.

Tablo 4.9 Regresyon Analizi Sonuçları (Geleneksel Dindarlığın Yordanması)

	B	St. Hata	Beta	t	p
(Sabit)	4.60	.77	-	6.0	.00
Yaş	.00	.01	.02	.35	.72
Cinsiyet	.50	.21	.15	2.36	.02
Dini Takıntı	.95	.16	.53	5.90	.00
DEK	.30	.13	.15	2.31	.02
Suçluluk ve Utanma	-.77	.16	-.05	-.47	.64
OKB Toplam	-1.02	.19	-.48	-5.28	.00
Kaygı	-.11	.17	-.05	-.65	.52
Nevrotik Kişilik Özelliği	.45	.20	.26	2.22	.03

Tablo 4.9 devamı

Düzeltilmiş R	.36
F	12.17
P	.00

B: Regresyon Katsayısı, St. Hata: Standart Hata, t: Bağımsız Örneklem t Testi, p: Anlamlılık Düzeyi, OKB: Obsesif-Kompulsif Bozukluk, DEK: Düşünce-Eylem Kaynaşması, F: F Değeri.

Yapılan regresyon analiz sonucuna göre, F değerine karşılık gelen anlamlılık seviyesine bakıldığında kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F=12.17$; $p \leq 0.05$). Bağımsız değişkenlere ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; cinsiyet ($t=2.36$, $p \leq 0.05$), dini takıntı ($t=5.90$, $p \leq 0.05$), OKB toplam ($t=-5.28$, $p \leq 0.05$), DEK ($t=2.31$, $p \leq 0.05$) ve nevrotik kişilik özelliği ($t=2.22$, $p \leq 0.05$) değişkenlerinin geleneksel dindarlık üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Regresyon modeli geleneksel dindarlık üzerindeki değişimin %35,7'sini açıkladığı görülmektedir (Düzenlenmiş $R^2=.36$). Cinsiyet üzerindeki 1 birimlik artış, geleneksel dindarlık üzerindeki .50'lik bir artışa; dini takıntı değişkenindeki 1 birimlik artış, geleneksel dindarlık üzerindeki .95'lik artışa; OKB toplam değişkenindeki 1 birimlik artış, geleneksel dindarlık üzerindeki 1.02'lik azalışa; DEK değişkenindeki 1 birimlik artış, geleneksel dindarlık üzerindeki .30'luk artışa ve nevrotik kişilik özelliği değişkenindeki 1 birimlik artış, geleneksel dindarlık üzerindeki .45'lik artışa neden olmaktadır.

BÖLÜM V

SONUÇLAR

Sonuçların özeti: Mevcut çalışmanın amacı; dini takıntılar ve dindarlık ilişkisinde, düşünce-eylem kaynaşması, suçluluk duygusu ve kaygı hissini incelemektir. Korelasyonel araştırma deseni ile yürütülen bu çalışmanın ampirik verileri, anlamlı bir şekilde değerlendirmeye uygundur.

Araştırma sorularından ilki dini takıntı ve çeşitli dindarlık profilleri arasında ilişkinin olup olmadığı ile ilgiliydi. Buna göre dini takıntı ile dindarlık arasındaki ilişkinin görüldüğü Tablo 3.6'ya bakıldığında şu sonuca ulaşılabilmektedir. Dini takıntı seviyesi yükseldikçe sorgulayıcı dindarlık azalırken, sufi ve geleneksel dindarlık artış göstermektedir. Sembolik dindarlık ile dini takıntı arasında ise herhangi bir anlamlı ilişkiye ulaşılamamıştır.

Mevcut araştırmanın ikinci sorusu ise dini takıntı ve dindarlık profilleri arasında kaygı ile ilgili değişkenlerin ilişkisine yöneliktir. Bu değişkenlerden ilk olarak kaygının rolüne bakılmıştır. Kaygı ile nevrozizm düzeylerinde yaşanabilecek bir artışın, dini takıntılarının seviyelerinde bir yükselmeye neden olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo 3.5). Ancak kaygı ile dindarlık profilleri arasında korelasyonel olarak anlamlı bir ilişki elde edilememiştir (bkz. Tablo 3.6). Bu durum araştırma sorusunu cevaplama konusunda bir güçlük oluşturmaktadır. Dini takıntı ile oldukça güçlü bir ilişkiye sahip olan kaygı ve nevrozizmin, özellikle dini takıntı ile pozitif ilişkiye sahip olan sufi ve geleneksel dindarlıkta da olumlu bir korelasyona sahip olması beklenmekteydi. Negatif korelasyon açısından bakılırsa yine dini takıntı ile sorgulayıcı dindarlık arasındaki bu ilişki, sorgulayıcı dindarlık ile kaygı ve nevrozizm arasında da gözlenmesini gerektirmekteydi. Ancak sonuçlar da dindarlık biçimleri ile kaygı ve nevrozizm arasında herhangi bir ilişki tespit edilemediği için bu araştırma sorusunun cevabına ulaşılamamıştır.

Araştırmanın üçüncü sorusu, dini takıntı ve dindarlık profilleri arasında OKB semptomlarının ilişkisine yöneliktir. Bunu görebilmek amacıyla öncelikle dini takıntı ve OKB'ye ilişkin boyutlara bakılması gerekmektedir. Araştırma bulguları göstermektedir ki, dini takıntıda yaşanabilecek bir artış, tüm OKB tiplerinde bir yükselmeye neden olmaktadır (bkz. Tablo 3.5). Dindarlık profilleri ile OKB arasındaki ilişkilere bakıldığında ahlak boyutu ile geleneksel dindarlık arasında güçlü pozitif bir ilişkinin olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 3.6). Daha önce elde edilen dini takıntı ile sufi ve geleneksel dindarlıktaki veriler ile OKB-Ahlak boyutu arasında güçlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmaktadır. Buna ek olarak, sembolik dindarlık ile OKB-Mükemmeliyetçilik arasında pozitif bir ilişkinin bulunduğu görülmektedir (bkz. Tablo 3.6). Ancak sembolik dindarlık ile dini takıntı arasında herhangi bir anlamlı korelasyon tespit edilemediği için, bu ilişki arasındaki rolüne dair bir sonuca ulaşılamamaktadır.

Araştırmanın bir sonraki sorusu, dini takıntı ve dindarlık biçimleri arasındaki ilişkide suçluluk ve utanma duygusunun rolüne yöneliktir. Bunun için yine ilk olarak suçluluk ve utanma duygusu ile dini takıntı arasındaki ilişkiye bakılması gerekmektedir. Suçluluk ve utanma duygularında yaşanan bir artışın, dini takıntıların yükselmesine neden olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 3.5). Aynı şekilde suçluluk ve utanma duygularında meydana gelen artış, sufi dindarlığı da olumlu etkilemekte ve arttırmaktadır (bkz. Tablo 3.6). Daha önce elde edilen sufi dindarlık ile dini takıntı arasındaki pozitif ilişki, suçluluk ve utanma duygusunun rolünü oldukça belirginleştirmektedir. Buradan, dini takıntı ve sufi dindarlık arasındaki ilişkide, suçluluk ve utanma duygusunun güçlü bir etmen olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir. Ancak bu sonuç geleneksel dindarlık için geçerli değildir. Çünkü bu dindarlık tipi ile suçluluk ve utanma duygusunda anlamlı bir sonuca ulaşılamamıştır. Aynı şekilde sorgulayıcı dindarlık ile dini takıntı arasındaki negatif ilişki, suçluluk ve utanma duygusu ile sorgulayıcı dindarlık arasında negatif bir ilişkinin olmasını gerektirmekteydi. Ancak bu yönde korelasyonel olarak anlamlı sonuçlara ulaşılamamıştır. Utanma ve suçluluğun rolüne ilişkin bir tek sufi dindarlık üzerinden bir cevap bulunabilmiştir.

Araştırmanın bir sonraki sorusu, dini takıntı ve dindarlık biçimleri arasında DEK'in nasıl bir ilişkisi olduğuna yöneliktir. Öncelikle dini takıntı ile tüm DEK boyutları ile pozitif yönde güçlü bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo 3.5). Dindarlık

biçimleri DEK arasındaki ilişkiye bakıldığında ise geleneksel ve sufi dindarlık arttığında DEK'in de artış gösterdiği yönünde anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır (bkz. Tablo 3.6). Sufi ve geleneksel dindarlık ile dini takıntılar arasındaki pozitif korelasyon, bu sonuçla uyumlu olduğu için, araştırmanın bu sorusu şu şekilde cevaplanabilmektedir: Dini takıntı ile sufi ve geleneksel dindarlık biçimleri arasında DEK'in pozitif yönde güçlü bir ilişkisi bulunmaktadır.

Aynı şekilde sorgulayıcı dindarlık ile dini takıntı arasındaki negatif ilişki, DEK-Müstehcen alt boyutunda anlamlı bir sonuca ulaşmaya imkân sağlamaktadır. Buna göre DEK-Müstehcen ile sorgulayıcı dindarlık arasında korelasyonel olarak güçlü bir negatif ilişki olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 3.6). Bu durum da araştırmanın sorusuna şu şekilde cevap oluşturmaktadır: Dini takıntı ve sorgulayıcı dindarlık arasında DEK-Müstehcen boyutunun negatif yönde güçlü bir ilişkisi bulunmaktadır. Yani sorgulayıcı dindarlık arttığında dini takıntı azalmakta, dini takıntı ile güçlü bir ilişkiye sahip olan DEK-Müstehcen de buna bağlı olarak azalmaktadır. Böylelikle DEK-Müstehcenlik boyutunun bu ilişkide güçlü bir role sahip olduğu kanıtlanmış olmaktadır.

Mevcut araştırmanın son sorusu dini takıntı ve dindarlık profilleri arasındaki ilişkide cinsiyet ve yaşın rolüne ilişkindir. Öncelikle cinsiyete göre, dini takıntı ve kaygı değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır (bkz. Tablo 3.3). Dini takıntı ölçeğinde erkek katılımcıların, kadın katılımcılara göre daha yüksek puan aldıkları görülmektedir. Araştırmada %32 oranında erkek katılımcı olduğu göz önüne alınırsa bu sonuç kayda değerdir. Buradan, erkeklerin dini takıntı rahatsızlığından daha çok mustarip olduğu sonucuna varılmaktadır. Kaygı ölçeğinde ise kadın katılımcılar, erkeklerden daha fazla kaygı hissini deneyimledikleri görülmektedir. Bu etkileyici sonuçlara rağmen, dindarlık biçimleri ile kaygı ve nevroz arasında anlamlı bulgulara ulaşılamamıştır. Aynı şekilde çeşitli dindarlık biçimleriyle cinsiyet arasında anlamlı sonuçlar elde edilememiştir. Bunun için araştırmanın cinsiyetle ilgili bu sorusu cevapsız kalmıştır.

Dini takıntı ve dindarlık profilleri arasındaki yaşın ilişkisine dair yorumda bulunabilmek için öncelikle tablo 3.4'de bakılması gerekmektedir. Burada sorgulayıcı dindarlık ile yaş arasında yer alan pozitif ilişki, yaş ilerledikçe sorgulamanın da

arttığını göstermektedir. Aynı zamanda sembolik dindarlık ile yaş arasındaki negatif ilişki de yaş ilerledikçe sembolik anlamda dindarlığın azaldığı sonucunu vermektedir. Ancak dini takıntı ile yaş arasındaki istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşamayan negatif korelasyon, yaş ile ilişkisine dair bir sonuca ulaşmayı engellemektedir. Bundan dolayı dini takıntı ve dindarlık biçimleri arasındaki ilişkide yaşın rolü tespit edilememiştir.

Son olarak regresyon analizlerine bakılırsa, üzerindeki değişimin %61'i açıklanan dini takıntıyı yordama konusunda; suçluluk ve utanma duygusu, OKB ve tüm alt tipleri, geleneksel dindarlık değişkenlerinin pozitif yönde bir katkısı olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 3.8). Üzerindeki değişimin %36'sı açıklanan geleneksel dindarlığı yordama konusunda ise dini takıntı, OKB ve tüm alt tipleri, DEK, nevrotik kişilik özelliği de olumlu yönde etkisi olan değişkenler olarak ortaya çıkmaktadır. Bunlar dışındaki değişkenler ise hem dini takıntı hem de geleneksel dindarlık biçimi üzerinde herhangi bir yordamaya sahip değildir.

Çalışma bulgularının literatürde yer alan bilgilerle karşılaştırılması: Ölçekler hakkında elde edilen sonuçlar ve literatürde yer verilen bilgiler şu şekildedir: Geleneksel dindarlık biçimi, toplum arasında en yaygın görülen biçim olarak belirtilmiştir (Ok, 2021a, s. 34). Mevcut çalışmadaki bulgulara bakıldığında, diğer biçimlere nazaran geleneksel dindarlık biçiminin ortalamanın bir hayli üstünde olması, literatürdeki bu veri ile uyumludur.

Buna rağmen dindarlık profilleri modeli yeni geliştirildiği için diğer değişkenler ile arasında literatürde yer alan herhangi bir veri bulunmamaktadır. Buna rağmen literatürde dindarlıkla ilişkisine değinen çalışmalardan, mevcut araştırmanın sonuçlarını değerlendirmek mümkündür.

Suçluluk ve utanma ile dindarlık ilişkisini inceleyen çalışmalara bakıldığında, değişik sonuçlara ulaşılmasına rağmen, katı dini bağlılığın suçluluğu arttırdığı gözlenmiştir (Altın, 2009, s. 964). Utanma değişkeni hakkında ise daha az çalışma bulunmaktadır ve bulunan sonuçlar ise oldukça karmaşıktır (Murray & Ciarrocchi, 2007, s. 33). Daha önce yer verildiği gibi dini takıntı ile suçluluk ve utanma duygusu arasındaki pozitif ilişkiye bakıldığında, katı bir dini bağlılığı içeren dindarlık türünün, dini takıntıyı

arttırması beklenmektedir. Başka bir ifade ile katı bir dini bağlılığın zıddı olan sembolik dindarlığın, dini takıntıyı ve suçluluğu azaltacağı yönünde tahminler oluşmaktadır. Dini takıntının, sembolik dindarlığı azalttığı konusunda, mevcut çalışma bulguları bu durumu destekleyecek niteliktedir. Ancak sembolik dindarlığın suçluluk üzerinde etkisine dair anlamlı verilere ulaşılamamıştır.

Sufi dindarlığı ile suçluluk ve utanma duygusu arasında elde edilen pozitif ilişki, merhamet vurgusunu içeren kimselerde yer alan bir dindarlık biçimi olduğu için suçluluk ve utanma duygusunun daha az olması beklenmekteydi. Aynı zamanda suçluluk ve dindarlık daha katı bir dini bağlılıkta yer aldığı için, yine daha katı ve az gelişmiş dindarlıkta yüksek bir ilişkiye ulaşılması beklenmekteydi. Sufi dindarlığı, bu kategoriye girmediği için bu konuda elde edilen bulgular, literatür bilgisi ile çelişmektedir. Ancak sufi dindarlıkta halk sufizminin yer alması, bu çelişkinin açıklanmasında göz önünde bulundurulmasını gerektirmektedir. Halk sufizmi ise bahsedilen sufizmden farklı olarak rasyonalitenin az olduğu, literal düşüncenin oldukça fazla olduğu bir profildir. Çıkan sonuçlar bu alt boyutunun, anketin uygulandığı örnekleme daha fazla rastlandığını göstermektedir. Özetle suçluluk ve utanma duygusu üzerinden literatürdeki bilgilerden herhangi bir karşılaştırma ve yorum yapılamamaktadır.

OKB ile dindarlığa dair yapılan çalışmalarda da yine katı bir dindarlığın, sıkı kurallar sunması açısından takıntıların oluşumuna katkı sağlayacağı yönünde açıklamalar ve sonuçlar bulunmaktadır (Inozu, Clark, vd., 2012, s. 191; Inozu, Karanci, vd., 2012, s. 959). Aynı zamanda literal bir zihniyette OKB'nin görülebileceğini belirten bir çalışma da mevcuttur (Ok & Gören, 2018, s. 4). Literal bir zihniyete karşılık gelen ve az gelişmiş bir biçim olan geleneksel dindarlıkta, OKB'nin görülmesi beklenmekteydi. Analiz sonuçlarına bakıldığında ise sadece OKB-Ahlak alt boyutu ile geleneksel dindarlık arasında pozitif bir ilişki ortaya çıktığı görülmektedir. Bu durum, literatürdeki mevcut bilgileri destekler niteliktedir. Ancak OKB'nin diğer alt boyutlarında anlamlı herhangi bir sonuca ulaşılamamıştır.

Benzer şekilde literal düşüncenin zıddı olan sembolik ve sufi dindarlık ile OKB arasında negatif bir durumun oluşması beklenmekteydi. Çalışmanın bulgularına bakıldığında ise bunun aksine sembolik dindarlık ile OKB-Mükemmeliyetçilik

arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu durum OKB'nin rolünü anlamayı güçleştirmektedir. Bu konuda ek çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

DEK ile dindarlık ilişkisini inceleyen çalışmaların hepsi aralarında güçlü bir ilişkinin olduğu konusunda hemfikirdir (Inozu vd., 2017; Nelson vd., 2006; Rassin & Koster, 2003; Yorulmaz vd., 2009). Bazı dini konuları içerdiği için özellikle DEK-Ahlaklılık alt boyutu ile dindarlık arasında daha güçlü bir ilişkiye ulaşan pek çok çalışma vardır (Rassin & Koster, 2003, s. 336; Yorulmaz vd., 2004, s. 1212). Bu çalışmada ise geleneksel ve sufi dindarlık belirtilerinin arttığı durumlarda, DEK belirtilerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde geleneksel dindarlık arttığında da DEK-Müstehcen belirtileri de artış göstermektedir. Aynı zamanda sorgulayıcı ve sembolik dindarlık biçimlerinde görülen bir artışın, DEK-Müstehcen belirtilerini azaltıcı bir etmen olduğu tespit edilmiştir. DEK-Müstehcen alt boyutunun DEK-Ahlaklılığın altında yer aldığı göz önünde bulundurulursa, daha önce yapılan araştırma sonuçlarını destekleyerek, çeşitli dindarlık profilleri üzerinden katkı yaptığı görülmektedir.

Kaygı ile dindarlık arasındaki ilişkiye bakıldığında, yapılan tanımlara göre sonuçların oldukça farklılaştığı görülmektedir. Kimi çalışmalar dindarlığın kaygıyı azalttığı, kimisi ise arttırdığı sonucuna ulaşmasına rağmen çalışmaların çoğu, dindarlığın kaygıyı azalttığı yönünde veriler elde etmiştir (Göcen, 2011, s. 7; Uysal & Turan, 2019, s. 90). Ancak mevcut çalışmada, kaygı ile dindarlık biçimleri ilişkisine dair literatürdeki bu bilgileri destekleyecek, herhangi bir anlamlı veriye ulaşamamıştır. Bu durumun nedenin, yapılan dindarlık tanımından ve ayrışan özellikleri ile bir model haline getirilmesinden olabileceği düşünülmektedir. Çünkü bu biçimde sadece ibadet düzeyi ve aşırı bir düzeyde dini bağlılığın mevcut olması yer almamaktadır. Bunun yerine çok yönlü dindarlık özellikleri barındıran bir modeldir. Ancak daha iyi sonuçların elde edilebilmesi için bu konu hakkında daha fazla çalışmaların yapılması gerekmektedir.

Bu bilgilere ek olarak dini takıntı ile diğer değişkenlerle ilgili literatürde yer alan bulgulara da yer verilmesi gerekmektedir. Öncelikle dini takıntı ile DEK arasında yer alan güçlü ilişki, literatürdeki bulguları destekler niteliktedir. Bu iki değişken arasında çoğunlukla güçlü bir ilişkiye ulaşılmıştır (Altın, 2009, s. 44). Yine dini takıntının gelişmesinde suçluluk duygusuna benzer şekilde önemli bir rol üstlendiği

belirtilmektedir (Piri & Kabakçı, 2007, s. 198). Hatta OKB ile dini takıntı arasındaki ilişki, DEK sayesinde daha iyi açıklanabilir hale gelmiştir (Olatunji vd., 2007, s. 773). Benzer şekilde Türkiye örneğinde DEK-Ahlaklılık alt tipi, DEK-Olasılık alt tipinden daha çok rastlandığı ifade edilmiştir (Bilekli, 2009, s. 10; Yorulmaz vd., 2009, s. 404). Bu çalışmada da benzer şekilde dini takıntı ile en güçlü ilişkiye sahip olan boyut olarak karşımıza DEK-Müstehcen alt boyutu çıkmaktadır. DEK-Müstehcen, DEK-Ahlaklılık alt tipi ile benzer maddeleri içerdiği için literatürdeki bulguları destekler niteliktedir. Aynı şekilde DEK-Risk, DEK-Olasılık ile aynı maddeleri içeren boyutlar olduğu ve diğer boyutlara nazaran dini takıntı ile korelasyonel olarak anlamlı fakat en az ilişkiye sahip olduğu için literatürdeki veriler ile uyumlu olduğu görülmektedir.

Suçluluk ve utanma duyguları ile dini takıntı arasındaki pozitif ilişkiye bakıldığında, elde edilen verilerin literatürdeki pek çok çalışma ile uyumlu olduğu görülmektedir (Mancini & Gangemi, 2004, s. 115). Buna ek olarak dini takıntı hakkında yapılan tanımlar gözden geçirildiğinde, suçluluk duygusuna dair özellikle bir vurgu olduğu görülmektedir. Pek çok çalışma, suçluluk duygusunun bu rahatsızlık üzerinde önemli rol üstlendiği konusunda hem fikirdir (Altın, 2009; McIngvale vd., 2017; Miller & Hedges, 2008; Shapiro & Stewart, 2011; Steketee vd., 1991). Utanma duygusu ile dini takıntıları inceleyen çalışmalarda da güçlü bir bağa sahip oldukları vurgusu yer almaktadır (De Jong & Cook, 2021, s. 706; Fergus & Valentiner, 2012, s. 106; Siev vd., 2011, s. 2; Yağcı, 2006, s. 12). Özellikle cinsel içerikli düşüncelerde utanma duygusu artış göstermekte ve böylece dini takıntıya neden olduğu belirtilmektedir (Amil, 2013, s. 8). Bu çalışmada da suçluluk ve utanma duygusu ile OKB-Müstehcen arasında güçlü bir ilişkiye ulaşılmıştır. Aynı zamanda dini takıntı ve OKB-Müstehcen arasında da kuvvetli bir ilişki tespit edilmiştir ve bu durumların literatürdeki bu bilgilerle uyumlu olduğu görülmektedir.

OKB ile dini takıntılar arasında gözlenen pozitif ilişki de literatürde yer alan sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Daha önce belirtildiği gibi dini takıntılar, OKB'nin bir alt türüdür (Huppert vd., 2007, s. 921). Bu yüzden OKB ile güçlü bir ilişkiye sahip olması kaçınılmazdır. Aynı zamanda OKB rahatsızlığından mustarip kişilerin %5-33'ünde, dini takıntı görüldüğü ortaya konmuştur. Bu durum da aralarındaki güçlü ilişkiyi

gösteren araştırma sonuçlarından biridir ve mevcut araştırma sonuçları bu bilgileri doğrular niteliktedir.

Kaygı ve dini takıntılar arasındaki ilişkiye bakılacak olursa, literatürde yine güçlü bir ilişkiye atıf olduğu görülmektedir (Altın, 2009, s. 19; Olatunji vd., 2007, s. 784). Dini takıntılarının alt tipini oluşturduğu OKB, kaygı ile çok kuvvetli bir ilişkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur (Bkz. Tablo 3.6). OKB DSM-IV'te kaygı bozuklukları altında yer alan bir rahatsızken, bir sonraki versiyonda ayrı bir bozukluk olarak yer almıştır (Bozkurt, 2019, s. 10). Buradan sahip oldukları kuvvetli ilişkiye dair çıkarımlar yapılabilmektedir. Ek olarak kaygı, OKB'yi oluşturan rahatsız edici düşüncelerle birlikte meydana gelen bir histir. Aynı şekilde dini takıntılarının oluşma sürecine bakıldığında kaygının, günah içeren düşüncelerle, cezalandırmanın hak edildiğine dair saplantılar oluşturarak bu rahatsızlığın meydana gelmesi için önemli bir risk faktörünü oluşturduğu belirtilmektedir (Olatunji vd., 2007, s. 784). Benzer şekilde bu düşüncelere önem atfedilmesine de neden olan güçlü bir değişken statüsünü oluşturmaktadır (Altın, 2009). Bu konu hakkında verilen bu bilgiler, OKB ve dini takıntının kaygı ile sahip olduğu kuvvetli ilişkiye destek sağlamış olmaktadır.

Dini takıntılar konusunda sosyo-demografik bilgiler oldukça çelişkilidir. Çalışmaların bir kısmında cinsiyet ya da yaştaki değişikliğin, dini takıntıları arttırdığı veya azalttığı, diğer kısım çalışmalarda ise herhangi bir etkisi bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışmada, erkeklerde kadınlardan daha çok dini takıntıya rastlandığı gözlenmiştir. Bu durum yapılan bazı araştırma sonuçları ile uyumludur (Frost vd., 2018; Yüksel, 2019). Cinsiyet ile kaygı arasında elde edilen bulgular da literatür sonuçlarını destekleyici niteliktedir (DSM-V, 2013). Buna göre kadınlar erkeklere göre daha sık kaygı hissini taşımaktadır. Bu iki sonuç değerlendirildiğinde, dini takıntıyı oluşturan yegâne etmenin kaygı olmadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Eğer kaygı dini takıntıları oluşturan tek etmen olsaydı, kaygının kadınlarda daha çok olması sebebiyle, dini takıntının da kadınlarda daha çok yer alması gerekmektedir. Ancak çalışma sonuçları bunun tersini göstermektedir.

Yaş ile dini takıntılar arasında ise mevcut çalışmada anlamlı bir sonuca ulaşılamamıştır. Bu konuda yapılan pek çok çalışmada da benzer sonuçlar elde etmiştir

(Fang vd., 2016; Hale & Clark, 2013; Nelson vd., 2006, s. 1; Rosmarin vd., 2010; Siev vd., 2011; Steketee vd., 1991).

Çıkarımlar: Yapılan bu çalışmanın sonuçları İlahiyat, Psikoloji, Din Psikolojisi gibi alanlara katkı sağlamaktadır. Bu çalışma sayesinde dini takıntıya sahip bireylerde yer alan dindarlık biçimlerinin neler olduğu görülmüştür. Ve böylece söz konusu rahatsızlığın anlaşılması ve tedavi edilmesine dair daha açıklayıcı bilgilere ulaşılmıştır. Buna göre dini takıntıya sahip kişilerde; sufi ve geleneksel dindarlığa sıklıkla rastlanırken, sembolik dindarlık profili daha az yer almaktadır. Daha önce ifade edildiği gibi sufi dindarlık merhamet boyutunu önemseyen ve gelişmiş bir profil olduğu için dini takıntı ile ilgili bu pozitif korelasyon, sonucun yorumlanmasını güçleştirmektedir. Ancak sufi dindarlığı içerisinde, halk sufizminin de yer alması bu durumu açıklayıcı özellik göstermektedir. Bu yorum baz alınrsa, örnekleme sufi dindarlığın, halk sufizmi alt boyutunun daha yaygın olduğu ve bundan dolayı dini takıntılarla pozitif bir ilişki içerdiği sonucuna ulaşılmaktadır.

Geleneksel dindarlık diğer profillere nazaran, daha az gelişmiş ve daha çok katı tutumların yer aldığı bir dindarlık biçimi olduğu için dini takıntı ile arasındaki pozitif ilişki literatürdeki bilgilerle oldukça uyumlu olduğu görülmektedir. Sembolik dindarlık ise daha hoşgörülü ve gelişmiş bir biçimi oluşturduğu için dini takıntı üzerinde sahip olduğu negatif ilişki, literatürde yer alan bilgilerle uyumludur. Dini takıntı ve dindarlık biçimlerine dair ulaşılan bu çıkarımlar dikkate alınınca bahsi geçen alanlara katkısı daha iyi anlaşılır olmaktadır.

Dini takıntıya sahip kişilerde yer alan OKB tiplerine bakıldığında; ahlak, kontrol ve simetri alt boyutlarının en yüksek puanı aldığı dikkatleri çekmektedir. Bu durumun, dini takıntılarının içerisinde dini ve ahlaki korkulara ait endişeler ve takıntılarının yer almasından kaynaklandığı düşünülmektedir. OKB'nin ahlak boyutunun da dini takıntı ile en çok ilişkiye sahip alan olması daha önce literatürde yer alan bilgilerle uyumludur. Buna ek olarak en yüksek 2. ve 3. boyut olarak da kontrol ve simetri boyutu ile karşılaşılmaktadır. Bu durum şu şekilde izah edilebilmektedir: Din, hayattaki belirsizliği giderip bunları kontrol altına alacak bir alandır ve bu takıntıya meyilli kişilerde korkuları giderip, kontrol altına alınmasına yardımcı olmaktadır. Böylelikle kişiler dini içerikli takıntılara sahip olduğunda, korkulan sonuçları din

yardımı ile kontrol edebilir hale gelmektedir. Aynı şekilde simetri boyutu da hayattaki her şeyin belirli bir düzene girmesini içeren bir takıntı türüdür ve dindar kimseler, din yardımı ile bir sistemin altında yer alarak, bütün yasak ve kurallarla belirli bir düzen içerisine dahil olmaktadır. Böylelikle simetri takıntısına eğilimi olan kişiler, dini bu amaç için kullanıp, dini takıntı rahatsızlığının sebebiyet verdiği durumlarla başa çıkabilir hale gelmektedir. Bu rahatsızlığı tedavi ederken bu durumların göz önünde bulundurulması gerektiğinin altı çizilmelidir.

Yine dini takıntı ve dindarlık arasındaki ilişkiye bakıldığında, DEK'e dair elde edilen veriler oldukça anlamlıdır. DEK ve dindarlık profilleri arasında, geleneksel ve sufi biçimleri ile pozitif bir ilişki elde edilmiştir. Dini takıntı ile sufi dindarlık biçimi arasındaki ilişki ve dini takıntı ile DEK ve arasındaki ilişki göz önünde bulundurulursa, sufi dindarlık biçiminin oldukça önemli bir değişken olduğu görülmektedir. Buna göre dini takıntı ve sufi dindarlık biçimi arasında, DEK'in aldığı önemli konum gözler önüne serilmektedir. Bu durum kendini yine suçluluk ve kaygı hissinde göstermektedir. Bu değişken, dini takıntı ve sufi dindarlığı arasındaki güçlü ilişki baz alındığında hem dini takıntıyı hem sufi dindarlığı arttıran önemli bir unsur haline gelmektedir.

DEK boyutları arasında yine ahlaki durumları içeren müstehcenliğin, diğer boyutlardan daha yüksek bir puana sahip olduğu görülmektedir. Bunun da dini ve ahlaki konuların benzer içeriklere sahip olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Katı ahlaki kodlar, bireylerde daha şiddetli bir kirlenme olgusuna neden olmakta, düşünce veya eylem meydana geldiğinde içsel kirlilik hissini kuvvetlendirmektedir. Aynı şekilde DEK, sorumluluk ve suçluluk hissi ile güçlü bir bağa sahip olduğu için dini takıntıları bu yönüyle de oldukça etkilemektedir. Sonuç olarak suçluluk, kirlilik hissi vb. ile DEK kuvvetlendiğinde, dindar kimseler bunu giderebilmek adına, daha çok dini takıntı sergilemektedir.

Yaş ile ilgi bulgulara bakıldığında, yaş ile sorgulayıcı dindarlık biçimi arasında pozitif ilişki gözlenmesine rağmen, yaş ile dini takıntı ve diğer dindarlık biçimlerinde anlamlı sonuçlar elde edilmemiştir. Cinsiyete dair elde edilen sonuçlara bakıldığında ise sadece dini takıntıların erkek katılımcılarda daha çok yer aldığı sonucu yer almaktadır. Ancak dindarlık biçimleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığa

rastlanmamaktadır. Bundan dolayı hem cinsiyet hem de yaş değişkeni, dini takıntılar ve dindarlık profilleri arasında anlamlı bir değişken statüsü almamaktadır.

Daha önce yapılan çalışmalarda, dini takıntıya sahip bireylerin sadece ibadet düzeyleri ve dindarlık seviyeleri ile ilişkisine bakılmıştır ve bu durum rahatsızlığın anlaşılması için yeterli olmamıştır. Bu çalışmada ise dindarlığın pek çok yönünü içeren bir model kullanılarak, bireylerin sahip olduğu dünya görüşleri daha iyi anlaşılabilir, daha etkili tedavi metotlarının geliştirilmesi amaçlanmıştır. Literatürde böyle bir çalışma yer almadığı için bu çalışma alandaki ilk çalışmayı oluşturmakta ve söz konusu disiplinlere bu amaçla katkı sağlaması, tedavi güçlüğüne dair boşlukları doldurması ve gelecek çalışmalara fikir sunması beklenmektedir.

Çalışmanın güçlü ve zayıf yönleri: Mevcut çalışma, yeni geliştirilmiş bir modeli kullandığı için alanda yapılmış ilk ve tek araştırmayı oluşturmaktadır. Bundan dolayı daha çok incelenmeyi gerektiren bazı konulara sahiptir. Örneğin sufi dindarlık profili, merhamet vurgusuna oldukça atıf yapan hoşgörülü bir biçim olduğundan dolayı, dini takıntılar üzerinde negatif bir ilişkiye sahip olmaları beklenmekteydi. Ancak çıkan sonuçlar bunun tam tersini göstermiştir. Burada sufi dindarlığı içerisinde yer alan halk sufizmi de baz alınarak bulgular üzerinden yorum yapılması gerektiği dikkatleri çekmektedir. Aynı zamanda bu dindarlık türü hakkında daha fazla çalışmanın yapılması gerekmektedir. Aynı şekilde dindarlık türleri ile diğer değişkenler arasında çok fazla anlamlı sonuç elde edilemediği için bu konuda ek çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Yine dini takıntıları ölçerken kullanılan Dini Takıntı Ölçeği, Müslümanların ibadet ve dua düzeyini ölçmede yetersiz kaldığı için, daha uygun bir ölçeğin geliştirilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışma bu ölçek bazında, Türkiye örneklemindeki dini takıntılar konusunda bulgulara ulaşma konusunda yetersiz kalmıştır. Bu yüzden yeterli ve uygun bir ölçek geliştirmesi gerektiğinin altı çizilmelidir.

Özetlemek gerekirse, daha çok katılımcı ile yürütülecek araştırmaların, dini takıntı ve çeşitli dindarlık profilleri arasındaki ilişkinin daha net anlaşılmasına imkân sağlayacaktır. Aynı zamanda diğer dindarlık profillerine dair regresyon analizleri yapılmadığı için çalışma bu yönüyle eksik kalmış ve gelecek çalışmalarda bunların tamamlanması önerilmektedir. Ancak dini takıntı ile güçlü bir ilişkiye sahip olduğu

kanıtlanan pek çok değişken kullanıldığı için dini takıntı ve çeşitli dindarlık profilleri arasındaki ilişkinin ortaya konması açısından mevcut çalışma oldukça güçlüdür.

Gelecek çalışmalar için öneriler: Dini takıntı ve dindarlık arasındaki DEK, suçluluk duygusu ve kaygı hissinin rolünü inceleyen bu çalışma, yeni bir dindarlık modeli ile çalışıldığı için sınırlılıklar içermesine rağmen alanda ilk olması sebebiyle önemli bir konuma sahiptir. Bu modelin önemini ve dini takıntılar ile ilişkisini daha iyi anlayabilmek için ek çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Aynı zamanda dini takıntı ile kaygı arasındaki güçlü ilişkiye rağmen, dindarlık profilleri ile arasında anlamlı bir sonuca ulaşamadığı için bu değişkenin daha çok incelenmesi gerekmektedir. Aynı şekilde diğer dindarlık biçimlerine dair de çalışmalar yapılması gerekmektedir. Son olarak daha önce belirtildiği gibi Türkiye örneklemini için daha uygun bir dini takıntı ölçeğinin de geliştirilmesi oldukça önemlidir.

Bu konularda ek çalışmalar sağlanırsa, dini takıntılı bireylerin hayat görüşleri, dini konudaki bilişsel şemaları/düşünce biçimleri daha net anlaşılabilir, rahatsızlığı oluşturan ve sürdürülmesine katkı sağlayan durumlar açıklığa kavuşturularak etkili bir tedavi metodu geliştirilmesinin önü açılacaktır.

REFERANSLAR

- Abramowitz, J. S., & Clinic, M. (2001). Treatment of scrupulous obsessions and compulsions using exposure and response prevention: A case report. *Cognitive and Behavioral Practice*, 8(1), 79–85. [https://doi.org/10.1016/S1077-7229\(01\)80046-8](https://doi.org/10.1016/S1077-7229(01)80046-8)
- Abramowitz, J. S., Huppert, J. D., Cohen, A. B., Tolin, D. F., & Cahill, S. P. (2002). Religious obsessions and compulsions in a non-clinical sample: The penn inventory of scrupulosity (PIOS). *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 825–838. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00070-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00070-5)
- Abramowitz, J. S., Whiteside, S., Lynam, D., & Kalsy, S. (2003). Is thought-action fusion specific to obsessive-compulsive disorder?: A mediating role of negative affect. *Behaviour Research and Therapy*, 41(9), 1069–1079. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00243-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00243-7)
- Akbaş, B. Ç. (2020). Obsesif-Kompulsif bozuklukta erken dönem uyum bozucu şemalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1–11. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.87115>
- Altın, M. (2009). *A cross-cultural investigation of obsessive compulsive disorder symptomatology: The role of religiosity and religious affiliation*. (Yayımlanmış doktora tezi). Middle East Technical University, Ankara.
- Amil, O. (2013). *Dini içerikli obsesif kompulsif davranışların sosyodemografik açıdan incelenmesi ve vesvese ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- APA. (2013). *DSM-5 self-rated level 1 cross-cutting symptom measure—Adult*.
- Basile, B., Tenore, K., Luppino, O. I., & Mancini, F. (2017). Schema therapy mode model applied to OCD. *Clinical Neuropsychiatry*, 14(6), 407–414.
- Bayat, G. (2019). Beş faktör kişilik özellikleri ve konaklama işletmeleri çalışanları kişilik özelliklerinin iş doyumunu düzeyleri üzerindeki etkisi. *Journal of Business Research - Turk*, 11(3), 1575–1588. <https://doi.org/10.20491/isarder.2019.690>
- Bayraktar, M. M. (2007). *Gençlik döneminde görülen bazı psikolojik belirtiler ve din eğitimi ilişkisi - Obsesif kompulsif belirti örneği-*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Bejerot, S., Edman, G., Anckarsäter, H., Berglund, G., Gillberg, C., Hofvander, B., Humble, M. B., Mörtberg, E., Rastam, M., Stahlberg, O., & Frisé, L. (2014). The brief obsessive-compulsive scale (BOCS): A self-report scale for OCD and obsessive-compulsive related disorders. *Nordic Journal of Psychiatry*, 68(8), 549–559. <https://doi.org/10.3109/08039488.2014.884631>
- Besharat, M. A., & Kamali, Z. S. (2016). Predicting obsessions and compulsions according to superego and ego characteristics: A comparison between scrupulosity and non-religious obsessive-compulsive symptoms. *Asian Journal of Psychiatry*, 19, 73–78. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2016.01.003>

- Besiroglu, L., Karaca, S., & Keskin, I. (2014). Scrupulosity and obsessive compulsive disorder: The cognitive perspective in islamic sources. *Journal of Religion and Health*, 53(1), 3–12. <https://doi.org/10.1007/s10943-012-9588-7>
- Bilekli, İ. (2009). *Zihinsel bulaşma, dindarlık, kendini affetme, suçluluk ve düşünce eylem kaynaşmasının obsesif kompulsif bozukluk semptomlarıyla ilişkisinin incelenmesi: Üniversite öğrencilerinde deneysel bir çalışma*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bozkurt, A. Y. (2019). *Üniversite öğrencilerinde sosyodemografik değişkenler, obsesif kompulsif belirtiler ile dini yönelim ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Buchholz, J. L., Abramowitz, J. S., Riemann, B. C., Reuman, L., Blakey, S. M., Leonard, R. C., & Thompson, K. A. (2019). Scrupulosity, religious affiliation and symptom presentation in obsessive compulsive disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 47(4), 478–492. <https://doi.org/10.1017/S1352465818000711>
- Carboneau, R. A. (2018). *Religiosity, moral disapproval, shame and pornography use: Assessing the relationship between shame and sexual behaviors*. [(Yayımlanmış doktora tezi). Liberty University, USA]. <https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/1781>
- Cavalera, C., Pepe, A., Zurloni, V., Diana, B., & Realdon, O. (2017). A short version of the state shame and guilt scale (SSGS-8). *TPM - Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 24(1), 99–106. <https://doi.org/10.4473/TPM24.1.6>
- Çiçek, İ., & Aslan, A. E. (2020). Kişilik ve beş faktör kişilik özellikleri: Kuramsal bir çerçeve. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 10(1), 137–147. <https://dergipark.org.tr/en/pub/buyasambid/issue/55551/636901>
- Cirhinlioğlu, F. G., & Güvenç, G. (2011). Utanç eğilimi, suçluluk eğilimi ve psikopatoloji. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 248–267.
- Clark, D. A. (2004). *Cognitive-behavioral therapy for OCD*. London: The Guilford Press.
- Dağkurs, A. (2015). *Türkiye’de suçluluk ve utanç üzerine yapılan araştırmaların sistematik değerlendirmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- De Jong, D. C., & Cook, C. (2021). Roles of religiosity, obsessive–compulsive symptoms, scrupulosity, and shame in self-perceived pornography addiction: A preregistered study. *Archives of Sexual Behavior*, 50(2), 695–709. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01878-6>
- Demaria, T., & Kassinove, H. (1988). Predicting guilt from irrational beliefs, religious affiliation and religiosity. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 6(4), 259–272.
- DSM-V. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th Ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Dursun, E. (2019). *Lise öğrencilerinde genel kaygı ve sosyal kaygının sözel akıcılığı yordayıcı etkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Eğrilmez, A., Gülseren, L., Gülseren, Ş., & Kültür, S. (1997). Phenomenology of obsession in a turkish series of OCD patients. *Psychopathology*, 30, 106–110.
- Erdoğan, E. (2015). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve öznel dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi: Üniversite örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 223–246.
- Fang, A., Siev, J., Minichiello, W. E., & Baer, L. (2016). Association between scrupulosity and personality characteristics in individuals with obsessive-compulsive symptoms. *International Journal of Cognitive Therapy*, 9(3), 245–259. https://doi.org/10.1521/ijct_2016_09_09
- Fergus, T. A., & Valentiner, D. P. (2012). Terror management theory and scrupulosity: An experimental investigation. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1(2), 104–111. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2012.01.003>
- Frost, R. O., Gabrielson, I., Deady, S., Dernbach, K. B., Guevara, G., Peebles-Dorin, M., Yap, K., & Grisham, J. R. (2018). Scrupulosity and hoarding. *Comprehensive Psychiatry*, 86, 19–24. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.06.011>
- Göcen, G. (2011). Türkiye’de din psikolojisi çalışmalarında dindarlık ve kaygı ilişkisi. *Ekev Akademi Dergisi*, 15(46), 1–16.
- Greenberg, D., & Huppert, J. D. (2010). Scrupulosity: A unique subtype of obsessive-compulsive disorder. *Current Psychiatry Reports*, 12(4), 282–289. <https://doi.org/10.1007/s11920-010-0127-5>
- Greenberg, D., Witztum, E., & Pisante, J. (1987). Scrupulosity: Religious attitudes and clinical presentations. *British Journal of Medical Psychology*, 60(1), 29–37. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1987.tb02714.x>
- Gross, E., Stelzer, N., & Jacob, G. (2012). Treating OCD with the schema mode model. İçinde *The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy: Theory, Research, and Practice* (ss. 173–184). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119962830.ch11>
- Hale, M. A., & Clark, D. A. (2013). When good people have bad thoughts: Religiosity and the emotional regulation of guilt-inducing intrusive thoughts. *Journal of Psychology and Theology*, 41(1), 24–35. <https://doi.org/10.1177/009164711304100102>
- Himle, J. A., Chatters, L. M., Taylor, R. J., & Nguyen, A. (2011). The relationship between obsessive-compulsive disorder and religious faith: Clinical characteristics and implications for treatment. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(4), 241–258. <https://doi.org/10.1037/a0023478>
- Huppert, J. D., & Siev, J. (2010). Treating scrupulosity in religious individuals using cognitive-behavioral therapy. *Cognitive and Behavioral Practice*, 17(4), 382–392. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2009.07.003>
- Huppert, J. D., Siev, J., & Kushner, E. S. (2007). When religion and obsessive-compulsive disorder collide: Treating scrupulosity in ultra-orthodox jews. *Journal of Clinical Psychology*, 63(10), 925–941. <https://doi.org/10.1002/jclp>
- Inozu, M., Clark, D. A., & Karanci, A. N. (2012). Scrupulosity in Islam: A comparison of highly religious turkish and canadian samples. *Behavior Therapy*, 43(1), 190–202. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.06.002>

- Inozu, M., Eremsoy, E., Cicek, N. M. M., & Ozcanli, F. (2017). The association of scrupulosity with disgust propensity and contamination based obsessive compulsive symptoms: An experimental investigation using highly scrupulous muslims. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 15, 43–51. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2017.08.004>
- Inozu, M., Karanci, A. N., & Clark, D. A. (2012). Why are religious individuals more obsessional? The role of mental control beliefs and guilt in Muslims and Christians. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 43(3), 959–966. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2012.02.004>
- Karahan, D. (2006). *Erken disfonksiyonel obsesif-kompulsif bozukluğu olan hastaların ve sağlıklı kişilerdeki aktivasyonlarının karşılaştırılması*. (Yayımlanmış uzmanlık tezi). Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, İstanbul.
- Karamustafalıoğlu, O. (2010). Obsesif kompulsif bozukluk. *The Journal of Turkish Family Physician*, 1(1), 1–10. <http://turkishfamilyphysician.com/wp-content/uploads/2016/08/C1-S1-obsesif-kompulsif-bozukluk.pdf>
- Kılınçer, M. S. (2019). *Üniversite öğrencilerinin utanç ve suçluluk duygularına yatkınlıkları ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi; İstanbul.
- Kıraç, F. (2007). *Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lack, C. W., Huskey, A., Weed, D. B., Highfill, M. J., & Craig, & L. (2015). The etiology of obsessive-compulsive disorder. İçinde C. W. Lack (Ed.), *Obsessive-Compulsive Disorder: Etiology, Phenomenology, and Treatment* (1th Ed., ss. 25–42). Onus Books.
- Luyten, P., Corveleyn, J., & Fontaine, J. R. J. (1998). The relationship between religiosity and mental health: Distinguishing between shame and guilt. *Mental Health, Religion & Culture*, 1(2), 165–184. <https://doi.org/10.1080/13674679808406507>
- Maj, M., Sartorius, N., Okasha, A., & Zohar, J. (2002). Obsessive-compulsive disorder. İçinde *WPA Series Evidence and Experience in Psychiatry Volume 4* (2th Ed., C. 4, ss. 1–308). England: Wiley.
- Mancini, F., & Gangemi, A. (2004). Fear of guilt from behaving irresponsibly in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 35(2), 109–120. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2004.04.003>
- McIngvale, E., Rufino, K., Ehlers, M., & Hart, J. (2017). An in-depth look at the scrupulosity dimension of obsessive-compulsive disorder. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 19(4), 295–305. <https://doi.org/10.1080/19349637.2017.1288075>
- Meyer, E., Souza, F., Heldt, E., Knapp, P., Cordioli, A., Shavitt, R. G., & Leukefeld, C. (2010). A randomized clinical trial to examine enhancing cognitive-behavioral group therapy for obsessive-compulsive disorder with motivational interviewing and thought mapping. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 38(3), 319–336. <https://doi.org/10.1017/S1352465810000111>

- Miller, C. H., & Hedges, D. W. (2008). Scrupulosity disorder: An overview and introductory analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(6), 1042–1058. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.11.004>
- Murray, K., & Ciarrocchi, J. (2007). The dark side of religion, spirituality and the moral emotions: Shame, guilt, and negative religiosity as markers for life dissatisfaction. *Journal of Pastoral Counseling*, 22–42. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=0449508X&AN=33363020&h=JURFsZy5JqbjERUKP/ACg/jFIPQwgGrBqgbu+stYBCOP2yfcx0hvyZWEXa5P0s+OHP9gtsxuT5LqEqnMEeHWw==&crl=c>
- Nelson, E. A., Abramowitz, J. S., Whiteside, S. P., & Deacon, B. J. (2006). Scrupulosity in patients with obsessive-compulsive disorder: Relationship to clinical and cognitive phenomena. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(8), 1071–1086. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.02.001>
- Nergiz, A. A. (2020). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile kişilik özelliklerinin genel kaygı durumları üzerindeki etkisi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ok, Ü. (2007). *İnanç Psikolojisi-Hayatı Anlamlandırma Biçiminin Yaşam Boyu Gelişimi.* Ankara: İlahiyat.
- Ok, Ü. (2011). Dini tutum ölçeği: Ölçek geliştirme ve geçerlik çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2), 528–549.
- Ok, Ü. (2012). Biyografik anlatıya dayalı inanç gelişimi biçimleri. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 12(2), 121–155. <https://dergipark.org.tr/en/pub/cuilah/issue/4183/54923>
- Ok, Ü. (2021a). *A critique of the theory and measurements of faith development theory: Empirical findings on a new proposal for muslim religiosity profiles.* [Yayın Aşamasında].
- Ok, Ü. (2021b). Türkiye’de kişilik özellikleri: Büyük beş ve dahası. [Yayın Aşamasında].
- Ok, Ü., & Gören, A. B. (2018). The connections between religiosity and obsessive-compulsive symptoms and the role of personality traits in a non-clinical Muslim sample. *Mental Health, Religion and Culture*, 21(1), 1–18. <https://doi.org/10.1080/13674676.2018.1446130>
- Okasha, A., Saad, A., Khalil, A. H., El-Dawla, a S., & Yehia, N. (1994). Phenomenology of obsessive-compulsive disorder: A transcultural study. *Comprehensive Psychiatry*, 35(3), 191–197.
- Olatunji, B. O., Abramowitz, J. S., Williams, N. L., Connolly, K. M., & Lohr, J. M. (2007). Scrupulosity and obsessive-compulsive symptoms: Confirmatory factor analysis and validity of the Penn Inventory of Scrupulosity. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(6), 771–787. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.12.002>
- Olatunji, B. O., Tolin, D. F., Huppert, J. D., & Lohr, J. M. (2005). The relation between fearfulness, disgust sensitivity and religious obsessions in a non-clinical sample. *Personality and Individual Differences*, 38(4), 891–902. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.06.012>

- Piri, S., & Kabakçı, E. (2007). Düşünce-eylem kaynaşması, yükleme biçimleri, depresif ve obsesif-kompulsif belirler arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türkiye Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 197–206. <http://www.turkpsikiyatri.com/Data/UnpublishedArticles/dusunceEylem.pdf>
- Pirutinsky, S., Rosmarin, D. H., & Pargament, K. I. (2009). Community attitudes towards culture-influenced mental illness: Scrupulosity vs. nonreligious OCD among orthodox Jews. *Journal of Community Psychology*, 37(8), 949–958. <https://doi.org/10.1002/jcop>
- Pollock, R. A., & Carter, A. S. (1999). The familial and developmental context of obsessive-compulsive disorder. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 8(3), 461–479. [https://doi.org/10.1016/s1056-4993\(18\)30164-0](https://doi.org/10.1016/s1056-4993(18)30164-0)
- Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 35(9), 793–802. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)10041-9](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)10041-9)
- Rassin, E., & Koster, E. (2003). The correlation between thought-action fusion and religiosity in a normal sample. *Behaviour Research and Therapy*, 41(3), 361–368. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00096-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00096-7)
- Rassin, E., Merckelbach, H., Muris, P., & Schmidt, H. (2001). The thought-action fusion scale: Further evidence for its reliability and validity. *Behaviour Research and Therapy*, 39(5), 537–544. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(00\)00031-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(00)00031-0)
- Rosmarin, D. H., Pirutinsky, S., & Siev, J. (2010). Recognition of scrupulosity and non-religious OCD by Orthodox and non-Orthodox Jews. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(8), 930–944. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.8.930>
- Şahin, Y. (2015). *Takıntılı olma düzeyinin kişilerin genel kaygı, benlik algısı ve psikolojik dayanıklılık durumları açısından değişimlerinin eğitim düzeyleri, cinsiyetleri ve kardeşleri olup olmamasına göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Shafran, R., Thordarson, D. S., & Rachman, S. (1996). Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(5), 379–391. [https://doi.org/10.1016/0887-6185\(96\)00018-7](https://doi.org/10.1016/0887-6185(96)00018-7)
- Shapiro, L. J., Kropfing, J. W., Gironda, C. M., & Elias, J. A. (2013). Development of a scrupulosity severity scale using the Pennsylvania Inventory of Scrupulosity-Revised. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 2(4), 420–424. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2013.08.001>
- Shapiro, L. J., & Stewart, S. E. (2011). Pathological guilt: A persistent yet overlooked treatment factor in obsessive-compulsive disorder. *Annals of Clinical Psychiatry*, 23(1), 1–9.
- Sica, C., Novara, C., & Sanavio, E. (2002). Religiousness and obsessive-compulsive cognitions and symptoms in an Italian population. *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 813–823. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00120-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00120-6)
- Siev, J., Baer, L., & Minichiello, W. E. (2011). Obsessive-compulsive disorder with predominantly scrupulous symptoms: Clinical and religious characteristics. *Journal of Clinical Psychology*, 67(12), 1188–1196. <https://doi.org/10.1002/jclp.20843>

- Siev, J., Chambless, D. L., & Huppert, J. D. (2010). Moral thought-action fusion and OCD symptoms: The moderating role of religious affiliation. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(3), 309–312. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.01.002>
- Siev, J., & Cohen, A. B. (2007). Is thought-action fusion related to religiosity? Differences between Christians and Jews. *Behaviour Research and Therapy*, 45(4), 829–837. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.05.001>
- Söylemez, S., Koyuncu, M., & Amado, S. (2018). Utanç ve suçluluk duygularının bilişsel psikoloji kapsamında değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları / Studies in Psychology*, 38(2), 259–288. <https://doi.org/10.26650/sp2018-0021>
- Steketee, G., Quay, S., & White, K. (1991). Religion and guilt in OCD patients. *Journal of Anxiety Disorders*, 5(4), 359–367. [https://doi.org/10.1016/0887-6185\(91\)90035-R](https://doi.org/10.1016/0887-6185(91)90035-R)
- Tatlıhoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramına göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Journal Of History School*, 7(17), 939-971. <https://doi.org/10.14225/joh400>
- Tek, C., & Ulug, B. (2001). Religiosity and religious obsessions in obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 104(2), 99–108. [https://doi.org/10.1016/S0165-1781\(01\)00310-9](https://doi.org/10.1016/S0165-1781(01)00310-9)
- Thiel, N., Jacob, G. A., Tuschen-Caffier, B., Herbst, N., Külz, A. K., Hertenstein, E., Nissen, C., & Voderholzer, U. (2016). Schema therapy augmented exposure and response prevention in patients with obsessive-compulsive disorder: Feasibility and efficacy of a pilot study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 52, 59–67. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2016.03.006>
- Toprak, T. B. (2018). Dini obsesyon ve kompulsiyonların psikoterapisinde kuramlar, imkanlar, sınırlılıklar. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(1), 123–141.
- Ulu, M. (2016). İnanç gelişim teorisi: İnanç aşamaları. *Bilimname*, 30(1), 139–156.
- Uyaver, A. (2010). *Obsesif-kompulsif bozukluk tanısı konmuş hastalarda dini tutum ve davranışlar ile hastalık semptomları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uysal, V., & Turan, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde sürekli kaygı, dindarlık ve saldırganlık eğilimleri arasındaki ilişkiler. *Bilimname*, 4, 67–104. <https://doi.org/10.28949/bilimname.577468>
- Volk, F., Thomas, J., Sosin, L., Jacob, V., & Moen, C. (2016). Religiosity, developmental context, and sexual shame in pornography users: A serial mediation model. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 23(2–3), 244–259. <https://doi.org/10.1080/10720162.2016.1151391>
- Witzig, T. F., & Pollard, Alec, C. (2013). Obsessional beliefs, religious beliefs, and scrupulosity among fundamental Protestant Christians. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 2(3), 331–337. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2013.06.002>
- Yağcı, H. Y. (2006). *Saplantılı dini davranışlar*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Yapıcı, A. (2013). *Ruh sağlığı ve din* (2. baskı). Adana: Karahan Kitabevi.

- Yapıcı, A., & Kayıklık, H. (2005). Ruh sağlığı bağlamında dindarlığın öz saygı ve kaygı ile ilişkisi: Çukurova üniversitesi örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3(9), 177–206.
- Yaşa, Z. (2012). *Üniversite öğrencilerinde ana baba tutumlarının suçluluk ve utanç duyguları üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Celal Bayar Üniveristesi Tıp Fakültesi, Manisa.
- Yorulmaz, O., Gençöz, T., & Woody, S. (2009). OCD cognitions and symptoms in different religious contexts. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(3), 401–406. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.11.001>
- Yorulmaz, O., Yılmaz, A. E., & Gençöz, T. (2004). Psychometric properties of the Thought-Action Fusion Scale in a Turkish sample. *Behaviour Research and Therapy*, 42(10), 1203–1214. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2003.08.005>
- Yüksel, B. (2019). Dini yönelim biçimleri ile dini içerikli obsesyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: İlahiyat fakültesi örneği. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, 52, 217–239. <https://doi.org/10.29288/ilted.559043>
- Zayman, E. P. (2016). DSM-5’te obsesif kompulsif bozukluk. *Cukurova Medical Journal*, 41(2), 360–362. <https://doi.org/10.17826/cutf.207909>

EKLER

EK A: BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU

RUH SAĞLIĞI VE DİNİ-AHLAKİ DÜŞÜNCEDE YAŞANAN GÜÇLÜKLER

Değerli katılımcılar,

Bu anket çalışmasının amacı, insanların düşüncelerinde ve davranışlarındaki takıntı düzeylerini belirlemek ve varsa bu takıntıların kaygı, suçluluk, dindarlık ve iyimserlik ile ilişkisinin olup olmadığını belirlemektir. Vereceğiniz cevaplar sadece bilimsel çalışma için kullanılacaktır. Anketler topluca değerlendirileceğinden İSMİNİZİ BELİRTMENİZE GEREK YOKTUR. Bu güvencelerle araştırmanın kalitesini yüksek tutmak adına CEVAPLARINIZDA İÇTEN VE SAMİMİ OLMANIZI umuyoruz. Çalışmamıza göstereceğiniz itinadan dolayı şimdiden çok teşekkür ederiz.

Saygılarımızla,

Nisan 2021

Prof. Dr. Üzeyir Ok

Esma Zennure Kavurkacı

Ibn Haldun Üniversitesi,

Din Bilimleri,

Psikoloji Bölümü

Yüksek Lisans Öğrencisi

uzeyir.ok@ihu.edu.tr

zennure.kavurkaci@ibnhaldun.edu.tr

ARAŞTIRMAYA KATILMAYI KABUL ETME BEYANI:

‘Bu anketin, insanların düşüncelerinde ve davranışlarındaki takıntı düzeylerini belirlemek ve varsa bu takıntıların kaygı, suçluluk, dindarlık, iyimserlik, ruh sağlığı şemaları ile ilişkisinin olup olmadığını belirlemeyi amaçlayan bir çalışmanın parçası olduğunu anladım. Anketi cevaplarken vermiş olduğum bilgilerin topluca değerlendirileceği ve bilimsel amaç dışında kullanılmayacağı konusunda bilgilendirildim. İsmimin raporlarda yer almayacağını ve araştırmaya katıldığım tarihten itibaren 15 gün içinde istediğim zaman araştırmadan çekilme hakkına sahip olacağımı anlamış bulunuyorum. Bu koşullarla, bahsedilen konuda yapılan araştırmaya katılmayı kabul ettiğimi beyan ederim.’

Bu anket yaklaşık 30 dakika sürecektir.

Soruyu anladıktan sonra aklınıza gelen ilk şık genellikle doğru cevaptır.

Tarih:.....

“Size ait katılım kodu” (soyadınızın son iki harfi ve cep telefonunuzun son 3 rakamı olabilir):

EK B: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

DEMOGRAFİK BİLGİLER				
1.	Cinsiyetiniz?	Erkek	Kadın	Diğer
2.	Hangi <u>yı</u> doğdunuz? Lütfen yazarak belirtiniz		



EK C: KAYGI ÖLÇEĞİ

GENEL DUYGU DURUMU DÜZEYİ						
Aşağıdaki duyguları genel olarak hayatınızda ne sıklıkta yaşarsınız?						
1.	Sinirli, kaygılı, korkmuş, endişeli veya gergin hissetme	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
2.	Paniklemiş veya ürkmüş hissetme	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
3.	Kaygı veren durumlardan kaçınma	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
4.	Bir şeyler yaparken ilgi veya istekte azalma	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
5.	Keyifsiz, çökkün veya umutsuz hissetme	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
6.	Kendini çaresiz hissetme	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla

(APA, 2013)



EK D: NEVROTİK/KAYGILI KİŞİLİK ÖZELLİĞİ ÖLÇEĞİ (Ok, 2021b)

KAYGILI KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ						
Aşağıdaki özellikler genel olarak sizin kişilik yapınızda ne düzeyde bulunmaktadır?						
60.	Telaş, panik ve tedirginlik hissi	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla
61.	Kaygı, stres ve gerilim hali	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla
62.	Kuruntulu, evhamlı, vesveseli ve şüpheli olma	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla
63.	Zorluklar karşısında dayanıksız, güçsüz, çaresiz hissetme	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla
64.	Sık sık pişmanlık duygusu hissetme	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla
65.	Suçluluk duygusu yaşama	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla
66.	Olayları olumsuz yorumlama	Hiç	Az	Orta	Fazla	Çok fazla



EK E: DÜŞÜNCE-EYLEM KAYNAŞMASI ÖLÇEĞİ

DÜŞÜNCE-EYLEM KAYNAŞMASI DÜZEYİ						
Aşağıdaki durumları ne sıklıkla yaşarsınız?						
7.	Eğer birinin zarar görmesini istersem, bu neredeyse ona zarar vermem kadar kötüdür.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
8.	Bir akrabamın ya da arkadaşımın trafik kazası geçirdiğini düşünürsem, bu onun kaza geçirme riskini artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
9.	Düşerek yaralandığımı düşünürsem, bu benim düşüp yaralanma riskimi artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
10.	Din karşıtı bir düşünceye sahip olmak, bence neredeyse böyle davranmak kadar günahtır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
11.	Başka birine küfretmeyi akıldan geçirmek, bence neredeyse gerçekten küfretmek kadar kabul edilemez bir durumdur.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
12.	Bir arkadaşım hakkında kaba şeyler düşündüğümde, ona neredeyse kaba davranmış kadar vefasızlık etmiş olurum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
13.	Bir insanla ilişkimde onu kandırmayı düşünmek, bence neredeyse gerçekten kandırmak kadar ahlaksızlıktır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
14.	Bir akrabamın ya da arkadaşımın işini kaybettiğini düşünürsem, bu onun işini kaybetme riskini artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
15.	Bir başkasıyla ilgili müstehcen şeyler düşünmem, neredeyse bu şekilde davranmam kadar kötüdür.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
16.	Bir akrabamın ya da arkadaşımın hastalandığını düşünürsem, bu onun hastalanma riskini artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
17.	Saldırganlık içeren düşüncelere sahip olmak, bence neredeyse saldırgan davranmak kadar kabul edilemez bir durumdur.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
18.	Kıskançlık içeren bir düşüncem olduğunda, bu durum neredeyse bunu söylemiş olmamla aynıdır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
19.	Trafik kazası geçirdiğimi düşünürsem, bu benim kaza geçirme olasılığımı artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
20.	Bir başkasına müstehcen hareketler yapmayı düşünürsem, bu neredeyse öyle davranmam kadar kötüdür.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
21.	Kutsal yerlerde müstehcen şeyler düşünmek, bence kabul edilemez bir durumdur.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
22.	Bir akrabamın ya da arkadaşımın düşerek yaralandığımı düşünürsem, bu onun düşüp yaralanma riskini artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
23.	Hastalandığımı düşünürsem, bu benim hasta olma riskimi artırır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
24.	Bir arkadaşına olumsuz bir eleştiride bulunmayı akıldan geçirmek, bence neredeyse bunu söylemek kadar kabul edilemez bir durumdur.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla
25.	Kutsal yerlerde müstehcen şeyler düşünmem, neredeyse oralarda böyle şeyleri gerçekten yapmam kadar günahtır.	Hiç	Nadiren	Bazen	Fazlaca	Çok Fazla

(Yorulmaz vd., 2004)

EK F: TAKINTILI VE ZORLANIMLI DÜŞÜNCE VE DAVRANIŞ ÖLÇEĞİ

TAKINTILI VE ZORLANIMLI DÜŞÜNCE VE DAVRANIŞ DÜZEYİ						
Aşağıdaki düşünce veya davranışları ne sıklıkta yaşarsınız?						
26.	Kir, pislik ve mikrop konusunda endişe taşıma. Örneğin, kapı koluna dokununca veya el sıkınca veya belirli sandalye ya da koltuğa oturunca mikrop kapacağımızdan korkma veya hastalığa yakalanacağımızdan korkma gibi.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
27.	Kir ve benzeri şeylerden iyice arındırıldığından emin olmak için elleri sık sık veya özel bir biçimde yıkama. Örneğin, kirli bir nesneye dokunduktan sonra ya da dokunduğumuzu sandıktan sonra gün içinde uzun süre pek çok kere ellerinizi yıkama gibi.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
28.	Davranışlarımızın insanlara zarar verebileceği korkusu. Örneğin, başkasının yemeğine zehir karıştırma korkusu, bebeklere zarar vermekten korkma, birini trenin altına itmekten korkma, yanlış tavsiye sonucu birine zarar verme korkusu gibi korkular.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
29.	Kontrolünüzü kaybedip istemediğiniz bir şeyi yapma korkusu. Örneğin, araç kullanırken ağaca çarpma veya birine çarpma korkusu veya da birini bıçaklama korkusu.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
30.	Aklınıza, sizi rahatsız eden yasaklı veya sapkın cinsel düşünceler, hayaller veya dürtüler, nahoş düşünceler gelmesi durumu. Örneğin, yabancılar, aile üyeleri veya arkadaşlar hakkında istenmeyen kötü cinsel düşünceler gibi.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
31.	Fırını veya diğer elektrikli aletleri kontrol etme, kapının kilitli olup olmadığına bakma veya bir şeylerin kaybolmadığından emin olma konusunda zorunlu davranışlar sergileme durumu. Örneğin, evden ayrılmadan önce kapının kilitlerini, ocağı, ütüyü veya elektrik aletlerini tekrar tekrar kontrol etme; okulda dolabınızın kilitlenmiş olup olmadığını veya iyi giyinmiş olup olmadığınızı tekrar tekrar kontrol etme gibi.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
32.	Allah'la ilgili ağzınızdan çıkabilecek kötü sözlerin, uygunsuz düşünce veya küfürlerin sizi rahatsız etmesi; Allah'ı gücendirmekten korkma durumları. Örneğin, böyle günahlardan ve düşüncelerden dolayı şimdi, daha sonra ya da ölümden sonra cezalandırılabilceği konusunda yaşanan endişeler gibi	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
33.	Kötü bir şeyin meydana gelmesini önlemek için bazı özel düşüncelere sahip olma veya belirli bir tarzda yapmak zorunda hissedilen bazı davranışlar sergileme durumu. Örneğin, telefon gibi bir nesneye dokunmak ailedeki birinin hastalığa yakalanmayacağını garanti altına alacaktır benzeri düşüncelere sahip olma.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
34.	Kafanızın sürekli ahlaki konularla, adaletle veya neyin yanlış, neyin doğru olduğu gibi konularla meşgul olması durumu. Örneğin, her zaman "doğru olanı" yapma, yalan söyleyip söylememe veya birini aldatıp aldatmama gibi konularda endişeler yaşama.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
35.	Sizin için eşyalarınızın duruşunun ve yerleştiriliş biçiminin önemli olması. Örneğin, kitap ve defterin düzenli bir şekilde yerleştirilmiş olup olmadığı konusunda edişe; hesaplamaların veya el yazısının mükemmel olmasına veya denk düşmesine yönelik endişeler	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
36.	İçinizden bir dürtünün sizi, eşyalarınızı özel bir düzene göre sıralamaya zorladığını hissetme durumu. Örneğin, kitap ve kalemlerinizi bir masanın üstüne veya kitaplarınızı bir çantaya düzgünce yerleştirme; eşyaları evde belirli bir düzene göre düzenleyip yerleştirmek için saatler harcamak ve ardından bu düzen bozulduğunda çok kızmak gibi.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
37.	Belli bazı davranışları içinize sinene kadar tekrarlamaktan kendinizi alamama durumu. Örneğin, musluğu veya aletleri açıp kapamayı, saç taramayı, eşikten girip çıkmayı tekrarlama davranışları gibi	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
38.	Bir şeyler toplamaktan veya biriktirmekten kendinizi alamama durumu. Örneğin, atıldığında tekrar ihtiyaç duyulur endişesiyle eski gazeteleri, notları, kağıt havluları vb. saklamak; sokaktan işe yaramaz nesnelere toplamak.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
39.	Tuhaf görüldüğünüz konusunda endişe taşıma; görüntünüzde yanlış bir şey olduğu düşüncesine kapılma. Örneğin, aksi defalarca vurgulanmasına rağmen, kişinin hala yüzünün, kulağının, gözlerinin veya bedeninin diğer herhangi bir organının son derece çirkin olduğu konusunda endişe taşıması	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
40.	İstmeden bedeninize zarar veren bir şeyler yapma durumu. Örneğin, cildi kaşıma ve kanatma, kendine kesik atma veya başı bir yere vurma.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman

(Ok & Gören, 2018)

EK G: DİNİ TAKINTI ÖLÇEĞİ (PIOS)

DİNİ-AHLAKİ KONULARDA SUÇLULUK DUYGUSU DÜZEYİ						
Lütfen aşağıda yer alan durumları ne sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz.						
41.	Dürtüst olmayan art niyetli düşüncelerim olabileceğinden ötürü endişeleniyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
42.	Günahkâr bir insan olabileceğinden korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
43.	Ahlaksızca davranacağımdan korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
44.	Günahlarım için, tekrar tekrar tövbe etmek zorunda hissediyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
45.	Cennet ve cehennem beni endişelendiriyor.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
46.	Her zaman ahlaki davranmalıyım, aksi takdirde cezalandırılırdım diye endişeleniyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
47.	Zevk almak istediğim bir şeyi yaparken, kendimi suçlu hissettiğim için o şeyden zevk alamıyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
48.	Aklıma ahlaksız düşünceler geliyor ve onlardan kurtulamıyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
49.	Davranışlarımın Allah tarafından kabul edilemeyecek olmasından korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
50.	Farkında olmadan, uygun olmayan bir şekilde davranmış olmaktan korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
51.	Bazı ahlaksız düşüncelerden kaçınmak için çok uğraşmalıyım.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
52.	Dürtüst olmayan şeyler yapmış olabileceğinden çok endişeleniyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
53.	Allah'ın emirlerine karşı çıkmaktan korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
54.	Cinsel içerikli düşüncelere sahip olmaktan korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
55.	Allah ile asla iyi bir bağım olmayacağından ötürü endişeleniyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
56.	Ahlaksız düşüncelerimden dolayı kendimi suçlu hissediyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
57.	Allah'ın benden hoşnut olmamasından endişeleniyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
58.	Ahlaksız düşüncelere sahip olmaktan korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
59.	Düşüncelerimin Allah tarafından kabul edilemez olmasından korkuyorum.	Hiç	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman

(Abramowitz vd., 2002)

EK H: DİNDARLIK PROFİLLERİ ÖLÇEĞİ

Yayın aşamasında olduğu için burada yer verilmemiştir.



EK H: SUÇLULUK VE UTANMA ÖLÇEĞİ

SUÇLULUK VE UTANMA DÜZEYİ						
Aşağıdaki ifadelere ne düzeyde katılırsınız?						
67.	Tam olarak nereden kaynaklandığımı bilmiyorum fakat her nedense suçluluk hissi yaşıyorum.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
68.	Yanlış bir şey yapsam, sürekli o konuda düşünmek zorunda hissederim.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
69.	İz bırakmadan yerin dibine batsam, dediğim anlarım olur.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
70.	Yanlış bir şey yaptığım zamanlarda abartılı suçluluk duyguları yaşıyorum.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
71.	Bir gün iyi biri olabileceğime dair umudumu kaybediyorum.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
72.	Başkalarının aklına bile gelmeyen konularda kendimi suçladığım olur.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
73.	(Aynada) kendime bakmaya tahammül bile edemediğim anlarım olur.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum
74.	Davranışlarımın sebeplerini açıklama veya onlar için özür dileme ihtiyacı hissederim.	Hiç katılmıyorum	Az katılıyorum	Yarı yarıya katılıyorum	Çoğuna katılıyorum	Tamamına katılıyorum

(Cavalera vd., 2017)

EK I

Evrak Tarih ve Sayısı: 25.05.2021-3243



T.C.
İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurulu Başkanlığı

Sayı : E-71395021-020-3243
Konu : Esmâ Zennure KAVURKACI-Etik
Kurul Kararı

25.05.2021

İLGİLİ MAKAMA

Kurulumuza başvuran Esmâ Zennure KAVURKACI'nın "Dini Takıntı ve Dindarlık Biçimleri İlişkisinde Düşünce-Eylem Kaynaşması, Suçluluk Duygusu ve Kaygının Rolü" isimli projesi; amaç, araştırma türü, veri toplama araçları, süreç ve işlemler, veri analizleri dikkate alınarak suretiyle 18.05.2021 tarihinde değerlendirilerek 2021/04-2 karar numarası ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi arz/rica ederim.

Prof. Dr. Ali YEŞİLİRMAK
Başkan

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSC6S382C

Adres:Başak Mah. Ordu Cad. No:3 P.K. 34480 Başakşehir / İstanbul
Telefon:0212 692 0212 Faks:0212 551 6464
Kep:ibn@ibn01.kep.tr e-Posta:info@ibn.edu.tr Elektronik Ağ:www.ibn.edu.tr

Belge Doğrulama Adresi:
http://belge.ibnhaldu.edu.tr/en/Vision/Validate_Doc.aspx
Bilgi için: Nezihan Pala
Unvanı: Sekreter



Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

Ad ve Soyad:

Esmâ Zennure Kavurkacı

Eğitim:

2013-2018 İlahiyat Fakültesi, İstanbul Üniversitesi, Türkiye

2018-2021 Din Bilimleri, İbn Haldun Üniversitesi, Türkiye

İş Deneyimi:

2019-2020 Milli Eğitim Bakanlığı