

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**BOŞANMA SÜRECİNDEKİ BİREYLERDE DİNİ BAŞA
ÇIKMA DAVRANIŞLARININ ANALİZİ**

DOKTORA TEZİ

Nimet FERAH

Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Enstitü Bilim Dalı : Din Psikolojisi

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU

Mayıs – 2019

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**BOŞANMA SÜRECİNDEKİ BİREYLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA
DAVRANIŞLARININ ANALİZİ**






DOKTORA TEZİ

Nimet FERAH

Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Enstitü Bilim Dalı : Din Psikolojisi

“Bu tez 29/05/2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİÜYESİ	KANAATI	İMZA
Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU	Basarılı	
Prof. Dr. Ali Ulvi MEHMEDOĞLU	Basarılı	
Prof. Dr. Fuat AYDIN	Basarılı	
Doç Dr. Naci KULA	Basarılı	
Dr. Öğr. Üyesi Ayşe ŞENTEPE	Basarılı	



SAKARYA
ÜNİVERSİTESİ

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TEZ SAVUNULABİLİRLİK VE ORJİNALLİK BEYAN FORMU

Sayfa : 1/1

Öğrencinin

Adı Soyadı	:	Nimet FERAH
Öğrenci Numarası	:	1360D10005
Enstitü Anabilim Dalı	:	Felsefe ve Din Bilimleri
Enstitü Bilim Dalı	:	
Programı	:	<input type="checkbox"/> YÜKSEK LİSANS <input checked="" type="checkbox"/> DOKTORA
Tezin Başlığı	:	Boşanma Sürecindeki Bireylerde Dini Başa Çıkma Davranışlarının Analizi
Benzerlik Oranı	:	% 13

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,

Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının benzerlik oranının herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi beyan ederim.

[Signature]
09/05/19
...../...../20.....
Öğrenci İmza

Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen öğrenciye ait tez çalışması ile ilgili gerekli düzenleme tarafımda yapılmış olup, yeniden değerlendirilmek üzere@sakarya.edu.tr adresine yüklenmiştir.

Bilgilerinize arz ederim.

...../...../20.....
Öğrenci İmza

Uygundur

Danışman
Unvanı / Adı-Soyadı: Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU

Tarih: 09.05.2019

İmza: *[Signature]*

Enstitü Birim Sorumlusu Onayı

KABUL EDİLMİŞTİR

REDEDELMİŞTİR

EYK Tarih ve No:

ÖNSÖZ

Boşanmaya ilişkin açıklanan istatistikler ulusal basında şok edici bir etki oluşturdu. Boşananların sayısı bir önceki yıla göre %10,9 artış gösterdi. Bu veri, ailenin ve toplumun dejenerasyonuna işaret etmekle birlikte on binlerce insanın yıpratıcı ve stresli bir sürecin içerisinde bizzat buldukları anlamına gelmektedir. Boşanma bireylerin ruh sağlığını olumsuz etkileyen zorlu bir hayat olayıdır. Genellikle onların ayrılık, kaybetme ve yas duyguları, kimlik ve statü kaybı, maddi ve manevi zararları, geleceğe ilişkin kaygıları büyük oranlar arasında kaybolur, dini duygu ve düşünceleri ise göz ardı edilir. Din denilince konunun daha çok fihhi yönü ön plana çıkartılır. Bu çalışma, hem seküler hem de dini anlamda konunun karanlıkta bırakılmış ruhi ve manevi taraflarına odaklanma iddiasındadır ve boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarını anlamaya yönelik bir girişimdir. Çalışmaya başladığımda mesleki tecrübeme dayanarak kendimi yeterince özgüvenli hissediyordum ancak ilerledikçe bu konuda engin bir literatür ile karşılaştım ve eksiklerim olduğunu keşfettim. Her şeye rağmen çalışmayı tamamlamayı başardım. Bu süreçte her zaman hocalarımla, dostlarımla ve ailemin desteğini gördüm, düştüğüm yerde beni kaldırdılar. Eğer onların isimlerini burada anmasam ve şükranlarımı sunmasam bu çalışma hep eksik ve sahipsiz kalacak. Başta danışmanım Prof. Dr. Abdulvahit İmamoğlu'na teşekkürü bir borç bilirim. Değerli tavsiyeleri ve hayati müdahaleleri olmasa asla bu çalışma tamamlanamazdı. Akademik yazmanın inceliklerini ve olayın püf noktalarını gösterdiği ve saatlerce süren müdakkik okumalar için ona minnettarım. Daha sonra, süreci baştan sona benimle sahiplenen ve bana her aşamada katkı ve motivasyon sağlayan değerli hocalarımla Prof. Dr. Fuat Aydın'a ve Prof. Dr. Süleyman Akkuş'a teşekkür ediyorum. Sayın jüri üyeleri Prof. Dr. Ali Ulvi Mehmedoğlu'na, Doç. Dr. Naci Kula'ya ve Dr. Öğr. Gör. Ayşe Şentepe'ye değerli katkılarından dolayı ayrıca teşekkür ediyorum. Mesai arkadaşlarımla Psikolog Şebnem Morsünbül'e, Sosyal Hizmet Uzmanı Oktay Yüce'ye, Psikolog Zafer Bıçkıcı'ya, Sosyal Hizmet Uzmanı Ayca Işıklar'a, Psikolog Rabia Turgut'a, Sosyal Hizmet Uzmanı Tansu Mumcu'ya çalışmamı benim kadar önemseyip destekledikleri için ne kadar teşekkür etsem azdır. Başlangıçtan itibaren bana her türlü maddi ve manevi lojistik sağlayan değerli dostlarımla Dr. Harun Kuşlu ve Dr. Metin Aydın'a en içten şükranlarımı sunuyorum. Bu çalışmanın gizli kahramanları ise uygulamaya gönüllü iştirak etmiş değerli katılımcılardır. Onların samimi katılımı olmasa bu araştırma ortaya çıkmazdı. Bu çalışmayı çileli ilim yolculuğuma benimle eşlik eden, iyi ve kötü günlerde her zaman yanımda duran, bir olmanın huzurunu ve mutluluğunu duyduğum sevgili eşim ve kızımaya ithaf ediyorum.

Nimet FERAH

29.05.2019

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	v
TABLO LİSTESİ	vi
ÖZET	ix
SUMMARY	ix
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1 - BOŞANMA	9
1.1. Aile, Evlilik ve Boşanma	9
1.1.1. Aile.....	12
1.1.2. Evlilik.....	16
1.1.2.1. Evlilikte Çatışma ve Yükleme	23
1.1.2.2. Boşanmaya Giden Yolda Rasyonel Tercihler ve Mübadele Mantığı	25
1.1.3. Boşanma.....	27
1.1.4. Evlilik ve Boşanmada Dini Bağlam.....	31
1.2. Boşanmaya Etki Eden Psiko-Sosyal Faktörler ve Boşanma Nedenleri	39
1.2.1. Bireysel Faktörler.....	40
1.2.1.1. Genetik	40
1.2.1.2. Kişilik ve Kişilik Bozuklukları.....	40
1.2.1.3. Cinsiyet.....	43
1.2.1.4. Yaş	44
1.2.1.5. Eğitim Düzeyi.....	44
1.2.2. Çevresel Faktörler	45
1.2.2.1. Kültürel Aktarım	45
1.2.2.2. Toplumsal Değişim	46
1.2.2.3. Yakın Çevre ve Akrabalar	47
1.2.2.4. Medya	48
1.2.3. Ekonomik Faktörler	50
1.2.4. İlişkisel Faktörler	52
1.2.4.1. İlişkisel ve İletişimsel Çatışma	52
1.2.4.2. Evlilik Süresi	54
1.2.4.3. Evlilik Doyumu	55

1.2.4.4. Cinsellik.....	56
1.2.4.5. Çocuk.....	57
1.2.5. Olgusal Nedenler	57
1.2.5.1. Şiddetli Geçimsizlik (Evlilik Birliğinin Temelinden Sarsılması)	59
1.2.5.2. Zina ve Aldatma	61
1.2.5.3. Şiddet ve Kötü Muamele	61
1.3. Boşanmanın Sonuçları	63
1.3.1. Boşanmanın Toplumsal ve Bireysel Sonuçları	63
1.3.2. Boşanmanın Çocuklar Üzerindeki Etkisi	68
BÖLÜM 2 - BOŞANMA PSİKOLOJİSİ VE DİNİ BAŞA ÇIKMA	74
2.1. Boşanma Psikolojisi	74
2.1.1. Stres ve Boşanma	78
2.1.2. Depresyon ve Boşanma.....	82
2.1.3. Anksiyete ve Boşanma.....	86
2.1.4. Boşanma Psikolojisine İlişkin Kuram ve Yaklaşımlar	89
2.1.4.1. Psiko-sosyal Bir Süreç Olarak Boşanma	90
2.1.4.2. Gelişimsel Yaklaşım.....	92
2.1.4.3. Bağlanma Kuramı.....	94
2.1.4.4. Kriz ve Krize Müdahale Yaklaşımı	96
2.2. Dini Başa Çıkma	98
2.2.1. Dini Başa Çıkma Yaklaşımı.....	104
2.2.2. Dini Başa Çıkma Türleri	107
2.2.3. Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı	112
2.2.4. Dini Başa Çıkmanın Öğeleri	116
2.2.4.1. Dua ve İbadet.....	117
2.2.4.2. Affetme	119
2.2.4.3. Şükür.....	120
2.2.4.4. Sabır ve Tevekkül.....	122
2.2.5. Boşanma Sürecinde Din Psikolojisi ve Dini Başa Çıkma	124

BÖLÜM 3 - ARAŞTIRMA BULGULARI VE ANALİZİ.....	131
3.1.Yöntem.....	131
3.1.1. Nicel Araştırma ve Veri Toplama Araçları.....	132
3.1.1.1. Dini Başa Çıkma Ölçeği (DBÇÖ)	134
3.1.1.2. Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçeği (DASS 21)	135
3.1.2. Nitel Araştırma ve Veri Toplama Araçları	137
3.2. Nicel Araştırma Bulguları ve Analizi	140
3.2.1. Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular	140
3.2.2. Boşanmaya İlişkin Bulgular ve Yorumlar	143
3.2.3. Kendine Yönelik Dindarlık ve İbadet Algısı	147
3.2.4. Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığına İlişkin Bulgular ve Yorumları	153
3.2.4.1. Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi ve Analizi.....	156
3.2.4.2. Boşanmaya İlişkin Verilere Göre Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi ve Analizi.....	165
3.2.4.3. Kendine Yönelik Dindarlık ve İbadet Algısına Göre Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi ve Analizi.....	172
3.2.5. Depresyon Anksiyete ve Strese İlişkin Bulgular ve Dini Başa Çıkma Davranışları ile İlişkisi	175
3.2.5.1. Farklı Değişkenlere Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Değişimi ve Analizi.....	178
3.2.5.2. Öznel Dindarlık ve İbadet Seviyesine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Değişimi ve Analizi.....	182
3.2.5.3. Dini Başa Çıkma Davranışlarının Depresyon Anksiyete Stres ile İlişkisi ve Yorumlanması.....	185
3.3. Nitel Araştırma Bulguları ve Analizi	187
3.3.1. Boşanma Öyküleri ve Analizleri.....	188
3.3.1.1. Boşanmada Karmaşık Duygular ve Tevekkül	188
3.3.1.2. Boşanma Sürecinde Mücadele, Dua ve Sabır.....	192
3.3.1.3. Boşanma Sürecinde Bilinçdışı Süreçler, Öfke ve Olumsuz Dini Başa Çıkma	195

3.3.1.4. Boşanmada Sorgulayıcı Dini Başa Çıkma ve Allah'a Yönelme	198
3.3.1.5. Boşanma Sürecinde Pasif Eğilim ve Dini Başa Çıkma	201
3.3.1.6. Boşanmada Rasyonel Tercihler ve Başa Çıkma.....	203
3.3.1.7. Boşanma Sürecinde Anlam Arayışı.....	205
3.3.1.8. Boşanma Süreci ile Başa Çıkma Şükür	208
3.3.1.9. Boşanma Sürecinde Depresyon ve Dini Başa Çıkma.....	210
3.3.1.10. Boşanma Sürecinde Mutsuzluk ve Dini Başa Çıkma.....	214
3.3.2. Genel Değerlendirme	216
SONUÇ.....	221
KAYNAKÇA	232
EKLER.....	256
ÖZGEÇMİŞ.....	261

KISALTMALAR

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
Akt.	: Aktaran
ANOVA	: Varyans Analizi (ANalysis Of VARIance)
ASPB	: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
Çev.	: Çeviren
DAS	: Depresyon, Anksiyete, Stres
DASS	: The Depression Anxiety Stress Scales
DBÇ	: Dini Başa Çıkma
DBÇÖ	: Dini Başa Çıkma Ölçeği
Drl.	: Derleyen
DSM	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
Ed.	: Editör
Max.	: Maksimum
Min.	: Minimum
n	: Denek Sayısı
Ort.	: Ortalama
Ör.	: Örneğin
PTS	: Post Travmatik Stres
PTSB	: Post Travmatik Stres Bozukluğu
PTSD	: Post Traumatic Stress Disorder
r	: Korelasyon Katsayısı
SBE	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
SETA	: Siyaset Ekonomi ve Toplum Araştırmaları Vakfı
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
SS	: Standart Sapma
TDVY	: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları
TUİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
x	: Ortalama

TABLO LİSTESİ

Tablo 1 : Ülkelere Göre Dinin ve Ailenin Önemi.....	37
Tablo 2 : Türkiye’de 2015 -2018 Yıllarında Evlenme, Boşanma ve Evlilik Süresi İstatistikleri	54
Tablo 3 : Boşanma Sebepleri Sınıflandırması.....	58
Tablo 4 : Boşanma Sürecindeki Duygusal Süreç ve Tepkiler.....	76
Tablo 5 : Dini Başa Çıkmanın Farklı Yolları.....	110
Tablo 6 : Ruh Sağlığının Yedi Anlayışı ve Dindarlığın Üç Boyutu	115
Tablo 7 : Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerini Hesap Etmek için Kullanılan Puan Cetveli.....	137
Tablo 8 : Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı.....	141
Tablo 9 : Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Dağılımı	141
Tablo 10: Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Dağılımı.....	141
Tablo 11: Katılımcıların Mesleklere Göre Dağılımı	142
Tablo 12: Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Dağılımı	142
Tablo 13: Ev Hanımlarının Gelir Durumu	142
Tablo 14: Cinsiyet Değişkenine Göre Gelir Düzeyleri	143
Tablo 15: Katılımcıların İkamete Göre Dağılımı	143
Tablo 16: Katılımcıların Evlenme Yöntemi.....	143
Tablo 17: Katılımcıların Evlenme Yöntemi ile Eğitim Seviyesinin Dağılımı	144
Tablo 18: Katılımcıların Evlilik Süresi	144
Tablo 19: Katılımcıların Çocuk Sayısı.....	144
Tablo 20: Çocuk Sayısına Göre Evlilik Süresinin Değişimi.....	145
Tablo 21: Katılımcıların Fiili Ayrılık Süresi.....	145
Tablo 22: Katılımcıların Boşanma Davasının Türü	146
Tablo 23: Katılımcıların Boşanma Gerekçesi	146
Tablo 24: Katılımcıların Kendilerine Yönelik Dindarlık Algısı	148
Tablo 25: Katılımcıların Kendilerine Yönelik İbadet Algısı	149
Tablo 26: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Öznel Dindarlık ve İbadet Düzeyleri ...	150
Tablo 27: İkamet Edilen Çevreye Göre Katılımcılara Ait Öznel Dindarlık Düzeyleri	150
Tablo 28: İkamet Edilen Çevreye Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri	151
Tablo 29: Eğitim Seviyesine Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri.....	151

Tablo 30: Gelir Seviyesine Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri	152
Tablo 31: Meslek Gruplarına Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri.....	152
Tablo 32: Katılımcıların Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı.....	153
Tablo 33: Katılımcıların (Genel) Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı	154
Tablo 34: Katılımcıların Olumlu Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı	155
Tablo 35: Katılımcıların Olumsuz Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı	155
Tablo 36: Katılımcıların Cinsiyete Göre Tüm Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları	157
Tablo 37: Yaş Gruplarına Göre Katılımcıların Dini Başa Çıkma Davranışları	159
Tablo 38: Katılımcıların Eğitim Seviyelerine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları.....	161
Tablo 39: Katılımcıların Eğitim Seviyesine Göre Allah'a Yönelme ve Dini Dönüşüm Boyutlarında Dini Başa Çıkma Davranışları.....	162
Tablo 40: Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları	163
Tablo 41: Katılımcıların Yaşadığı Çevreye Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları.....	164
Tablo 42: Katılımcıların Evlenme Yöntemine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları.....	165
Tablo 43: Katılımcıların Evlenme Yöntemine Göre Allah'a Yönelme, Dini Yakınlaşma ve Dini Dönüşüm Boyutlarında Dini Başa Çıkma Davranışları	166
Tablo 44: Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları	167
Tablo 45: Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Dini Yalvarma ve Dini İstikamet Arayışı Boyutlarında Dini Başa Çıkma Davranışları	168
Tablo 46: Katılımcıların Fiili Ayrılık Süresi ile Dini Başa Çıkma Davranışları (Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutları) Arasındaki İlişki	169
Tablo 47: Katılımcıların Fiili Ayrılık Süresine Göre Allah'a Yönelme Boyutunda Dini Başa Çıkma Davranışları.....	170

Tablo 48: Katılımcıların Boşanma Dava Türüne Göre Tüm Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi.....	171
Tablo 49: Katılımcıların Öznel Dindarlık Düzeyine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları.....	174
Tablo 50: Katılımcıların Öznel İbadet Düzeyine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları.....	175
Tablo 51: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Ortalamaları	176
Tablo 52: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçümleri Arasındaki İlişki.	176
Tablo 53: Katılımcıların Depresyon Puanlarına Göre Kategorik Ayrımı	176
Tablo 54: Katılımcıların Anksiyete Puanlarına Göre Kategorik Ayrımı	177
Tablo 55: Katılımcıların Stres Puanlarına Göre Kategorik Ayrımı	178
Tablo 56: Katılımcıların Cinsiyete Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri....	178
Tablo 57: Katılımcıların Yaş Değişkenine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri	179
Tablo 58: Katılımcıların Boşanma Gerekçesine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri	180
Tablo 59: Boşanma Dava Türüne Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri	181
Tablo 60: Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri	182
Tablo 61: Katılımcıların Öznel Dindarlık Seviyelerine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri	183
Tablo 62: Katılımcıların Öznel İbadet Düzeylerine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri	184
Tablo 63: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları ile İlişkisi	185
Tablo 64: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Olumlu Dini Başa Çıkmanın Alt Boyutları ile İlişkisi	186
Tablo 65: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Alt Boyutları ile Korelasyonu.....	187

Sakarya Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Özeti

Yüksek Lisans		Doktora	*
Tezin Başlığı: Boşanma Sürecindeki Bireylerde Dini Başa Çıkma Davranışlarının Analizi			
Tezin Yazarı: Nimet FERAH		Danışman: Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU	
Kabul Tarihi: 29/05/2019		Sayfa Sayısı: x (ön kısım) + 255 (tez) + 6 (ek)	
Anabilim Dalı: Felsefe ve Din Bilimleri		Bilim Dalı: Din Psikolojisi	
<p>Bu çalışma, boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarını ve bu davranışların sosyo-demografik değişkenlerle, öznel dindarlıkla, depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile ilişkisini konu edinmektedir.</p> <p>Bu ilişkilerin anlaşılabilmesi için araştırma, teori ve uygulama olmak üzere iki temel düzlemde kurgulanmıştır. Teorik çerçeve iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde boşanmaya ilişkin genel bilgiler ve boşanmaya etki eden bir takım faktörler ele alınmıştır. İkinci bölümde depresyon anksiyete, stres ile birlikte boşanma psikolojisi ve buna ilişkin kuramlar incelenmiş, dini başa çıkma yaklaşımı açıklanmıştır. Üçüncü bölüm ise uygulamalı araştırmaya ayrılmıştır. Araştırmada nicel ve nitel araştırma pratiği bir arada kullanılarak karma bir model oluşturulmuştur. Nicel araştırma için anket ve ilişkisel tarama; nitel araştırma için mülakat ve örnek olay yöntem ve teknikleri kullanılmıştır. Elde edilen veriler araştırmanın problem ve hipotezleri bağlamında analiz edilerek yorumlanmıştır.</p> <p>Sonuçta boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarının sosyo-demografik değişkenlere ve boşanmaya ilişkin ortaya çıkan özelliklere göre istatistiki olarak anlamlı derecede değişkenlik gösterdiği ve bu davranışların aynı şekilde öznel dindarlık algısı ile son derece ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Katılımcıların olumsuz dini başa çıkma davranışlarından ziyade olumlu dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği, olumlu dini başa çıkmanın depresyon, anksiyete ve stres ile negatif bir ilişkiye sahip olduğu, olumsuz dini başa çıkmanın ise depresyon, anksiyete ve stres ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğu ve tüm bu ilişkilerin anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Olumlu dini başa çıkmanın dini yakınlaşma alt boyutunda diğer boyutlara nazaran yüksek ve anlamlı korelasyon değerleri belirlenmiştir. Olumsuz dini başa çıkmada ise tüm boyutlar anksiyete ile daha yüksek ve anlamlı korelasyon değerlerine sahip olmakla birlikte kişilerarası manevi hoşnutsuzluk boyutunun depresyon anksiyete ve stres ile yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Nitel araştırma sonucunda ise katılımcıların boşanma sürecinde yaşadıkları zorlukları aşma noktasında olumlu ve olumsuz tüm boyutları ile dini başa çıkma davranışlarını sıklıkla kullandıkları, bu davranışların genellikle bir bunaltının ardından anlam arayışı ile birlikte yoğunlaştığı görülmüştür.</p>			
Anahtar Kelimeler: Boşanma, Dini Başa Çıkma, Stres.			

Sakarya University
Institute of Social Sciences Abstract of Thesis

Master Degree	<input type="checkbox"/>	Ph.D.	<input checked="" type="checkbox"/>
Title of Thesis: Analysis of Religious Coping Activities in Individuals the Divorce Process			
Author of Thesis: Nimet FERAH		Supervisor: Professor Abdulvahit İMAMOĞLU	
Accepted Date: 29/052019		Number of Pages: x (pretext) + 255(mainbody) + 6 (app)	
Department: Philosophy and Religion Sciences		Subfield: Psychology of Religion	
<p>This study deals with the religious coping activities of individuals in the divorce process and their relationship with socio-demographic variable, subjective religiousness, depression, anxiety and stress levels.</p> <p>In order to understand these relations, research has been constructed on two basic levels as theory and practice. The theoretical framework consists of two parts. In the first part, general information about divorce and a number of factors affecting divorce are discussed. In the second part, depression anxiety, stress and divorce psychology and related theories were examined and religious coping approach was explained. The third part is devoted to practical research. Mixed research was designed with quantitative and qualitative research practice used together in research. Questionnaire and relational survey were used for quantitative research. Interview and case study were used for qualitative research. The data were analyzed and interpreted in the context of the problems and hypotheses of the study.</p> <p>As a result, it was found that the religious coping activities of the individuals in the divorce period vary significantly with respect to socio-demographic variables and divorce characteristics and these activities were also highly related to the perception of religiosity. It was found that the participants applied to positive religious coping activities rather than negative religious coping activities; positive religious coping had a negative relationship with depression, anxiety and stres, negative religious coping was found to have a positive relationship with depression, anxiety and stres, and all these relationships were significant. Particularly high positive correlation values were emerged religious intimacy the sub-dimension of positive religious coping than other sub-dimensions. In all dimensions of negative religious coping, higher and significantly correlation values were observed in anxiety level compared to others (depression, stress), and the interpersonal spiritual discontent the sub-dimension of negative religious coping is closely related to depression anxiety and stress. As a result of qualitative research, it was seen that the participants frequently used religious coping activities with all their positive and negative dimensions in order to overcome the difficulties they experienced during the divorce process, and these behaviors were concentrated with the search for significance after a failure.</p>			
Keywords: Divorce, Religious Coping, Stress, Coping			

GİRİŞ

Boşanma oranları her geçen gün artmakta ve yaygınlaşmaktadır. Boşanma, bireyi, aileyi, toplumu ve sosyal düzeni ilgilendiren bir sorundur. Bu sorunun hukuki, psikolojik ve sosyolojik boyutları vardır. Boşanma çoğu insan için stresli ve kaygılı bir süreçtir. Bu süreçte bireyler yasal prosedürlerle uğraşmak zorunda kaldıkları gibi ayrıldıkları eşleri ile çatışmalar ve anlaşmazlıklar da yaşamaktadırlar.

Birey açısından bakıldığında boşanma, içerisinde adaptasyon süreçlerini de ihtiva eden zorlayıcı ve yıpratıcı bir yaşam olayıdır. Bireyler için boşanma, zorlu yaşam olayları arasında ön sıralarda yer almaktadır. Boşanma ile hayatlarında sıra dışı bir değişiklik ile yüz yüze gelen kişiler, bu süreçte yoğun stresle mücadele etmek durumunda kalmaktadırlar, psikolojik anlamda bu problemin üstesinden gelmeye çalışmakta ve bu durumun ortaya çıkardığı yeni sorunlarla başa çıkmak için çabalamaktadırlar. Boşanma, içerisinde bulunduğu kültüre ya da sosyal statüye göre bireylerin farklı tarzlarda karşıladığı, uyum gösterdiği, üstesinden gelmeye çalıştığı bir süreçtir. Bazı bireyler negatif, bazıları ise pozitif bir şekilde bu sürecin üstesinden gelmeye çalışmaktadırlar (Holmes & Rahe, 1967, s. 213; Lazarus & Folkman, 1984, ss. 13-14, 257-258).

Diğer zorlayıcı yaşantılarda olduğu gibi bireyler boşanma ile beraber ortaya çıkan yeni durumu anlamlandırabilmek ve stresle başa çıkmak için dinden ve manevi değerlerden istifade edebilmektedirler. Bilimsel açıdan bu konu dini başa çıkma yaklaşımı içerisinde incelenme imkânı bulmuştur (Krumrei, 2009, s. 1).

Dini başa çıkma, ülkemizde din ve maneviyat alanında pek çok çalışmaya zemin oluşturulmuş temel bir yaklaşımdır. Ruh sağlığı ve din ilişkisini konu edinen araştırma bulgularına göre; olumlu dini başa çıkma, kişinin iç huzurunu arttırıcı, ona sıkıntıları ile mücadele edebilmede kuvvet verici doğal bir yönelimdir. Buna karşın olumsuz dini başa çıkma davranışları, bireyin yaşadığı ruhsal problemi daha da arttırıcı bir etkiye sahiptir (Yapıcı, 2007, s. 51). Bu noktada boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarının ve manevi eğilimlerinin nasıl olduğu ve yaşadıkları gerilim ile dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişkinin ne yönde olduğu bir problematik oluşturmaktadır.

Araştırmanın Konusu

Bu çalışma, boşanma sürecindeki bireylerin psikolojik etkilenimlerine ve dini başa çıkma davranışlarına ilişkindir. Çalışma teorik ve pratik olarak boşanma sürecinde bireylerde ortaya çıkması muhtemel depresyon, anksiyete ve stres gibi psikolojik etkilenimler ile onların dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiyi konu edinmektedir.

Boşanma olgusu, boşanmanın nedenleri ve sonuçları, boşanmanın bireyler üzerindeki etkisi, din psikolojisi, dini tutum ve davranışlar, öznel dindarlık ve ibadet algısı ve bunların boşanma sürecindeki görünümü, boşanma, din ve ruh sağlığı ilişkisi, bu bağlamda dini başa çıkma yaklaşımı ve bu yaklaşımın boşanma sürecindeki bireylerin psikolojik göstergeleri ile ilişkisi araştırmanın temel başlıklarını oluşturmaktadır. Ayrıca çalışma boşanma sürecindeki bireylerin yaş, eğitim, meslek gibi sosyo-demografik özelliklerine; evlilik süresi, ayrılık süresi, çocuk sayısı, boşanma nedeni gibi boşanmaya ilişkin genel görünümüne de ışık tutmaktadır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın amacı; boşanma sürecindeki bireylerin tüm boyutları ile dini başa çıkma (DBÇ) davranışlarını belirlemek, ayrıca bulgulanan depresyon, anksiyete ve stres (DAS) düzeyleri¹ ile dini başa çıkma davranışlarını karşılaştırmak ve bunlar arasındaki ilişkileri tespit etmek, aynı zamanda bu verileri kişisel ve sosyo-demografik özellikleri ile birlikte yorumlamaktır.

Bu çalışma, boşanma sürecindeki bireylerin ne tür dini başa çıkma davranışları gösterdikleri bakımından önem arz etmektedir. Çünkü zorlu bir yaşam olayı olarak boşanma ve boşanma ile ortaya çıkan süreç, bireyleri gerek ruh sağlığı gerekse sosyo-kültürel açıdan olumsuz etkilemektedir. Bu süreçle mücadelede bireylerin ne tür başa çıkma davranışları gösterdiklerini anlamak, onların ruh sağlığını korumak ve sağaltımları açısından öneme sahiptir.

¹ Depresyon anksiyete ve stres düzeyi ile kast edilen klinik bir teşhis olmamak ile birlikte DASS 21 ölçeğinin belirlediği belki belirti düzeyi olarak ifade edilmesi gereken kişilerin depresyon anksiyete ve stres sonuçlarıdır/ölçümleridir.

DBÇ'nin depresyon, anksiyete ve stres üzerindeki etkisi farklı sorunlarla mücadele etmekte olan bireylere yönelik -gerek yurt içi gerekse yurtdışı- pek çok çalışmada etüt edilmesine rağmen boşanma sürecindeki bireylerde bu konu genellikle ihmal edilmiştir. Bu konuda yapılan çalışmalar ülkemizde neredeyse yok denecek kadar azdır. Bu çalışmanın akademik anlamda bu boşluğu doldurmak adına katkı sağlayacağı beklenmektedir. Bununla birlikte özellikle din ve maneviyat psikolojisi alanında öncü bir çalışma olarak boşanma ve aile konularıyla ilgili yapılacak diğer çalışmalara da zemin hazırlayacağı ümit edilmektedir.

Ayrıca ülkemizde boşanma ve din söz konusu olduğunda konunun daha çok fihri ve şer'i yönü anlaşılmış, fetva hatları ile bu sürece dâhil olan bireylerin sorunları çözülmeye çalışılmıştır. Oysa boşanma sürecinde ve devamında kişilerin dini duyguları, dini etkilenimleri ve davranışları, ne tür psikolojik saiklerle hareket ettikleri ihmal edile gelmiştir. Diğer yandan boşanma daha çok ilgili diğer sosyal bilimler alanlarında (psikoloji, sosyoloji, sosyal hizmet vs.) seküler düzlemde etüt edilmiş ve anlaşılmış, dini/manevi yönü ve din psikolojisi ile ilgili boyutu ihmal edilmiş ya da görmezden gelinmiştir. Bu anlamda çalışma, ülkemizde öncü bir çalışma özelliği göstermekte, farklı kesimlerden pek çok uygulayıcı ve araştırmacıya referans olma yönünde bir takım potansiyeller barındırmaktadır.

Bunlarla birlikte daha önce ülkemizde din ve maneviyat psikolojisi alanında çok sayıda dini başa çıkma odaklı çalışma yapılmıştır. Dini başa çıkma; genel popülasyonda (Acar, 2014; Ayten, 2012; Batan, 2016; Ekşi, 2001; Eryücel, 2013; Temiz, 2014; Topuz, 2003), depremedelerde (Kula, 2002), engelli bireylerde (Kula, 2005); yaşlılarda (Şentepe, 2009), ergenlerde (Arıcı, 2005; Çevik Demir, 2013), mültecilerde (Sağır, 2014), ebeveynini kaybedenlerde (Işık, 2013), kanser hastalarında (Çufta, 2014), fobik ve omurilik felçlisi yetişkinlerde (Solak, 2012), palyatif bakım alan hastaların yakınlarında (Özdemir, 2016), otistik çocukların ebeveynlerinde (Karagöz, 2010), zihinsel engelli çocuk sahibi ailelerde (Kaya, 2014), depresyon ile ilişkisinde (Altıntaş, 2014), terapötik süreçlerde ve stresle başa çıkma ile ilişkisinde (Karakaş, 2014), öfke ile ilişkisinde (Özgül, 2017), ölümlülük bilinci ve ölüm kaygısı ile ilişkisinde (Ceylan, 2018) ve yas süreci ile ilişkisinde (Gökmen, 2018) araştırılmıştır.

Din Psikolojisi alanında dini başa çıkmayı, boşanma olgusunu, boşanma sürecinde ve sonrasında bireyleri konu edinen ve yakın zamanda gerçekleştirilen sadece iki çalışma vardır. Bunlardan ilki Salim (2017) tarafından gerçekleştirilen “Boşanma Sürecindeki Bireylerde Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma: Isparta Örneği” isimli yüksek lisans çalışmasıdır. Diğeri ise Baynal (2018) tarafından doktora sonrası gerçekleştirilen “Boşanma Sonrası Başa Çıkmada Dini ve Manevi Etkilerin İncelenmesi” isimli araştırmadır.

Salim, Isparta 1. Aile Mahkemesi’ne başvuran ve boşanma sürecindeki 105 bireyin stresle başa çıkma stratejilerini ve dini başa çıkma tarzlarını nicel yöntemle farklı ölçekler kullanarak incelediği çalışma sonucunda, boşanma sürecindeki bireylerde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, öznel dindarlık algısı değişkenlerinin; bireylerin stresle başa çıkma ve dini başa çıkma tarzlarını etkileyen faktörler olduğunu bulmuştur (Salim, 2017).

Baynal ise araştırmasında dini başa çıkma açısından “bireylerin kişilik özellikleri ve boşanma sonrasında kullanılan başa çıkma stratejileri”ni incelemeyi hedeflemiştir. Bu amaç doğrultusunda Baynal tarafından yarı yapılandırılmış mülakat tekniği kullanılarak yapılan nitel çalışmada İstanbul ilinde yaşayan 20 katılımcıya boşanma sonrasında yaşanan manevi ve maddi problemler ile ilgili sorular sorulmuş, sonuçta katılımcıların dini başa çıkma stili olarak “Allah’a karşı isyan etmedikleri; çoğunlukla dua edip Allah’tan yardım diledikleri” ancak katılımcıların çoğunluğunun; eski eşlerini “affedemedikleri, eski eşe karşı öfke ve nefret gibi duyguların sürdüğü, kırgınlıklarının devam ettiği ve bir şekilde yapılanların hesabının sorulacağını umut ettikleri” bulgulanmıştır (Baynal, 2018).

Ayrıca belirtmek gerekirse bu çalışmayı daha önemli hale getiren ve özgün kılan karma bir model oluşturularak hem nitel hem de nicel yöntem ve metotların bir arada kullanılmasıdır. Salim'in çalışması nicel, Baynal'ın çalışması nitel yöntem ve teknikleri kullanarak konunun bazı yönlerini ele almıştır. Bu çalışma ise her iki paradigmayı birleştirerek konuyu hem psiko-sosyal hem de dini başa çıkma boyutu ile derinlemesine ele almaya çalışmıştır.

Araştırmanın Problemleri ve Hipotezleri

Belirlenen amaç doğrultusunda araştırmanın genel hatlarını şu problemler oluşturmaktadır;

Temel Problemler:

- 1- Boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma (DBÇ) davranışları nasıldır ve ne yöndedir?
- 2- Boşanma sürecindeki bireylerin depresyon, anksiyete ve stres (DAS) düzeyleri nasıldır?
- 3- Boşanma sürecindeki bireylerin ibadet etme ve dindarlık düzeylerine ilişkin algıları nasıldır?
- 4- Boşanma sürecindeki bireylerin DBÇ davranışları ile DAS düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
- 5- Boşanma sürecindeki bireylerin boşanmaya dair (evlilik süresi, ayrılık süresi, çocuk sayısı, boşanma nedeni gibi) özellikleri nasıldır ve bunların DBÇ ve DAS düzeyleri ile bir ilişkisi var mıdır?
- 6- Boşanma sürecindeki bireylerin sosyo-demografik (cinsiyet, eğitim, yaş, gelir seviyesi gibi) özellikleri nasıldır ve bunların DBÇ ve DAS düzeyleri ile bir ilişkisi var mıdır?

Bu problemler çerçevesinde araştırmada aşağıdaki hipotezlerin test edilmesi ön görülmüştür;

Ana Hipotezler:

H1- Boşanma sürecindeki bireylerin DBÇ davranışları, DAS düzeyleri ile ilişkilidir.

H2- Boşanma sürecindeki bireylerin DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı dolayısıyla DAS düzeyleri onların cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir durumu, yaşadıkları çevre gibi sosyo-demografik değişkenlerle ilişkilidir.

H3- Boşanma sürecindeki bireylerin DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı dolayısıyla DAS düzeyleri onların fiili ayrılık süresi, evlilik süresi, çocuk sayısı, boşanma nedeni gibi boşanma sürecine ilişkin verileri ile ilişkilidir.

H4- Boşanma sürecindeki bireylerin DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı dolayısıyla DAS düzeyleri, öznel dindarlık ve ibadet algıları ile ilişkilidir.

Alt Hipotezler:

- Boşanma sürecindeki bireyler, olumsuz DBÇ davranışlardan ziyade olumlu DBÇ davranışlarına daha sık müracaat ederler.
- Boşanma sürecindeki bireylerin DAS düzeyleri ile olumlu DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı ters orantılıdır.
- Boşanma sürecindeki bireylerin DAS düzeyleri ile olumsuz DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı doğru orantılıdır.
- Boşanma sürecindeki kadınların DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı erkeklerden fazladır.
- Boşanma sürecindeki kadınlarla karşılaştırıldığında erkekler daha sık olumsuz DBÇ davranışlarına müracaat ederler.
- Boşanma sürecindeki bireylerden eğitim düzeyi düşük olanlar eğitim düzeyi yüksek olanlara göre DBÇ davranışlarına daha sık müracaat ederler.
- Boşanma sürecindeki bireylerden kırsalda yaşayanlar kentte yaşayanlara göre DBÇ davranışlarına daha sık müracaat ederler.
- Çekişmeli davalarda DAS düzeyi anlaşmalı davalara göre daha yüksektir.
- Fiili ayrılık süresi uzadıkça DBÇ davranışlarına müracaat etme sıklığı azalır.
- DAS düzeyi boşanma gerekçesine göre anlamlı düzeyde farklılaşır.
- DAS düzeyi evlilik süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşır.

- Katılımcılardan dindarlık algısı yüksek olanlar yani kendini daha dindar hissedenler ve daha fazla ibadet ile meşgul olduğunu söyleyenlerin DBÇ davranışlarına başvurma sıklığı daha fazladır ve bu kişilerin DAS düzeyleri düşüktür.

- Katılımcılardan dindarlık algısı yüksek olanlar yani kendini daha dindar hissedenler ve daha fazla ibadet ile meşgul olduğunu söyleyenler olumsuz DBÇ davranışlarına daha az başvururlar.

Araştırma Yöntemi

Bu çalışma, boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarını çeşitli değişkenlerle birlikte teorik ve pratik düzeyde anlamaya yönelik uygulamalı bir araştırmadır.

Teorik kısımda literatür taraması yapılmış ve ilgili kaynaklara ulaşılmıştır. Yazın aşamasına geçilmiş ve iki bölümden oluşan teorik çatı oluşturulmuştur. Uygulama kısmında nitel ve nicel araştırma yöntem ve tekniklerine (karma modele) uygun bir şekilde veriler elde edilerek hem istatistikî hem de nitel verilerin betimlenmesi ve açıklanması esas alınmıştır. Bu nedenle araştırma, ilişkiel istatistik ve betimsel yöntemle dizayn edilmiş kesitsel bir çalışmadır. Ayrıca elde edilen verilerin yorumlayıcı sosyal bilim paradigmasına uygun bir şekilde yorumlanması planlanmıştır.

Nicel verilerin elde edilmesi için anket ve ölçek teknikleri ile veri elde edilmesi planlanmıştır. Bu amaçla boşanan bireylerin özellikleri araştırılmış ve onlara uygun bir Kişisel Bilgi Formu (Ek-1a) oluşturulmuştur.

Yine araştırmanın amacına uygun ölçekler (Ek-1b ve Ek-1c) seçilmiş ve bu ölçeklerden elde edilen veriler araştırmanın problemleri ve hipotezleri doğrultusunda SPSS programı ile analiz edilmiştir.

Araştırma kapsamında nicel verilerin elde edilmesi için Mayıs 2017 ve Ağustos 2018 tarihleri arasında hali hazırda eşinden ayrılmış, mahkeme süreci devam eden ve Sakarya ilinde yaşayan 118 katılımcıya ulaşılmıştır.

Nitel verilerin elde edilmesinde ve aktarılmasında ise öyküleme, örnek olay, mülakat ve gözlem yöntem ve tekniklerinden istifade edilmiştir. Gerek anket uygulaması esnasında

bazı katılımcılara gerekse anket uygulaması dışından katılımcılara mülakat uygulanması ile birlikte araştırmanın bizzat deneyimlediği gözlemler, nitel verilerin elde edilmesinde ve yorumlanmasında aktif bir şekilde kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış mülakat soruları ile katılımcılardan nitel veriler elde edilmiştir. Nitel verilerin elde edilmesi için 10 katılımcı ile mülakat gerçekleştirilmiştir. Boşanma süreci yaşayan bu kişiler, tesadüfi örneklem metodu ile seçilmiştir.

Araştırmanın Ön Kabulleri ve Sınırlılıkları

Çalışma, fiili olarak eşinden ayrılmış ve mahkemede boşanma süreci devam eden Müslüman yetişkinlerle sınırlandırılmıştır. Dolayısıyla araştırmanın evrenini eşinden ayrılmış boşanma sürecindeki Müslüman bireyler oluşturmaktadır.

Boşanma sürecindeki bireyler geniş bir kitleyi oluşturduğundan ve yapılan kesitsel çalışmada evrene ulaşmak mümkün olmadığından araştırma Sakarya ilinde tesadüfi/rastlantısal olarak ulaşılan 118 kişi ile sınırlıdır. Ayrıca araştırma yapıldığı zaman ve ölçme araçlarının kapasitesi ile sınırlıdır.

- Araştırmada örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Ulaşılan katılımcıların anket formunu, ölçekleri ve mülakat sorularını içtenlikle yanıtladıkları varsayılmıştır.
- Araştırmada ulaşılan kaynakların güvenilir ve geçerli olduğu kabul edilmiştir.

BÖLÜM 1 - BOŞANMA

Boşanma; aile ve evliliğin tasfiyesi, eşlerin birlikteliğinin ve karı-koca ilişkisinin sonlanmasıdır. Bu bölümde; ilk önce aile ve evlilik kavramlarına değinilecek, boşanmaya giden süreçte ortaya çıkan görünümünün daha iyi anlaşılabilmesi için bunların karı-koca ilişkisinde sorun teşkil edecek bazı yapısal özellikleri, ilişkisel ve psikolojik bağlamı açıklanacak, ardından boşanma olgusu ele alınacaktır. Akabinde ise boşanma nedenleri ve boşanmaya etki eden faktörler ayrıntılı bir şekilde incelenecek, bölümün sonunda da boşanmanın toplumsal, bireysel ve çocuklar açısından sonuçlarına değinilecektir.

1.1. Aile, Evlilik ve Boşanma

Aile ve evliliğin sonlanması basitçe ortaya çıkan bir görünüm değildir. Altında pek çok faktör ve neden vardır. Ailenin kendi yapısal özellikleri ve sorunları, eşlerin kendi kişilik özellikleri, inançları ve beklentileri, evliliğin kuruluş aşamasında ve devamında ortaya çıkan anlaşmazlıklar ve çatışmalar boşanmada birer etkendir. Cinsellikten çocuk bakımına, ev idaresinden hangi konuda kimin sözünün geçeceğine, sadakatten mutluluğa evliliğe etki eden pek çok değişken vardır. Bir de bunlara insan psikolojisinin değişkenliği, sosyal bağlar ve baskılar, dini-sosyo-kültürel faktörler de dâhil olunca boşanma daha kaotik bir görünüm kazanmaktadır.

Her geçen gün artan ve yaygınlaşan boşanma sorunu ister nicel anlamda isterse nitel anlamda değerlendirilsin bireysel ve toplumsal açıdan sorun teşkil etmektedir. Günümüzde bu konu aile sosyolojisi, aile psikolojisi ve diğer sosyal bilim alanları içerisinde geniş bir biçimde ve derinlemesine incelenebilmekte ve anlaşılmaya çalışılmaktadır. Aile ve evlilik, insanlığın sosyo-kültürel gelişiminin hemen her basamağında yer almış, geçmişten beri düşünürlerin ilgi odağı olmuştur. Tarihsel seyre bakıldığında antik çağdan itibaren filozoflar ve düşünürler bu konularda çeşitli fikirleri sürmüştür.

Aydınlamaya kadar evrendeki her şey bir ve bütün olarak tasarlanmış ve her şeyin organik bir bütün olduğu varsayılmıştır. Dolayısıyla evren, doğa, insan, toplum ve devlet, birbirinin mikro ve makro boyutlarda yansıması ve örnekleri olarak şekillendirilmiştir (Collingwood, 1999, ss. 14-18; Özlem, 2004, ss. 24-27). Aile de bu

kavrayıştan kendisine düşeni almış, aile küçük bir toplum, toplum ise büyük bir aile olarak tasarımılanmıştır. Aile ve aileyi oluşturan parçalar bir insan bedeni veya şehir gibi düşünölmüştür.²

Antik çağda Aristoteles, ailenin; devlet ve toplumun temel yapı taşı olduğunu, yani bunların kökenlerinin aileye dayandığını söylemiştir. Ona göre; devlet, topluluklar topluluğudur, aile ise ilk topluluktur ve temelde kadın ve erkeğin bir araya gelmesinde üreme içgüdüğü yatmaktadır, bu birlikteliğin sonucunda ise “*günlük ihtiyaçların karşılanması için doğa tarafından tesis edilmiş*” doğal bir topluluk olan aile meydana gelmektedir (Ross, 2011, s. 369). Rousseau da toplumun temelini aileye dayandığını söylemiş ve sefih bir yaşama karşı aile ve evlilik yaşantısını yüceltmıştır. O, karı-koca olarak bir çatı altında yaşamının ilk formunu açıklamaya çalışmıştır (Rousseau, 2011, ss. 27, 139-140).

19. yy’da Felsefeden bağımsızlaşarak modern bilimlerin ortaya çıkması ile evlilik ve aileye ilişkin akademik ve entelektüel ilgi de değişiklik göstermiştir. Materyalist felsefenin kurucularından Engels, indirgemeci bir yaklaşımla evrimsel-tarihsel materyalist yöntemi kullanarak aile ve evlilik ilişkisini ilkel toplumlarda ortaya çıkan rastgele cinsel davranışların zaman içerisindeki düzenlenmesi ve özel mülkiyetin ortaya çıkması ile açıklamıştır (Engels, 2003, ss. 8-40). Malinowski ise antropoloji ile psikanalizi bütünleştirmeye çalışarak ilkelerde gelişen (güdüden kültüre) ana hukuku, akrabalık ve evlilik ilişkilerini, ailenin oluşum sürecini (hayvan ailesinden insan ailesine) incelemiştir (Malinowski, 1989, ss. 72-93). Yapısal antropolojinin kurucusu

² Farabi (1987, ss. 36-37) Fusûlü’l-Medeni isimli eserinde şöyle demiştir; *Eskiler “şehir” (el-medine) ve “ev” (el-menzil) terimleriyle sadece meskeni kastetmediler. Fakat her ne tür mesken olursa olsun, maddesi her ne şeyden olursa olsun, her nerede bulunursa bulunsun -yerin altında veya üstünde- ister tahtadan, ister çamurdan, ister yünden ve kıldan, isterse kendisinden, insanları içinde barındıran evlerin yapıldığı başka bir şeyden yapılmış olsun insanları barındıran (yahvi) meskeni ve meskenlerin barındırdığı insanları kastettiler. Ev (aile) , birtakım unsurlar (eczâ') dan ve belirli ortaklıklardan (iştirâkât) oluşur ve onlarla meydana gelir. Bunların sayısı dördtüür: 1) Karı-koca, 2) Efendi ve köle, 3) Anne-baba ve çocuklar, 4) Mal, mülk ve sahibi. (Evi oluşturan) bu unsur ve ortaklıkların yöneticisi, bir bütün olarak onların ortak işler yapmalarını, tek bir amacın gerçekleşmesi ve evin, iyi şeylerle tam olarak, tesisi ve iyi şeylerin kendileri için korunması yolunda onların karşılıklı yardımlaşmalarını sağlayacak şekilde onların bir kısmını diğerleriyle birleştiren ve her birini diğerine bağlayan, evin efendisi (rab) ve yöneticisidir. Buna aile reisi (el-menzilîyyu) denir ve evdeki bu kişi, şehirdeki şehrin yöneticisine benzer. Şehir ve evden her birisi, bir insan bedeni ile karşılaştırılabilir...*

Lévi-Strauss ise, dilbilimsel yöntemi etnolojik analizlerine tatbik ederek evlilik ve akrabalık görünümlerini açıklamaya çalışmıştır (Lévi-Strauss, 2012, s. 61).

Bu büyük anlatıların ardından gerek uzmanlaşmanın gerekse yeni paradigmaların ortaya çıkması ile farklı disiplinler, spesifik yöntem, teknik ve yaklaşımlar kullanarak kendi nosyonları çerçevesinde toplumsal değişim ile şekillenen aile ve evliliğe ilişkin yeni olgularla/sorunlarla ilgilenmeye başlamışlardır (Meriç, 1989, s. 149). Mesela, Hukuk Biliminde “medeni hukuk” dalı bir özel hukuk alanı olarak ortaya çıkmış aile ve evlilik ilişkileri daha çok bu alan içerisinde anlaşılır olmuştur.

Yine sosyoloji içerisinde değişen toplum yapısı ile -özellikle sanayi devriminden sonra- aile hayatındaki değişim ve dönüşüm yeni bir inceleme alanı olarak kendini göstermiştir. Bu alanda ilk monografik çalışmayı Le Play işçi aileleri ile gerçekleştirmiştir. Böylece Sosyoloji ilmi içerisinde özel bir alan olarak “Aile Sosyolojisi” ortaya çıkmıştır (Ayan, 2010, s. 82).

Psikiyatri ve Psikoloji ise aile ve evliliği, yakın ilişkiler alanı olarak görmektedir ve bu alanda cereyan eden ilişkilerin bireyin ruh dünyasındaki etkilerini, ilişkiselliğin bireysel doğasını ve ilişkinin sistem içerisindeki konumlanışını, sorunların çözümünde sağlıklı yolları ve terapötik süreçleri konu edinmektedir. Nitekim aile danışmanlığı ya da aile terapisi özel bir uzmanlık alanı olarak ortaya çıkmakla beraber son 20-30 yıl içerisinde “Aile Psikolojisi” alanının varlığından da söz edilmekte ve bir disiplin olarak inşa edilmeye çalışılmaktadır (Pinsof & Lebow, 2005). Bununla birlikte aileye, evliliğe ve boşanmaya özellikle psikoseksüalite, kişilik, uyum, bireyin saadeti, bağlılık, gelişim, varoluş, anlamlandırma, kendini gerçekleştirme, stres ve ruh sağlığı gibi literal öğelerle bakıldığında konu daha derin ve kapsamlı psikolojik ve psikiyatrik alanlara evrilmektedir.

Genel tanımı ile aile, iki cins arasındaki ilişkileri, neslin devamını düzenleyip standartlaştıran kurumsal bir sistemdir. Aile, altı temel sosyolojik kurumdan birisi olarak kabul edilmektedir. Diğerleri için olduğu gibi aile kurumu da pek çok alt kurumsallaşma içermektedir. Evlilik kurumu da bu çatının altında yer almaktadır (Aydın, 2013, s. 120). Boşanma olgusunun daha net anlaşılabilmesi için aile ve evlilik olgusunun bazı hususiyetlerinin bilinmesinde yarar vardır. Aşağıda gerek sosyoloji

gerekse psikoloji içerisinde vazedilen özellikleri ile birlikte aile ve evlilik kavramları ve bunların doğası boşanmaya giden süreçte açıklanmaya ve anlaşılmaya çalışılacaktır.

1.1.1. Aile

İnsan, toplumsallık duygusu ile yaratılmıştır. İnsanda toplumsallık duygusu doğustandır. Her birimiz eksik ve zayıf olarak dünyaya geliriz ve başkalarına muhtaç bir şekilde hayata doğarız. Sosyal bir varlık olarak insan, kendi gelişimini inşa etmek ve tamamlamak için başkalarına muhtaçtır (Ferah, 2014, ss. 197-198). Dünyaya gelen her birey hayata tutunabilmek, çevresini tanıyabilmek ve anlamlandırabilmek için ailesinin varlığına ihtiyaç duymaktadır. Bireyin duygusal ve sosyal gelişimi için birincil öneme sahip aile ilişkileri, insan hayatının kalbini oluşturmaktadır (Salmon & Shackelford, 2007, s. 3). Aile, fizyolojik ve psikolojik olarak temel ihtiyaçların karşılandığı ve doyuma ulaştırıldığı doğal bir ortamdır (Nazlı, 2016, s.16).

Terim olarak *aile*, kan bağına dayanan karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu, toplum içindeki en küçük sosyal birliktir. Aile, aynı çatı altında yaşayan, gelirlerini paylaşan, evlilik ve kan bağlarıyla birbirine bağlı, çeşitli rollerle birbirlerini etkileyen bireylerin oluşturduğu, yasal, toplumsal ve ekonomik bir kurumdur. Ailede, karı-koca yasal evlenme yoluyla, ana-baba ve çocuklar ise kan bağı ile birbirlerine bağlıdırlar. Aile üyeleri birlikte, aynı çatı altında yaşarlar, sorumluluklarını iş bölümü halinde yerine getirirler ve gelirlerini paylaşırlar, duygusal bağlarla birbirine bağlıdırlar (Özgüven, 2001, s. 1).

Aile ile ilgili literatürde özellikle ailenin dört ayrı tanımı üzerinde durulmaktadır. Birinci tanımlamada ailenin, üyelerinden birinin fikrine dayanarak, onun duyguları ve fantezileri aracılığıyla öznel bir şekilde tanımlanması söz konusudur. İkinci tanımda aile, kültürel bir yaklaşım ile çekirdek ya da geniş olması yönüyle bir kurum olarak ele alınmaktadır. Üçüncü tanımlamada aile, bir sosyal birim olarak çeşitli parçalardan oluşan bir sistemdir. Dördüncü tanımda ise aile, toplumun değerleri ile sınırlı bir gruptur. Türk Aile Yapısı Özel İhtisas Komisyonu tarafından verilen tanım ise, yukarıdaki dört ayrı bakış açısının hemen hemen hepsini kapsamaktadır. Buna göre aile; kan bağılılığı, evlilik ve diğer yasal yollardan, aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve çoğunlukla aynı evde yaşayan bireylerden oluşan; bireylerin cinsel, psikolojik, sosyal ve

ekonomik ihtiyaçlarının karşılındığı, topluma uyum ve katılımlarının sağlandığı ve düzenlendiği temel bir birimdir (Nazlı, 2016, s. 17).

Giddens'a göre aile, birbirlerine doğrudan akrabalık bağlarıyla bağlı olan, erişkin üyelerin çocuklara bakma sorumluluğunu üstlendiği bir insan topluluğudur. Akrabalık bağları ise bireyler arasında evlilik yoluyla ya da kan bağı olan akrabaları birbirine bağlayan soy dizileri (anneler, babalar, kardeşler, çocuklar gibi) yoluyla kurulan bağlardır (Giddens, 2012, s. 246). Marshall'a göre de aile; kan, cinsel ilişki ya da yasal bağlarla birbirine bağlı olan insanlardan oluşmuş, mahrem ilişkilerle örülü bir gruptur. Aile, zaman içinde ayakta kalmayı ve değişikliklere uyum göstermeyi başarmış, çok esnek toplumsal bir birimdir (Marshall, 2005, s. 7). Genellikle aile kavramı evlilik, doğum veya evlat edinme yoluyla aileye giren kişileri içermektedir ve bu yolla yatay ve dikey genişleme göstermektedir (Fichter, 2002, ss. 63-67).

Psikanalitik kuram içerisinde değerlendirilecek olursa aile, psikoseksüel gereksinimlerin doyuma kavuşturulduğu, kişiliğin ve pişişenin (anne-baba-ocuk arasında) varlığını oluşturduğu ve dünyayı kurguladığı/kurduğu ortamdır (Freud, 2012, s. 32. 134; Nazlı, 2016, s. 66). Laing'e göre ise aile, içselleştirilmiş bir sistemdir. Bu içselleştirilmiş sistem, kişinin i dünyasındadır ve her türlü temsil edilebilme gücüne sahiptir. Bu tür bir bağ nesnelere daha fazlasıdır, yani aile, kişinin psişik leminde, temsil edilen nesnelere serisidir ve kişi evreninde sürekliliği ifade etmektedir (Laing, 2012, ss. 12-13).

Genel anlamda aile, karşıt cinsten iki yetişkin kişinin yasal ve trel bağlara uyarak kurdukları biyolojik, psikolojik ve sosyolojik işlevleri olan bir kurumdur. Aile, bu yapısı ile bireyin ve toplumun ihtiyaçları olan cinsellik, üreme, korunma ve barınma, sevme, sevilme ve sevgiyi paylaşma, bağımlı ve bağımsız olma, ait olma, statü edinme, güven sağlama, kendini gerçekleştirme, çocukların bakımı ve eğitimi, kazanılan bilgi, mal ve mülkün toplumsal tre ve ideallerle beraber yeni kuşaklara aktarılması gibi birçok işlevleri yerine getirmektedir (zgven, 2001, ss. 2-4). Bu yönüyle aile, dinamik ve doğal bir sistemdir; tıpkı canlı organizmalarda olduğu gibi kendisinin ve her bir bileşenin farklı rolleri ve işlevleri vardır (Nazlı, 2016, s. 20).

Boşanma ya da boşanmaya giden yol, aile sistemin işlerliğini yitirmesi ya da aile işleyişinin çeşitli nedenlerle bozulması olarak değerlendirilebileceği gibi sistemin

başlangıçtan itibaren kurulamaması ile ortaya çıkan bir problem olarak da düşünülebilir. Yani bir anlamda boşanma, aile sisteminin dağılması ve işlevsiz kılınmasıdır ya da işlevsiz bir evliliğin feshedilmesidir.

‘İşlev’ kavramı ailenin görev faaliyetleri olarak düşünülebilir ve aynı zamanda ailedeki rol ve ilişkilerin varlığını da ifade eder. Genelde aileyi işlevlerine göre sınıflandıranlar, fonksiyonları yerine getirip getirmemesine göre aileyi ikiye ayırmaktadırlar: sağlıklı/fonksiyonel aile ve sağlıklı/sfonksiyonel olmayan aile. Sağlıklı aileler, fonksiyonlarını çok iyi yerine getiren ailelerdir. Aile üyeleri aile içi iletişimde memnundur ve psikolojik olarak da sağlıklıdır. Aralarında çok az çatışma vardır, gelişimsel değişikliklere çok kolay ve başarılı bir biçimde uyum göstermektedirler, stresli olaylarla karşılaştıklarında baş etme becerileri gelişmiştir. Bu ailelere “sağlıklı”, “iyi işlevsel”, “güçlü” veya “optimal” aile de denilmektedir. Bu ailelerde sistemsel olarak ailenin işleyişinde yoğun bir problem yaşanmaz ve normal şartlarda bütün fonksiyonların başarılı bir şekilde ifa edildiği düşünülmektedir. Bu, ailelerin hiçbir zaman sorunla karşılaşmayacakları anlamına gelmez, ancak bir kriz ile karşılaştıklarında bu tür ailelerin kendilerini çabucak toparlayabilme ve baş edebilme yeteneğine sahip olduğunu betimler (Nazlı, 2016, ss. 23-24; Nichols, 2013, s. 301).

İşaret edildiği üzere genel özellikleri itibari ile sağlıklı aile, aile bireylerinin gereksinimlerinin doğal olarak karşılandığı ve aile üyelerinin o aileye ait olmaktan mutlu oldukları ailelerdir. Sağlıklı ailede üyeler görev ve sorumluluklarını doğal olarak gerçekleştirirler, aralarında olumlu duygusal bağlar vardır, kişiler bağımsız olarak isteyerek birbirlerine yardımcı olurlar. Aile üyeleri arasında karşılıklı destek, uyum ve iletişim vardır, aile üyeleri birbirine değer verirler.³ Sağlıksız aileler ise, fonksiyonlarını

³ Sağlıklı bir ailenin fonksiyonları şöyle sıralanmaktadır: 1. Duyguları paylaşma: Aile üyelerinin birbirlerine karşı olumlu ve olumsuz duygularını açıkça ifade etme özgürlükleri vardır. 2. Duyguları anlama: Her aile üyesi, diğer aile üyeleri tarafından anlaşıldığı duygusunu taşır. 3. Bireysel farklılıkları kabullenme: Aile üyelerinin bireysel farklılıkları hoşgörülü karşılanır ve bütün aile üyeleri kendi potansiyellerini geliştirebilmeleri için cesaretlendirilir, onlara destek olunur. 4. İlgi ve sevgi duygularının gelişimi: Aile üyeleri, ilgi ve sevgiyle etkileşimde bulunurlar. Bu durum, aile üyelerinin değerli oldukları duygusunu ve aileye ait olma duygusunu destekler. 5. İşbirliği: Her aile üyesi, ailenin fonksiyonlarını etkili bir şekilde yerine getirmesi için işbirliği yapmaya gönüllüdür. 6. Mizah duygusu: Aile üyeleri ailedeki olaylarla ilgili olarak şakalaşma ve espri yapma yeteneğine sahiptirler. 7. Yaşamı sürdürmek ve güvenlik için gerekli olan ihtiyaçların karşılanması: Yaşam için gerekli olan temel yiyecek, giyecek ve barınma ihtiyaçları temin edilir. 8. Problem çözme: Sorunlar genellikle demokratik şekilde çözülür. 9. Geniş bir felsefi düşünce: Aile hayatının temelini oluşturan bir değerler sistemi vardır. 10. Taahhüt: Aile

yerine getiremeyen ailelerdir. Bu aileler, birbiri ile az konuşan, açık bir iletişim içinde olmayan, aileyi ilgilendiren konularda birlikte konuşup çözüm aramayan ve birbirine gerçek bir yakınlık duymayan kişilerden oluşan aileler olarak nitelendirilmektedir (Özgüven, 2001, ss. 34-35).

Ailenin sağlıklı ve sağlıksız olması sosyo-ekonomik özelliklerine, toplumdaki hizmet, destek ve olanaklara, aile üyelerinin kalıtsal özelliklerine, kişilik yapılarına ve aile içi ilişkilerin dinamik yapısı gibi çeşitli etmenlerle ilişkilendirilmiştir.(Özgüven, 2001, ss. 34-35) Ayrıca aile içi şiddet ve aileyi olumsuz yönde etkileyen bir problemin varlığı, madde bağımlılığı ve psikiyatrik rahatsızlıklar aile fonksiyonlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Nazlı, 2016, s. 32).

Sağlıklı ve sağlıksız ayrımına yakın ve benzer bir tipleştirme de “normal aile” kavramlaştırmasıdır. Bu kavram aile danışmanlığı alanında işlevsel olarak kullanılmaktadır. Buna göre ailenin normallik kriterleri; aile üyelerinin psiko-patolojik özelliklere sahip olup/olmaması, görevlerini ifa edip edememeleri ya da aile yaşam döngüsü ile ortaya çıkan ve uyum gerektiren süreçlerde/durumlarda/geçişlerde başarılı olup olmadıklarına ilişkindir (Dokur & Profeta, 2014, ss. 115-116).

Oluşum ve gelişim süreçlerinde belli görevleri başaramayan aileler genellikle uzun süreli problemlerle karşı karşıya kalma riski taşımaktadırlar. Aslında bu perspektif ile bakıldığında her aşamada başarılması gereken görevler vardır, başarılammış her görev diğer aşamaların aksamasına neden olacak bir probleme işaret etmektedir. Bu aşamalar her aile üyesi için farklı algılanabilmektedir ve öyle ya da böyle bir aşamadan diğerine geçiş aile içindeki iletişimi etkileyebilmektedir. Karşılaşılan problemleri çözebilmek için karşılıklı görüş alış-verişinde bulunma, problem çözmeye ve karar verme becerilerinin gelişmiş olması gerekmektedir. Evlenmek aile hayatındaki en karmaşık ve güç geçişlerden birisidir. İki karmaşık sistemin bir araya gelmesi ve birbirine karışması söz

üyeri birbirlerinin rahatını, huzurunu taahhüt ederler.11. Takdir duygularını ifade etme: Aile üyeri düzenli olarak birbirlerini takdir ederler. 12. İletişim: Aile üyeri arasında sağlıklı iletişim kalıpları kurulur. 13. Birlikte zaman geçirme: Aile üyeri olumlu ilişkiler ve aile birliği duygusunu geliştirmek için birlikte vakit geçirirler. 14. Maneviyat: Aile üyeri kendi maneviyatlarından güç alırlar. 15. Başarı çıkma becerileri: Aile sorunlarını çözmeye çalışırken gerekli olan başarı becerilerine sahiptir (Nazlı, 2016, ss. 27-28; Özatça, 2009, ss. 53-54; Özgüven, 2014, ss. 71-72; Pırtık, 2013, ss. 11-13).

konusudur. Bu aşamada farklı özelliklere sahip iki kişi kendi ailelerinden ayrılarak yeni bir örgütlenmeye gitmektedirler (İşmen, 2004, ss. 20-22).

1.1.2. Evlilik

‘Evlilik’ kavramı, ‘aile’ kavramına göre daha belirgin bir kavramdır (Özgüven, 2014, s. 19). Terim olarak *evlenme (izdivaç, marriage)*; bireylerin bir ev ya da aile birimi kurmalarının toplumca benimsenmiş ve yaptırıma bağlanmış biçimidir (Ozankaya, 1975, s. 44). *Evlilik*, belli geleneksel ve yasal yaptırımlara göre gerçekleştirilen, iki karşı cinsin; sevgi, arkadaşlık, güvenlik, cinsel doyum sağlama, çocuk dünyaya getirme, onun bakım ve sorumluluğunu paylaşma gibi gereksinimlerini karşılayarak mutlu olmak amacıyla oluşturduğu ortak bir yaşama biçimidir. Evli çiftler, ekonomik birliktelik kurarak aynı evde oturmaktadırlar ve yasal olarak çocuk dünyaya getirme hakkına sahip olmaktadır. Evlilik ile beraber güç ve varlığın birleştirilmesi ve sonraki kuşaklara aktarılması gerçekleşmektedir. Bununla birlikte evlilik, bir kişiyle birlikte yaşama sorumluluğunun yanı sıra çocuklar, anne babalar, kayın anne baba ve öteki yakın akrabalar, yakın dostlarla da ilişkili olmak bakımından bireylere sorumluluk yüklemektedir (Bakırcıoğlu, 2012, s. 513).

Literatürde çok sayıda evlilik tanımı yapılmaktadır. Bu tanımlar kültüre ve yaklaşıma göre değişiklik göstermektedir. Tanımlarda ön plana çıkan unsurlar/özellikler/vurgular şunlardır; “ilişki”, “sözleşme”, “birleşme”, “ortak yaşam”, “iki kişi”, “karşı cins”, “akraba”, “neslin devamı”, “üreme”, “cinsel ilişki” vs. Aşağıda farklı bakış açıları ile yapılan çeşitli tanımlamalara yer verilmiştir.

Kant’a göre evlilik; “farklı cinsten iki insanın hayat boyu cinsel yetilerini paylaşmak üzere bir araya gelmeleridir” ve cinsler arasındaki doğal münasebet ve müşterek olma ilişkisi (*commercium*) üzerine kuruludur/kurulmuştur (Skirbekk & Gilje, 2013, s. 371)

Kierkegaard’a göre ise evlilik, yaşamın gerçekleşmesinin en derin biçimidir ve bu Hıristiyanlıkta mükemmelliğe ulaşmıştır (Kierkegaard, 2013, s. 9).

Giddens’a göre evlilik, iki erişkin birey arasında toplumsal olarak tanınan ve onaylanan bir cinsel birleşmedir. İki kişi evlendiğinde birbiriyle akraba olmaktadır ve böylece evlilik bağı daha geniş bir akraba dizisini de birbirine bağlamaktadır. Anne, baba, erkek kardeşler, kız kardeşler ve kan bağı olan diğer akrabalar, evlilik yoluyla eşin de

akrabaları olmaktadır. Günümüzde evlilik, tek eşlilikle özdeşleştirilmiştir ve bir erkeğin ya da bir kadının aynı zamanda birden fazla eşle evli olması yasa dışı olarak kabul edilmektedir. Ancak bazı toplumlarda çok eşliliğe izin verilmektedir (Giddens, 2012, s. 246).

Özgüven'e göre ise evlilik, birlikte yaşamak, yaşantıları paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek üzere karşı cinsten iki kişi tarafından yapılan bir sözleşmedir. Başka bir ifade ile evlilik, bir kadın ile bir erkek tarafından akdedilen fakat toplum adına devletin doğrudan doğruya ilgilendiği ve üzerinde kontrol hakkı ve yetkisi bulunan bir ilişki sistemidir. Daha geniş düzlemde ise, bir kadınla bir erkeğin yeni bir aile kurmak ve birbirlerine karşı sadakat ve yardımda bulunmak üzere yasanın, dinin ve kamu vicdanının doğru bulduğu bir birleşme şeklidir (Özgüven, 2001, s. 60, 2014, s. 19).

Haley'e göre ise evlilik, olağanüstü karmaşık ve sürekli olarak değişen bir ilişkidir (Haley, 1988, s. 187). Dokur ve Profeta'ya göre de evlilik, bir ilişki enstitüsüdür, bu ilişkisellikte iki yabancıнын bir araya gelmesi ve kendilerini yeniden tanımlaması söz konusudur. Buna göre; yeniden tanımlandığı noktada kişi "o yeniden tanımlanan" olmaktadır ve bu bitmeyen süreçte kişiler daimi olarak başkalaşmaktadırlar (Dokur & Profeta, 2014, ss. 160-181).

Bu tanımlarla birlikte evlilik, ruhsal (psişik, içsel) bir sözleşme olarak düşünülebilir. Bu, evliliğin ve eş olmanın temel karakteristiğinde olan bir olgudur. Genel bir kabul olarak; karı-koca demek önceden görülebilir bir gelecek için bir arada kalma niyetine sahip iki kişi demektir (H. Kessler, 2014, s. 14). Başka bir ifade ile bir anlamda karı-koca demek aralarında bir tür sözelleştirilmiş/sözelleştirilmemiş şekilde tanım bulan, hissedilen/hissettirilen bir evlilik sözleşmesine sahip kişiler demektir. Bu tür bir sözleşme ile bir araya gelen kişiler (eşler) için; duyguların, ihtiyaçların, aktivitelerin ve ilişkilerin çoğu yönünü kapsayan koşullar söz konusudur. Bu anlamda bir evlilik sözleşmesine, neredeyse sınırsız sayıda alan dâhil edilebilmektedir (Dokur & Profeta, 2014, ss. 172-184).

Evlilik, insan için düşünülebilecek en yakın bağlardan birisidir. Bu bağlılık, hem bireyi hem toplumsal yaşamı ilgilendirmektedir (Aristoteles, 1975, ss. 84, 226). Öncelikle bunun insan için kritik bir gelişim görevi olduğunu ifade etmek gerekir. Evlilik ve eş

seçme, psiko-sosyal açıdan -diğer gelişim görevlerinde olduğu gibi- hayati bir öneme sahiptir. Yetişkinliğe adım attığında bireylerden bu görevi başarılı bir şekilde gerçekleştirmeleri beklenmektedir. Aksi halde gelişimsel problemler ve riskler ortaya çıkmaktadır (Bacanlı, 2000, ss. 46-54).

Böyle önemli bir karar neticesinde insanın geri kalan yaşamı da birçok yönden olumlu veya olumsuz yönde etkilenebilmektedir. Öncelikle evlilik ilişkisi insanın yaşam süresinin yarısından fazlasını, hatta bazen üçte ikisine ulaşan bir süreyi kapsamaktadır. Daha başlangıçta eş seçimi kararı önemli ve bir o kadar da zor ve karmaşık bir süreçtir. Bu kararla birlikte kişi bundan sonraki yaşamını kiminle sürdüreceğine, kiminle birlikte yol alıp, gelişip değişeceğine, nasıl bir yaşam sürdüreceğine ve kimden çocuk sahibi olup, kiminle birlikte çocuk yetiştireceğine karar vermiş olmaktadır. Evlilik kararı bireyden topluma geniş bir alanı, evlenen eşleri, her iki tarafın yakınlarını ve bu evlikten doğacak çocukları da etkilemektedir (Günayer Şenel, 2004, s. 53; Özgüven, 2014, s. 36).

Aile çatısını oluşturan evlenme tercihleri, toplumun değer yargılarına, sosyal ve ekonomik yapısına, kırsal kesimlerdeki ve kentlerdeki yaşam biçimlerine göre farklılıklar göstermektedir (L. Sezen, 2005, s. 185). Evlenme, geçmişten günümüze farklı kültürlerde çeşitli biçimlerde tezahür etmiş bir süreçtir ve dolayısıyla bu süreçte yoğun kültürel öğeler ve belirleyiciler vardır. Evliliğin kuruluşuna ilişkin özellikler her toplumun mevcut kültür kalıbına bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Evlilik sürecinin ilk basamağını oluşturan eş seçmeden evlilik biçimine, evliliğe kimin karar vereceğinden evlenme yaşına kadar toplumdan topluma hatta aynı toplum içerisinde dahi belli etmenlere bağlı olarak farklılaşmalar söz konusudur (Demirkan vd., 2009, s. 1). Geleneksel ve toplulukçu kültürün yoğun olduğu ülkemizde evlilikte ve eş seçmede sadece kadın ve erkeğin değil, geniş ailenin ve sosyal çevrenin de baskın rol oynadığı, ritüelleri bölgelere göre değişmekle birlikte kültürel öğelerin etkin olduğu bir yapı hâkimdir (Nazlı, 2016, s. 409).

Toplumsal değer ve normların evlilik tercihleri ve pratikleri üzerinde çok önemli etkileri vardır. 2011 yılında ülke çapında gerçekleştirilen Türkiye Aile Yapısı Araştırması ile Türkiye’de erkeklerin ve kadınların eş tercihlerinde önemsedikleri sosyal özelliklerin ne olduğu betimlenmiştir. Buna göre; erkekler için eş tercihlerinde önemsenen özelliklerin

başında “evlenecekleri kişinin ilk kez evlenecek olması” (%84,7) gelmektedir. “Aile yapılarının benzer olması” (%75,3) ve “kadının dindar olması” (%75,3) ikinci ve üçüncü sırada önemsenen sosyal özelliklerdir. Kadınlar açısından ise evlenecekleri kişinin “bir işinin olması” (%91,7) eş tercihinde aranan en önemli özelliktir. Bunu tercih sırasıyla, “ilk kez evlenecek olması” (%83,4) ve “aile yapılarının benzer olması” (%81,5) izlemektedir. Türkiye’de evlenen her 10 bireyden en az 9’unun resmi nikâh yanı sıra dini nikâh kıyılması suretiyle de evlenmeyi tercih ettiği anlaşılmıştır. Ülkemizde evlilik tercihlerinde zaman içinde yaşanan değişimlere bakıldığında ilk göze çarpan husus, evlilik kararının alınması sürecinde yıllar içinde yaşanan değişimin yönüdür. Buna göre, bireylerin evlenme kararlarının alınmasında “görücü usulü” yöntemi yerini giderek bireylerin kendi seçimlerinin belirleyici olduğu diğer yöntemlere bırakmaktadır. Yıllar içinde eşiyile “komşu ve mahalle çevresi” yoluyla tanışanların oranı azalırken; “okul, dersane, kurs çevresi”, “iş çevresi” ve “arkadaş çevresi” yoluyla tanışanların oranları artmıştır. Eşiyile “aile, akraba çevresi” ile tanışanların oranı son on yıl zarfında bir miktar azalmış olsa da bu kategoride esasen önemli düzeyde bir değişim gözlenmemiştir. Bu durum, bireylerin en yakın çevreleri olan aile ve akraba üyelerinin evlilik tercihleri üzerinde halen etkili olduğu ile ilişkilendirilmiştir. İnternet ve evlilik ajansı gibi araçlarla tanıştığı kişilerle evlenenlerin oranı ise oldukça düşük düzeydedir (ASPB, 2015, ss. 23-28).

Ülkemizde evlilikler genel anlamda geleneksel usul (görücü usulü) ya da tanışarak evlenme adı verilen yöntemler ile gerçekleşmektedir (Özgüven, 2014, ss. 34-36). (Bunların yanı sıra usulsüz, tasvip edilmeyen ve yasalarca suç sayılan kaçırma adı verilen yöntemle de evlilikler kurulabilmektedir.)

Gerek tanışarak gerekse görücü usulü olsun evlilik kararı alındıktan sonra evliliğin gerçekleşmesine kadar geçen süre birbirini takip eden çeşitli aşamaların yaşandığı bir süreçtir. (Bu süreç boyunca; hem evlilik kararı almış olan çift hem de bu çiftin aileleri çeşitli vesilelerle bir araya gelerek birbirlerini tanımaya çalışabilirler.) Bu süreç zarfında karşılıklı olarak anlaşma sağlandığı ölçüde bir sonraki aşamaya geçilerek evlenmeye doğru yol kat edilmektedir. Her bir aşamanın geçilmiş olması çoğunlukla bu durumu ifade eden bir tören ile kutlanmaktadır. Dolayısıyla, evlilik esasen bu süreçlerin tamamlanması şeklinde gerçekleşmektedir. Evlenme sürecinin aşamalarını gösteren

belli başlı törenler; “kız isteme”, “söz kesme”, “nişan”, “kına gecesi”, “düğün”, “resmi nikâh merasimi” ve “dini nikâh merasimi”dir. Türkiye’de bu törenlerin takip edilme durumuna bakıldığında; evlenen bireylerin önemli bir bölümünün her dönemde bu törenleri yerine getirerek evlendikleri tespit edilmiştir. Her bir töreni gerçekleştirdiğini söyleyenlerin oranı en az %80 dolayındadır (ASPB, 2015, ss. 23-28).

Resmi olarak geçerli bir evlilik, karşı cinsten iki yetişkinin bizzat ve karşılıklı olarak birbirlerine uygun surette evlenmeye yönelik rızalarını beyan etmeleri ile kurulmaktadır. Bu işlemin icrası devlet tarafından yetkili kılınmış evlendirme memuru tarafından yapılmaktadır. Evlilik akdinde irade beyanının evlendirme memuru ve iki şahit huzurunda yapılmış olması kurulan evliliğin sıhhati için elzemdir. Ayrıca tarafların irade beyanlarının geçerli olabilmesi için, iradeyi sakatlayan; baskı (cebir), hata, akıl hastalığı gibi hallerle sakatlanmamış, sağlam ve sağlıklı bir irade beyanı niteliğinde olması gerekmektedir. Bununla birlikte evlenen kişilerin evlenme ehliyetine sahip olmaları, kesin evlenme engellerinden⁴ herhangi birinin bulunmaması gereklidir. Aksi halde evlilik mutlak butlan (geçersiz) sayılmaktadır (Battal, 2008, s. 9; Salman & Uzunboylu, 2011, ss. 6-7).

Bunun yanı sıra psiko-sosyal açıdan sağlıklı bir evlilik için öncelikle birey bütünlüğünü sağlamış, bağımlı bir kişiliğin aksine bağımsız, kendi kararlarını kendisi alabilen, sorumluluklarının bilincinde davranan bir kişi olmak, yani birey olmak önemlidir. Bu nedenle evlenmede ve eş seçiminde kişisel yetenekler ve yeterlilikler ön plana çıkmaktadır; (1) Kendini ve başkasını sevebilme ve kabul edebilme, kendine ve başkasına değer verebilme yeteneği. (2) Doğrudan, açık ilişki kurabilme yeteneği. (3) Kendi ve başkalarının duygularını ifade edebilme, karşılık verebilme yeteneği. (4) Sorumluluk alabilme yeteneği. (5) Başkasına kendi varoluşunu ortaya koyabilmesi için destek verme yeteneği. (6) Stresle başa çıkabilme yeteneği. (7) (Kendi, eşi ve çocuklarının) Bağımsızlık ihtiyaçlarına karşılık verebilme yeteneği (İşmen, 2004, s. 24).

Evlilik ile birlikte eşlerin bir takım biyolojik, psikolojik ve sosyal gereksinimlerinin karşılanması da söz konusudur. Evlilikte eşler, “sosyal” gereksinim olarak, birlikte

⁴ Kesin evlenme engelleri şunlardır; evlenme yasağı bulunacak ölçüde yakın akrabalık, akıl hastalığı ve halen evli olmak.

güven içinde olma, korunma, dayanışma içinde olduklarını hissetme, geleceğe güvenle bakabilme, toplumda bir yer edinebilme, birbirlerinden onur ve kıvanç duyabilme, yalnızlığı paylaşma, yaşama sarılma, ortak bir amaca yönelme gibi imkânlar elde etmektedirler. “Biyolojik” bir gereksinim olarak ortaya çıkan “cinsel güdüyü doyurmak” ise, evliliğin en önemli işlevlerinden birisi kabul edilmektedir. Evlilikte eşlerin bu anlamda uyum içinde olması, birbirlerinin cinsel istek ve beklentilerini karşılaması, cinsel güdünün doyuma ulaştırılması gerekmektedir. Böylece eşler cinsel ilişkinin kendilerine verdiği bir olanak olarak “çocuk yapmak, yetiştirmek ve kendi nesillerini üretmek” gereksinimini de karşılamış olmaktadır. Bununla birlikte evlilikte birçok "psikolojik" gereksinimin de sağlanması beklenmektedir. İnsan için temel ihtiyaçlardan biri olan "sevgi" özellikle evlilik ilişkisi içerisinde anlam bulmaktadır, evlilikte acı ve tatlı yaşantılar paylaşılmakta, birlik ve beraberlik duygusu tatmin edilmektedir (Özgüven, 2001, s. 61). Aynı şekilde dini ve manevi değerler de evlilikte paylaşılmaktadır. Çünkü eşleri bir arada tutan bir takım manevi değerler vardır. Bunlar evlilik doyumu, mutluluk, birlik ve beraberlik için evlilikte son derece önemli etkenlerdir. Çünkü eşler arasında manevi bir yakınlık ve manevi bir mahremiyet söz konusudur. Bunlar eşleri ve evliliği boşanmaya ve dışsal tehditlere karşı koruyucu unsurlar olarak düşünülmektedir (Mahoney & Cano, 2014, ss. 583-586).

Evlilikten beklentiler Dokur ve Profeta tarafından muhtasar bir şekilde sınıflandırılmıştır. Buna göre; evlilikten beklentiler üç grupta toplanmıştır; (1) evliliğe dair beklentiler ve bunlara bağlı değişkenler, (2) intrapsişik ve biyolojik ihtiyaçlar ve bunlara bağlı değişkenler ve (3) dışsal odaklara ve bunlara bağlı değişkenler. Bireyin ihtiyaçlarının bir kısmı, biyolojik kaynaklardan, diğerleriyse, ailesel ve daha geniş kültürel çevrelerden oluşmaktadır. Bazı faktörler, uzun bir süredir bireyin kişiliğinin bir parçası olmuştur; diğerleriyse, yalnızca potansiyel olarak bulunmuş ve fark edilmeleri ve gerçekleştirilmeleri için belirli bir eşle etkileşime (intraksiyona) ihtiyaç duymuşlardır. İntrapsişik ve biyolojik belirleyiciler ise, bireyin içinden gelen ihtiyaç ve arzularından kaynaklanmaktadır ve muazzam değiştirici bir etkiye sahiptirler. Bu parametreler evlilik sisteminden ziyade, (aynı zamanda başlı başına bir sistem olan) bireyden türemektedirler. Eşler bir araya gelerek evlilik sistemini oluşturmakta, intrapsişik alanlar faal hale gelmekte ve birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılamaları beklenmektedir (Dokur & Profeta, 2014, ss. 174-179).

Eşlerden her birinin evliliğe dair evlilik kurumuna getirdikleri kendi nedenleri, amaçları ve beklentileri vardır. Eşlerin, evliliğin kendilerine sağlayacaklarına dair beklentilerine ve vermeye istekli olduklarına ilaveten, her sistem gibi evlilik sisteminin de, var olan hedefleri değiştirebilmesi ya da yeni hedefler ortaya çıkarabilmesi söz konusudur. Evliliğin getirdiği en yaygın birincil beklentiler; *sadık, bağlı, müşfik bir eş, dünyanın geri kalanına karşı devamlı bir destek, yalnızlığa karşı eşlik ve güvence, bireyin esas ilişkisi hedefinin gerçekleşmesi (yani evlilik, sürekli yeni hedefler geliştiren bir ilişkinin devamlılığında bir nokta olarak görülmek yerine, büyüsel bir şekilde görülmekte ve evlendiklerinde, sonsuza dek mutlu yaşanacağı varsayılmakta), kişinin yaşamındaki kaos ve çatışmayı karşılayabilecek bir düzen, geleneksel olarak, yaşam boyu sürecek bir taahhüt, onaylanmış ve kolayca gerçekleşen cinsel ilişki, aile, çoğalma ve çocukların büyüme ve gelişimlerine katılma deneyimi* gibi birincil ihtiyaçlara yanıt verme özelliklerini taşımaktadır. Eşlerden yalnızca birini değil, aileyi vurgulayan bir ilişki; *bir ev, dünyadan bir kaçış, bir sığınak, toplumda saygıdeğer bir pozisyon ve statü, ekonomik güvenlik, kişinin yaşamına anlam ve amaç vermek üzere sosyal ve ekonomik bir ünite, kişinin çalışma arzusunu, varlık ve güç toplamasını ve pozisyon inşa etmesini kutsayacak bir şemsiye, agresif dürtüler için saygın bir örtü* özellikleri de evliliğe dair birincil beklentiler içerisinde yer almaktadır (Dokur & Profeta, 2014, ss. 174-179).

Bunlarla birlikte yukarıda kısmen izah edildiği üzere idealize edilen bir evlilikte eşlerin; sorumluluklarının bilince olması, kendisinin, eşinin ve evliliğin anlamının farkında olması, birbirlerini tüm yönleri ile tamamlaması beklenmektedir. Eşe güven duymak, onu sevmek, sevdiğini ifade edebilmek, onu olduğu gibi kabullenmek, farklılıklara karşı hoşgörülü olmak, onun gelişimine destek vermek, ortak kararlar alabilmek, stresli anlarda problem çözme yeteneğine sahip olmak ve iletişime açık olmak sağlıklı bir evlilik ilişkisinin unsurları olarak kabul edilmektedir. Belirtmek gerekirse idealize edilmiş bu tür bir evliliğe ulaşmak güçtür. Çünkü eşler genellikle balayından sonra belli gerçeklerle yüzleşmek, bir arada yaşamının zorlukları ile mücadele etmek durumunda kalmaktadırlar. Eğer eşler birbirine uyum göstermez ise çatışmalar başlamakta ve giderek yoğunlaşmaktadır. Bir de kıskançlık, ilgi ve şefkat eksikliği, suçlama ve yargılama, aşağılama, sömürü, alkol ve madde bağımlılığı, aldatma gibi faktörler devreye girerse evlilik daha problemlili hale gelmekte ve çıkmaza girmektedir (Kumanlı Güneş & Özen, 2011, ss. 12-14).

1.1.2.1. Evlilikte Çatışma ve Yükleme

Genel anlamda *çatışma (conflict)*, bireylerin karşılıklı olarak birbirlerinin ihtiyaçlarına müdahale etmeleri veya değerlerinin uyuşmaması durumunda kişiler arasında ortaya çıkan uyuşmazlık, zıtlasma, kavga ve sürtüşmeleri ifade etmektedir (Ergin, 2004, s. 177). *Yükleme (attribution)* ise olaylara dair ya da davranışların nedenlerine yönelik yaptığımız açıklama ve anlamlandırmalar olarak düşünülebilir. Diğer bir deyişle bunlar, kişinin kendi gönderimi, kendi atıf sistemi ya da kendi genel kuramı olarak düşünülebilir (Kağıtçıbaşı, 2010: ss. 247-256).

Evlilik ilişkisinde eşler için psikik ve ilişkisel düzlemde ortaya çıkan çatışmalar ön plandadır. Bireyde psikik düzeyde ortaya çıkan çatışmalar kişiliği oluşturan parçalar arasında olabildiği gibi, bireyin motivasyonunu sağlayan dinamikleri ile de ilgili olabilmektedirler. İlişkisel çatışmaların ise bizzat kendi dinamikleri ve doğası (iletişim, güç, duygu) vardır.

Bu yönleriyle evlilikte çatışma alanları psiko-sosyal açıdan şu şekilde sınıflandırılabilir; (1) Eşlerin yaşadığı bireysel iç çatışmalar. (2) Eşlerin karı-koca ilişkileriyle ilgili ortaya çıkan çatışmalar; cinsel yaşam çatışmaları, karı-koca rol beklentileriyle ilgili çatışmalar, giyim-kuşam tarzı ile ilgili çatışmalar. (3) Çocukların yetiştirilmesi konusunda yaşanan çatışmalar. (4) Geniş aile üyeleri ve akrabalarla ilişkilerden kaynaklanan çatışmalar. (5) Arkadaşlarla ilgili çatışmalar. (6) Serbest zaman faaliyetleriyle ilgili çatışmalar. (7) Aile gelirinin harcanmasıyla ilgili çatışmalar. (8) Yaşanılacak ve oturulacak konut ve mekânla ilgili çatışmalar. (9) Kültürel ve toplumsal değişime uyumla ilgili çatışmalar (Mavili Aktaş, 2009, s. 45).

Evvela birey açısından bakıldığında çatışma, birbiriyle uyuşmayan iki veya daha fazla güdünün aynı anda *psişeyi* etkilediği anlarda ortaya çıkmaktadır: güdülerin türüne, şiddetine, içinde bulunulan ortama göre değişiklik göstermektedir. Çatışma belli bir konuda karar vermede zorluk çekmeye ve gerginliğe neden olmaktadır (Cüceloğlu, 2011, s. 282). Bazen bireyler kendi kişisel iç çatışmalarını, sorunlarını ve kaygılarını yadsımakta ve bunları bir savunma mekanizması olarak eşlerine yansıtmaktadırlar. Bu; bireylerin gerçekliğin dışında eşlerine rol ve görevler biçmesi anlamına gelmektedir. Bu tür yansıtma kişinin ruhsal çatışmaları ile birebir ilişkilendirilmiştir. Bireyler kişisel

çatışmalarını kendi üzerlerinden atarak eşlerine yansıtmaktadırlar (Ateş, 2004, ss. 69-70).

Oysa ilişki gerçekte, bireyler arası etkileşimin temel dinamiğidir. İlişki, özel ve belirli bir bağlamda kişiler arasında gerçekleşen duygu ve düşünce güdümünde davranışlarla şekillenen bir mesaj iletimi, bunun da ötesinde arzu, istek ve ihtiyaçların cevap bulmasına yönelik bir alış-veriş sürecidir. İlişkinin temel bileşenleri; iletişim, güç ve duygudur. Bireyler arasında tezahür eden anlaşmazlıklar ve uyuşmazlıklar aslında güç mücadelesinin bir yansımasıdır ve ilişki sistemi içerisinde kontrol sahibi olmak ile ilgilidir (Dokur & Profeta, 2014, ss. 19-30).

Bu nedenle bir ilişkide özgül olay ve davranışlar çatışmalara yol açabilmektedir, ancak diğer taraftan bu çatışmaların nedenlerine yönelik yaptığımız anlamlandırmalar çok daha derin ve şiddetli çatışmaların ortaya çıkmasına sebebiyet verebilmektedir. Çatışmalarda nasıl düşündüğümüz (sebepler olarak nelerin görüldüğü), çatışmalarda ne yaptığımızdan daha önemli hale gelmektedir. Eşlerden (biri ya da her ikisi) birbirleri hakkında olumsuz düşüncelere kapıldığında, eşlerin birbirine içten içe kızması ve giderek daha fazla altüst olması güçlü bir olasılık haline gelmektedir. Bundan sonra eşler birbirine olumsuz yaklaşabilmekte, daha kötüsü; biri diğerine olumlu yaklaştığında bile o, ona olumsuz karşılık verebilecek bir potansiyel kazanmış olmaktadır. Şu açıktır ki olumsuz yüklemeler yapma, çatışma çözümünü zorlaştırmakta ve evlilikten beklenen faydanın görülmesini engellemektedir (Hendrick, 2009, s. 143).

Evlilik stresi yaşayan çiftler, mutlu çiftlerle karşılaştırıldıklarında olumlu olayların etkisini azaltacak ve olumsuz olayların etkisini arttıracak biçimde yüklemeler yaptıkları bulgulanmıştır. Stresli evliliklerde olumlu olaylar için yapılan yüklemeler bu olayların önemini azaltacak nitelikte (örneğin bir eş, eşinin çiçek alma gibi olumlu davranışta bulunmasını, “çiçek aldı, çünkü bütün arkadaşları eşlerine çiçek alıyordu” şeklinde açıklaması gibi); olumsuz olayları ise abartacak tarzda yüklemeler yapmaktadırlar. Olumsuz yüklemeler eşler arasında daha fazla strese ve olumsuz davranış alışverişine, çatışmaya hatta saldırganlığa yol açabilmektedir. Özellikle karşı tarafa dair suçlayıcı yüklemeler; öfke duygusunu ortaya çıkarabilmektedir. Kişi bu süreçte kendisine de yüklemeler yapabilmekte ve kendini suçlayabilmektedir (Curun, 2006, ss. 32-42, 2014, s. 1025).

Çatışmalar, bir dizi evreden oluşmaktadır ve farklı çiftlerde farklı derecelerde ortaya çıkabilmektedir. İlişkileri problemlili olmayan çiftler için yaklaşık haftada bir çatışmadan bahsedilirken, problemlili çiftler için günde bir ya da daha fazla çatışmanın ortaya çıkabileceği vurgulanmaktadır. Ayrıca ilişki derinleştikçe eşler arasındaki karşılıklı bağımlılık artacağından hem doyum hem de çatışma potansiyelinin daha muhtemel bir hale geldiği iddia edilmiştir. Eşler arasında çatışma süreci genelde şöyle seyretmektedir; ilk önce bir olay ya da davranış çatışmayı başlatmaktadır. Akabinde eşler geçici olarak çatışmadan kaçınabilir, uzlaşabilir ya da sorunu çözebilirler, ancak gerçekte hiç bir yere varmaksızın çatışmayı tırmandırıcı da davranabilirler. Bu noktada birden fazla sonuç ortaya çıkmaktadır; tarafların birinin kazandığı baskın gelme; her eşin küçük bir ödün verdiği uzlaşma; her iki eşin de gereksinimlerini karşılayan bir çözümün bulunduğu bütünleyici anlaşma ve yapısal iyileştirme; ilişkide uzun dönemli değişiklik; geri çekilme ya da ayrılma (Byadgi, Yadav, & Hiremath, 2014, ss. 63-64; Hendrick, 2009, ss. 142-147; K. W. Thomas & Kilmann, 2010, ss. 2-3).

Şu var ki eşler arasında uyum, işbirliği ve uzlaşma her zaman kolayca ortaya çıkmamaktadır. Özellikle çatışmalar güç mücadelesine dönüşmüşse, yanlış yüklemeler sonucunda eşler ilişkiden kaçınmaya başlamışsa, evlilikten beklenen faydanın ortaya çıkmadığı düşünülüyorsa, memnuniyetsizlik oluşmuşsa ve eşler kendilerini zarara uğramış, mutsuz ve güvensiz hissediyorsa boşanmaya giden yolda farklı dinamikler devreye girmiş demektir.

1.1.2.2. Boşanmaya Giden Yolda Rasyonel Tercihler ve Mübadele Mantığı

*Mübadele ya da alışveriş kuramı*⁵ ailede yer alan bireylere yönelik davranışsal psikoloji ve mikro ekonomi kökenli bir teoridir. Bu kuram aile yaşamına tatbik edildiğinde çoğunlukla karı-koca arasındaki ilişkilere odaklanmaktadır. Bu teorinin temelinde ise *akılsal seçim modeli* yatmaktadır. Eş seçimi, evlilik sistemi, yeniden evlilik, ebeveyn-çocuk ilişkileri de temel araştırma konuları arasındadır. Bu kurama göre kişiler ancak kendilerine bir kâr sağlayacaksa bir başkası ile etkileşime girmektedirler, yani bilinçli

⁵ Mübadele (alışveriş) kuramcılarını, toplumsal etkileşimi beslenme, gıda ve barınmadan, toplumsal kabul görme ya da sempatiye kadar uzanan, elle tutulur veya tutulmaz mal ve hizmetlerin alışverişini olarak kavramlaştırmışlardır. Buna göre; insanlar hareket seçeneklerinin maliyet ve ödülleri inceledikten ve en çekicisinin tercihini yaptıktan sonra, hangi alışverişleri yapacaklarını belirlemektedirler (Wallace & Wolf, 2015, s. 404).

bir tercihte bulunmaktadırlar. Evlilikte mübadele (alışveriş) kuralları gözetilmediğinde ise eşler arasında çatışma meydana gelmektedir (İçli, 1997, s. 63).

Akılsal seçim yaklaşımında evvela bütün boşanmalar evli kalıp kalmama tercihlerini yapmakta olan bireyler ile ilişkilendirilmektedir, sonrasında ise geçmişe nazaran daha fazla sayıda insanın boşanmayı seçme nedeninin ne olduğu sorgulanmaktadır (Wallace & Wolf, 2015, ss. 403-404).

Sosyal alışveriş kuramının evlilik ve boşanma için uyarlanması tipik bir örneği Levinger'in teorisidir. Levinger'e göre evliliği var kılan veya evliliğin çözülmesini sağlayan bir takım faktörler vardır. Bunlar genel olarak üç başlık altında incelenebilir. *Cezbediciler, engeller ve alternatif cezbediciler*. Zamanla değişebilen bu faktörler, evliliğin devamında ya da çözülmesinde etkilidir. Her bir faktörün maddi, sembolik ve duygusal yönü vardır. Burada kişinin neyi/nasıl ödül ve maliyet olarak algıladığı ve katlanmak durumunda olduğu ile kazanmak durumunda olduğu şeylerin mukayesesi ve tercihi son derece önemlidir. Evlilik, getirileri ve götürüleri ile birlikte; cezbedicilere, engellere ya da alternatiflere göre şekillenmektedir (Levinger, 1976, ss. 24-29). Örneğin sekiz yıldır evli olan iki çiftin ilişkisel ödül-bedellerinin (getiri ve götürülerinin) eşit olduğu varsayalım. Fakat bunlardan birisinin iki çocukları, ortak şirket hisseleri ve kentte ortak bir evleri ve bir dağ evleri varken, diğerinin çocuklarının, ortak mallarının ve ortak işlerinin olmadığı düşünülün; ayrılmak için birinci çiftin ikinciden çok daha fazla engelinin olduğu savunulmaktadır (Hendrick, 2009, s. 170).

Sosyal alışveriş kuramında çoğunlukla boşanma öncesindeki döneme yoğunlaşmaktadır. İyi bir evlilik, eşlerin ilişkiyi ne derece kârlı (*reward*) ya da maliyetli olarak gördüklerine ve buna ilişkin memnuniyetlerine bağlıdır. Burada ödül ya da kâr olarak belirtilen olgu; sevgi, destek, dostluk, duygusal mahremiyet, sosyal statü ve bağlantılar, cinsel ilişki gibi durumları ifade ettiği gibi mülkiyeti, parasal kaynak teminini, günlük işlerde yardımı da içerir. Maliyet ise ekstra işleri ve sorumlulukları, can sıkıcı alışkanlıkları, bireysel tercihlerin sınırlandırılmasını ya da özgürlüğün kısıtlanmasını içerebilir. İnsanlar sosyal ilişkilerinde kârlarını maksimize maliyetlerini de minimize edecek şekilde davranmaktadırlar. Bu güdüler, açıklanabilir veya rasyonel olmayabilirler. İnsanlar ilişkinin kârının/getirilerinin adil olduğunu ve buna mukabil maliyetlerin de eşit bir şekilde dağıtılmış olduğunu hissederse, ilişki istikrara

kavuşmakta ve güçlenmektedir. Bu nedenle boşanma kararı eşlerin kâr/maliyet analizleri ile şekillenmektedir. İlişkinin getirileri/kârı evliliğe alternatif cezbedici şeylerle (daha çok bağımsızlık, özgürlük hissi, başka bir aşk, kendini gerçekleştirme adına başka potansiyeller vs.) karşılaştırılır. Eğer cezbedici alternatifler ağır gelirse, ilişkinin sona ermesi daha muhtemel hale gelir. Aynı zamanda bir evliliğin istikrarı eşlerin evliliğe ilişkin beklentilerine, dolayısıyla inançlarına ve neyi hak edip etmediklerine dair düşüncelerine de bağlıdır. Alışveriş teorileri, evliliğe, aileye ilişkin romantik varsayımların (bakış açılarının) aksini göstermekle birlikte, yine de çiftlerin boşanma riski için kullanışlı bir çerçeve sağlamaktadır (Clarke-Stewart & Brentano, 2006, ss. 20-21).

Boşanma karmaşık bir olgudur, basitçe ortaya çıkan bir durum değildir. Boşanma çok farklı perspektiflerle ele alınabilecek bir sorundur. Bireysel tercihler bu süreçte etkin olmakla birlikte psikik süreçler ve ilişkinin dinamiği de etkilidir. Bu nedenle gerek evliliğin gerekse boşanmanın bireylerin ruh dünyasındaki yeri ve etkisi önemlidir. Bireyler evlilikten ne beklemektedirler, neden boşanma gereği duymaktadırlar, boşanma tam olarak neyi ifade etmektedir?

1.1.3. Boşanma

Normal şartlar altında ve idealize edildiği şekli ile tüm evlilikler bir ömür boyu sürdürülmek ve mutlu olmak amacıyla gerçekleştirilmektedir. Tüm toplumlarda arzu edilen temel değerlerden birisi evlilik olgusunun sağlıklı ve dengeli bir nitelikte sürdürülmesidir. Evlenmeye karar veren bireyler, aile kurarak daha huzurlu, mutlu ve geleceğe dönük bazı planların (çocuk sahibi olma, yalnız kalmama, ortak bir hayatı sürdürme vb.) beklentisi içinde hareket etmektedirler. Ancak bazı durumlarda aile ilişkileri ve evlilik hayatına ilişkin beklentiler arasında bir uyum ve sağlıklı bir yapı oluşmamaktadır. Gerçekleşmiş bir evliliğin çeşitli nedenlerle sürdürülememesi halinde, boşanma, aile birliğini sona erdiren önemli bir karar ve toplumsal bir olgu olarak ortaya çıkmaktadır (Demirkan vd., 2009, s. 1).

Evlilik ile birlikte aile dengesini bozan, ilişkiyi ve evliliği sağlıksız kılan beklentiler, ekonomik sorunlar, cinsel problemler, hayal kırıklıkları, olumsuz düşünceler ve yoğun çatışmalar, anlaşmazlıklar ve bunların çözülememesi gibi nedenler sonucunda ayrılık ve boşanma vuku bulmakta veya bir seçenek olarak gündeme gelmektedir.

Toplumsal ve bireysel açıdan boşanma, problemlili bir konudur. İstatistikler boşanma oranlarının arttığını ve yaygınlaştığını göstermektedir. Bu olgu bireyi, aileyi, toplumu ve sosyal düzeni ilgilendiren bir sorundur. Boşanmanın toplum ve birey açısından farklı sonuçları vardır. Çoğu zaman boşanma, bireylerin yasal prosedürlerle uğraşmak zorunda kaldıkları, çatışmalar ve anlaşmazlıklar yaşadıkları, stresli ve kaygılı bir süreçtir. Bireyler bu süreçte zorlanırlar ve yıpranırlar (Özgüven, 2001, ss. 306-310). Bir aile krizi olmakla birlikte boşanma, travmatik bir süreci de ifade etmektedir (Nazlı, 2016, s. 422).

Teknik olarak boşanma; hukuki kurallar çerçevesinde yapılmış bir evliliğin, tarafların karı-koca olarak hiçbir bağları kalmaksızın; fakat varsa ortak çocukların hakları saklı kalmak üzere yargıç kararıyla sona erdirilmesine ve tarafların başkalarıyla yeniden evlenmelerine olanak veren hukuki bir işlemdir (Arıkan, 1996, s. 25). Ancak boşanma, basitçe yasal olarak hâkimin kararı ile olup bitiveren bir olay değil, öncesinde ve sonrasında kaygı ve stres yaratan oldukça uzun bir süreci kapsamaktadır. Bu süreç içinde boşanan kişi birçok değişikliklerle baş etmek ve boşanma sürecine adapte olmak durumundadır (Özgüven, 2014, s. 280). Aşağıda boşanma süreci ile ortaya çıkan bazı kavramlara ve boşanmanın farklı türlerine yer verilmiştir.

Fiili ayrılık: Boşanma hukuki bir kavram olmasının yanında aynı zamanda fiili bir durum niteliği de taşımaktadır. Bu süreçte eşlerden bir ya da her ikisi evliliği sürdürmemeye karar vermişlerse, fiilen ayrı yaşamaya başlamaktadırlar ve bilhassa bu aşamaya gelmiş anlaşmazlıklarda, eşler tekrar birleşmeye yanaşmadıkları sürece, ortada resmen bir evlilik bulunmakla birlikte, fiilen bir aile birliğinden söz etmek mümkün olamamaktadır (Battal, 2008, s. 21).

Anlaşmalı/Çekişmeli Boşanma; eşlerin mahkeme sürecini nasıl yönetmek istedikleri ya da boşanan eşlerin mahkeme sürecinin nasıl yürüdüğü ile ilgili hukuki kavramsallaştırmalardır.

Bireyler arasındaki taleplerin anlaşma yoluyla çözülemediği durumlarda, boşanma çekişmeli olarak ilerlemektedir. Çekişmeli boşanmalarda nafaka, tazminat, mal paylaşımı, velayet, şahsi ilişki gibi sorunlar ön plana çıkan temel tartışma konuları olmaktadır. Bununla birlikte çekişmeli boşanmalarda boşanma süreci oldukça

uzayabilmektedir. Hukuki işleyişteki aksaklıklar, celse sayısının çokluğu, duruşmalar arası sürelerin uzun olması, şahitlerin davaya dâhil olması süreci uzatmaktadır, bu da boşanma sürecinin bireyler için son derece stresli hale gelmesine neden olmaktadır. Görücü usulüyle yapılan evliliklerde çekişmeli boşanma oranının kişilerin kendi seçimleriyle yaptıkları evliliklere oranla daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (ASPB, 2014, ss. 135-141).

ASPB (2014) tarafından 410 kişi ile gerçekleştirilen bir araştırmada anlaşmalı boşanmaların daha yaygın olduğu, katılımcıların yaklaşık dörtte üçünün (%71) anlaşmalı boşandıkları, özellikle kişilerin kendi seçtikleri kişilerle yapılan evliliklerde kendilerinin anlaşmalı boşanma kararı almalarının daha yaygın olduğu bulunmuştur. Gerek kadınlar, gerek erkekler açısından daha ileri yaşlarda ve daha yüksek eğitim düzeylerinde karşılıklı uzlaşmayla gerçekleştirilen anlaşmalı boşanmaların oranının daha fazla olduğu ifade edilmiştir. Bununla birlikte özellikle uzun süreli çatışmalarla, çevresel, maddi ve duygusal sıkıntılar yaşanan evliliklerde çiftlerin bu zorlu süreci arkalarında bırakmak için anlaşmalı boşanmaya yönelebildiği de vurgulanmaktadır. Bununla birlikte gerçekleştirilen anlaşmalı boşanmalarda çoğu zaman sürecin daha fazla uzamaması ve bir an evvel mahkemenin sonlanması hedeflenebilmektedir. Özellikle kadınların boşanma sırasında eşlerinden yok denecek kadar az talepte buldukları, yasal çatışmadan çekindikleri ve anlaşmalı boşanmayı tercih ettikleri tespit edilmiştir.

Hukuki ve bağlayıcı yeni statüler ile birlikte boşanmanın sosyal, psikolojik ve ekonomik olmak üzere pek çok veçhesi ve türü vardır. Teorik olarak boşanmanın altı paralel süreçten (türden) oluştuğu ve buna bağlı olarak altı tür boşanma olduğu ileri sürülmüştür. Bu altı süreç ya da tür şunlardır (Bohannon, 1970, s. 33; Clarke-Stewart & Brentano, 2006, ss. 21-22);

Duygusal boşanma; bu ilk aşamada ilişkiye dair duygusal yatırım (istek, arzu vs.) azalmaya başlamaktadır. Duygusal bağlar ve iletişim yerini yabancılaşmaya ve ilişkiden çekilmeye bırakmaktadır. Eşlerin problem çözmeye inancı azaldığı için çatışmalar azalmış gibi gözükmekle birlikte eşler çatışmak yerine sorunlu ilişkiden kurtulmak için planlar yapmakta ve enerjilerini bu yönde sarf etmektedirler.

Hukuki boşanma; bu aşamada boşanma davası açma, hukuki anlaşmalar, mülkiyet paylaşımı, çocuk velayeti gibi yasal adımlar yer almaktadır. Bu süreç belirtildiği üzere anlaşma sağlanırsa kısa bir sürede çözüme kavuşabilmektedir ancak aksi durumda boşanma karmaşık bir hal almakta ve uzamaktadır. Bu noktada süreç duygusal ve ekonomik açıdan ağır bir tabloya dönüşebilmektedir.

Ekonomik boşanma; pratik olarak eşlerin ekonomik birliğinin sonlanması/çözülmesi ile ortaya çıkmaktadır. Boşanma ile birlikte ekonomik sorunların detaylı bir şekilde müzakere edilmesi gerekmektedir. Bu süreçte ortak mülkiyetin paylaşılması, ev eşyaları, kişisel eşyalar, yeni bir ev bulmak, bu eve taşınmak ve yerleşmek gibi sorunlar ayrılan eşler arasında temel çatışma sebepleri olarak ortaya çıkmaktadır.

Anne-baba olarak (ebeveyn) boşanma; bu süreç boşanmanın ardından çocuklar konusunda eşlerin ebeveyn olarak yaşadıkları sorunlara ilişkindir. Eşler çocukları üzerinde tasarruf hakkını en üst düzeyde sürdürmek ve onlarla olabildiğince görüşmek ya da birlikte olmak istemektedirler. Bu da ayrılan eşler arasında çatışma yaratan bir diğer sorun olmaktadır. Bireyler, çocuklarının varlığı nedeni ile eski eşi ile iletişim kurmak durumunda kalmaktadırlar. Bu süreç oldukça kırılığandır.

Toplumsal boşanma; boşanma eşlerin yuvasını parçaladığı gibi sosyal ilişkilerini ve sosyal statülerini de bozmakta ve etkilemektedir. Boşanmaya ilişkin yaşanan zorluklar çevrenin etkisi ile daha da artabilir özelliktedir. Bu süreçte bazı arkadaşlar artık yakınlık kurmaktan çekinebilmektedir. Çünkü boşanmış bir kişinin tehdit oluşturduğu düşünülmekte veya boşanma hoş karşılanmamaktadır. Bu aşamada eşler, sosyal açıdan yeni ilişkiler geliştirmek durumunda kalmaktadırlar.

Psşik boşanma; bu aşama eski eşten duygusal olarak tamamen ayrılmayı psikolojik olarak özerkliğini ve bağımsızlığını yeniden kazanmayı ifade etmektedir.

Boşanmanın bir diğer çeşidi ise manevi ya da dini boşanmadır. Bu kavramsallaştırmadan kast edilen boşanma sürecinin manevi ya da dini boyutudur. Çoğu insan için evlilik kutsal bir yapıdır. Evliliğin bitmesi günah ya da suç gibi düşünülür. Bu yönü ile boşanma bireyin inanç dünyasında bir krize sebep olabilir (Coleman, Ganong & Leon, 2006, s. 161). Bu nedenle boşanma nedenleri açıklanmadan önce konunun dini bağlamı açıklanmaya çalışılacaktır.

1.1.4. Evlilik ve Boşanmada Dini Bağlam

Evlilik ve boşanma kavramı insana ve insanlığa aittir. Özellikle belirtmek gerekirse evlilik kurumu, insanların yaşantıları boyunca uyguladıkları ve geliştirdikleri değer yargılarına göre şekillenmiş dini ve sosyal öğelerle yüklüdür. Bu kurum, din ve toplum tarafından onaylanan kadın(lar) ve erkek(ler) arasındaki bir ilişki türünü karakterize eden, dolayısıyla toplumun gelenek ve göreneklerine, değer yargılarına bağlı olarak şekillenen bir sözleşmedir (Gökçe, 1978, s. 7).

Tarihten gelen ve gelenek içerisinde oluşturulmuş dini ve sosyal bir kurum olarak evlilik, toplum ve bireyler açısından güçlü bir bağı/bağlılığı ifade etmektedir. Bu bağı oluşması (evlenme) ve kopması (boşanma) konusunda seküler alanda olduğu gibi dini alanda da birçok görüş ve hüküm vardır.

Din ve ırkın âdeta özdeş olduğu Yahudilikte aile, sosyal olduğu kadar aynı zamanda dinî bir kimlik ve aidiyet anlamına gelmektedir. “Çoğalın ve yeryüzünü doldurun” (Tekvin, 1/27-28) tavsiyesine uygun olarak evlenmek ve en azından iki çocuk (biri erkek, diğeri kız) sahibi olmak Yahudiler için pozitif bir görevdir. Geleneksel Yahudilikte evliliği meşrulaştırıcı en önemli öğelerden birisi, çocuk sahibi olmak ve böylece yeryüzünde çoğalma düşüncesidir. Ancak Yahudilikte -Hıristiyanlığın aksine- kutsal inançtan uzaklaşılacağı endişesiyle evlilikten kaçınma gibi bir durum söz konusu değildir (Kurt, 2012, s. 389). Yahudilikte evlilik ve çocuk sahibi olmak teşvik edildiği için -tarihsel bir mezhep olan Esseniler dışında- bekârlık hiçbir zaman bir gelenek haline gelmemiştir (F. Aydın, 2018, s. 141).

Tanrı'nın “seçkin ırkı” oldukları düşüncesi ile hareket eden Yahudiler evliliği de buna göre tasarlamaktadır; evlilik onlar için İsraililerin çoğalması ve özellikle erkek çocuk elde edilmesi açısından önemli bir kurumdur. Ayrıca Yahudiler başka din ve millet mensuplarıyla evlenmeme konusunda oldukça titiz davranmaktadırlar. Bununla birlikte, günümüzde reformcu Yahudiler arasında doğacak çocukların Yahudi olması koşuluyla böyle evlilikler onaylanabilmektedir (Kurt, 2012, ss. 389-390). Evlenme kuralları *Talmud*'da belirtilmiştir. Buna göre aile, dinî prensiplere uygun bir evlilikle kurulmak zorundadır. Yahudilikte evlilik, nikâh töreni ile geçerlilik kazanmaktadır (Topçuoğlu, 2010, s. 84).

Yahudilikte evlilik yaşı erkeklerde 18, kızlarda 12'dir. Kimin kiminle evleneceği konusunda kesin kurallar vardır. Evlenme yasakları vardır. Örneğin sonradan Yahudi olan bir kadın Kohen⁶ ile evlenemez. Zina sonucu doğmuş (*mamzer*) olanlar ancak yine kendileri gibi olanlarla evlenebilir ve bu yasak 10 kuşak boyunca sürer. Erkek, birden fazla kadınla evlenebilir. Kadın için böyle bir hak söz konusu değildir (F. Aydın, 2018, s. 142).

Evlilik töreni çoğunlukla mahalli olsa da belirli dini uygulamalar tüm evlilik törenlerinde kendini göstermektedir. Buna göre çiftlerin evini temsil eden bir gölgeğin altında evlilik yemini yapılmaktadır. Gelin ve damat evlilik töreninin sonunda ortak kaderlerini sembolize eden bir bardak şarap içer ve *ketuba* adı verilen evlilik akdini imzalarlar (M. Aydın, 2010, s. 303).

Yahudilikte evliliğin eşlerin ruhlarını birleştirdiğine ve onları tek bir ruh haline getirdiğine inanılmaktadır. Yahudiler için bunun anlamı ruhun yükselmesi ve Tanrıya yaklaşması demektir. Düğün töreninde gelin Eriha'nın (*Jericho*) duvarlarının yıkılışını⁷ sembolize eden bir ritüel yaparak 7 kez damat etrafında dönmektedir. Böylece gelin ve damat arasındaki duvarların yıkıldığına ve ruhlarının birleştiğine inanılmaktadır. Boşanma durumunda ise ruhların birlikteliği sona ermekte, evlilik ile bağlanmış ve yükselmiş ruhlar ayrılmakta ve alçalmaktadır (Emery, 2013b, ss. 1054-1055).

Yahudi akaidinde boşanmaya izin verilmektedir ve boşananların en kısa sürede tekrar evlenmesi teşvik edilmektedir (M. Aydın, 2010, s. 303). İzin verilmiş olsa da Yahudilikte boşanma teessüf edilen bir olay olarak görülmektedir ve hoş karşılanmamaktadır.⁸ Geleneksel Yahudilerde boşanma hakkı erkeğe tanınmıştır. On kişilik cemaat ve bir haham huzurunda boşanma davaları görülmektedir (Kurt, 2012, s. 390). Boşanma, evliliğin sonlandığını gösteren 'get' adı verilen bir belge⁹ ile mümkün olmaktadır. Yahudi yasalarına göre boşanma gerçekleşebilmesi için erkeğin karısına 'get' belgesini vermesi gerekmektedir, kadın ise bu belgeyi kabul etmelidir. Erkek tarafından bu belgenin verilmemesi nedeniyle hukuki açıdan bir takım açmazlar ortaya

⁶ Yahudilikte asil sınıftan gelen din adamları.

⁷ Yeşu, 6/1-5.

⁸ Malaki, 2/16

⁹ Tesniye, 24/1.

çıkabilmektedir (Kaplan, 2012, s. 1).¹⁰ Çünkü eğer bir erkek karısını boşamak istemiyorsa bu konuda yapacak fazla bir şey yoktur. Bağlı kadın (*aguna*), ne boşanabilir ne de evlenebilir. Dahası tek başına bir yaşam sürmek zorunda bırakılır. Bu problem daha sonra reformcular arasında sivil mahkemelerin verdikleri kararın dini boşanma yerine geçmesinin kabul edilmesi ile çözüme kavuşmuştur (F. Aydın, 2018, s. 142).

Hıristiyanlıkta ise evlilik bir kilise sırrı, bir anlamda İsa ve kilise ile birleşme olayıdır. Kilisenin yeryüzünde takdis ettiği evlilik, gökyüzünde Tanrı tarafından bağlanmıştır (Kurt, 2012, ss. 391-393). Eşler fiziksel olarak ayrılmış olsa dahi Tanrı katında onlar hala birbirine bağlı kabul edilmektedir (Emery, 2013b, s. 1054). Hıristiyanlık içerisinde gelişmiş Katolik ve Anglikan inancında boşanma yasaktır. Protestanlar ise evliliğin ömür boyu sürmesini idealize etseler de laik bir mahkeme önünde boşanmayı kabul etmektedirler. Bunlarla birlikte Yeni Ahit zinayı bir boşanma nedeni olarak sayarken boşanmış bir kadınla evlenen kimselerin zina etmiş olacaklarını belirtmektedir (Kurt, 2012, s. 393).¹¹ Buna uygun olarak kilise tarafından ayrı yaşayan eşler başkası ile evlenirse zina etmiş sayılmakta ve cemaate (komünyona) katılımı engellenmektedir (Emery, 2013b, s. 1054).

Esasında boşanmanın kabul edilmediği sistem X. yüzyıldan itibaren Katolik Kilisesi tarafından resmi olarak üstlenilmiştir. Kilise, “Tanrının birleştirdiğini kul ayırmasın”¹² ayetini baz alarak, evlilikle birlikte eşlerin ruhlarının birleştiğini, aralarında kutsal bir bağ oluştuğunu, bunun ancak ölümle sonlanabileceğini deklare etmiştir. Katolik Kilisesinin etkisi altındaki ülkelerde bu sistem uzun süre uygulanmıştır (Reformasyona kadar hemen hemen bütün Avrupa’da bu sistem uygulanmıştır, İspanya, İtalya ve Güney Amerika’nın bazı ülkelerinde ise bu sistem yakın zamana kadar uygulanmaya gelmiştir) ve boşanma yoluyla evliliğin sona ermesi imkânsız hale gelmiştir. Ancak eşler arasında cinsel ilişki gerçekleşmemişse Papa’nın emri ile evlilik birliği feshedilebilmektedir, cinsel ilişkinin gerçekleşmesi halinde ise artık Papa da evliliğe son verememektedir. Fakat zamanla zina gibi ağır hallerin varlığı halinde birlikte yaşamının

¹⁰ 2014 yapımı “Get” isimli sinema filminde bu konu çarpıcı bir şekilde işlenmektedir. Viviane Amsalem 3 yıldır kocasından boşanmak için sürekli hahamlardan oluşan mahkeme heyetinin karşısına çıkmaktadır, ancak kocası Elisha boşanmaya rıza göstermemektedir, bu nedenle boşanma bir türlü gerçekleşmemektedir, bu durum karşısında mahkeme üyeleri dahi aciz kalmaktadırlar.

¹¹ Matta, 19; Markos, 10; Luka, 16.

¹² Matta, 19/3-12

mümkün olmayacağı kabul edilmiştir ve bir çözüm olarak, *ayrılık kurumu* ihdas edilmiştir. Evlilik birliğinin tamamen ortadan kalkmadığı bu çözümde, eşlerin “konutta, masada, yatakta” birlikte olmaması şeklinde süreli veya ömür boyu uygulanabilen ayrılık hali söz konusudur (Arıkan, 1996, s. 3; Korkmaz, 2014, ss. 7-11; Saleh, 2013, ss. 42-43; Velidedeoğlu, 1976, s. 136).

Protestanlıkta ise daha serbest bir tutum söz konusudur. Katolikliğin aksine Protestanlar evliliği çözülemez bir bağ ya da bir ayin olarak görmezler. Onlar için bu, dini bir mesele olduğu gibi dünyevi bir meseledir (Emery, 2013b, s. 1055). Ayrıca Protestanlar için - Katoliklerin aksine- evliliğin dışarıdan kutsanmasına gerek yoktur. Burada şunu belirtmekte yarar vardır; Hıristiyan mezhepleri arasında bu tür farklılaşmalar doğaldır; çünkü Katolikler seküler yaşamı Kiliseye dâhil etmek isterken Protestanlar uhrevi yaşamı bireyselleştirmektedirler, ne var ki her ikisinin de merkeze doğru bir eğilimi vardır (Kilise, kilise dışındaki tabiatları tanırken, Luther evliliği ilk günah ile ilişkilendirmiştir). Böylelikle evlilik, “çocuk doğurmak ve zinadan korunmak amacıyla haklı görülen ve katlanılması gereken bir görev olarak telakki” edilmiştir. Evlilik ve cinselliğe ilişkin bu tutum bir tür suç korkusu haline gelmiştir ve “bekâret yemini” gibi olgular ortaya çıkmıştır. Bu nedenle Katolikler tüm ruhban sınıfının evlenmesini yasaklamıştır (Kurt, 2012, ss. 391-392).

İslam’da evlilik, kutsal bir sözleşmedir (akıt, ahit, misak, nikâh).¹³ Bu ahit, sonlandırılabilir olmakla birlikte bunun yapılabilmesi belli şartlara ve yaptırımlara bağlanmıştır, bu akdin çözülmesi (Talak/boşanma) genel anlamda (zaruret dışında) hoş karşılanmamış, çirkin ve mubah sayılmıştır (Gazali, 1981, s. 433).

Kuran’da aile ve evlilik hayatı övülmüş ve teşvik edilmiştir,¹⁴ boşanma ise zemmedilmiştir. İstenmeyen ve mubah sayılan bir fiil olarak betimlenmiştir. Ancak

¹³ Bu kavramların dini açıdan eşsiz bir kompozisyonu için bakınız; (T.C. Diyanet İşleri Başkanlığı Din İşleri Genel Müdürlüğü) 03.02.2017 tarihli Cuma Hutbesi: “*Nikâh, sadece iki bedeni bir araya getiren şekilsel bir ritüel değildir. Nikâh, eşlerin Yüce Allah’ın adını şahit tutarak bir ömrü paylaşmak üzere birbirlerine verdikleri sözdür. Nikâh, hem bir ahid, hem bir akıt, hem bir misaktır. Ahit ve muahede, yani sözleşme olması itibarıyla nikâh bize ahlâkî bir sorumluluk yükler. Akıt olması itibarıyla nikâh, bizi hukuki sorumluluk altına sokar. Misak olması itibarıyla de nikâh, eşlerin sadece birbirlerine değil, aynı zamanda Allah’a söz verdiklerini ve sorumlu olduklarını hatırlatır.*” Ayrıca akd-i nikah (nikah sözleşmesi) ve nikah adabı için bakınız; (Gazali, 1981, ss. 335-378).

¹⁴ Nisa, 4/3; Nur, 24/32; Ebu Davud, Nikâh 2; İbn Mace, Nikâh 1

İslamiyet'te boşanma müessesidir, İslam'ın temel kaynaklarında bu konudaki düsturlar açıktır. Evliliğin başlamasından eşler arasındaki irtibata kadar evlilik ve aile hayatına dair prensipler gerek ayetlerde gerekse hadislerde yer bulmuştur. İslam Hukukunda evlilik şahsi hukuk olarak tanımlanmaktadır ve bunun içeriğini evlenme, boşanma, velayet ve vesayet ana başlıkları oluşturmaktadır (Hüsrevoğlu, 2010, s. 16). *Âdâb* kitaplarında ise eşe karşı muamele, nikâh adabı gibi bahisler geçmişten beri olmuştur.

İslam'a göre nikâh akdi eşleri birleştirmektedir. Kuran'da bu akit, "misak-ı galiz/kuvvetli akit" (Nisa, 4/21) olarak nitelendirilmiştir. Nikâhın eşler arasında oluşturduğu manevi bağı ifade etmek için ise *ukdetü'n-nikâh* (nikâh bağı) (Bakara 2/235-237) tabiri kullanılmıştır. İslâm hukukuna göre nikâh akdi, genel olarak medeni bir akitir ancak diğer akitler gibi sıradan bir akit değildir. Nikâh sözleşmesi, ibadet ile muâmelât arasında ibadete daha yakın bir sözleşme olarak kabul edilmiştir ve bu akdin kuruluşunda diğer akitlerden farklı olarak bazı biçimsel (formel) şartlara yer verilmiştir. Nikâh akdini diğer akitlerden ayıran en önemli şekil şartı, onun şahitler huzurunda yapılması ve/veya ilan edilmesidir (İ. Yılmaz, 2014, s. 68).

İslamiyet'te boşanma talak olarak isimlendirilmiştir. Talak bir bağı çözmek, serbest bırakmak ve salıvermek manasına gelmektedir. Kuran'da bu isimle müstakil bir sure (Talak Suresi) bulunmaktadır. Terim olarak talak; bir takım lafızların zikredilmesi (boş ol, seni boşadım gibi) suretiyle nikâh akdinin erkek tarafından hemen ya da daha sonraki bir zamanda sonlandırılmasıdır (Yüksek, 2014, s. 341). Evlenme yasakları Kuran'da açıkça zikredilirken (Nisa, 4/22-24), eş tercihinde dikkat edilmesi gereken durumlar, kimlerle evlenileceği (Nisa, 4/24-25, Nur, 24/3), eşlerin birbiri ile ilişkisi ve birbirlerine nasıl davranmaları gerektiği, eşler arasında sorunlarda nasıl bir yol izlenmesi gerektiği (Nisa, 4/34-35, 128)¹⁵, ayrılık durumunda bekleme süresi (Bakara, 2/226-227), boşamanın kaç defa yapılabileceği¹⁶ (Bakara, 2/230), boşanmada belli sürelerin (iddet) gözetilmesi gerektiği, eski eşe dönülmesinin şartları, ödenmesi gereken nafaka ve diğer ücretlere ilişkin hükümler bildirilmiştir (Talak, 65/1-6, Bakara, 2/228-

¹⁵ Nisa Suresi 34 ve 128. ayetler "nüşûz" ayetleri olarak bilinmektedir. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bakınız İslam Ansiklopedisi *Nüşûz* Maddesi (H. M. Günay, 2014, 303-304)

¹⁶ Câhiliye devrinde bir erkek karısını defalarca boşayıp sonra onu geri alabilirdi. Bakınız; (M. Öztürk, 2011, s. 254).

241). İslamiyet'te boşanma hakkı öncelikle (prensip) erkeğe tanınmış bir haktır ancak evliliğin başlangıcında bu hak kadın tarafından şart koşulursa kadının da boşanma hakkı olmaktadır (Çağrı, 2012a, s. 211; Hüsrevoğlu, 2010, ss. 16-18; Yüksek, 2014, ss. 342-344).

Bu konuda İslam dininin asli kaynaklarından birisi de Hz. Muhammed'in hayatı ve tavsiyeleridir. Hz. Peygamber boşanmayı en son başvurulacak bir çare ve Allah'ın hoşuna gitmeyecek bir davranış olarak nitelendirmiştir, boşanma durumunda bilhassa kadın ve çocukların haklarının korunmasına önem vermiştir. Bu emir ve tavsiyeler geçmişten günümüze Müslüman toplumlarda yansımaları bulmuş, aile hayatı için genel prensipleri oluşturmuştur (Bardakoğlu, 1991, s. 204).

Mezhepsel ayrımlardan bireysel dindarlığa kadar boşanma ve din arasındaki ilişkinin birçok çeşidi vardır. Dinlerin şeriatlarında geçen hükümler, toplumsal boyutta ortaya çıkan görünüşler, bireysel dindarlığın etkileri bu konuda temel göstergeler olarak kabul edilebilir. Ne var ki temel bir belirleyici olarak aile, evlilik ve boşanmaya atfedilen dinsel/mezhepsel anlayışlar ve ön kabuller belirgin farklılaşmalara neden olmaktadır. Katoliklerde boşanmanın yasak olması Katolik nüfus içerisinde boşanma oranlarını düşürücü bir etkiye sahipken; Protestanlardaki serbestiyet boşanma oranlarını bu nüfus içerisinde arttırmaktadır. İslam'da evlenmenin teşvik edilmesi ve övülmesi, boşanmanın ise tasvip edilmemesi ve yerilmesi boşanma oranlarının daha düşük olması ile ilişkilendirilebilir. Ayrıca dini anlayışlar ve tutumlar boşanmayı gerek önleyici gerekse kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olabilmektedir. Bütün bunlarla birlikte evliliğin sürekliliği ve dayanıklılığı, evlilikten duyulan doyum/mutluluk ve bunların din ile ilişkisi de boşanma oranlarında belirleyici olabilmektedir.

Şüphesiz dini ve manevi değerler, toplumu bir arada tutan en güçlü faktörlerden birisidir (Ü. Günay, 2010, ss. 346-347). Bununla birlikte din ve maneviyatın ailenin dolayısıyla evliliğin temel dinamiklerini ve devamını güçlendirici bir yönü vardır (Yapıcı, 2007, ss. 57-70). Buna göre din, ailenin şekillenmesinde ve aile bağlarının güçlenmesinde etkilidir. Belirtildiği üzere dinlerin bu konuda oldukça fazla mesajı vardır (Mahoney, 2013, s. 369). Veriler günümüzde dine ve aileye verilen önemin arttığı yönündedir (Arslantürk & Amman, 2013, ss. 315-321).

Tablo 1: Ülkelere Göre Dinin ve Ailenin Önemi

Ülkelere Göre Dinin ve Ailenin Önemi		
Ülke	Din (%)	Aile (%)
Nijerya	91	96
Türkiye	83	97
ABD	51	95
Arjantin	37	87
Japonya	7	91
İspanya	25	82
İsveç	10	90

Dinin mutlu/başarılı bir evlilikle ilişkisi nedir sorusundan hareket eden araştırmacılar, dinlerin çoğunlukla aile değerlerini ve evlilik birliğini koruyucu bir etkiye sahip olduğunu; boşanmaya ve evlilik dışı cinselliğe ise karşı olduğunu açıklamaktadırlar (Argyle, 2000, s. 113). Bununla birlikte dindar insanların dindar olmayanlara göre daha mutlu bir evliliğe sahip olduğu ve bu kişilerin boşanma olasılıklarının daha düşük olduğu iddia edilmektedir (Argyle & Beit-Hallahmi, 2015, s. 118).

ABD’de dini bağlılık bildirmeyenlerde boşanma oranı %45 iken, bu oran Katoliklerde %27, Liberal Protestanlarda %31’dir. Bunlara karşın Yahudilerde bu oran %47’dir. Mormon, Mennonit, Hutterit gibi gruplarda ise en düşük boşanma oranları kaydedilmiştir (Argyle, 2000, s.113). Bir başka çalışmada ise evlilikleri kötü gittiğinde Katoliklerin yalnızca yüzde 5’inin boşanmaya başvurdukları ve buna karşılık olarak da İngiltere Kilisesi üyelerinin ise yüzde 32’sinin bu yola başvurduğu bulgulanmıştır. Benzer bir şekilde, dini bir art alandan gelenlerin yalnızca yüzde 14’ü için boşanma olası bir durumken, dini olmayan bir art alandan gelenlerin yüzde 37’sinin bu eğilimi gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca 700 kişinin fikirlerinin faktör analizine tabi tutulduğu bir araştırmaya göre; kolay boşanma kanunlarını onaylamakla çeşitli dini önermelerle aynı fikirde olmak arasında yüksek bir olumsuz ilişki olduğu tespit edilmiştir (Argyle & Beit-Hallahmi, 2015, s. 215). Bunlarla birlikte kiliseye devam/katılım ile boşanma oranlarının da ilişkili olduğu bulunmuştur. Heaton ve Call (1995) beş yıl boyunca 4587 çift üzerinde ayrılıkları incelemişlerdir. Sonuçta kiliseye düzenli katılımın evlilikteki sürekliliğin en iyi göstergesi olduğunu tespit etmişlerdir (akt. Argyle, 2000, s. 114).

Diğer taraftan mutlu evlilik veya evlilik uyumu ile ilişkili faktörler bazı araştırmacılar tarafından incelenmiştir. Dini değişkenlerin de dâhil edildiği tüm çalışmalarda, daha

dindar insanların evliliklerinin daha mutlu olduğunu iddia ettiği tespit edilmiştir (Argyle & Beit-Hallahmi, 2015, s. 217). Eşler benzer inançlara sahip olduğunda, manevi inançları ve pratikleri paylaştıklarında ilişkilerini geliştirdikleri, daha fazla kişisel esenlik ve daha fazla ilişki doyumu yaşadıkları; daha az suiistimal ve daha az boşanma ihtimali ile karşılaştıkları bildirilmiştir (Walsh, 2009, s. 21).

Marks, 76 kişi ile yaptığı mülakatlarla dini aidiyetin, dinsel pratiklerin ve manevi inançların, üç semavi dinin müntesipleri açısından etkilerini araştırmıştır. Sonuçta bu üç özelliğin evliliği desteklemek, evliliğin sürekliliğini ve dayanıklılığını sağlamak noktasında merkezi bir role sahip olduğunu tespit etmiştir. Dini iletişim, dini toplantılara katılım ve dini hizmetler, dualar (kişisel, çift ve aile), ritüeller (ör. Şabat yemeği, pazartesi akşamı toplanmaları, Ramazan vs.), kutsal metinleri okumak (Kur'an, Tevrat, Yeni Ahit vb.), evlilik sadakat ve güven gibi paylaşılan inanç öğeleri evliliği anlamlı kılan dinsel özellikler olarak sıralanmaktadır. Evlilikte dindarlığın; çiftlerin kendisini iyi hissetmesine, ruhsal açıklarını doyurmaya vesile olabildiği gibi dinin/dindarlığın; ailenin zor zamanlarla baş edebilmesi için bir motivasyon kaynağı olabildiği, aynı zamanda yaşanan çatışmaları yatıştırıcı etkiye sahip olduğu, nesiller arası bağlantıyı kolaylaştırdığı, aile yakınlığını, bütünlüğünü ve dayanışmasını teşvik ettiği, ortak bir geçmiş inşa ettiği, evliliğe ve aileye ilişkin bir anlam ve değerler dünyası sunduğu, çağın aşındırıcı değişimlerine karşı koruyucu olduğu, kişilere rahatlık hissi ve bağlanma duygusu verdiği, ortak bir vizyon sunduğu, fiziksel, zihinsel ve ruhsal anlamda onları daha sağlıklı kıldığı, hatta alkol ve madde bağımlılığından kurtulmalarına vesile olduğu vurgulanmaktadır. Ancak sosyal hayat ile dini idealler arasındaki çatışmalar, dini topluluk ve din görevlileri ile olumsuz ilişkiler, eşler arasındaki inanç farklılıkları, dini ritüellerin ve hizmetlerin zaman ve para gerektirmesi, bağımlılık ve “ötekine” karşı önyargılar din ve evlilik ilişkisi bakımından sorunlara neden olabilecek riskler olarak dile getirilmektedir (Marks, 2005, ss. 92-108). Bunların yanı sıra din değiştirme ve boşanma arasında olumsuz bir ilişki olduğu, otuzundan sonra ani din değişimlerinde boşanma ihtimalinin ve evlilik sorunlarının arttığı, bunun da çoğunlukla ebeveyn güvensiz bağlanma ile ilgili olabileceği (Argyle, 2000, s. 16), ayrıca çocukluğunda sert bir dini eğitim alanların cinsel sorunlar yaşama olasılığı nedeniyle de evlilikte problemler yaşayabileceği ifade edilmektedir (Argyle & Beit-Hallahmi, 2015, s. 218).

Ayrıca farklı inançtaki insanların birbiri ile yaptığı evlilikler incelendiğinde boşanma oranlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Amerika'da karma evlilikler¹⁷ üzerine yapılan bir araştırmada Protestanlar ve Katolik çiftlerden oluşan evliliklerde Protestan ya da Katolik olan çiftlere göre boşanma oranının yaklaşık iki kat daha fazla olduğu bulunmuştur. Boşanmalarda en kötü oranlar ise Katolik-Mormon evliliklerinde kaydedilmiştir. Yahudilerle ya da Mormonlarla yapılan tüm karma evliliklerde de boşanma oranlarının yüksek olduğu vurgulanmıştır. Bununla birlikte eşlerden biri diğerinin inancına geçerse boşanma ihtimali azalmaktadır. Ancak şunu da belirtmek gerekir ki karma evliliklerle ortaya çıkan bu problem sadece dinsel inançlarla ya da pratiklerle ilgili değildir: burada evlilikle ilgili farklı ideallerin, çocuk yetiştirme tarzının, para, iş ve diğer sorunların da hesaba katılması gerekmektedir (Argyle, 2000, s. 114).

Şüphesiz bu konuda hesaba katılması gereken başka pek çok faktör ve neden vardır. Gerek dünya çapında gerekse ülkemizde yapılan çok sayıda çalışmada boşanma olgusu nedenleri ile birlikte anlaşılmaya çalışılmıştır. Boşanma tek bir nedenle açıklanamayacak kadar karmaşık bir yapı arz etmektedir. Çünkü evliliğin kuruluşundan sonlanmasına kadar pek çok değişken söz konusudur. Sosyal, kültürel, ekonomik ve psikolojik birçok faktör ve neden boşanmada etkilidir (Demirkan vd., 2009, ss. 2, 106). Aşağıda bunlardan bazıları açıklanmaya çalışılacaktır.

1.2. Boşanmaya Etki Eden Psiko-Sosyal Faktörler ve Boşanma Nedenleri

Boşanmaya etki eden faktörler ve boşanma nedenlerine ilişkin açıklamalar çok çeşitlidir ve bakış açısına göre değişiklik göstermektedir. Burada ilk olarak genel anlamda boşanmaya etki eden bireysel, çevresel, ilişkisel ve ekonomik faktörlerden bazılarının açıklanması hedeflenmiştir, ardından doğrudan ya da dolaylı olarak daha somut anlamda boşanmaya sebep olan/olabilecek olgusal konulara yer verilmiş, yasalarca boşanma sebebi olarak tanınan/vazedilen fiillere/kusurlara değinilmiştir. *Faktör* başlığı

¹⁷ Bu tür evliliklere gruplar arası evlilik de denilebilmektedir. Gruplar arası evlilikler genel olarak dinler arası, ırklar arası ve etnik gruplar arası evlilikler gibi farklı alt başlıklarda incelenebilmektedir. Bu konuda ülkemizde çok fazla çalışma bulunmamaktadır. Bunlar; Gündüz-Hoşgör ve Smits'in (2002) Türk-Kürt evlilikleri üzerine yaptıkları çalışma, Çatlı'nın (2008) İstanbul ve Nevşehir'deki Alevi-Sünni evliliklerini incelediği yüksek lisans tezi ve Balkanlıoğlu'nun (2011) Alevi-Sünni evlilikleri ile bu evliliklerin etkilerini incelediği çalışmalarıdır (Bakınız; Balkanlıoğlu, 2012, s. 165).

ile ifade edilenler boşanma bakımından risk faktörleri olarak görülebilir, ikinci olarak belirtilenler yani *nedenler* ise boşanma için daha somut düzeyde ortaya çıkan gerekçeler olarak düşünülebilir.

1.2.1. Bireysel Faktörler

Literatüre bakıldığında boşanmaya etki eden bireysel faktörler olarak genetik, cinsiyet, yaş, kişilik ve kişilik bozuklukları, bireyin eğitim düzeyi gibi öğeler ön plana çıkmaktadır.

1.2.1.1. Genetik

Genetik, doğrudan veya dolaylı olarak boşanmaya etki etmektedir. McGue ve Lykken (1992) ikiz örneklem üzerinde yaptığı çalışmada genetik faktörlerin boşanma ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Boşanmış ailelerden gelenler boşanmaya genetik yatkınlık gösterebilmektedir ve boşanmış ailelerden gelen çiftlerin ilişkilerinde psikolojik sorunların ortaya çıkma ihtimali daha yüksektir. Ayrıca genetik; kişilik özelliklerini, davranış kalıplarını, duygudurum bozukluklarını da etkilemektedir (Jocklin, McGue, & Lykken, 1996, s. 288). Çoğu zaman göz ardı edilse de açık bir şekilde, genetik faktörler hem ebeveyn depresyonuna hem de çocukların psikolojik sorunlarına katkıda bulunan bir etkidir. Boşanma gibi ağır dönemlerde bu sorunların etkisinin daha açık bir şekilde ortaya çıktığı, alevlendirici etkiye sahip olduğu bildirilmiştir. Ayrıca, boşanma için önemli bir gerekçe olarak ortaya çıkan anti-sosyal eğilimler doğrudan kalıtımla ilişkilendirilmiştir (Emery, 2013a, s. 114).

1.2.1.2. Kişilik ve Kişilik Bozuklukları

Kişilik, boşanma için önemli bir risk faktörüdür (Jocklin vd., 1996, s. 289). Burada kişiliğin iki tür etkisinden söz edilebilir. İlk olarak kişilik, tıpsel ayrımlarda boşanma için risk oluşturmaktadır. İkincisinde ise, kişilik; sağlıklı özellikleri (kişilik bozuklukları) ile ilişkinin sorunlu hale gelmesine ya da sorunlu olarak görülmesine ve boşanma için bir gerekçe olarak ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Dolayısıyla kişiliğe bağlı davranış tarzları ve kişilik bozuklukları boşanmalarda ciddi bir etken olarak ortaya çıkmaktadır.

Kişilik, eşler arasındaki uyumsuzluğun/uyuşmazlığın ana nedenlerinden birisidir. Daha başlangıçta eş seçiminde aşırı bağımlılık, aşırı bağımsızlık, kararsızlık, paylaşma

duygusundan yoksun olmak, aşırı üstünlük isteği gibi olumsuz kişilik özellikleri başarılı bir evliliği riske sokmaktadır (Salman & Uzunboylu, 2011, ss. 31-50). Bu tür uyuşmazlıklar yaşam tarzı, tüketim alışkanlıkları, cinsel davranışlar, dini yaşayış, siyasi görüş gibi kişisel tercihlerde kendini göstermektedir. Battal'ın yaptığı kapsamlı çalışmada boşanma aşamasına gelen toplam 722 anlaşmazlığın 478'inde çeşitli mizaç uyumsuzluklarının eşler arasındaki anlaşmazlıkların sebebi olarak görüldüğü bulunmuştur. Battal'a göre bu ölçüde yüksek bir oranın ortaya çıkmış olması eşlerin birbirlerini yeterince tanımadan evlilik yapmaları sonucunda sağlıksız bir ilişkiye sahip olmaları ile ilgilidir (Battal, 2008, ss. 123-124). Bunun yanı sıra olumsuz kişilik özellikleri evliliğin devamını etkilemekte ve evlilikte başarısızlığa yol açmaktadır. Bu özelliklerin bazıları şöyledir; asla tatmin olmayan tipler, mülkiyetçi ve tekelci tipler, çabuk öfkelenenler, sebatkâr olmayanlar, üstünlük iddiasında olanlar, aşırı titiz tipler ve flört etmekten hoşlanan tiplerdir (Nazlı, 2016, s. 405).

Boşanmaya etki eden bir başka sorun ise kişilik bozukluklarıdır (Emery, 2013a, s. 113). Kişilik bozukluğu,¹⁸ süreklilik arz eden ve bireyin kendi kültürü hilafına, beklenenden önemli ölçüde sapmalar gösteren bir iç yaşantılar ve davranışlar örüntüsüdür. Ergenlik ya da genç erişkinlik yıllarında başlayan bu sorun zamanla bireylerde kalıcı olmakta ve sıkıntıya ya da işlevsellikte bozulmaya neden olmaktadır. Herkeste çeşitli biçimlerde görülebilecek bir takım kişilik özelliklerinin, kişilik bozukluğu olarak nitelendirilebilmesi için, bunların esenlikten/sağlıktan yoksun ve uyum bozucu olması, işlevsellikte belirgin bir bozulmaya ya da kişisel problemlere neden olması gerekmektedir. Değişmeyen bu tutum ve davranış kalıpları şu alanlarda kendini göstermektedir: 1- Düşünce farklılıklarında (kişinin kendisini, başkalarını ve olayları yorumlama biçiminde), 2- Duygulanım farklılıklarında (duygusal tepkilerin görülme aralığı, yoğunluğu, değişkenliği ve uygunluğu), 3- İnsanlar arası ilişkilerde yaşanan zorluklarda, 4- Dürtülerini kontrol etmekte yaşanan zorluklarda. Kişilik bozukluğu yaşayan bireyler, normal bireylere göre kimlik bütünlüğü, savunma mekanizmaları ve

¹⁸ DSM (*The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*), tanı ölçütlerine göre, kişilik bozuklukları üç ana grupta sınıflandırılmaktadır. (A) Paranoid Kişilik Bozukluğu, Şizoid Kişilik Bozukluğu, Şizotipal Kişilik Bozukluğu; (B) Antisosyal Kişilik Bozukluğu, Sınırdaki Kişilik Bozukluğu, Histriyonik Kişilik Bozukluğu, Narsistik Kişilik Bozukluğu; (C) Çekingen Kişilik Bozukluğu, Bağımlı Kişilik Bozukluğu, Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu. Bunlardan A ve B kümeleri daha çok sınırdaki kişilik örgütlenmesi gösterirken, C kümesi daha çok nevrotik örgütlenme gösteren bireyleri içermektedir.

gerçeği değerlendirme yetisi bakımından farklılaşmaktadırlar (D. Şahin, 2009, ss. 45-46).

Eysenck tarafından evli veya boşanmış kadın ve erkeklerden oluşan toplam 1500 kişiden oluşan örneklem kişilik özellikleri açısından incelenmiştir. Evliler ile kıyaslandığında boşananlar arasında psikotik ve nevrotik (anormal) kişiliğe sahip olanların daha yaygın olduğu ve bunun kadınlar arasında daha fazla ortaya çıktığı bulunmuştur. Aynı çalışmada bir başka kişilik tipi olan dışadönüklüğün de boşanma ile ilişkili olduğu ve erkekler arasında daha fazla görüldüğü tespit edilmiştir (Eysenck, 1980, s. 1235).

Collange nevrotik (anormal) özelliklerin hâkim olduğu evliliklerde ortaya çıkması muhtemel sorunlu davranış kalıplarından yola çıkarak nevrotik tipteki eşleri ve evlilikleri tasnif etmiştir (Collange, 1997, ss. 64-65);

- Eşinin kendisini kasıtlı ve sistemli olarak aldattığına inananlar.
- Kendi kişilik bozukluklarının bir yansıması olarak yerli/yersiz kıskançlık gösterenler.
- Eşini terk etmek için bahane arayan sinirli ve öfkeli yapıdaki tipler.
- Cinselliği sorunlu hale getirenler.
- Saplantı haline gelmiş evlilik korkusu olanlar ve boşanma yoluyla kendine bir sığınak arayanlar.
- Şefkat ve sevgi gösteremeyen tipler (soğukluktan zihinsel bozukluğa kadar).
- Kendi benzeri bir eş seçerek narsist bir ilişki kuranlar.
- Eşini aşağılamak amacıyla sürekli olarak onu üçüncü kişilerle karşılaştıranlar.
- Saldırganlığını deşarj etmek için eşini hedef haline getirenler.
- "Kurtarıcı" kompleksine girenler. (Evli iken de boşanırken de bu tipolojideki kişilere rastlamak mümkündür. "Seninle evlenmeseydim, halin ne olurdu", "en iyisi seni bırakmam, senin iyiliğin için yapıyorum bunu, sana layık değilim ben.")
- Nevrotik bir tutkuya dayalı olarak yapılan evlilikler. (Örneğin bir erkekle değil bir sosyal statüyle evlenen kadınlar).
- Kızgınlıkla yapılan evlilikler (madem o beni terk etti, ben de hemen bir başkasını bulur evlenirim).
- Mazoşizmin temel dürtü olduğu evlilikler.

Burada belirtmek gerekirse kişilik bozuklukların yanı sıra ruhsal bozukluklar boşanmalar için önemli bir sorundur. Boşanmış eşler üzerinde karşılaştırmalı olarak yapılan bir araştırmada boşanmış erkeklerde evli erkeklere göre beş kat yüksek oranda, boşanmış kadınlarda da evli kadınlara göre üç kat yüksek oranda ruhsal bozukluk saptanmıştır. Ruhsal dengeleri yerinde olmayan eşlerin evliliği sağlıklı bir şekilde yürütebilmesi zordur, bu kişiler için boşanma daha olası ve daha örseleyicidir (Yörükoğlu, 2007, s. 108).

1.2.1.3. Cinsiyet

Kadın ve erkek ilişkilerinde yaratılış bakımından farklılıklar söz konusudur. Kadın ve erkeklerin mizaçları ve eğilimleri birbirinden farklıdır (Tarhan, 2005, ss. 214-215). Erkeklerle göre kadınların karşı cins hakkında bilişsel olarak daha fazla çaba sarf ettikleri, başka bir deyişle ilişki üzerine daha fazla bilişsel çaba harcadıkları bildirilmektedir. Türkiye'de her iki cinsiyete ilişkin beklentiler ve değerler konusunda yapılan araştırmalarda, evliliğin kadınlar için daha önemli olduğu ve kadınların işlerinden çok ailelerine öncelik verdikleri saptanmıştır. Boşanmada ise sorun olarak ortaya çıkan meselelerin kadınlar tarafından daha fazla önemsendiği belirtilmiştir (Hortaçsu, 1991). Bunlarla birlikte kadınların erkeklerden daha fazla ilişki sorunlarının farkına varma ve bunları tartışmaya açma potansiyeline sahip olduğu, boşanma konusuna (ya da boşanmayı başlatmaya) erkeklerden daha yakın olduğu belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda kadınların boşanma gerekçesi olarak belirttiği maddelerin erkeklerden daha fazla olduğu belirlenmiştir (Amato & Previti, 2003, s. 603).

İstanbul'da yapılan bir araştırmada çeşitli ilçelerdeki yılın ilk üç ayında açılmış 240 boşanma dava dosyası incelenmiştir, bu dosyalardan 150'sinde kadınlar, 90 dosyada ise erkekler davacı olmuştur. Bu dosyaların en az %10'unun şiddet ile ilgili olduğu tespit edilmiştir. Burada önemli noktalardan biri kadınların evlilik ilişkisinde mağdur pozisyonunda yer alması ve özellikle kadına yönelik şiddetin kurbanları olmasıdır. Kadınların aile içi şiddete maruz kalması boşanma için önemli bir gerekçedir. Birçok kadın uğradıkları duygusal, fiziksel ve cinsel şiddet sonucunda boşanmak için müracaat etmektedir (A. Sezen, <http://www.bilka.org.tr>).

1.2.1.4. Yaş

Yaş, boşanmada belirgin bir faktördür. Emery tarafından ABD (1992) nüfus verilerinden yola çıkılarak yaş ile boşanmanın ters ilişkili olduğu savunulmuştur. Buna göre evlilikte boşanma riski yaşla birlikte düşmektedir. Öyle ki 20 yaşından önce evlenen kadınlarda boşanma oranı 30 yaşından sonra evlenen kadınlara göre iki ila dört kat fazladır (Emery, 2013a, s. 18). Ülkemizde belirtilen yaş aralığında bu ilişki tam tersidir yani boşanma yaşı orta yaşlarda yaş ile birlikte artmaktadır. Bu verilere göre boşanmaların çoğunluğu orta yaşlarda gerçekleşmektedir. Demirkan ve diğerlerinin 1200 kişi ile yaptığı araştırma sonuçlarına göre boşanmaların %43'ü 26-35 yaş arasında gerçekleşmektedir. Bunu %34 ile 36-45 yaş grubu izlemektedir. Yani boşanmaların %77'si orta yaşlarda gerçekleşmiştir. Daha genç yaşlarda (21-25 yaşlar) ise bu oran %10 olmuştur (Demirkan vd., 2009, s. 30).

Ayrıca yaş faktörüne ilişkin önemli bir sosyal problem erken yaşlarda yapılan/yaptırılan evliliklerdir. İletişim becerilerinin, rollerin, beklentilerin farkında olmadan erken yaşlarda kurulan sağlıklı bir ilişki eşlerin mutsuz olma ihtimalini arttırmakta ve evliliğin boşanmayla sonuçlanmasını güçlendirmektedir (Duran & Hamamcı, 2010, s. 88).

1.2.1.5. Eğitim Düzeyi

Evliliğin devamını ve boşanmayı etkileyen faktörlerden bir diğeri de eğitim düzeyidir. ASPB'nin 2014 yılında boşanma nedenlerine ilişkin yaptığı araştırmada Boşanmış kişilere en son bitirdikleri okul sorulmuştur; katılımcıların yarısından fazlası (%53) eğitimsiz ya da ilköğretim mezunudur. %29'u lise ve dengi okul, %17'si yükseköğretim mezunudur. Kadınların eğitim düzeyi erkeklere göre daha yüksektir; kadınlar arasında yükseköğretim mezun oranı %20 iken erkeklerde bu oran %18'dir, lise ve dengi okul mezuniyet durumu kadınlarda %32 iken erkeklerde %28'dir. Eğitimsiz ve ilköğretim mezunlarının oranıysa kadınlara kıyasla erkeklerde daha yüksektir (ASPB, 2014, s. 54).

Eğitimin boşanmaya etkisi karmaşık ve değişkenlik gösteren bir olgudur. Genel kanı düşük eğitim düzeyinin boşanma olasılığını arttırdığıdır ancak son yapılan araştırmalar kadının ve erkeğin eğitim düzeyine göre boşanma olasılığının değişkenlik gösterdiğine yöneliktir. Ayrıca eğitim düzeyinin etkisi ülkeler/bölgeler arasında da farklılaşmaktadır (Emery, 2013b, s. 409).

Bir yönüyle eğitim, bireylerin sosyal statülerinin kaynağını sağlamaktadır. Erkek açısından düşünüldüğünde eğitim seviyesinin yüksek olması, ailenin maddi olanaklarının ve dolayısıyla yaşam standartlarının da yüksek olması anlamını taşımaktadır. Dolayısıyla erkeğin yüksek eğitim seviyesi boşanma riskini azaltmaktadır. Kadının eğitim seviyesinin yükselmesi ise, evlilik ilişkisinin sorgulanmasını sağlayan ve boşanmayı kolaylaştırıcı bir etken olarak değerlendirilmektedir (Sucu, 2007, s. 28). Erkeğin eğitim seviyesinin artması ile genel yanlış davranışlar (aile sınırlarını dışarıya verme, kötü alışkanlıklar, evliliğe akraba müdahalesi) azalsa da uyumsuzluktan kaynaklanabilecek anlaşmazlıkların arttığı da belirtilmektedir (Salman & Uzunboylu, 2011, s. 55). Bununla birlikte kadınların eğitim düzeyi yükseldikçe evlenme yaşının yükseldiği bildirilmektedir. Eğitim düzeyi yüksek kadınlar çoğunlukla eş seçimine kendileri karar vermekte, aile içindeki görevini farklı şekilde algılamakta ve eşlerinin kararlarına katılma oranları yükselmektedir (Duran & Hamamcı, 2010, s. 89).

Eğitim düzeyi yükseldikçe eşitlikçi tutuma sahip olma da tutarlı biçimde yükselmektedir. Eğitim, işlevsel olarak toplumsallaşma ve toplumun kültür mirasının birikimi ve aktarılmasıyla cinsiyetçi bakış açısının kazanılmasına hizmet eden bir unsurdur. Kadın ve erkeğin eğitim düzeyi arttıkça cinsiyet rollerine ilişkin beklentiler geleneksellikten uzaklaşmaktadır. Geleneksel yaklaşımın devam ettiği toplumlarda ise kadından daha eğitilmiş olan erkeğin daha fazla sorumluluk alması beklenmektedir (Salman & Uzunboylu, 2011, s. 54).

1.2.2. Çevresel Faktörler

Boşanmaya etki eden çevresel faktörler düşünüldüğünde kültürel aktarım, toplumsal değişim, yakın çevre ve akrabalar, medya gibi öğeler öne çıkmaktadır.

1.2.2.1. Kültürel Aktarım

Boşanmanın nesiller arasında aktarımına ilişkin şu hipotezler ileri sürülmüştür. Boşanmış ailelere mensup bireyler; (a) ailelerinden yakın ilişkilerde aşırı bağımlılık ya da zayıf çatışma çözümüleme becerileri gibi sorunlar getiriyor olabilirler; (b) boşanmanın yarattığı yaşam koşulları nedeniyle (örneğin düşük sosyo-ekonomik düzey, aile evinden erken ayrılma, erken cinsellik ya da erken evlilik) daha az tercih edilen ya da kendini ilişkiye daha az adayın eşler seçiyor olabilirler; (c) boşanmanın mutsuz evlilikler için kabul edilebilir bir çözüm olmasına yönelik daha liberal bir tutuma sahip olabilirler.

Kişilerarası sorunların nesiller arası riskte aracı rol oynadığını destekleyen bulgular ortaya koyulmuştur; ancak bu riskin sosyo-ekonomik faktörlerle mi ya da evliliğe/boşanmaya yönelik tutumlarla mı ilgili olduğu açık değildir. Bununla birlikte her iki eşin de boşanmış ailelerde büyümüş olduğu durumlarda boşanma riskinin çarpıcı biçimde arttığı bildirilmiştir. Kültürel aktarım faktörü karşı cinse yönelik davranışlarda belirleyici olduğu gibi cinsellik ve eş seçimine de etki eden bir öğedir. Erken cinselliğin (sevgiyi bulmak için yapılan erken girişimlerin) bir uzantısı olarak, ebeveynleri boşanmış kadınların daha erken yaşta evlendiği; evlenme tarihinde hamile olma ve daha önce boşanmış bir ilk eşi olması ihtimalinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Boşanmayı daha kabul edilebilir bulan tutumlar da kültür faktörü ile ilgilidir. Ebeveynleri boşanmış gruptaki genç yetişkinler, boşanmanın kabul edilebilirliğine yönelik nispeten daha liberal görüşler ifade etmektedirler (Emery, 2013a, ss. 63-64).

1.2.2.2. Toplumsal Değişim

Günümüzde boşanmalar daha sık rastlanır hale gelmiştir, bunda toplumsal değişimin etkisi vardır (Giddens, 2012, s. 264). Bu görüşe göre; boşanma oranlarındaki artış toplumsal değişimin/doğal bir sonucudur. Buna göre; tarım-sanayi-bilgi çağının toplumsal değerleri birbirinden farklıdır, bu farklılaşma toplumun en küçük birimi olarak aileyi de etkilemiştir (Nazlı, 2016, s. 415). Özellikle sanayileşme ile birlikte ailenin kuruluşu ve aile içi ilişkiler değişmiştir. Sanayileşmeden sonra akrabalık sistemine bağlı kapalı toplum değişime uğramıştır, akraba içinden ve dar çevreden yapılan evlilikler azalmıştır. Ayrıca eş seçiminde ailelerin rolü de azalmıştır. Anlaşarak tanışarak evlenmek yaygınlaşmıştır. Evli çiftler, az çocuk istemektedir. Bütün bunlar boşanma oranlarını artıran etkenler olarak görülmektedir (Yıldırım, 2004, s. 63).

Yörükoğlu'na göre ise toplumsal ve kültürel değişim ile birlikte gelen yeni özgürlük anlayışı geleneksel görev ve bağlılık duygularını zayıflatmıştır. Dinsel kurumların evlilik üzerindeki baskısı azalmıştır. Bunların bir yansıması olarak boşanan eşlere toplum daha hoşgörülü davranmaya başlamıştır ve boşanmayı kolaylaştırıcı yasal düzenlemeler yürürlüğe girmiştir.¹⁹ Bunların yanı sıra kentleşme, gebeliği önleyici

¹⁹ “1793 yılında Fransız Devrimi boşanma konusunda son derece laik bir yasa çıkardığı zaman (şimdiki karşılıklı anlaşarak boşanma yasasının ilk şekli), Parisli çiftlerin boşanmak için Belediyenin önünde

yöntemler, kadın hakları, eğitim düzeyinin yükselmesi, cinsel yasakların azalması geleneksel değerleri ve bağları zayıflatıcı ve boşanmayı arttırıcı etkenler olarak ortaya çıkmıştır (Yörükoğlu, 2007, ss. 103-106, Ayrıca bakınız; Collange, 1997, ss. 31-45)

Toplumsal değişim, bireylerin evliliğe dair beklentilerini de değiştirmiştir. Bu noktada özellikle kadınların evliliğe ilişkin beklentilerine vurgu yapılmaktadır. Toplumsal değişim ile birlikte kadınların çalışma yaşamına girmesi kolaylaşmıştır, kadının toplumsal statüsü değişmiştir. Kadınlar ekonomik bakımdan bağımsız hale geldikçe, evlilik kurumu kadın için ekonomik bir güvence olma özelliğini yitirmiştir. Bunlarla birlikte kadınların eşlerine olan bağımlılıkları azalırken evliliğe ilişkin beklentileri artmıştır (Zeybekoğlu, 2009, s. 43).

Toplumsal değişim ile birlikte geleneksel ve modern değerler zaman zaman birbiri ile çatışarak aile içi ve aile dışı kişiler arası ilişkileri olumsuz yönde etkilemektedir ve birçok ailevi soruna kaynaklık etmektedir. Ülkemizde geleneksel ve modern değerlerin iç içe girdiği ve birlikte hareket ettiği geçiş halinde bir aile biçimi hâkimdir. Türkiye’de aile yapısı, köy ve kent düzeyinde biçimsel açıdan modern ailenin bir özelliği olarak ortaya çıkan çekirdek aile niteliğinde iken, aile içi ilişkiler açısından ise geleneksel toplumun bir özelliği olarak geniş aile tarzındadır (Ayan, 2010, ss. 91-92).

1.2.2.3. Yakın Çevre ve Akrabalar

Boşanmalarda yakın çevre ve akrabaların olumsuz etkisi söz konusudur. Özellikle eşler arasında problemin ortaya çıkması ya da büyümesi, akraba ve arkadaş çevresinin, herhangi bir sebeple, kasıtlı veya kusurlu davranışlarından ya da yönlendirmelerinden kaynaklanabilmektedir. Bu tarz bir sorunda farklı varyasyonlar olabilmektedir. Örneğin eşlerden birinin kendi kanaatine göre yanlış bulduğu davranışları yapan akraba ya da arkadaş diğer eş tarafından bir anlamda sahiplenilmekte ve savunulabilmektedir. Akraba çevresinin olumsuz etkisi, çoğunlukla eşlerden birinin kendi akrabalarının aile içerisine müdahalesine göz yumması şeklinde de gerçekleşebilmektedir. Bu olumsuz etki gelinkaynana kavgası şeklinde ortaya çıktığında ise eşler arasında şiddetli çatışmalar yaşanmakta ve sorun daha da ağır bir görünüm kazanmaktadır. Bu durumda eş, kendi

kuyruk oluşturduklarını biliyor musunuz? O yıl başkentte üç evlilikten birinin boşanmayla sonuçlandığı saptandı.” (Collange, 1997, s. 32).

ebeveyni ile eşi arasında kalarak bir tercih yapmaya zorlanabilmektedir (Salman & Uzunboylu, 2011, s. 44). Akrabalarının güdümünde hareket eden eş diğer eşe ve aile ödevlerine karşı olumsuz bir tavır içine girdiğinde ailenin yıpranma ve zarar görme ihtimali artmaktadır. Aslında bu sorunun eşler tarafından evlenmeden önce fark edildiği ancak önemsenmeyerek ileride düzelir umuduyla ötelendiği belirtilmektedir (Sürerbiçer, 2008, ss. 15, 88).

Arıkan tarafından 500 kişi ile Türkiye çapında gerçekleştirilen araştırmada katılımcıların %7.7 oranı, “akrabaların evliliğe müdahalesini” boşanma gerekçesi olarak belirtmiştir (Arıkan, 1996, s. 183). Sakarya’da boşanma sürecindeki 150 kadın ile yapılan bir çalışmada %14 oranında anne-baba müdahalesinin boşanma sebebi olarak ortaya çıktığı bulgulanmıştır (Abalı, 2006, s. 51). İzmir’de yine boşanmış 55 kadın ile yapılan bir çalışmada ise boşanmayla sonuçlanan evliliklerin %24’ünün 1-11 ay, %27’sinin 2-5 yıl arasında gerçekleştiği, bu boşanmalarda kayınvalide-kayınpederin önemli rol oynadığı; akrabalar arasında boşanma oranının yüksek olduğu (55 kadından 32’sinin anne-babası, kardeşleri veya diğer akrabaları boşanmıştır) bulgulanmıştır (Demirkan vd., 2009, s. 17).

Kültürümüzde geniş ailelerin bir özelliği olarak, aile büyüklerinden anne, baba, kayınpeder ve kayınvalide gibi kişilerde eşler arasındaki problemlere müdahale eğilimi fazladır. Tarhan’a göre; aile büyükleri, yeterli olgunluğa sahip değillerse, çocuklar arasında ölçülü ve dengeli davranamıyorlarsa, çocuklarını kendi uzuvlarının uzantıları gibi görüyorsa, onların kimliklerine ve kişiliklerine önem vermiyorlarsa, sınırlarını bilmiyorlarsa, eşlerde özgüven eksikliğine sebebiyet vererek anne-babaya bağımlı davranışları ortaya çıkartıyorlarsa; bunlar, ciddi problemleri beraberinde getirmekte, eşler arasında çatışma ve kopukluğa neden olmaktadır (Tarhan, 2010, ss. 117-119).

1.2.2.4. Medya

Günümüz dünyasında kitle iletişim vasıtaları son derece önemli ve etkili hale gelmiştir. Bugün televizyon ve internet başta olmak üzere iletişim vasıtaları toplumu ve insanî ilişkileri yeniden tanımlayıp toplumu şekillendirmektedir. Günümüz toplumu adeta iletişim araçlarının yönlendirmesiyle yaşayan bir toplum haline gelmiştir (Çayıroğlu, 2016, s. 27).

Kitle iletişim araçları; insanların dünya görüşlerini, tutumlarını, davranışlarını etkilemekte ve onlar için rol modeller oluşturmaktadır. Olumsuz öğeler ve kötü davranışlar medya tarafından üretilmekte ve bir gerçeklik olarak topluma ve insanlara sunulmaktadır (Yenğin, 2010, ss. 76-77). Kitle iletişim araçlarının insan tutum ve davranışları üzerindeki etkisi çok güçlüdür. Medya, toplumsal değerleri dolayısıyla aile yaşantısını ve aile değerlerini de yıpratıcı bir etkiye sahiptir. Popüler dizilerin büyük bir bölümünde boşanma, yalnız yaşama ve “sivil evlilik” diye tanıtılan nikâhsız birliktelikler olağan bir durum gibi gösterilmektedir. Medya, aile kurumuna yönelik riskli oluşumları ve boşanmaları normalleştirme ve sıradanlaştırma eğilimindedir. Medyatik kişiler ve kahramanlar, toplum ve birey için olumsuz rol modeller oluşturmaktadır. Toplumun değerleri, kabulleri ve beklentileriyle örtüşmeyen yayınların ve yaşam şekillerinin özendirilerek sunulması aile kurumunu işlevsiz kılmaktadır (Şentürk, 2008, s. 27). Medyanın sürekli erotizm empoze ettiği, internette her türlü müptezelliğin sergilendiği, müstehcenliğin revaç bulduğu, sürekli arzu ve şehvetlerin tahrik edildiği bir ortamda aile, evlilik, hayâ, iffet, namus gibi kavramların önemini yitireceği, zinanın ve daha başka gayrimeşru ilişkilerin artacağı, ahlâkî değerlerin önemsizleşeceği, dolayısıyla sağlıklı ailelerin vücut bulabilmesinin artık mümkün olamayacağı savunulmaktadır (Çayıroğlu, 2016, s. 38).

Medya ortamlarındaki kadın imgesinin sunumu bu dejenerasyon ve tahribin açık bir göstergesidir. Genel anlamda medyada kadının üç tür yansıması vardır: çalışan kadın, evde kadın ve seks nesnesi kadın. Bu üç gösterimden kadının seks nesnesi ya da cinselliği çağrıştıran bir nesne olarak meta biçimindeki gösterimi en sık karşılaşılanıdır. Böylece kadın imajı artık bir tüketim ve seks nesnesi haline gelmiştir (Özelçi, 2011, s. 589).

SETA tarafından 2 bin 727 kişi ile yüz yüze görüşülerek yaptırılan ”Toplumun Kültür Politikaları ve Medyanın Kültürel Süreçlere Etki Algısı Araştırması” isimli çalışmada; katılımcıların yüzde 39,2’si günde 2 saate kadar televizyon izlediğini belirtmiştir, 4 saatten fazla televizyon seyredenlerin oranı ise yüzde 26,5’tir. Kadınların yüzde 38,1’i, erkeklerin ise yüzde 40,3’ü günde 2 saate kadar televizyon izlemektedir. Katılımcıların yüzde 66,7’si Türkiye’de televizyon yayıncılığının geleneksel inanç ve değerleri zayıflatıcı nitelikte olduğunu ifade etmiştir. Dizilerin gençlere olumsuz rol modeller

sunduğunu düşünenlerin oranı ise yüzde 70,5'tir. Katılımcıların yüzde 78,2'si yerli dizilerin çoğunu konu ve görsel içerik olarak çocukların ruh sağlığı açısından sakıncalı bulurken, Yüzde 68,9'luk kesim televizyonlardaki dizi ve magazin programlarının çocuk ve gençleri genelde kültürel değerlere yabancılaştırdığını söylemiştir. Katılımcıların 79,1'i evlilik programlarının Türk aile yapısını ve evliliği olumsuz etkileyeceğini düşünmektedir; bunların içerisinde kadınların oranı yüzde 76,7'si ve erkeklerin oranı ise yüzde 81,5'tir. Katılımcıların %76,2'si televizyon dizileri ve magazin programlarının Türkiye'de boşanma oranlarının artmasında etkili olabileceğini düşünmektedir (Küçükcan, 2011, ss. 65-118).

Bununla birlikte internet ve sosyal medyanın yaygınlaşması ve yanlış kullanılması da aile ve evlilik kurumunda ortaya çıkan tahribatin en önemli nedenleri arasında sayılmaktadır. Kandırılma ve aldatılma, gayri meşru ilişki yaşama sosyal medya aracılığı ile daha kolay hale gelmiştir. Daha önce Facebook ve Twitter gibi medyaların ilişkilerde yıpranmaya yol açtığı dillendirilirken şimdi ise bu platformun yerini daha çok WhatsApp isimli akıllı telefon uygulamasının aldığı rapor edilmiştir. İtalya'da boşanma ve aile avukatlarının oluşturduğu bir komisyon tarafından hazırlanan rapora göre İtalya'daki evliliklerin yüzde 40'ınının WhatsApp'ın etkisi ile sona erdiği belirtilmiştir (Aydoğmuş, <https://www.teknolojioku.com>; Williams, <https://www.telegraph.co.uk>)

1.2.3. Ekonomik Faktörler

Boşanmalarda ailenin gelir düzeyi, kaynakların yönetimi, işsizlik, toplumun refah düzeyi gibi bir takım ekonomik risk faktörleri söz konusudur. Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırmasına göre (2014) boşanmayla sonuçlanan evliliklerde %43,3 oranında ekonomik sorunların etkili olduğu bulunmuştur (ASPB, 2014, s. 71).

Özellikle ailenin gelir durumu ve işsizlik boşanma için yaygın bir gerekçedir (Cleek & Pearson, 1991, s. 33). Ailenin geliri ve bunun yönetimi eşler arasında temel çatışma alanıdır (Tarhan, 2010, s. 47). Bu konularda eşlerin farklı anlayışta olması ve uzlaşamaması onları boşanmaya götürebilmektedir (Gross & Callahan, 2006, s. 5). Ayrıca erkeğin kazancı ile evlilik bağının sürekliliği arasında anlamlı ve güçlü bir ilişkinin var olduğu iddia edilmekle beraber eşlerin her ikisinin de çalışması sonucunda ailenin ekonomik refahında oluşacak artışın da boşanma riskini azaltıcı yönde etki

yaptığı, ekonomik krizlerin olduğu dönemlerde ise boşanma oranlarının arttığı belirtilmektedir (Çelen, 2011).

İşsizlik ise başlı başına boşanma olasılığını artırıcı bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır. Topbaş ve Kurt, ülkemizdeki 1970-2005 dönemini kapsayan işsizlik ve boşanma verilerini istatistikî yöntem ile incelemişlerdir ve işsizliğin boşanmaya neden olduğunu istatistikî olarak tespit etmişlerdir (Topbaş & Kurt, 2007, ss. 30-31). Sosyo-ekonomik olarak erkeğin işsiz kalması ailede mali sorunları ve buna bağlı olarak aileyi yıpratıcı ve çözücü süreçleri de beraberinde getirmektedir (ASPB, 2014, s. 46).

Ayrıca gelir düzeyi ve doğurganlık arasındaki ilişki de boşanmada etkindir. Doğurganlık, evliliğin sürekliliği ve eşlerin ayrılıp ayrıl(a)mamasında önemli bir özellik olarak kendisini göstermektedir. Geleneksel iş bölümü olan ailelerde ve gelir düzeyi düşük ailelerde doğurganlık yüksek iken boşanma daha azdır. Sanayileşme sonrası işbölümünde çalışma yaşamına giren kadının çocuk doğurmak ve bakmak istememesi (çünkü çoğu modern kadın için çocuk doğurmak iş yaşamını sekteye uğratacak bir tür kopukluk ya da iş yaşantısı ile ortaya çıkan özgürlükleri kısıtlayıcı bir durum ya da bir çeşit geleneksel yaşama geri dönüş anlamı taşıyor olabilir), bunun yerine çalışma yaşamını tercih etmesi doğurganlığı azaltmıştır. Doğurganlık ile ilgili ortaya çıkan bir başka ıralayıcı etken ise boşanma sonrası muhtemel çocuk bakım külfetinin hesap edilmesidir. Çok çocuklu eşler boşanma sonrası çocuk bakımı sorumluluklarını hesap edip kötü bir evliliğe devam ediyor olabilmekle beraber az çocuklu eşler için boşanma daha kolay gerçekleşen bir durum olabilmektedir (Becker, 1993, ss. 19-78).

Boşanma risk faktörü olarak ortaya çıkan bir başka etken ise ülkenin ekonomik anlamda gelişmişlik düzeyidir. Collange, “*normal boşanma* zenginlerin bir lüksü ya da bolluk toplumunun bir ayrıcalığıdır” demektedir (Collange, 1997, s. 38). Giddens ise eskiye nazaran imkânların ve ekonomik olanakların oldukça artmış olduğunu, eşler arasında duygusal bir soğukluk olduğunda ayrı bir hane kurmanın artık daha kolay hale geldiğini ifade etmektedir (Giddens, 2012, s. 264).

Bireyselleşme eğilimleri, artan refah, aşırı tüketim, eşlerin ekonomik bağımsızlığı gibi faktörlerin etkisiyle evliliklerin boşanma ile sonuçlandığı göz önüne alınırsa ekonomik olarak gelişmiş ülkelerde boşanmaların artması olağandır. Batıda boşanma oranı

%70'lere tırmanmıştır. En yüksek boşanma oranına sahip ülkeler ABD başta olmak üzere Litvanya ve Letonya'dır. Avrupa'da hemen hemen her iki evlilikten biri boşanmayla sonuçlanmaktadır. Belçika istatistik kurumunun açıkladığı verilere göre ileride her üç evlilikten ikisi boşanmayla sonuçlanacaktır (Çelen, 2011; Zeybekoğlu, 2009, s. 43).

1.2.4. İlişkisel Faktörler

Evlilik bir ilişki, boşanma da bu ilişkinin sonlanması olarak düşünüldüğünde boşanmaya etki eden ilişkisel faktörler son derece önemli bir etken haline gelmektedir. Bu başlıkta eşler arasında cereyan eden çatışmalar, ilişkinin süresi ve verimliliği, cinsellik ve çocuk varlığı gibi öğeler ele alınmıştır.

1.2.4.1. İlişkisel ve İletişimsel Çatışma

Çatışmanın hemen hemen bunu deneyimleyen insanlar kadar çok nedeni olabileceği belirtilmektedir. Farklı insanlar için farklı şeyler önemlidir, bu nedenle eşler arasında birbirinden çok farklı şeyler hakkında tartışma yaşanabilmektedir. Terapistler, danışmanlık için müracaat eden çiftlerin genel anlamda para, cinsellik ya da akrabalar nedeniyle tartıştıklarını söylemektedir. Daha önce işaret edildiği üzere çatışmaların pek çok nedeni vardır, burada önemli olan nokta çiftlerin farklılıkları nasıl çözdükleri ya da çözemedikleridir (Hendrick, 2009, ss. 142-143).

Evlilikteki çatışmanın ilk sinyalleri daha evliliğin başlarında ortaya çıkabilmektedir. Evliliğin ilk günlerinde birbirlerine hoşgörülle davranan eşler, ilerleyen günlerde birbirlerini inciteceklerini düşünerek sorun olarak gördükleri şeyleri söylemekten kaçınabilmektedirler. Zamanla bu hatalar birikmekte, eşlerin sabrını zorlayıcı bir noktaya gelmekte ve şiddetli kavgalara sebep olmaktadır. Bu noktada eşler barışmak için kendilerinden ödün verebilirler. Ancak bu ödün verme durumu, eşler arasında gelecekteki olası bir çatışmanın tohumu da olabilmektedir (Senin için saçımı süpürge yaptım). Ya da çatışmalar ve iletişimsizlik nedeniyle eşler arasında yabancılaşma başlamaktadır. Zamanla ilişki zorunlu bir birlikteliğe dönüşebilmektedir.(Ateş, 2004, s. 69) Boşanmış eşler arasında büyük bir çoğunluğun evlilik döneminde ciddi ve sürekli çatışma ve tartışma yaşadığı, anlaşmazlıkları çözüme kavuşturamadıkları belirtilmekle beraber, bu kişilerin en yoğun çatışmaları boşanma kararı almadan hemen önceki süreçte yaşadıkları ve akabinde boşandıkları bildirilmiştir (Öngider, 2013, s. 144).

Spesifik anlamda çatışmaya neden olan sorunlar şu maddeleri kapsayabilir;

- Evliliğe ilişkin gerçekçi olmayan mutluluk beklentileri.
- Eşlerin birbirlerinden farklı rol ve beklentilere sahip olmaları (örneğin; kimin yemekleri yapacağına, kimin ev dışında çalışacağına, kararları kimin alacağına dair çatışmalar).
- Evliliğe ilişkin ekonomik sorunlar (örneğin mevcut paranın nereye harcanacağına dair çatışmalar).
- Yetersiz iletişim ve buna bağlı gelişen sorunlar.
- Akrabalara ilişkin sorunlar (özellikle eşlerden birinin ebeveynlerine duygusal ya da maddi açıdan bağlı olmasından kaynaklanan problemler).
- Cinsel problemler.
- Eşler arasında çocukların büyütülmesi ve disiplini ile ilgili görüş ayrılıkları.
- Eşlerden birinin yeni ilgi alanları geliştirmesi, yeni bir ortama dâhil olması veya yeni arkadaşlıklar kurması ve diğer eşin buna uyum sağlayamaması, eşlerin (dışlayıcı tarzda) birbirlerinden farklı yönlerde kendilerini geliştirmeleri.
- Kıskançlık, sadakatsizlik, yerme, boş boş konuşma (dırdır), patronluk taslamak (üstünlük taslama) gibi davranışlar.
- Şüphencilik ve ayrımcılık.
- Boş zamanı kullanmada uyuşmazlık.
- Alkol, uyuşturucu ve madde bağımlılığı.
- Politik görüş ve inançlardaki farklılık (Baran, 2013, s. 20; Özgüven, 2014, s. 119).

Sağlıksız iletişim karı koca arasındaki ilişki bozukluklarında başat bir faktördür (Ergin, 2004, s. 179; Özgüven, 2014, s. 120). İlişkilerdeki problemler sıklıkla hatalı iletişimden kaynaklanmaktadır (Brosan & Todd, 2016, s. 167). Çiftlerin birbirlerine karşı gösterdikleri iletişimin niteliği ilişkinin kalitesini ve niteliğini etkileyen önemli bir etmendir. Evlilik ilişkisinde eşlerin duygu, düşünce ve isteklerini birbirlerine iletmedeki başarısızlıkları sorunlara sebep olmaktadır (Duran & Hamamcı, 2010, s. 88). İletişim tarzı eşlerin kişiliği ile yakından ilgilidir. Her insanın iletişim stili farklıdır. Eşler arasındaki çatışmaların sebebi algı farklılıkları ve kusurlu iletişim tarzından kaynaklanabilir. Kimi, sorunlar karşısında öfkeli davranır, kimi ise inkârcı bir tutum gösterebilir. Yine de aralarında çatışmalı da olsa bir iletişimin varlığı eşler için olumsal

düşünülebilir. Ancak bu boşanma işareti de sayılabilir. Bu noktada eşler arasındaki en büyük sorun iletişimsizliktir. İletişimsizlikte arada bilgi alışverişi yoktur, yoğun yalnızlık duygusu, kabuğuna çekilme ve sessiz bir bekleyiş vardır (Tarhan, 2005, ss. 22-26).

1.2.4.2. Evlilik Süresi

Evlilik süresi ile boşanma arasında ters bir ilişki vardır. Türkiye Aile Yapısı Araştırma (2011) sonuçlarına göre medeni durumu boşanmış olan her beş kişiden birinin evliliğinin 2 yıl ya da daha kısa sürdüğü, her beş kişiden ikisinin evliliğinin 5 yıl ya da daha az sürdüğü tespit edilmiştir. Boşanmış kişilerin yarısının evliliği 8 yıl ya da daha kısa süre devam ettirdiği bulgulanmıştır (ASPB, 2013, s. 200).

ABD istatistikî verilerine göre 1990 yılında boşanmayla sonuçlanan ilk evliliklerin süresi ortalama yaklaşık 8 yılken, ikinci evlilikler için bu değer 5 ila 6 yıl arasında yer almış, üçüncü evlilikler içinse 2 yıldan az olmuştur (Emery, 2013a, s. 20).

Tablo 2: Türkiye'de 2015 -2018 Yıllarında Evlenme, Boşanma ve Evlilik Süresi İstatistikleri

		2015		2016		2017		2018	
		Sayı	(%)	Sayı	(%)	Sayı	(%)	Sayı	(%)
Evlenme (Toplam)		602982	100	594493	100	569459	100	553202	100
Boşanma (Toplam)		131830	100	126164	100	128411	100	142448	100
Evlilik Süresi	1 yıldan az	4814	3,6	4550	3,6	4074	3,2	4205	3
	1 ile 5 yıl	47075	35,7	44816	35,5	45647	35,5	49307	34,6
	6 ile 10 yıl	28384	21,5	26531	21	26599	20,7	29099	20,4
	11 ile 15 yıl	18276	13,9	17833	14,2	18845	14,4	21378	15
	16 ile 20 yıl	14252	10,8	13994	11,1	14229	11,1	15910	11,2
	21 ile 25 yıl	8850	6,7	8779	7	9131	7,1	10602	7,4
	26 yıl ve dahası	9957	7,6	9495	7,5	10107	7,9	11778	8,3
	Bilinmeyen	222	0,2	166	0,1	139	0,1	169	0,1

Yukarıdaki tablo ülkemizde son dört yılda gerçekleşmiş boşanmaları ve bireylerin evli kalma sürelerine ilişkin sayıları ve yüzdelik dilimleri göstermektedir. Buna göre boşanmaların ciddi bir kısmı evliliğin ilk beş yılı içerisinde gerçekleşmektedir. Örneğin 2018 yılında boşanmaların %37,6'sı evliliğin ilk 5 yılı içerisinde gerçekleşmiştir. Bu istatistiklere ait bir diğer dikkat çekici veri ise son üç yıl içerisinde boşanma sayısı

artarken evlenme sayısı azalmıştır. 2018 yılındaki boşanma sayısındaki artış ise ayrıca dikkat çekicidir (TUİK, <http://www.tuik.gov.tr>).

1.2.4.3. Evlilik Doyumu

Evlilik doyumunda beş temel faktör ön plandadır; (1) Eşlerin birbirlerini sevgi ve saygıyla algılamaları, (2) duygusal doyum, (3) etkin iletişim, (4) benimsenen rollerin birbirleriyle uyum ve uzlaşma içinde olması ve (5) etkileşimin miktarı. Bu faktörler olumlu yönde kendilerini gösterdiklerinde evlilik her iki çift için de doyumlu olmakta ve boşanma ihtimali azalmaktadır (Cüceloğlu, 2011, s. 542).

Evlilikten haz duymak ve mutlu olmak yerine sıkıntı hissi arttığında ve yoğunlaştığında evlilik ilişkisinde problemler başlamaktadır. Evlilikte sıkıntı duygusunun neden artmış olduğu ise eşlerin dinamiklerine göre değişiklik göstermektedir. En sık görülen faktörler şu şekilde belirtilmektedir; eşlerin birbirini aşırı ölçüde kontrol etme ihtiyacı, ilişkiyi kimin kontrol edeceği problemi, güç mücadelesi, eşlerin birbiriyle konuşmaması, iletişimlerinin çeşitli nedenlerle kesilmesi, eşlerden birinin ya da her ikisinin duygularında değişme ve eşlerin birbirini artık çekici bulmamasıdır (Dokur & Profeta, 2014, s. 191).

Ayrıca "çok mutsuz olma" boşanma için geçerli bir gerekçe olarak sunulmaktadır/kabul edilmektedir.²⁰ Ülkemizde yapılan araştırma sonuçları bu tür bir kabulün cinsiyete, cinsiyet algısına ve yaşanan bölgeye göre farklılaştığını göstermiştir; Ankara, İstanbul ve İzmir gibi illerde erkekler mutsuz kız çocuğunun boşanmasına %36.4 ile, erkek çocuğun boşanmasına %37.5 oranında olumlu bakmaktadır. Buna karşılık "mutsuz da olsa boşanmamalı" diyen erkekler kız çocuk için yalnızca %11,7, erkek çocuk içinse %10 oranındadır. Doğu ve Güneydoğulu erkekler arasında "mutsuzsa boşanmalı" görüşü kız çocuk için %22,9 erkek çocuk içinse %27,5 oranındadır. "Mutsuz da olsa boşanmamalı" görüşü de kız çocuk için %31, erkek çocuk için %20 oranında dile

²⁰ Giddens'a göre boşanma oranları evlilikteki mutsuzluğun doğrudan bir göstergesi değildir. Çünkü ayrılmış olup yasal olarak boşanmamış insanlar boşanma oranlarına dahil değildir. Bunun da ötesinde mutsuz bir biçimde evli olan insanlar evliliğin kutsallığına inandıklarından ya da ayrılmanın parasal ve duygusal sonuçlarından endişe ettiklerinden ya da çocuklarına bir 'aile' yuvası vermek için birbirleriyle kalmayı zoraki olsa da istediklerinden bir arada kalmayı seçebilmektedirler (Giddens, 2012, s. 264).

getirilmiştir. “Mutsuzsa boşanmalı” diyen kadınlar Ankara, İstanbul ve İzmir’de kız çocuk için %35, Doğu ve Güneydoğuda %17.6 oranındadır. Erkek çocuk için “mutsuzsa boşanmalı” görüşünü savunan kadınlar İstanbul, Ankara ve İzmir’de %36.7, Doğu ve Güneydoğu’da ise %21 oranındadır (Arıkan, 1996, s. 18).

1.2.4.4. Cinsellik

Fiziksel çekicilik, etkileyicilik ve cinsel yaşam evlilikte mutluluğu belirleyen faktörlerden bazılarıdır. Bu etkenlerin en önemlilerinden birisi de hiç şüphesiz cinselliktir. Cinsellikte yaşanan sorunlar evlilik yaşamını olumsuz etkilemektedir. Psikolojik, sosyal ve biyolojik değişkenlerin etkileşimi içinde şekillenen cinsellik, bu bileşenlerin birinde ortaya çıkan bir sorunla ketlenebilmekte ve işlevsiz hale gelebilmektedir. Bu noktada eşlerin birbirleriyle olan iletişimleri, duygu ve düşünce alanında yakınlaşma ve paylaşımları önemlidir. Eşler arasında çatışmalar ya da iletişimsizlik cinsel yaşantıyı/fonksiyonları etkilerken cinsel sorunlar da genel çatışmalara ya da duygusal uzaklaşmalara neden olabilmektedir (Gülsün, Ak, & Bozkurt, 2009, s. 68). Bu konuda farklı değişkenler ve unsurlar vardır; cinsel ilişki sıklığından cinsel yaşamın içeriğine, cinsel gelişimden cinsel bozukluklara bir dizi etken evliliği etkilemekte ve problematik olarak kendini gösterebilmektedir, cinsel problemlerin çözümsüz kalması eşleri boşanmaya kadar götürmektedir (Emery, 2013b, ss. 773-775).

Abalı’nın yaptığı araştırmada, “Boşanmak İçin Başvuran Kadınların Eşleriyle Olan Cinsel Yaşamlarını Boşanma Nedeni Olarak Görme Durumlarını” saptamak amacı ile Ocak 2005 tarihinden itibaren Sakarya Adliyesi 1. ve 2. Aile Mahkemesi’ne boşanmak amacıyla başvuran toplam 150 gönüllü kadına anket uygulanmış; sonuç olarak kadınların eşleriyle olan cinselliklerinin genellikle kötü olduğu ve bu durumun kayıtlara yansımamakla birlikte boşanmayı başlatan önemli faktörlerden biri olduğu tespit edilmiştir. Aynı çalışmada kadınların yaş ortalamasının 32.36, %54.7’sinin eğitim durumlarının ortaokul/lise olduğu ve yarıdan fazlasının (%54) çalıştığı, evliliklerinin 1-5 yıl sürdüğü (%45.4), evlilik ilişkilerini kötü/çok kötü olarak (%44), evliliklerindeki cinselliklerini ise genellikle kötü olarak (%56) değerlendirdikleri ve %56.7’sinin eşlerinden şiddet gördüğü, kendi evliliklerindeki cinselliklerini boşanma nedeni olarak görme oranının %15.3 olduğu, buna karşın kendi dışındaki evliliklerde cinselliği

boşanma nedeni olarak görme oranının %92.7 olduğu, ayrıca kadınların evlilik uyum düzeylerinin çok düşük olduğu bulunmuştur (Abalı, 2006, ss. 8-9).

1.2.4.5. Çocuk

Doğurganlığın ve çocuk varlığının boşanmaya etki ettiği savunulmuştur (Becker, 1993, s. 19). Kısırlık, ailedeki çocuk sayısı, çocukların yaşı boşanmada risk faktörleri olarak ortaya çıkmaktadır. Dünya çapında yapılan araştırmalarda kısırlık, en yaygın boşanma gerekçeleri içerisinde ikinci sırada yer almaktadır (Betzig, 1989, s. 659). İstatistiksel olarak çocuksuz çiftlerin çocuklulara göre boşanma olasılığı 3,5 ile 5,4 kat daha fazladır. Çocuk varlığı boşanmalarda önemli bir etkidir; Avrupa'da 80'nin üzerindeki araştırmanın sonuçlarına göre bir çocuklu çiftlerin çocuksuzlara göre boşanma olasılığının %36 daha azaldığı gösterilmiştir. Çocukları ergenlik döneminde olanların, 0-6 yaş grubunda çocukları olanlara göre boşanma olasılığının daha fazla olduğu, boşanmış ve ardından yeniden evlenmiş bir çift çocuk sahibi olduğunda ise boşanma ihtimalinin azaldığı, önceki evlilikten gelen üvey evlat varlığının ise boşanmaları artırıcı yönde etki ettiği bulgulanmıştır (Emery, 2013a, ss. 20-21, 2013b, s. 205).

Ülkemizdeki araştırmalarda da boşanmada çocuk varlığının önemli bir etken olduğu, çocuklu ailelerdeki boşanma oranının, çocuksuz ailelere göre daha düşük olduğu bulgulanmıştır. 2000 yılı verilerine göre çocuksuz ailelerdeki boşanma oranı %43.85 iken, bir çocuklu ailelerde %25.14, iki çocuklu ailelerde %18.61'tür, üç ve daha fazla çocuklu ailelerde ise boşanma oranının giderek düştüğü kaydedilmiştir. Yani istatistikî olarak Türkiye'deki evliliklerde, çocuk sayısı arttıkça, boşanma oranı azalmaktadır. Yıldırım'a göre bu veriler ülkemiz için olağandır çünkü bunda geleneksel-muhafazakâr aile tipinin etkisi söz konusudur; bu tip bir ailede boşanma tasvip edilmezken çok çocuğa sahip olmak teşvik edilmektedir (Yıldırım, 2004, s. 70).

1.2.5. Olgusal Nedenler

Ülkemizde yasal olarak (22/11/2001 tarihinde kabul edilen 4721 Sayılı) Türk Medeni Kanunu ile boşanma sebebi olarak ortaya çıkabilecek gerekçeler temel başlıklar altında belirtilmiştir. Bu başlıklar pek çok olguyu kapsayıcı niteliktedir. Buna göre; Zina (Madde 161), Hayata kast, pek kötü veya onur kırıcı davranış (Madde 162), Suç işleme ve haysiyetsiz hayat sürme (Madde 163), Terk (Madde 164), Akıl hastalığı (Madde 165), Evlilik birliğinin sarsılması (Madde 166) boşanma için yasal gerekçelerdir.

Tablo 3: Boşanma Sebepleri Sınıflandırması

çocuk bakımı ve yetiştirilmesi	26	%20,16
geçim sıkıntısı	73	%45,34
cinsel ilişki	44	%27,33
kocanın kıskançlığı	47	%29,19
akrabalarla ilişkiler	18	%11,18
kocanın içki ve kumarı	77	%47,83
kocanın karısını dövmesi	86	%53,42
kocanın çocukları dövmesi	41	%30,60
kocanın evlilik dışı ilişkisi	71	%44,10
kocanın bedensel hastalığı	3	%1,86
kocanın ruhsal hastalığı	4	%2,48
kadının bedensel hastalığı	10	%6,21
kadının ruhsal hastalığı	2	%1,24
kocanın fuhşa zorlaması	5	%3,11
diğer (uyuşturucu, terk, suç, vs.)	10	%6,21

Kimi araştırmacılar yasal sınıflandırmayı baz alsalar da kimi araştırmacılar bunları yetersiz bulup kendi tasnifini oluşturmuştur. Örneğin Ankara'da alt gelir grubunda bulunan boşanmış kadınlar üzerinde yapılan bir çalışmadan yola çıkılarak boşanma sebepleri Tablo 3 deki gibi tasnif edilmiştir. Başka bir sınıflandırmada boşanma sebepleri; geçimsizlik, düzensizlik-dağınıklık, bencillik, sorumsuzluk, zina, cana kast, cürüm ve haysiyetsizlik, fena muamele ve dövme, terk, cimrilik ve hastalık gibi nedenlerle belirlenebildiği gibi daha genel bir sınıflandırma olarak boşanma sebepleri; ekonomik durum farklılığından, yaş farklılığından, daimi ikametgâh farklılığından, tahsil seviyesi farklılığından, hayat üslubu farklılığından ve meslek farklılığından kaynaklananlar olmak üzere gruplandırılmıştır (Battal, 2008, s. 29).

Hortaçsu tarafından ülkemizde yapılan bir araştırmada ise boşanma nedeni olarak görülen/görülebilecek davranışsal ve kişisel özellikler üç ana faktörle şu önermelerle belirlenmeye çalışılmıştır; *Kişilik ve Davranış Eğilimleri*: Aileme saygılı olmaması, Müsrif olması, Dini görüşlerimizin aynı olmaması, Bana âşık olmaması, Dürüst olmaması, Beni sevmemesi, Bana karşı açık olmaması, Bana saygı duymaması, Bana sadık olmaması, İçki ya da kumar gibi herhangi bir kötü alışkanlığı olması, Güvenilir olmaması, Başkalarının önünde tartışmaya girmesi. *Kaynaklar*: Yeterli gelire sahip olmaması, Toplumda saygınlığı olan bir mesleğe sahip olmaması, *Üretkenlik ve Cinsellik Konuları*: Kısır olması, Çocuk istememesi, İktidarsızlık/Soğukluk (Hortaçsu, 1991, s. 37).

Betzig, dünya çapında 160 toplumdaki alınan verilerle yaptığı kültürler arası çalışmada kadın tarafından yapılan zinanın boşanma için en yaygın gerekçe olarak görüldüğünü bulgulamıştır. Bunu kısırlık takip etmektedir. Üçüncü sırada ise kötü muamele gelmektedir. Diğer boşanma gerekçelerinden bazıları ise küsme, huysuzluk/hırçınlık, kıskançlık, gevezelik, saygısızlık, kadının tembelliği, kocanın evine bakmaması, cinsel açıdan ihmal edilmek, kavgacılık, büyücülük/büyü, kötü davranış ve evden uzak kalmak gibi olgulardır (Betzig, 1989, s. 659)²¹

1.2.5.1. Şiddetli Geçimsizlik (Evlilik Birliğinin Temelinden Sarsılması)

Yasal olarak boşanmaya karar verebilmesi için iki koşulun gerçekleşmiş olması yeterlidir; Objektif koşul, evlilik birliğinin temelinden sarsılmış olması, sübjektif koşul ortak hayatın çekilmez hale gelmiş bulunmasıdır. Çekilmezliğin mutlaka her iki eş için de söz konusu olmasına gerek yoktur. Ortak hayatın eşlerden sadece biri için bile çekilmez olması yeterlidir (ASPB, 2014, s. 31). Medeni Kanunu'na göre: “Evlilik birliği, ortak hayatı sürdürmeleri kendilerinden beklenemeyecek derecede temelinden sarsılmış olursa eşlerden her biri boşanma davası” açabilmektedir (Madde 166).

Boşanma davalarında genel bir tanım olarak sık sık kullanılan “şiddetli geçimsizlik” ifadesi aslında ailelerde yaşanan birçok probleme işaret etmektedir. Ev içi şiddet, cinsel sorunlar, evlilik beklentilerine ulaşamama vb. konular şiddetli geçimsizlik adı altında

²¹ Betzig'in 160 toplumda boşanma gerekçesi olarak bulguları varyasyonları ile şöyledir: Zina (Adultery) -88 -, Kısırlık (Sterility) -75-, Zulüm veya kötü muamele (Cruelty or maltreatment) -54-, Hoşnutsuzluk (Displeasingness) -51-, Karşılıklı rıza (Mutual consent) -42-, Sevgilisi ile kaçmak (Elopement with lover) -38-, Tembellik (Laziness) -32-, Çokeşlilik (Polygyny) -25-, Yasal anlaşmazlıklar (Conflicts with in-laws) -25-, Uzakta olma ya da kaçma (Absence or desertion) -24-, Sağlık (Health) -23-, Yetersiz destek (Inadequate support) -21-, Cinsel ihmal (Sexual neglect) -15-, İtaatsizlik veya saygısızlık (Disobedience or disrespect) -14-, Çocuk ölümü (Death of children) -14-, Büyü ya da büyücülük (Witchcraft or sorcery) -13-, Cinsel İlişkiyi reddetme (Refusal to have sex) -12-, Kavgacılık ya da gevezelik (Quarrelsomeness or talkativeness) -10-, Huysuzluk/Hırçınlık (Badtemper) -10-, Hırsızlık (Theft) -10-, İhtiyarlık (Old age) -8-, Yetersiz hizmet (Inadequate service) -7-, Yetersiz hukuki hizmet (Inadequate service of in-laws) -7-, Eşin akraba ilgisi (Spouse favors kin) -7-, Kıskançlık (Jealousy) -6-, Bekaretin olmaması (Lack of virginity) -6-, Yetersiz yiyecekler (Inadequate food) -6-, Yetersiz yiyecek hazırlama (Inadequate food preparation) -6-, Çeyiz problemleri (Bridewealth or dowry disputes) -6-, Tabular (Broken taboo) -6-, Erkek çocuk olmaması (Absence of male children) -4-, Yetersiz ev (Inadequate housing) -4-, Yetersiz giyim (Inadequate clothing) -4-, Kanun tanımazlık (Disrespect for in-laws) -3-, Kötü düşünceler ya da kehanetler (Bad dream or omen) -2-, Mahremiyet veya kapatılma (Conviction or incarceration) -2-, Baskıcılık (Repressiveness) -1-, Üvey çocuklar (Exchange wife has too few children) -1-, Diğer ekonomik sorunlar (Other economic problems) -25-, Diğer kanuni sorunlar (Other in-law problems) -20-, Diğer kişilik sorunları (Other personality problems) -13-, Diğer ritüel sorunlar (Other ritual problems) -8-, Diğer politik sorunlar (Other political problems) -7- .

gerekçelendirilebilmektedir (Aybey, 2015, s. 106). Ülkemizde Demirkan ve diğerleri tarafından yapılan ilk kapsamlı çalışmada boşanma nedenleri araştırılmıştır. Buna göre; boşanmış kişilerin boşanma gerekçesinin yaklaşık %90 oranında şiddetli geçimsizlik olduğu belirlenmiştir. Ayrıca bunun kökeninde ne yattığı araştırılmıştır ve aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır (Demirkan vd., 2009, ss. 106-107);

1- Evliliğin daha kuruluş aşamasında; evlenecek kişilerin ailelerinin evliliği onaylamamaları, bireylerin ailelerinde boşanma olaylarının (anne/baba, kardeş ve diğer aile bireyleri) yaşanması, evlenen çiftlerin ailelerinin birbirleriyle uyumlu ilişkiler kuramaması, evlilik öncesinde eşte fark edilen olumsuz özelliklerin değişeceğine ilişkin beklentiye girilmesi ve evlilik ilişkilerinde çiftlerin ailelerinin baskıya varan müdahalelerinin etkili olduğu bulgulanmıştır (Bu tür sorunlarla başlayan bir evlilikte sorunların tolere edilmesi ve çözümlenmesi yerine, bilakis sorunlar katlanarak hatta başka sorunları da beraberinde getirerek eşleri boşanma sürecine taşıyabilmektedir).

2- Evliliklerinin kuruluş aşamasında herhangi bir sorunla (aile, çevre, eşin olumsuz özellikleri vb.) karşılaşmayan bireyleri boşanmaya götüren faktörler arasında ise; ekonomik sorunlar (borçlu olma, sorumsuzluk, iflas vb.), eşler arası iletişimsizlik ve bundan kaynaklanan sorunlar, eşlerin birbirleriyle farklı karakter özellikleri taşıması gibi özellikler saptanmıştır.

3- Çalışan kadınların artan sorumlulukları ve yükleri nedeniyle aile içinde rol çatışması yaşanması, erkeklerin, eşlerinin çalışıyor olsa da ev içi rollerini aksatmaları gerekçesiyle yaşanan çatışmalar, ailede kadına ve çocuklara yönelik şiddet, eşin çocuklarla yeterince ilgilenmemesi konularında yaşanan gerginliklerin de boşanmada birer etken olduğu bulunmuştur.

4- Diğer yandan, ataerkil toplum yapısı ve buna bağlı olarak erkeğin kadın üzerindeki baskın rolü boşanma nedenleri arasındadır. Söz konusu araştırmada: çok sayıda kadın katılımcı boşandığı eşi tarafından ailesinin yanında küçük düşürücü davranışlarda bulunulduğunu; zevklerine, beğenilerine, kılık kıyafetine ve davranışlarına karışıldığını ve baskı yapıldığını aktarmıştır.

1.2.5.2. Zina ve Aldatma

Boşanma için en yaygın nedenler arasında sayılan zina ve aldatma (ya da sadakatsizlik), günümüzde evlilik birliğini tehdit eden önemli sorunlardan birisidir. Bu kavramlar eş anlamlı olarak kullanılabilir. Genel anlamıyla bu terimler; biri veya ikisi evli fakat birbirleriyle evli olmayan iki insan arasındaki cinsel ilişkiyi; evlilik ilişkisi dışında kişiler arasındaki cinsel ilişkileri; duygusal, fiziksel veya cinsel yakınlık konusunda eşler arasında ilişkinin beklentilerini veya normlarını ihlal edici davranışları tanımlamaktadır (Emery, 2013b, s. 36; Mavili Aktaş, 2009, ss. 64-129). Bir başka tanımlamada ise aldatma “mevcut eşin bilgisi veya izni veya rızası olmadan üçüncü bir kişi veya kişilerle bir veya birden fazla yaşanan duygusal ve/veya cinsel ilişkidir.” Aldatmanın birçok çeşidi vardır (CİSED, <http://www.cised.org.tr>). Sadakatsizlik evliliğin sona erme olasılığını iki katına çıkartmaktadır. Evli erkeklerin yaklaşık %22-25'i, kadınların ise %11-15'i hakkında evlilik dışı cinsel ilişki yaşantısı bildirilmiştir. Ancak son zamanlarda erkeklerin ve kadınların sadakatsizlik oranlarının gittikçe benzeştiği de vurgulanmaktadır. Boşanmış çiftlerde, evlilik süresince kadınların yüzde 40'ı, erkeklerin yüzde 44'ü birden fazla evlilik dışı cinsel ilişki yaşadığını bildirmiştir (Emery, 2013b, s. 36). CİSED verilerine göre aldatma oranları her geçen yıl artış göstermektedir. Buna göre Türkiye’de erkeklerin yaklaşık yüzde 58'i, kadınların ise yaklaşık yüzde 40'ı evlilikleri boyunca en az bir kere olmak üzere evlilik dışı ilişki yaşamaktadırlar. Aynı verilere göre erkekler yaşları ilerledikçe kadınlar ise daha genç yaşlarda eşini aldatma eğilimi göstermektedirler.(CİSED, <http://www.cised.org.tr>)

Bilim adamları tarafından aldatmanın kökeninde ne yattığına dair çeşitli teoriler ileri sürülmekle beraber sadakatsizliğe evlilik ilişkisindeki aksaklıkların neden olduğu/olabileceği de savunulmuştur (Hendrick, 2009, s. 168; Mavili Aktaş, 2009, ss. 94-95).

1.2.5.3. Şiddet ve Kötü Muamele

Şiddet ve kötü muamele evliliği katlanılmaz bir hale getirmekte ve boşanmalar için önemli ve yaygın bir gerekçe olarak karşımıza çıkmaktadır.

Genel tanımı ile şiddet, bireyin ilişkilerinde diğer bireyi isteği dışında zor/güç kullanarak kontrol altında tutmak amacı ile uygulanan davranışlardır. Bunlar fiziksel,

cinsel, duygusal, ekonomik boyutta ortaya çıkabildiği gibi ihmale ve istismara varan davranışları da kapsayabilmektedir (Zeybekoğlu, 2009, s. 48).

Kötü muamele ise; eşe yapılan eziyetler, onun bedensel ve ruhsal sağlığını tehlikeye düşürecek -şiddet de dâhil- her türlü davranışı ifade etmektedir. Eşini hapsetmek, aç bırakmak, şiddet uygulamak, anormal cinsel ilişkiye zorlamak bu kapsamda sayılan bazı eylemlerdir. Onur kırıcı davranışlar da bu kapsamda değerlendirilir; ağır hakaretler, eşin şeref ve haysiyetini kıran, onlara saldırı niteliğinde olan eylem ve davranışlar vs. Ayrıca hayata kast, yani eşlerden biri tarafından diğerinin canına karşı yapılmış olan davranışlar, eşi öldürmeye teşebbüs, onu intihara teşvik etmek de önemli boşanma nedenleri arasındadır (ASPB, 2014, s. 30).

Boşanmalar söz konusu olduğunda 'şiddet' olgusunun anlaşılması açısından cinsiyet farklılığı temel bir ayrımdır. Genelde şiddeti uygulayanlar erkekler, şiddetin kurbanı ise kadınlardır. Genel varsayım şiddet uygulayan tarafın daha fazla güce sahip olduğu ve bunun da kontrol etme isteği ile ilişkili olduğu yönündedir. Bazı araştırmalar erkeklerin eşlerini kontrol etmenin bir formu olarak şiddeti kullandığını; daha yüksek düzeyde güç ihtiyacı duyan erkeklerin psikolojik ve sosyal kontrol sağlamak için şiddet kullandığı yönündedir. Araştırmalar, kadından daha düşük ekonomik olanakları, eğitim seviyesi ve mesleki statüsü olan erkeklerin beklenenden daha fazla şiddet kullandığını göstermektedir. Aile araştırmalarında şiddet uygulayanların %95' inden fazlasının erkek, şiddete maruz kalanların %90'ından fazlasının kadın ve çocuklar olduğu bulgulanmıştır. 1991 yılında İstanbul' da 116 evli çift arasında yapılan bir araştırmada, kadınların %44'ünün eşlerinden en az bir defa dayak yedikleri, erkeklerin %44' ünün en az bir defa eşlerine dayak attıkları, itaatsizliğin ise dayak atma için bir gerekçe olarak kabul edildiği gösterilmiştir (Salman & Uzunboylu, 2011, ss. 57-58).

Ayrıca gelir düzeyi, işsizlik gibi faktörler de aile içi şiddet vakaları ile ilişkilendirilmiştir. Düşük gelirli erkeklerin şiddete daha fazla meyilli olduğu, işsiz erkeklerin ise işi olan erkeklere göre iki kat daha fazla eşlerine karşı saldırgan davranabildiği belirtilmektedir (Giddens, 2012, s. 263).

Yapılan bir araştırmada şiddete maruz kalan kadınların bunun sebebi olarak; maddi güçlükleri, kocalarının aşırı kıskanç olmasını ve kocalarının akrabaları tarafından

kışkırtılmasını şiddetin bir gerekçesi olarak algıladıkları; şiddet uygulayan erkeklerin ise; kadının itaat etmemesini, çocukların yaramazlığını, içki içilmesine karışılmasını şiddete gerekçe olarak sunduğu belirlenmiştir. Maruz kalınan şiddete karşı tepkiler incelendiğinde ise; kadınların %57,1' inin evi terk etme veya boşanma ihtimalini düşünmediği, %14,9 oranında kadının evi terk ettiği, %84'ünün ise terk etmeyi düşündüğünü fakat bunu yapamadığı bulunmuştur. Sadece %9'u boşanma davası açmayı düşünürken bunu gerçekleştirenlerin oranı %5,1 olmuştur (Salman & Uzunboylu, 2011, s. 59). Bir başka çalışmada ise boşanmaları karara bağlanmış davalar incelenmiş ve kadınların %29,5'inin aile içi şiddete maruz kaldığı, bu kadınların %91,5'ine sadece eşi tarafından, %8,5'ine kayınpeder, kayınvalide, görümce gibi diğer aile fertleri tarafından şiddet uygulandığı tespit edilmiştir (Keskin, 2013, s. 19).

1.3. Boşanmanın Sonuçları

Boşanmanın sonuçları, sebepleri gibi karmaşık bir problem arz etmektedir (Türkarşlan, 2007, s. 100). Boşanmanın sebepleri arasında zikredilen pek çok olgu/değişken aynı zamanda boşanmanın sonucu da olabilmektedir. Örneğin, düşük gelir ve yaşam standartlarında yaşanan düşüş boşanmanın hem sebebi hem de sonuçları arasında yer almaktadır. Benzer şekilde çatışma boşanmanın hem nedeni hem de sonucudur (Emery, 2013b, s. xviii). Hakeza ruhsal sorunlar da boşanmanın hem sebepleri hem de sonuçları arasında zikredilmektedir (Zeybekoğlu, 2009, s. 44). Boşanmaların tek bir nedeni olmadığı gibi tek bir sonucu da yoktur. Boşanmanın sonuçları da sebepleri gibi çok boyutludur ve birçok veçhesi vardır. Bu boyutlar bireysel ve toplumsal bazda düşünülebilir. Özellikle birey psikolojisi açısından boşanmanın gerek ebeveynler gerekse çocuklar için önemli sonuçları ve görünümleri vardır.

1.3.1. Boşanmanın Toplumsal ve Bireysel Sonuçları

Boşanma, çiftler için mutsuz ve sorunlu bir evlilik tecrübesinden çıkış olsa da ailenin yıkımı demektir. Boşanma, toplum tarafından hoş karşılanmayan, dini açıdan da istenmeyen bir durumdur. Evlilikte süreklilik, toplumsal denge için gereklidir ve bu, bir tür sosyal kontrol mekanizması işlevi görmektedir. Toplumu tehdit eden bir sorun olarak boşanma, aile birliğinin yıkılması, yerine yeni bir düzenin kurulması ya da yeni durumların ve statülerin ortaya çıkması anlamına gelmektedir. Boşanma eşleri sosyo-ekonomik yönden sarstığı gibi psikososyal açıdan da örselemektedir. Aile üyelerinin

toplumdaki statü ve konumları etkilenmektedir. Araştırmalar çoğu zaman evlilikteki sorunlu ilişkilerin evlilik sonlandıktan sonra da çocuklar aracılığıyla sürdüğünü göstermektedir. Bu nedenlerden dolayı boşanmanın, bireyler için evlilik öncesi özgürlüğe tam bir dönüş veya kurtuluş olmadığını altı çizilmektedir (Demirkan vd., 2009, s. 3; Yörükoğlu, 2007, s. 108).

Öncelikle bu süreçte, eşler arasında yoğun çatışmalar yaşanabilmektedir. Artık çatışmalar boşanma süreci ile birlikte ortaya çıkan durumlara ilişkindir. California’da boşanmak için başvuran yaklaşık 1100 aile ile yapılan bir çalışmada ailelerin %15’inin yoğun, %10’unun önemli ölçüde hukuki çatışma yaşadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte eşler arasındaki çatışma, yasal boşanmadan sonra da devam edebilmektedir. Bunda etkili olan pek çok faktör vardır; evlilik sırasında başlayan düşmanlığın devam etmesi, çocukların terbiyesine yönelik farklı görüşler, narsisizm, kırılganlık, benmerkezcilik, empati yoksunluğu gibi olumsuz kişilik özellikleri, tarafların (en az) birinin ilişkinin bitmesini kabul etmemesi, boşanmayı engellemek için velayetin koz olarak kullanılması vs. (Emery, 2013a, ss. 84-85).

Diğer taraftan boşanma, kadınların ve çocukların yoksulluğunu arttıran bir olgudur. Genelde erkeklerin boşanma sonrası ekonomik durumlarını düzelttikleri ancak kadın ve çocukların gelirlerinde ciddi anlamda bir düşüşün yaşandığı bildirilmektedir. Eşinin desteğinden yoksun kalmış bir anne, evin yükünü tek başına taşımak zorunda kalmaktadır ve bunun etkisi ile çocuklarıyla olan ilişkisini sağlıklı yürütememeye başlamaktadır (Zeybekoğlu, 2009, s. 44).

Boşanma, topluma zarar veren, toplumsal ve beşeri sermayeyi tüketen bir unsurdur. Boşanmanın bireyleri ve toplumu çeşitli yollardan olumsuz yönde etkilemesi söz konusudur. Boşanma din, eğitim, sağlık, ekonomi ve devlet açısından bir takım olumsuzlukları ve riskleri beraberinde getirmektedir. Fagan ve Churchill’e göre boşanma, kültürel ve sosyal değerlerin ters yüz edilmesi anlamını taşımaktadır (Fagan & Churchill, 2012, ss. 1-2). Ülkemizde ise 2014’lü yıllardan sonra şiddet, suçluluk vb’nin daha görünür hale gelmesi ve kayıtlara geçen sayıların artması, sosyal sorunlardaki artışı sorgulanır hale getirmiştir. Bu nedenle sosyal bilimciler bireysel, aile ve toplumsal yaşamdaki kırılganlıkları boşanmadan kaynaklanan boyutlarla ilişkilendirmeye başlamıştır. Bu çerçevede boşanmaların artışı, toplumu ve devleti

tehdit etmektedir (Mavili Aktaş, 2016, s. 15). Örneğin çocuk suçluluğu toplum için ciddi bir tehdit ve kanayan bir yaradır. Suçlu çocukların aile yapılarına bakıldığında boşanmış ailelerden gelen çocukların sayısının fazla olduğu belirlenmiştir. Ülkemizde yapılan bir araştırmaya göre suçlu gençlerin %22'sinin dağılmış ailelerden geldiği tespit edilmiştir (İlgar, 2004, s. 235).

Boşanma ile birlikte psiko-sosyal sorunlar ve hukuki olarak bireyleri etkileyecek birçok yeni durum ve kavram da ortaya çıkmaktadır. Çünkü boşanma yeni mali yükümlülükler, velayet ve ebeveynlikle ilgili yeni sorumluluklar, duygusal ve ruhsal olarak yıpratıcı durumlar ve çiftlerin yaşamlarını adeta alt üst eden çok önemli sonuçlar doğurmaktadır (Akgül Sarpkaya, 2012, ss. 6-7). Bunlardan bazıları aşağıda açıklanmıştır:

Velayet ve Şahsi İlişki (Ziyaret): Velayet hakkı, kural olarak çocuğun, istisnai olarak ergin olan kısıtlıların korunması, temsil edilmesi, bakımı ve korunmalarının sağlanması için onların kişilikleri ve malları üzerinde ana ve babanın sahip oldukları görev, yetki ve hakların tümüdür. Çocuğun bedensel, zihinsel, ruhsal, ahlaki ve toplumsal gelişiminin sağlanması, isminin konması, çocuğun yetiştirilmesi ve eğitilmesi, temsil edilmesi, fiil ehliyeti, yaşına bağlı olarak çocuğa kendi hayatını düzenleme olanağı tanınması, çocuğun menfaati ve gelişmesi, istisnai hallerde hâkimin müdahalesini talep etme hakkı velayet kapsamında değerlendirilmektedir. Bunların dışında çocuğun mallarının yöneltmesi, kullanılması, kısmen harcanması ve korunması da velayet içerisinde yer almaktadır (Kucuroğlu, 2011, s. 59).

Çocuklar, boşanan eşler için çekişme konusu/nedeni haline gelmektedir (Yörükoğlu, 2007, s. 110). Ayrıca çocukların velayeti ve ziyaret kurallarının belirlendiği boşanma süreci oldukça streslidir. Hatta ebeveynlerin çocuklarını birbirlerine karşı silah olarak kullanması ya da çocuklarını kendi aralarındaki çatışmadan uzak tutamamaları nedeniyle bu sürecin boşanmanın en trajik bölümlerinden birisi olabileceği belirtilmiştir (Öngider, 2013, s. 114).

Boşanma sürecinde çocukların velayeti, boşanan eşler arasında müzakere edilmesi gereken bir durumdur. Çünkü eşler ayrılmış olsa dahi ebeveynlikleri baki kalmaktadır, eski eşler arasında çocuklar, bir bağ olarak varlığını devam ettirmektedir. Boşanma sürecinde ebeveynlik ile ilgili çatışmalar en çok yasal velayet anlaşmazlıklarında

belirgin hale gelmektedir. Ebeveynlerin hangi kararları birlikte vereceklerine, hangilerinde özerk davranacaklarına ve karar sürecinde ne tip bir iletişim kuracaklarına karar vermeleri gerekmektedir. Öte yandan, pratik mecburiyetler günlük karar verme süreçlerinde sıklıkla bağımsız davranmayı gerektirse de tıbbi tedaviler, eğitim ve din eğitimi, pek çok ebeveyn için hakkında ortak karar verilmesi gereken konulardır. (Aslında bu ironik bir durumdur; anlaşılmayarak boşanan eşler çocuklar konusunda işbirliği yapmanın bir yolunu bulmak zorundadırlar.) Ayrılan eşlerin, bu nedenle evlilik ve ebeveynlik rollerini birbirinden ayırıştırmanın hem duygusal hem de pratik anlamda bir yolunu bulması beklenmektedir. Boşanma ile birlikte eşler sevgililik ilişkisi içindeki kişiler olmaktan çıkmıştır; arkadaş, düşman, yabancı ya da çocuk yetiştirme işinde bir çeşit iş ortağı olmaya doğru savrulmuştur. Eşler arasındaki görüş ayrılıkları, sıklıkla bu görevi karmaşık hale getirmektedir. Ayrıca, ayrılmayı talep eden eş, boşanma için duygusal hazırlık yapmaya yıllar öncesinden başlamış olabilir, buna karşılık terk edilen eş ise kendisini geride bırakılmış, reddedilmiş ya da umutsuz hissedebilmektedir. Eşlerden biri “arkadaş” olmayı isterken diğer eş için ya dost kalmak ya da düşman olmak duygusal seçenekler arasındadır. Bu tür farkların etkin ebeveynlik ve ortak ebeveynlik üzerinde de sıklıkla olumsuz etki ve çatışmalara yol açabildiği vurgulanmaktadır. Ebeveynler arasındaki duygusal mesafe gibi, ebeveynlik otoritelerinin sınırlarının da yeniden tanımlanması gerekmektedir. Ebeveynlerin paylaşacağı ya da bağımsız olarak üstlerine alacağı çocuk yetiştirme otoritesi, temel bir endişe kaynağıdır. Bu konuda yasal prosedürlerin olması daha doğru bir deyişle kişilerin inisiyatifi dışında velayetin resmi olarak kurala bağlanması daha işlevsel bir çözüm olabilmektedir (Emery, 2013a, ss. 125-126).

Literatürde boşanmaların %80’inden fazlasında çocuğun anneye yaşadığı ve velayeti almayan ebeveyn denilirken kastedilenin baba olduğu belirtilmektedir (Öngider, 2013, s. 144). Boşanma sonrasında çocuğun velayeti ülkemizde de çoğunlukla anneye verilmektedir. Özellikle çocuğun yaşının küçük olduğu durumlarda mahkemenin eğilimi velayeti anneye verme yönündedir. Babalar ise annenin evi terk ettiği, annenin aldatması nedeniyle boşanmanın gerçekleştiği ya da annenin maddi veya psikolojik açıdan yeterli olmadığı durumlarda velayeti almaktadırlar. Çocuklar ise velayet konusunda çoğunlukla kendilerini kararsız ve arada kalmış hissetmektedirler. Ancak boşanma sürecinde ebeveynlerinden birini tercih etmek durumunda kaldıklarında

çocuklar çoğunlukla annelerini tercih etmektedirler, bunun en göze çarpan nedeni ise babalarının anneleri kadar kendilerine iyi bakamayacağını düşünmeleridir (Feyzioğlu & Kuşçuoğlu, 2011, s. 101). Bu noktada bir diğer sorun ise velayeti alan ebeveynlerin yani genellikle annelerin psikolojik, maddi, sosyal vb. birçok alanda zorluklar yaşamasıdır. Bu nedenle velayeti almış olsa dahi eşler, bazen çocuklarına yeterli zaman ve enerji ayıramayabilmektedirler (Öngider, 2013, ss. 144-145).

Hâkim, velayet konusunda hüküm oluştururken *kişisel ilişkiyi (şahsi ilişki)* de düzenlemek durumundadır. Kişisel ilişki velayet kendisine verilmeyen ana veya baba ile çocuk arasındaki ziyaret görüşme ve ikamet etme süresinin belirlenmesi ve icrasıdır. Hem velayet hem de kişisel ilişki bakımından hâkimin pek çok faktörü göz önünde bulundurması gerekmektedir; çocuğun özellikle sağlığı, eğitimi ve ahlaki gelişimi, tarafların yerleşim yerlerinin birbirine uzaklığı, ziyaretlerin olması gereken süre ve periyodu, güvenlik vs. Bununla birlikte yasalarca, çocukla kişisel ilişki kurma hakkının sınırları belirlenmiştir; çocukla kişisel ilişki kurulmasına ancak çocuğun üstün yararına ve amacına uygun düştüğü ölçüde imkân tanınmaktadır. Çocuğun yararının tehlikeye düştüğü hallerde, kişisel ilişki kurma hakkı reddedilebileceği gibi bu hak verilmişse geri de alınabilmektedir. Çocukla kişisel ilişki kurma hakkı, yalnızca anne ve babaya değil, çocuğun yararına uygun düştüğü ölçüde ve belli koşullar altında üçüncü kişilere, özellikle çocuğun akrabalarına da tanınmıştır (Kucuroğlu, 2011, ss. 66-67).

Boşanma ile birlikte ortaya çıkan/çıkabilecek bir başka olası durum/statü ise *yeniden evlenmedir*. Boşanmayı yeniden evlenmenin takip etmesi olağan bir durumdur. Amerika'da istatistikler (1995) dört boşanmış erkekte üçünün ve üç boşanmış kadından ikisinin er ya da geç tekrar evlendiğini göstermektedir. Yeniden evlenme oranlarındaki cinsiyet farklılıkları, erkeklerin daha genç ve hiç evlenmemiş bir ikinci eşinin olması ihtimalinin kadınlardan fazla olması ile ilişkilendirilirken otuzlu yaşlarının sonlarına doğru ya da daha ileri yaşlarda boşanan kadınlarda yeniden evlenme oranlarının düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca yeniden evlenme oranlarının, geçmişe göre daha düşük olduğu, bu farkın da birlikte yaşama ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. İkinci evlilikte boşanma ihtimali ise ilkinden fazladır; bu oran %60 civarındadır (Emery, 2013a, ss. 19-20).

1.3.2. Boşanmanın Çocuklar Üzerindeki Etkisi

Boşanmanın çocuklar üzerinde etkisine dair geniş bir literatür vardır.²² Emery'e göre bu konu tartışmalı bir konudur. Boşanmada çocukların uyumu söz konusu olduğunda gerek sosyal bilimciler gerekse politikacılar değişik görüşler ileri sürebilmektedirler. Hatta bu konuda aynı ailenin üyeleri arasında dahi farklı görüşler ortaya çıkabilmektedir. Kimine göre boşanma çocuklar açısından iyi olmuştur, kimilerine göre ise bu bir felakettir. İngilizce konuşulan ülkelerde bu konuda ortaya çıkan tartışmalar şu başlıklarla özetlenmiştir; (1) Boşanma çocuklar için stresli bir olaydır. (2) Boşanma çocuklarda %50 ila %300 arasında davranışsal (kötü davranışlar gibi), duygusal (depresyon) ve ilişkisel (sanki onlar boşanıyormuş gibi) olmak üzere çeşitli problemlerin ortaya çıkması ile ilişkilidir. (3) Boşanma çocuklar için psikolojik sorunlar açısından risk oluştursa da çoğu boşanmış ailenin çocuğu risk altında değildir, aksine çocuklar boşanmanın sonuçlarına direnç/dayanıklık göstermektedir. (4) Ancak bu çocukların dahi geçmişe dair muhtemel acı anıları nedeniyle aile ilişkilerinde bocalama yaşaması muhtemeldir. (5) Boşanmış ailelerin çocukları risk konusunda bireysel farklılıklara sahiptir. Çünkü direnç ya da dayanıklılık çeşitli faktörlere bağlıdır (örneğin en az bir tane onu seven ve güçlü bir ebeveyninin olması, varlıklı olmak, ayrıldığı ebeveyni ile iyi ilişkiler içerisinde olması gibi). Bütün bu farklılaşmalarla birlikte çocukların etkilenimi konusunda kültürel farklılıklar da önemlidir. Eğer kültür boşanan ailelerden gelen çocukları damgalıyorsa ve bu çocuklar ve ebeveynleri toplumsal ve ekonomik destekten yoksunsa çocuklar boşanmadan daha fazla zarar görmekte-dirler (Emery, 2013b, s. xviii).

Walczak ve Burns, boşanmış ailelerden gelen 100 çocuk ile yaptıkları mülakatlar sonucunda (bu çocukların hepsinin ortak özelliği 18 yaşın altında iken evlilik bağlarının kopmuş olmasıdır. Araştırma yapıldığında bu kişilerden 50'si halen 18 yaş altında, 50'si ise 18 yaşın üstündedir) dört belli başlı profil ortaya çıkarmışlardır; 1) Boşanmadan zarar görmüş çocuk, 2) Boşanmadan fayda görmüş çocuk, 3) 'Karışık' etkilenmiş çocuk, 4) Boşanma çok az veya hiç etki etmemiş çocuk. Çocukların ayrılma olayını duyduktan

²² Bakınız; Wallerstein ve Kelly, 1975; Akyüz, 1978; Hetherington, Cox ve Cox, 1979; Bulut, 1983; Walczak ve Burns, 1999; Amato, 2000; Dunlop, Burns ve Birmingham, 2001; Emery, 2013a; Öngider, 2013.

sonra gösterdikleri değişik tepkileri derecelendirildiğinde ise şu sonuçlara ulaşmışlardır; Mutsuzluk hissetme (57), Ağlama (28), şaşkın hissetme (23), Rahatlamış hissetme (22), Diğerlerine karşı 'farklı' hissetme (22), Taraf tutma ve bir ebeveyni suçlama (15) 'Güvencesiz' hissetme (15) 'Farksız' hissetme (15), şoke olmuş hissetme (13), Suçlu hissetme (11), Depresif hissetme (6) (Walczak & Burns, 1999, ss. 21-23, 96-175).

Her boşanma olayı kendi şahsına münhasır bir şekilde ortaya çıktığından bu konuda genellemeler yapmak mümkün gözükme de birçok etmene bağlı olarak çocuklar boşanmadan nitelik ve nicelik yönünden etkilenmektedir; ailenin tipi, çocuğun özellikleri (yaş, cinsiyet, kişilik, genetik yapısı), boşanmaya neden olan ailesel sorunun ne olduğu ve çocuğun bu sorunu algılama biçimi, boşanma öncesi çocuğun içinde bulunduğu ve boşanma sonrası çocuğun içinde bulunacağı ortam, diğer aile üyelerinin ve çevrenin ona davranışı vs. bunlardan bazılarıdır. Bazı çocuklar bu süreçten çok fazla zarar görürken bazıları hafif düzeyde bu süreci atlatabilmektedirler. Bazen de boşanma, belirtildiği üzere çocuk için rahatlatıcı bir unsur olabilmektedir (Özellikle, boşanma öncesi aile içi huzursuzluk çekilmeyecek derecedeysen ve çocuk boşanmadan sonra istikrarlı, güven verici, sakin bir ortama kavuşmuşsa) (E. Akyüz, 1978, s. 3; Bulut, 1983, s. 108; Kumanlı Güneş & Özen, 2011, ss. 24-25).

Yörükoğlu'na göre bunun doğruluk payı olsa da mutsuz bir evliliğin sonlanması eşler gibi çocuklara da mutluluğu geri getirmemektedir. Boşanmadan sonra çocukların ana ve babayla ilişkileri kötüleşmekte, anneyle yaşayan çocukların pek azı babalarıyla düzenli bir ilişki sürdürebilmektedir. Çoğunlukla babalar eşleriyle birlikte çocuklarını da boşamış gibi davranmaktadır. ABD'de boşanmadan sonra babaların yarısının, çocuklarının yasal hakkı olan nafakasını ödemedikleri saptanmıştır. Babalarından ilgi ve sevgi görmeyen çocuklarda güvensizlik, öz saygısını yitirme, terk edilmişlik duyguları gelişmektedir. Genellikle anneler evin yükünü tek başına taşımak zorunda kalmaktadırlar, bu da anne-çocuk ilişkisini sağlıksız hale getirebilmektedir (Yörükoğlu, 2007, s. 109).

Temsil gücü yüksek örneklemlerle yapılan çalışmaların sonuçları, boşanmış ailelerin çocuklarının, evli ailelerin çocuklarından iki kat daha fazla psikolojik yardım alma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Ancak yüksek düzeyde projeksiyon sağlansa da psikolojik yardım alan çocukların sayısını hesaplamak, yanılığa neden olabilecek bir

veridir. Çünkü bu çocuklardan bazıları psikolojik sorunları olmasına rağmen hiçbir zaman bir ruh sağlığı uzmanına götürülmemekte, iyi biçimde uyum sağlamış bazı çocuklar ise velayet tartışmasında koz olarak kullanılmak üzere ya da ebeveynin duygusal problemleri dolayısıyla terapiye götürülebilmektedir (Emery, 2013a, s. 47).

Ne var ki boşanma, çocuklarda psikolojik problemler görülme riskini artırmaktadır. Emery'e göre çocukların uyumu ve psikolojisi açısından altı belli başlı risk alanı vardır; 1. Dışsallaştırma sorunları; örneğin, söz dinlememe, saldırganlık ve suç işleme davranışı, 2. İçselleştirme sorunları; örneğin, depresyon, kaygı ve düşük öz-saygı, 3. Akademik yeterlilik, 4. Sosyal yeterlilik, 5. Yakın ilişkiler, 6. Yetişkinlik boyunca psikolojik işlevsellik (Emery, 2013a, ss. 44-47).

Çocuklar ana babalarının boşanmasına, suçluluktan (sorumlunun kendileri olduğu duygusu) kızgınlığa (ana-babadan birini ya da her ikisini suçlama) ve yadsımaya (hiçbir şey olmamış gibi davranma) kadar değişen çeşitli biçimlerde tepki gösterebilmektedir (Gander & Gardiner, 2004, s. 309). Boşanma çocuğun doğal sosyal ortamının; ailesinin parçalanması anlamına gelmektedir. Parçalanmış aile olgusu incelenirken 3 çeşit parçalanmadan söz edilmektedir. Ebeveynlerden birinin ölümü, geçici ayrılıklar ve boşanma. Boşanma ile parçalanmış bir ailenin, ölüm nedeni ile parçalanan bir aileye göre çocuklar açısından daha güç bir problem oluşturduğu, çocukların bu yeni durum karşısında uyum göstermekte zorlandıkları belirtilmektedir. Bu süreç içerisinde çocuklar beş safhadan geçmektedir. Boşanmayı inkâr, boşanmayı ortaya çıkaran nedene kızma, anne babayı bir araya getirme çabaları, depresyon, kabullenme. Ancak sorun bununla da bitmemektedir. Çocuklar ortaya çıkan yeni durum karşısında kendilerini suçlu hissetmektedirler. Akran grubu içerisinde farklı olduklarını bilmekte ve bu onlar için bir bunalım nedeni olmaktadır (Bulut, 1983, s. 82; İlgar, 2004, s. 234; Özgüven, 2001, ss. 314-315, 2014, s. 286).

Aynı zamanda boşanmanın çocuklarda düşük benlik saygısına, problem çözme becerilerinde zafiyete, yoğun korku ve kaygıya neden olduğu bildirilmektedir. Boşanmış ailelerden gelen çocuklarda bekâreti erken kaybetme, evlenmeden beraber yaşama, boşanmaya daha fazla eğilim ve çocuk sahibi olmada isteksizlik gözlenmiştir (İlgar, 2004, s. 235).

Boşanmanın çocuklar için çok sayıda yoğun ve uzun dönemli stres kaynaklarına sebep olduğu açıktır. Ayrılık ya da değişimli olarak farklı evlerde bulunmayı öğrenme süreci pek çok çocuk için, -özellikle de her iki ebeveyne de bağlılarsa- oldukça güç bir durumdur. Bir başka güçlük ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliği ve kalitesi ile ilgilidir; boşanmayı takiben, çocukların her iki ebeveynle ilişkisinin kalitesi en azından bir süreliğine düşmektedir. Özellikle birlikte yaşanmayan ebeveynle (genellikle baba) iletişim belirsiz, değişken, seyrek ve giderek azalan bir nitelik taşıyabilmektedir. Ayrıca, ebeveynler arasındaki çatışmalar boşanmanın ardından devam edebilmektedir, dahası boşanma sonrasında çatışma daha da tırmanıp doğrudan çocuklara yönelebilmektedir. Boşanma sürecinde ve devamında ebeveynler depresifleşebilir ya da kendi duygularına odaklı hale gelebilir ki bu da çocuklar için bir başka potansiyel stres kaynağı anlamına gelmektedir. Boşanmanın aile üzerinde maddi açıdan kaçınılmaz olumsuzlukları nedeniyle çocukların ikamet koşulları, okulları ve arkadaş grupları değişebilmekte ve gelişimleri olumsuz etkilenebilmektedir (Emery, 2013a, ss. 46-47).

Yaşa, gelişim seviyesine ve cinsiyete bağlı olarak çocukların boşanma olayından etkilenmesi farklıdır. Örneğin davranış bozukluğu ve çocuk suçluluğu açısından değerlendirilirse erkek çocukların kız çocuklarına göre daha fazla risk taşıdığı kaydedilmiştir (İmamoğlu, 2012, s. 80). Gelişim dönemleri baz alındığında ise okul yaşına gelmemiş çocuklar ve ergenlik çağındakilerin diğerlerine göre daha fazla risk altında olduğu savunulmuştur (Yörükoğlu, 2007, s. 109). Buna mukabil süt çocuğunun boşanmadan fazla zarar görmediği iddia edilmiştir. (Buna sebep olarak da süt çocuğunun ana baba arasındaki tartışmaları anlamaması ve taraf tutmaması yanında, onun genellikle anneye bırakılması gösterilmektedir.) Ancak burada annenin konumu çok önemli bir noktaya taşınmaktadır çünkü bu çağda ve okul öncesi döneme kadar olan sürede bizzat anne boşanmanın olumsuz etkisinde kalmış ise çocukta korku, inatçılık uyku bozuklukları, beslenme güçlükleri, yatak ıslatma, kekeleme vs. bir takım olumsuz davranışlar ortaya çıkabilmektedir. İlerleyen dönemlerde ise çocukların boşanmadan etkilenme düzeyinin daha fazla olduğu bildirilmiştir. Buna göre çocuk artık, anne ve babası arasındaki anlaşmazlığı anlamaya, ikisi arasında taraf tutmaya başlamıştır (E. Akyüz, 1978, ss. 3-4). Okul öncesi çağıdaki çocukların ana babalarının ayrılmasına uyum sağlamada özellikle güçlük çekebileceği, çünkü çoğu zaman babanın evden

ayrılmasının nedeninin kendilerinin kötü olmaları olduğuna dair bir inanca kapılabilecekleri de bildirilmiştir (Gander & Gardiner, 2004, s. 309).

Boşanma, çocuklarda annesine ya da babasına ya da her ikisine karşı güven kaybına neden olmaktadır. Özellikle çocuklar okul çağına geldiğinde okul başarısızlığı, yalan söyleme, çalma, cinsel sapıklık gibi sorunlar da ortaya çıkabilmektedir (E. Akyüz, 1978, ss. 3-4). Ergenlikte ise önceki dönemlere kıyasla daha fazla kızgınlık duygularının açığa çıkabileceği belirtilmektedir (Gander & Gardiner, 2004, s. 309). Buna karşın çeşitli davranış bozuklukları ortaya çıkmış olsa da bu çocukların boşanma olayını çok daha objektif değerlendirebileceği ve boşanmadan daha az etkileneceğine dair görüşler de ileri sürülmüştür (E. Akyüz, 1978, ss. 3-4).

Hetherington, Cox ve Cox, boşanmış aileden gelen 48 okul öncesi çocuk ile boşanmamış ailelerden gelen 48 çocuğu eşleştirerek boylamsal bir çalışma yapmışlardır. Boşanmadan 2 ay sonra, 1 yıl sonra ve 2 yıl sonra çocukların oyun ve sosyal etkileşimlerini incelemişlerdir. İlk yıl hem kız hem de erkek çocuklarda oyun ve sosyal etkileşim açısından boşanmanın olumsuz etkilerini gözlemişlerdir. İlk yıl sonunda hem kızlar hem erkekler uyumsuz davranışlarda bulunmuşlar ve çevrelerinden yardım gözetici (bağımlı) bir tarzda hareket etmişlerdir. Ancak erkekler kızlara göre bu konuda daha olumsuz bir profil çizmiştir. İkinci yılda da bu olumsuz etkilerin kız çocuklarda çoğunlukla kaybolduğu rapor edilirken erkek çocuklarda ise bu etkinin daha yoğun bir şekilde devam ettiği, hatta davranışları düzeltilmiş olsa dahi emsalleri ve öğretmenleri tarafından daha olumsuz davrandıkları bildirilmiştir. Boşanmadan kısa bir süre sonra; boşanmamış ailelerden gelen çocuklar ile bu ailelerden gelen çocuklar oyundaki kalıp davranışları açısından karşılaştırıldığında sosyal ve bilişsel açıdan gelişimsel farklılıkların ortaya çıktığı, boşanmış ailelerden gelen çocukların daha az gelişim gösterdikleri, bu çocukların özellikle eğlenceye yönelik oyunlarda sınırlı ve katı bir şekilde davrandıkları bulunmuştur (Hetherington, Cox, & Cox, 1979, s. 26).

Çocukluk döneminde ebeveynleri boşanmış bireylerin, yetişkinlik döneminde yaşadıkları bağlanma sorunları ve yaşam kalitesinde bozulma gibi boşanmanın uzun süreli etkilerinin/sonuçlarının boşanmanın çocukluk döneminde deneyimlenen kısa süreli (duygusal ve sosyal) etkilerine/sonuçlarına kıyasla daha ciddi olduğu bildirilmiştir. Ebeveyni boşanmış çocuklar yetişkinlik yaşantıları boyunca daha çok

sorunla yüzleşmek durumunda kalmakla beraber ileride yapacakları evliliklerde de yüksek düzeyde boşanma riski ile karşı karşıyadırlar (Öngider, 2013, ss. 140-144).

BÖLÜM 2 - BOŞANMA PSİKOLOJİSİ VE DİNİ BAŞA ÇIKMA

İlk bölümde boşanmaya ilişkin aile ve evlilik süreçleri, boşanmaya giden yolda ortaya çıkan yapısal özellikler, konunun dini bağlamı, boşanmaya etki eden faktörler ve boşanma nedenleri, boşanmanın toplumsal ve bireysel sonuçları ele alınmıştır. Bu bölümde ise ilk önce eşler açısından boşanma sürecinde yaşanması muhtemel psikolojik etkilenimler özellikle stres, depresyon, anksiyete açısından ele alınacak, akabinde boşanma psikolojisi çeşitli kuram ve yaklaşımlarla birlikte incelenecektir. Ardından dini başa çıkma yaklaşımı ayrıntılı bir şekilde ifade edilmeye çalışılacak ve son olarak da boşanma süreci din psikolojisi ve dini başa çıkma bağlamında anlaşılmasına çalışılacaktır.

2.1. Boşanma Psikolojisi

Boşanma büyük bir yaşam geçişi, hayattaki önemli bir değişikliktir. Boşanmanın gerek hukuki gerek ekonomik gerekse bireysel ve toplumsal pek çok sonucu vardır. Kişisel açıdan düşünüldüğünde evlilik gibi bir ilişkinin sonlanması ve ayrılık –özellikle psikolojik ve duygusal bağlılık gibi olgularla birlikte düşünülürse- insan için son derece yıkıcı olabilmektedir.

Boşanma, evlenmiş ve eş olmuş iki insan arasındaki duygusal ve kişisel beraberliğin sonlandırılma sürecidir. Bu süreçte yaşanabilecek bazı ortak duygular ve bunlara eşlik eden davranışlar söz konusudur. Genelde *boşanma öncesi dönem*, tatsız olan gerçeğin fark edildiği düşünme dönemidir. Önce tatminsizlik, hoşnutsuzluk, eşe ve ilişkiye karşı yabancılaşma görülebilirken; sonrasında yoğun korku, çok büyük acı/keder, şok, boşluk, kaos, yetersizlik ve düşük benlik değerinin deneyimlenmesi gibi durumlar kendini gösterebilmektedir. Bu duygularla baş ederken, ortaya bazı karakteristik davranış özellikleri çıkmaktadır. Eşle yüzleşmek, tartışmak, münakaşa etmek, inkâr, her şey yolundaymış gibi yapmak ve sevecenliği geri kazanmaya çalışmak, terapi arayışına geçmek, fiziksel ve duygusal olarak içe kapanmak gibi davranışlar bunlardan bazılarıdır. Bütün bunlar çatışmaya ve kötüleşen bir ilişkiye delalet ettiği gibi sağlıklı boşanabilmek için dahi bu ilişkinin düzeltilmesi gerektiğine işaret etmektedir. Aksi halde çatışma ve ruhsal sorunlar devam ettiği müddetçe, boşanma zor ve sancılı bir süreç olacaktır (Dokur & Profeta, 2014, ss. 191-192).

Eşlerden birinin ya da her ikisinin müracaatı ile *mahkeme süreci* başlamaktadır. Eşler fiziksel olarak ayrılmaktadırlar/ayrılmışlardır. Bu aşamada eşlerden biri ya da her ikisi depresyona girebilir; kızgınlık, ümitsizlik hissedebilir, kendilerine acıyabilir, yoğun öfke, üzüntü ve yalnızlık duyabilirler. Uzmanlara göre bu duyguların ardından genelde bir yas tutma ve rahatlama sürecine geçilmektedir. Ancak bu dönemde çiftlerin pazarlık etmeleri, çatışmaya girmeleri, birbirlerini tehdit etmeleri, hatta bazen intihara teşebbüs etmeleri gibi sorunlar da görülebilmektedir. Bunların yanı sıra eşler ekonomik konularla ilgili ortaya çıkan sorunlarla da uğraşmak durumundadırlar. Diğer yandan genellikle akraba ile arkadaşlara sorun(lar) açıklanmak durumunda kalınır. Bu dönemde özellikle ailelerle temasta boşanma konusunun en az şekilde gündeme gelmesi ve eğer olmuyorsa, temasın azaltılması ve daha sessiz yaşanabilmesi tavsiye edilmektedir (Dokur & Profeta, 2014, s. 192).

Yapılan araştırmalarda boşanmanın ruh sağlığı için olumsuz sonuçları ortaya konmuştur. Boşanma deneyimi, fiziksel ve ruhsal olarak bireyleri etkilemekte, genellikle strese, depresyona ve uyku düzensizliklerine neden olmakta, bağışıklık sistemini zayıflatmakta, madde kullanımını ve ölüm riskini arttırmaktadır (Webb vd., 2010, s. 544). Psikolojik açıdan boşanma deneyimi çoğu insan için benzer örüntülere sahiptir. Boşanmadan sonra, ilk yıl boyunca hem kadınlarda hem de erkeklerde düşük benlik saygısı, sosyal ve cinsel rollerde karışıklık, öfke, kaygı, duygusal karmaşa ve depresyon duyguları rapor edilmiştir. Buna karşın kişisel ve duygusal sorunların görünümü başlangıçta erkekler için daha şiddetlidir, kadınlarda ise bu sorunlar uzun süre devam edebilmektedir. Ayrıca bu süreçte erkekler, kişisel kimliklerinde yapısal eksiklik ve tutarsızlık, köksüzlük hissi, suçluluk duygusu ve kayıp gibi olgular bildirirken, kadınlar kendileri ile ilgili çirkinlik (*unattractive*) hissi, çaresizlik, kişisel ve sosyal olarak beceriksizlik gibi olgular bildirmiştir (Berman & Turk, 1981, s. 180). Bununla birlikte boşanan kişilerin sosyal ilişkilerinin zayıfladığı, bu kişilerin toplum tarafından damgalandığı ve toplumda daha az hoşgörü ile karşılandıkları kaydedilmiştir (Kalmijn & Uunk, 2007, s. 447). Boşanmış kişilerin kendilerini suçlu, rencide ve izole edilmiş hissetmeleri kuvvetle muhtemeldir.

Kaslow genel anlamda duygusal açıdan boşanma sürecinde ortaya çıkan psikolojik etkileri *diyalektik* olarak isimlendirdiği bir model ile açıklamaya çalışmıştır (Tablo 4).

Bu modelde boşanma sürecinde yaşanan olası duygular ve bu duygulara karşılık gelen eylem ve görevler boşanma öncesi, boşanma süresince ve boşanma sonrası olmak üzere 3 ana bölüme ayrılmıştır (Kaslow, 1980, ss. 749-750).

Tablo 4: Boşanma Sürecindeki Duygusal Süreç ve Tepkiler

Boşanma Aşamaları	Duygular	Eylem ve Görevler	
Boşanma Öncesi (Pre-divorce)	I	-Hayal Kırıklığı -Memnuniyetsizlik -Yabancılaşma	-Surat asma, ağlama -Eşle yüzleşme -Çekişme/tartışma -Terapi arayışı
	II	-Dehşet Hissi -Izdırıp -Duygu Karmaşası -Şok -Yokluk Hissi -Yetersizlik -Kaos -Düşük özsaygı	-İnkâr -Geri çekilme (fiziksel ya da duygusal) -Umursamazlık (herşeyin yolunda olduğuna inanmak) -Sevgiyi geri kazanma girişimleri, -Aileden ve arkadaşlardan destek (<i>advice</i>) aramak
Boşanma Süresince (During Divorce)	III	-Depresif ruh hali -Ayrılmış/ayırılmış -Kızgın/Öfke -Umutsuz -Kendine acıma -Çaresizlik	-Pazarlık -Bağırma çağırma -Tehdit -İntihara teşebbüs -Avukata danışma
	IV	-Kafa karışıklığı -Öfke/Gazap -Üzüntü -Yalnızlık -Rahatlama	-Fiili ayrılık, -Dava açma, -Ekonomik kaygılar ve düzenlemeler, -Keder ve yas, -Akrabalara ve arkadaşlara durumu anlatma/izah etme -İş arama (işsiz kadınlar için)
Boşanma Sonrası (Post-divorce)	V	-İyimserlik -Kabullenme -Telaş/Heyecan -Merak -Pişmanlık -Hüzün	-Boşanmanın sonlanması -Yeni arkadaşlar, -Yeni ilgi alanları oluşturmak -Yeni bir hayat dengesi yakalamaya çalışmak vs.
	VI	-Kabul ve sorumluluğu alma -Özgüven -Enerjik hissetme -Kendine değer verme -Bütünlük -Neşe -Bağımsızlık -Özerklik	-Kimliğin yeniden sentezi, -Psşik boşanmayı tamamlama, -Yeni ilişki arayışı, -Ebeveyn olarak çocuklarla ilişkileri düzenleme, -Eski eş ile ebeveynlik ilişkisini düzenleme.

Bu duyguların yanı sıra boşanmanın bireyler üzerinde, post-travmatik bozukluklar da dâhil olmak üzere başka ruhsal sorunları da açığa çıkarabileceği bildirilmiştir (Chiriboga & Krystal, 1985, s. 602).

Bütün bunlar büyük bir krize işaret ettiği gibi boşanma sürecinin farklı aşamalarında bireyler kendilerini yaşamsal bir mücadelenin içerisinde de hissedebilmektedir, dolayısıyla bu süreçte var kalma refleksi ile hareket edebilmektedirler. Bireylerde boşanmayla ortaya çıkan bu sorunlarda, yaşanan duygusal düzensizlikler önemli bir etkidir (Elkin, 1977, s. 55). Chiriboga ve Cutler, 252 kadın ve erkekten oluşan örnekleme yaptıkları analizler sonucunda en travmatik dönemin ayrılık aşaması olduğunu, boşanma kararı alınmadan hemen önceki dönemde de travmatik etkilerin söz konusu olduğunu bulgulamışlardır (Chiriboga & Cutler, 1978, ss. 98-101). Booth ve Amato (1991) ise boşanmadan sonraki birkaç yıl boyunca bireylerde depresyonun, mutsuzluğun ve psikosomatik semptomların artış gösterdiğini bulmuşlardır (Amato, 1994, s. 214).

Çoğu zaman boşanmayla birlikte bir tür başarısızlık duygusu yaşanmaktadır. Her şeyden önce boşanan eşlerin mutlu bir evlilik sınavında başarısız olmuş olmanın psikolojisini yaşadıkları ve boşandıktan sonraki ekonomik, sosyal ve duygusal adaptasyonlarda zorlandıkları belirtilmektedir. Evlenmenin rol değişimi ve yeni rolleri gerektirmesi gibi, boşanma da rollerde ve statüde belirgin değişiklikler meydana getirmektedir. Bunun anlamı toplumsal bağların yeniden tanımlanması ve düzenlenmesidir. Bu noktada evliliğin aksine boşanmanın, toplumsal normlarla belirlenmiş kurumsal bir geçiş olmadığını altı çizilmektedir. Bu süreçte bireyler normatif ipuçları olmadan ve genelde dışarıdan pek yardım görmeden yeni rollerini kendisi düzenlemek durumunda kalmaktadırlar (Zeybekoğlu, 2009, s. 44).

Bu süreçte bireylerin algıları, değerlendirmeleri, davranış tarzları boşanmaya uyumu ve boşanma ile ortaya çıkan ruhsal tesiri etkilemektedir. Örneğin bu süreçte tutucu tarzda davranan bireylerin özgürlükçü davrananlara göre daha depresif ve daha mutsuz oldukları bulgulanmıştır. Bunun yanı sıra boşanma süreci üzerinde kontrol sahibi olanların ya da boşanmayı başlatanların boşanma ile ortaya çıkan uyum süreçlerine daha kolay adapte oldukları dahası bu kişilerin boşanmanın ardından yaşam kalitesinde artış olduğu kaydedilmiştir (Wang & Amato, 2000, s. 657). Boşanmayla ilgili -olumlu

tutuma sahip olanlarla karşılaştırıldığında- olumsuz tutuma sahip olanlar, kendi boşanmalarını ahlaki (*moral*) bir başarısızlık olarak görme eğilimindedir. Bazıları bunu kişisel bir trajedi olarak görürken bazıları kişisel gelişim veya işlevsiz evlilikten kurtulmak için bir fırsat olarak görmektedirler (Karahana, 2012, s. 34).

Ne var ki boşanma insan yaşamındaki en stresli olaylardan biridir. Çoğu insan için boşanma zor ve sancılıdır, travmatik bir etkiye sahiptir. Bu açıdan bireyin ruh sağlığı büyük risk altındadır. Boşanma sürecinde, kişiler kendilerini yoğun stres altında hissedebilir, uyum konusunda zorluk yaşayabilirler (Yöndem, 2006, s. 15).

2.1.1. Stres ve Boşanma

17. yüzyılda kullanılan Latince bir kavram olan *stringere*'den gelmekte olan stres kavramı *zorlanma, gerilim, baskı ya da çaba* gibi anlamlar taşımaktadır. Teorik olarak fizyolojik, psikolojik ve sosyal olmak üzere üç tür stresten söz edilmektedir: *fizyolojik stres*; bedensel ve biyolojik tepkiler, *psikolojik stres*; bir tehditin değerlendirilmesine yol açan bilişsel faktörler ve stratejiler, *sosyal stres* ise; toplum sistemlerinin ve birimlerinin bozulması ile ilgilidir (Yöndem, 2006, s.15).

Psikolojik stres (zorlanma), bireyin denge durumunu (*homeostasis*) bozan herhangi bir etkendir (M. O. Öztürk & Uluşahin, 2008, s. 496). Stres, bedensel ve ruhsal sınırların tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur (Baltaş & Baltaş, 1990, s. 20). Lazarus ve Folkman'a göre psikolojik stres birey-çevre etkileşiminin bir sonucudur. Bu etkileşimde ortaya çıkan durumlar birey tarafından tehdit ya da kişisel kaynaklarını zorlayıcı bir yük olarak algılandığında stres ortaya çıkmaktadır (Lazarus & Folkman, 1984, s. 19).

Dışsal bir tehlikenin ya da tehdidin algılanması ile ortaya çıkan bilişsel bir değerlendirme²³ olarak düşünüldüğünde stres; dışsal olay ile birlikte daha çok bireyin duyarlılığı, incinebilirliği ve savunma sisteminin yeterliği ile ilgili hale gelmektedir. Bu

²³ Genellikle stres ile karşılaşan bir kişi bilişsel süreçlerle stres tepkisini ortaya koyar ve bilişsel olarak birincil ve ikincil değerlendirme süreçlerini kullanır (Brosan ve Todd, 2016, s. 25-26); Stresör (problem yaratan durum)→ Birincil Değerlendirme (birey stresöre nasıl bakıyor ve onunla ilişkisini nasıl düzenliyor)→ İkincil Değerlendirme (birey tarafından baş etme yetenekleri ve dışsal desteğin değerlendirilmesi)→ Stres Tepkisi (Bilişsel, duyuşsal, davranışsal ve bedensel tepkiler).

nedenle içerisinde bulunulan durum ya da koşullar, doğrudan stres yaratan değil, stresi harekete geçiren etken olarak düşünülmektedir. Bu çerçevede stres, kişinin uyum kaynaklarını aşan ve onu zorlayan çevresel ya da içsel talepler olduğunda ortaya çıkan olumsuzluklardır. Özellikle kırgınlık, kıskançlık, korku, kaygı, suçluluk, depresyon, üzüntü ve utanç gibi olumsuz duygular yaşanıyorsa stresten söz etmek daha olasıdır (Yöndem, 2006, ss. 20-21).

Dolayısıyla herkesin stres tanımı ve stres algısı farklılaşabilmektedir. Her negatif duygu stres değildir. Stresi diğer duygulanımlardan farklı kılan bireyin kendisini baskı altında hissetmesidir (Brosan & Todd, 2016, s. 25). Örneğin bir iş adamı için ekonomik kaygılar strese neden olurken, bir pilot için konsantrasyon bozukluğu stres yaratabilir. Bir grup üniversite öğrencisi ile yapılan bir çalışmaya göre stresin nasıl tanımlandığı soruşturulmuştur. Buna göre stres; “sıkıntı, kaygı, üzüntü ve gerginlik süresinin uzaması”, “içten ya da dıştan gelen etkilerle duygu ve davranışlarda ortaya çıkan, rahatsız edici bir durum ve bundan duyulan rahatsızlık”, “etkilenmek istemediği durumlardan etkilenme”, “kontrol dışında kalan bedensel davranışlar”, “psikolojik sorunların fiziksel etkileri”, “bunalım”, “gerginlik”, “genelde anlamlı olan şeylerin anlamsız gelmesi”, “bir şey yapmak istememe”, “günlük yaşamda kişinin üzerinde baskı yapan etmenlerin bileşkesi” şeklinde tanımlanmıştır. Canlılar için bir şeyin stres olarak kabul edilebilmesi için, belli bir rahatlık eşiğinin aşıp canlının dengesinin bozulmuş olması gerekmektedir. Bu uyarıcı ile stres arasındaki temel ayırt edici bir özelliktir, sistemin bu stres tepkisi ile tekrar dengeyi yakalamak için uyum süreçlerini başlatması beklenmektedir. Teknik olarak ‘gerilim’, ‘zorlanma’, ‘uyum’ ve ‘stresör’ stres için önemli kavramsallaştırmalardır. *Gerilim (strain)*; stres durumunun sistem üzerindeki etkisidir, *zorlanma (exertion)* ise sistemin dengeye dönme süresince ödediği bedel ya da enerjidir. Canlı sistemi stres ile oluşan dengesizliği ortadan kaldırmak ve dengeye dönmek için fiziksel, duygusal, davranışsal ve bilişsel olarak harekete geçer ve mücadele eder. Buna *uyum yapma süreçleri (adjustment process)* denir (N. H. Şahin, 2009, ss. 1-5). Bireyin dengesini bozabilecek tesirlerin bütününe yani gerilim yaratan ve bireyi zorlayan, uyum süreçlerini harekete geçiren olaylara ya da durumlara ise *stresör* adı verilmektedir (Saygılı, 1999, s. 9).

Stres oluşturan durumlar her birimiz için farklılaşsa da strese gösterilen tepkiler benzerdir. Örneğin, bedensel tepki olarak kan basıncının artması, kalp atışının hızlanması, terleme, kasların gerilmesi, midenin kasılması, hormonal manipülasyonlar bunlardan bazılarıdır. Aşırı tedirgin ruh hali, konsantrasyon güçlüğü, yoğun duygulanım bu tabloya eşlik eder. Bunlar genellikle strese karşı gösterilen ilk tepkilerdir (Roskies, 2009, ss. 21-22). Migren, baş ağrısı, boyun ve omuzlarda gerginlik, mide yanması ve hazımsızlık, iştah kaybı ya da artışı, kilo kaybetme veya alma, çabuk soğuk algınlığına yakalanma, gerginlik, endişe ve sinir, isteksiz ve depresif hissetme, uyku düzensizlikleri, kolayca öfkelenme ve rahatsız olma, kolay işlerde basit hatalar yapma, dikkat eksikliği, kendini aptal ve eksik hissetme, yapabileceğiniz şeylerde bocalama, yapacaklarınızı erteleme, zoru görünce kolayca kaçınma, yanlış çıkarımlarda bulunma, hatırlama güçlüğü, baş edemeyeceği hissine kapılma, cinsel isteksizlik, uyuşmuşluk hissi, yorgunluk, tükenmişlik, aksi davranma, huysuzluk, insanları azarlama, sigara ve alkol tüketiminde artış stresin genel belirtileri arasındadır (Brosan & Todd, 2016, ss. 18, 76-77).

Olumlu ya da olumsuz, yaşamda uyum sağlamamızı gerektiren bütün değişikliklerin belirli bir derecede stres yükünün olduğuna dair ortak bir kanaat vardır. Savaş, deprem, sel, yangın gibi doğal afetler, bir takım önemli sakatlıklarla sonuçlanan kaza ve yaralanmalar, kronik hastalıklar, sevilen birinin ölümü gibi durumlar evrensel stres kaynaklarıdır. Yani bu tür benzer stres durumlarında insanların birçoğunda, benzer etkiler görülmektedir. Bazı yaşam olaylarının stres yükleri anlaşılmaya çalışılmıştır (Yöndem, 2006, s. 19). Özellikle boşanmanın bireyler için aşırı derecede bir stres kaynağı olduğu keşfedilmiştir. Holmes ve Rahe, klinik çalışmalardan yola çıkarak, yaşam olaylarını stres derecesine göre sıralamış, Sosyal Uyum Sıralama Ölçeği (*Social Readjustment Rating Questionnaire*) geliştirmişlerdir. Bu ölçeğe göre boşanma ikinci sırada yer almıştır. İlk sırada gelen stresör ise eşin ölümüdür (Holmes & Rahe, 1967, ss. 213-216).

Boşanma, büyük bir yaşam geçişi, önemli bir hayat değişikliğidir. Boşanmanın yasal, sosyal, patolojik ve kişisel, ekonomik olmak üzere birçok sonucu vardır. Örneğin yasal olarak düşünüldüğünde eşler tarafından evlilik ile kazanılmış hak ve sorumluluklar boşanma ile sonlanmaktadır. Bir ilişkinin bitmesi özellikle duygusal bir çökme ile

birlikte son derece dehşet verici olabilmektedir. Boşanmaya bağlı olarak düşük özdeğer öfke, depresyon ve anksiyete ortaya çıkabileceği gibi boşanma talihsiz kabul edilerek kendi kendini kınama sebebi olabilmektedir (Sharma, 2011, s. 125). Boşanma ile yoğun strese, gerileme ve zorluğa maruz kalan bireylerde bunların etkisi yıllarca devam edebilmekte, bireye kalıcı zarar verebilmektedir (Mastekaasa, 1995, ss. 173-183). Boşanmada özellikle ilk aylar her iki eş açısından oldukça zorlayıcı olabilir. Eşlerin yeni duruma alışması için zamana ihtiyaçları vardır. Ancak herkesin boşanma sürecine adaptasyonu farklıdır. Aynı çatı altında yaşamış eşler, oluşan yeni durumda, kendi kişiliğini ve kimliğini bağımsız olarak yeniden tanımlamak durumundadır (Cüceloğlu, 2011, s. 384).

Ayrılık ile birlikte, stresin en önemli göstergeleri arasında sayılan mide sorunları, kilo kaybı, sinirlilik, yorgunluk, iştahsızlık başladığı işi bitirmede zorlanma gibi psikosomatik etkiler söz konusudur (Bloom, Hodges, & Caldwell, 1983, ss. 225-226). Ayrıca bu süreçte bireylerde sigara ve alkol kullanımı artar, iş verimliliği düşer, kilo ve genel sağlık sorunları baş gösterir. Ayrılmış eşlerde intihar düşüncesi oluşabilir, eşler yaşanan ruhsal problemler nedeniyle terapi arayışına girebilir (Gray, 1978, ss. 297-298).

Boşanmaya uyum iki aşamada düşünülebilir. Bunlardan ilki çözülme aşamasında, diğeri ise boşanmadan sonraki yeni hayata ilişkindir. Boşanmayla birlikte öncelikli olarak sosyal hayatını düzenlemek ve akrabalarını, arkadaşlarını bilgilendirmek durumunda kalan eşler, ilk etapta çocukların bakım ve gözetimi, mülk paylaşımı gibi konular ve yasal süreçlerle uğraşırlar. Aynı zamanda eşler çözülmenin verdiği duygu karmaşası ile de baş etmek durumundadır; ayrıldığı eşine karşı kaygı, kızgınlık, kıskançlık, suçluluk, sevgi, nefret, acı ya da bağlılık hissedebilirler. Mazide kalmış evlilikleri ile ilgili ızdırap, keder, hayal kırıklığı, başarısızlık ve pişmanlık gibi duygular yaşayabilirler. Bunlara özgüven kaybı, düşük benlik saygısı da eşlik edebilir. İkinci aşamada ise birey yeni bir yaşam kurmaya yönelir. Eşler, bu aşamada taşınma, yeni çevreye uyum sağlama, sosyal destek ya da iş arayışı, azalan maddi kaynaklar ile daha yoğun bir yaşam mücadelesi verme, çocukları düzenli veya sınırlı ziyaret, yahut tek ebeveyn olarak çocuklara bakım verme, yeni yetişkin ilişkileri geliştirme ve arkadaşlıklar kurma gibi durumlarla karşılaşılırlar. Ancak bireyler bu dönem içerisinde de duygusal karmaşa yaşayabilir ve uyum konusunda sıkıntı çekebilirler. Yetersizlik hissi, korku ve kaygı,

yalnızlık ve hüsrana karşılaşılabilecek bazı duygular arasında sayılabilir (Spanier & Casto, 1979, s. 244).

Bu süreçte bireyler çoğunlukla yoğun stres ve buna bağlı gelişen depresyon ve kaygı ile mücadele etmek durumunda kalmaktadırlar (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem, & Nolen-Hoeksema, 2010, ss. 489-492). Stres çeşitli ruhsal sorunlara sebebiyet verdiği gibi beraberinde depresyonu da tetiklemektedir. Yapılan deneylerde strese maruz kalan hayvanların pasifleştiği ve depresyondaki insanlar gibi davrandığı gözlenmiştir. Pek çok depresyon vakasında stres ile birleşme vardır. Stres arttıkça kişinin depresyon girdabına kapılması daha olası hale gelmektedir (Gilbert, 2016, ss. 92-95).

2.1.2. Depresyon ve Boşanma

Depresyon (çökkünlük/üzüntü), dünyada ve ülkemizde yaygın bir psikolojik sorundur. Latince 'depressus' ya da 'deprimere' kökünden türetilmiş bu kavram 'çökkünlük', 'bastırmak' gibi anlamlara gelmektedir (Gilbert, 2016, ss. 29-30; Şentepe, 2016, s. 62). Depresyon, bir duygu durum problemidir. Bu tür bir sorun değişken yoğunlukta seyredebilir ve kişinin duygu ve düşünce dünyasında olumsuzluklara neden olur (Blackburn, 1996, s. 10).

Bu duygu durum problemi en ağır psikotik düzeyde, melankolik ve intihar tehlikesi olan bir hastadan keyifsiz, morali bozuk, dünyayı ve geleceğini karamsar bir bakışla değerlendiren bir kişiye kadar olan bütün depresyon düzeylerini içerebilir. Yani depresyon, normal, geçici, anlık bir duygulanımdan bir hastalığın herhangi bir belirtisi ya da tam anlamıyla bir psikiyatrik bozukluk olarak ele alınmaya kadar birçok vakayı kapsayabilen bir kavram olarak kullanılabilir. Bazen günlük düş kırıklıklarının bir yansıması, doğal yaşantı, bir uyum yanıtı veya insan varlığının ölümle yüz yüze geleceği ontolojik durumuna evrensel bir tepki olarak da ortaya çıkabilir. Hatta bazı varoluşsal (egzistansiyel) krizlerin ağır depresyonu tetikleyebileceği de kaydedilmiştir (Alper, 1999, ss. 19-20).

Depresyon, genellikle stres verici bir olaydan sonra üzüntü, mutsuzluk, çaresizlik, ilgisizlik, haz alamama, aşırı kilo verme, değersizlik, ölüm düşüncesi gibi görünümle kendini gösteren bir ruh halidir. Bireyler, zaman içerisinde normal stresörlere dahi

depresyon bakımından duyarlı hale gelebilmektedirler (Atkinson vd., 2010, ss. 539-540; Greenberg, 2007, ss. 108-109).

Çoğu zaman depresyon ve üzüntü birbirinin yerine kullanılabilen kavramlar olsa da aralarında teknik ayrımlar vardır. Üzüntü duygusu, tam olarak depresyonu ifade etmemektedir. Ancak depresyon, kaçınılmaz bir şekilde üzüntüyü de içermektedir ve şiddetli bir biçimde günlük yaşamı tesiri altına almaktadır. Bu bakımdan depresyonun anlaşılabilmesi için normal ve anormal (patolojik) üzüntü ayrımı yapılabilir. Normal üzüntü ile patolojik olanı arasındaki sınırı belirlemek ise güçtür. Aradaki fark; şiddet miktarına, başka başka ortaya çıksalar dahi üzüntüye eklenmiş semptomların görece niteliğine bağlıdır (Lôo & Lôo, 1993, ss. 10-11). Ayrıca depresyonu normal üzüntüden ayıran en önemli hususlardan birisi de, umutsuzluktur. Onun için depresyonu karamsarlık artı üzüntü şeklinde formüle etmek de mümkündür. Bu nedenle umutsuzluk depresyonda belirleyici bir öge olarak düşünülebilir. Zira depresif hastalar üzerinde yapılan araştırmalarda bu hastaların %78'inden fazlasının geleceğe olumsuz baktıkları tespit edilmiştir. Depresyonun şiddeti arttıkça umutsuzluğun da artış gösterdiği kaydedilmektedir. Umutsuzluğa; çoğu zaman değersizlik, çaresizlik, kararsızlık, eyleme geçememe, işlerini sürdürememe ve suçluluk duyguları da eşlik etmektedir (İmamoğlu & Yavuz, 2011, ss. 228-229).

Aslında depresyon ya da üzüntü, -normal olarak düşünülürse- psişik bir acıdır, talihsizliğe verilen olağan ve sağlıklı bir reaksiyondur. Nedeni çoğunlukla sevilen bir kişinin/şeyin kaybedilmesidir ya da kaybedileceği endişesidir. Elde edilmek istenen şeylerin elde edilememesi ya da amaçlanan şeyin gerçekleşmemesi üzüntünün kaynaklarındandır (Bowlby, 2015, s. 281; Kindi, 2017, s. 51; Razî, 2015, ss. 29, 63).

Farklı teorik bakış açılarına göre ele alınacak olursa öncelikle dinamik yaklaşımda depresyon kişiliğin erken dönemlerinde ortaya çıkan bir sorundur. Buna göre; hayalde ya da gerçekte bir sevgi nesnesinin yitimi ve buna bağlı olarak kişinin benliğinde bir yoksullaşma, boşluk, terk edilmişlik duygusu ile birlikte öz değerinde belirgin bir azalma veya yok olma söz konusudur. Burada kaybedilen nesneye karşı düşmanca duygular ve agresif dürtüler oluşur ve kişi bunları kendisine yöneltir ve özdeşim kurar. Bütün bunlar kaybın travmasına ve onun sonuçlarına karşı bir savunmadır. Bu tür bir mekanizma yaşamın erken evrelerinde geliştiğinde bir kişilik yapısı haline gelmektedir. Depresif

kişilerde libidinal bir saplanma ile sevgi-nefret ikilemi oluşur. Bu, ödipus kompleksinden önceye oral ve anal döneme kadar götürülebilir. Depresif kişiliğin kökeni bu dönemde yaşanmış narsistik yaralanmalardan ve yaşamın ilerleyen evrelerinde de buna benzer yaralanmaların meydana gelmesinden kaynaklanmaktadır. Bu tarz kişiler uğradıkları hayal kırıklıklarından dolayı yaşamları boyunca dışsal narsistik destekler ararlar, bu arayış onların üst benliğinin gelişmesini bozar ve böylece affetmeyen, cezalandırıcı, katı bir üst benlik geliştirirler. Bu üst benlik onların saldırganlık öfke gibi duygularının boşaltılmasına izin vermez. Bu tarz kişiler bütün ilişkilerinde bilinçli sevgi yanında, bilinçaltından yaşanan öfke, nefret gibi duygular taşırlar (Alper, 1999, ss. 44-45).

Bilişsel teoriye göre ise depresyonda kişinin bilişsel şemaları²⁴ en önemli etkidir. Kişinin kendisine, dünyaya ve geleceğe dair olumsuz bakış açısı (*negative view*) ve deneyimlenen şeylerin olumsuz bir şekilde kurgulanması depresyona ve depresyona bağlı gelişen diğer fenomenlere (depresif ruh hali, irade felci, isteksizlik ya da kaçınma, intihar düşüncesi, bağımlılık) neden olmaktadır. Depresif kişilerin düşünceleri depresif temalarla doludur. Geleceğe, kendine ve dünyaya dair bu düşüncelerde, yetersizlik/eksiklik, kendini ayıplama ve negatif deneyimler vardır. Depresyon derinleştikçe depresif düşüncelerle doyurulmaya başlanır. Depresif düşüncenin uyanması için herhangi bir harici uyarıcı olması yeterlidir. Artık var olan durum ile bunun kişisel yorumlanması arasında mantıksal bir bağ kalmamış olabilir. Burada depresyona neden olan bilişsel çarpıtmalar ve kişiye özgü şemalar söz konusudur. Baskısız dönemde inaktif olan bu şemalar, depresyon geliştikçe daha güçlü bir hal alırlar (Beck & Alford, 2009, ss. 226-257).

Bazı bireyler gerek kalıtsal gerekse çevresel etkenler nedeniyle depresyona karşı daha duyarlı hale gelebilmektedir. Bazı bireyler ise aynı durum karşısında farklı bir perspektif ile hareket ederek bunu bir tehdit olmaktan çok bir gelişim fırsatı olarak da görebilmektedir. Buna karşın düşük sosyal beceriler, yoksul olmak, kişisel bağımsızlığını elde edememek, 7 yaşın altında bir çocuğa sahip olmak ve yakın

²⁴ Bilişsel teorinin çıkış noktası olan şemalar bilişsel şablonların türleri ve bireyin bütün olaylarını, hafızasını, inançlarını ve tutumlarını organize eden zihinsel bilgi yapılarıdır. Ayrıca şemalar, bilgi işlemeyi şekillendiren, psikolojik bozukluklardaki temel bilişsel mekanizmalardır (Riskind, 2007, s. 145).

ilişkilerin olmaması depresyona duyarlılığı artıran etmenler arasında sayılmaktadır (Atkinson vd., 2010, ss. 506-548).

Görüldüğü üzere depresyonda çocukluk deneyimlerinden bilişsel çarpıtmalara, kalıtsal faktörlerden çevresel koşullara varana dek pek çok etken yer almaktadır. Bir ilişkinin sona ermesi ise bizzat depresyonu tetikleyebilecek bir olgudur (Gilbert, 2016, ss. 104-107).

Nitekim boşanmış kişilerde depresyonun arttığına dair birçok bulgu ortaya konulmuştur. Evli kaldıkları dönemle karşılaştırıldıklarında boşananların daha depresif olduğu kaydedilmiştir (Menaghan, 1985, s. 302). Bununla birlikte boşanmış kişilerin bizzat yas sürecine benzer reaksiyonlar gösterdiği bilinmektedir. Boşanmada ayrılığa eşlik eden bir kayıp hissi vardır. Boşanma ile birlikte eş kaybedildiği gibi evlilik ve aile hayatı ile ilgili umut ve hayaller de yitirilmiştir. Bu da ayrılan eşlerde yoğun bir yas sürecini tetiklemektedir. Bağlanmanın daha güçlü olduğu durumlarda yas daha da yoğundur. Duygusal olarak diğer eşe kendini daha fazla adayan eş, ayrılık acısını daha da fazla yaşamaktadır. Buna mukabil terk edilen eşin yaşadığı acı, terk edene göre daha yoğun olabilmektedir (Emery, 2013a, ss. 113-123).

Amprik olarak gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlı depresifler, boşanma ile gelen depresifler ve hasta (depresyon hastası) olarak gelen depresifler karşılaştırılmıştır. Depresyonun seyri bakımından hasta olarak gelenlerle boşanma ile gelenler arasında bir fark bulunamamıştır, yaşlı depresiflerde ise diğer iki gruba göre depresyon ataklarının daha az olduğu bulgulanmıştır (Briscoe C & Smith J. B., 1975, s. 439). Şunu kaydetmek gerekir ki sevilen birinin ölümünün ardından ortaya çıkan kayıp ile depresyona neden olan kayıp arasında fark vardır. Yasta nesneyi gerçekten kaybetme ve bunun ruhsal sonuçları varken depresyonda gerçek bir kayıp olsun ya da olmasın bir sevgi nesnesinin yitimi vardır (Alper, 1999, s. 45). Boşanma ile ortaya çıkan yas sürecinde ortada gerçek bir ölüm yoktur, teorik olarak ayrılan eşlerin bir araya gelebilme ihtimali vardır. Bu nedenle boşanmanın yasını tutmak farklı bir kavramsallaştırma değildir. Burada daha çok doğrusal değil döngüsel süreçler yaşanmaktadır. Yani bu süreçte sevgi, öfke ve üzüntü gibi duygular döngüsel olarak açığa çıkmaktadır (Emery, 2013a, ss. 122-123). Bu nüanslarla birlikte depresif bozukluklarla yas tutma arasında bir örtüşme olduğu vurgulanmaktadır (Bowlby, 2015, s. 292).

Yas, dört fazda ortaya çıkmaktadır; (1) Genellikle birkaç saatten bir haftaya kadar süren son derece yoğun üzüntü ve/veya öfke patlamalarının yaşandığı hissizleşme fazı, (2) Bazen birkaç ay bazen de yıllarca süren kaybedilen figürü özleyip arama fazı, (3) Var olan düzenin bozulması ve umutsuzluk fazı, (4) Az çok yeniden düzen kurma fazı. Bu fazların sınırları keskin olmamakla birlikte bireyler yas sürecinde birinden diğerine fazlar arasında girip çıkabilirler (Bowlby, 2015, ss. 103-104).

Ancak boşanma ile basitçe sadece sevgi nesnesinin yitimi ve ardından gelen yas duyguları yoktur. Evlilik ve aile hayatı ile ilgili umut ve hayaller yitirildiği gibi toplumsal kimliğin zedelenmesi ve statü kaybı da vardır. Bu ise başlı başına depresyon için bir nedendir ve özellikle bunun kadınlar açısından önemli ölçüde risk teşkil ettiği ifade edilmiştir (Hortaçsu, 2015, ss. 199-200). Bruce ve Kim ise bekâr ya da evli hemsinleri ile karşılaştırıldığında hem kadınların hem de erkeklerin bu süreçte daha fazla major depresyon gösterdiklerini, erkeklerin ise bu konuda kadınlardan daha fazla risk taşıdığını bulgulamışlardır (Bruce & Kim, 1992, ss. 916-917). Boşanma sürecinde belirtileri depresyon ile örtüşen bir diğer duygudurum sorunu ise anksiyetedir.

2.1.3. Anksiyete ve Boşanma

Anksiyete (Endişe/Kaygı/Bunaltı), strese verilen en genel tepkilerden birisidir (Atkinson vd., 2010, s. 495). Korkuya benzeyen ancak nedeni belirgin olmayan (Bowlby, 2014, ss. 109-110; Le Gall, 2012, s. 323) ve bilinçdışı süreçlerle (Freud, 1994, s. 394) ya da duygusal süreçlerden ziyade bilişsel süreçlerle (Beck & Emery, 2006, s. 49) ilerleyen, kişide psikolojik ve psikosomatik tepkilere neden olabilen, ontolojik olarak kişinin var olan durumu bir tehdit olarak deneyimlemesi ile ortaya çıkan çok yönlü ve kapsamlı bir olgudur (M. O. Öztürk & Uluşahin, 2008, ss. 452-467). Belirtileri çoğu zaman depresyon ile örtüşen bu olgu, travma sonrası stres de dahil olmak üzere bir dizi ruhsal soruna sebep olabilecek bir sorundur (Beck & Emery, 2006, s. 87).

Stres ve depresyon mağduru çoğu insan anksiyete semptomları göstermektedirler. Aslında anksiyete belli seviyelerde zor durumlarla başa çıkmakta yardımcı olabilecek bir ruhsal mekanizmadır (örneğin, sınav için belli seviyede kaygı duymak motivasyon açısından yararlı olabilmektedir). Tipik olarak, tetikleyici olay çözüldüğünde anksiyetenin azalması beklenmektedir. Fakat günlük durumların irrasyonel korkusu haline geldiğinde anksiyete ciddi bir ruhsal sorun olarak kendini göstermektedir.

Anksiyete, korku ve endişenin orantısız bir şekilde arttığı, varlığımızı sürdürme yeteneğimizi tehdit edici bir durumdur (Brosan & Todd, 2016, ss. 80-81).

Psikodinamik teoriye göre kaygı, kaçma refleksi ile ilgilidir ve bireyin öz koruyucu iç güdüsünün dışavurumudur. Bu refleks ya da dışavurum görecelidir. Yani kaygının ortaya çıkması durumlara ve bu durumlara karşı kişilerin öngörüsüne ve mukavemetine (bilgi ve güç) bağlıdır. Aslında kaygının üretimi bireyin algılamasına ilişkin öznel bir duygulanımdır. Bu duygu; kalıtsal mirasın tarih öncesinden bize bıraktığı çekirdek bir yaşantının tekrarıdır. Bu da doğum yaşantısıdır. Çünkü doğumda birey, onu tehdit eden bedensel ve psişik ölümcül tecrübelerle ve tehlikelerle (nefes alamama vs.) yüz yüze gelmiştir. Bunların yanı sıra bu ilk kaygının oluşmasında anneden ayrılmış olmanın etkisi de yadsınamaz. Bu tehditler karşısında psişe kaygı mekanizmasını (prototipini oluşturur) harekete geçirir ve anne rahmine dönmek ister. Anne rahmine dönemeyen psişe bunu kendi ruhsal sitemine yansıtır, libido deşarj olamaz ve kaygı libidonun yerini alır. Buna bağlı olarak çocukta birden fazla kaygı gelişmiş olur; ayrılık kaygısı, zulüm görme kaygısı, depresif kaygı (Bowlby, 2014, ss. 449-451; Freud, 1994, ss. 385-398; Rank, 2014, ss. 32-59).

Bilişsel teoriye göre ise anksiyete, bir durumun tehlikeli olduğuna dair bilişsel yargılardan ve değerlendirmelerden kaynaklanmaktadır. Bu tür kognisyonların (biliş) oluşmasında temelde kökleşmiş yanlış inançlar, kavramlar ve tutumlar, bilişsel şemalar ve gizlenen bilişsel şablonlar bulunmaktadır. Bu şemalar ayrıca, bireyin belirsiz tehdit senaryoları hakkında nasıl düşündüğünü ve onları neye dayandığını da belirlemektedir (Mesela bireye tehdit işaretlerini yorumlama ve hakkında çok az bilgi olsa dahi bir durumun önemi veya kişisel anlamı hakkında öngöründe bulunma). Düşünce çağrışımlarına, belirsiz durumların yorumlarına veya çıkarımlara işaret eden şemalar her zaman güncel olarak aktif şemalardır. Bu şemalar, bireyin her an devam eden bilinç yığnında veya çalışan hafızasında ani veya aktif bir şekilde temsil edilmeyen, depolanmış, kökleşmiş ve organize edilmiş diğer şemalardan farklılık arz ederler. Aktive edildiği veya kullanıma hazırlandığı an, söz konusu kişiye özgü şema kümesi, bireyin, hastalık dizgesini ya da bu yönde kategorize ettiği düşüncelerini şekillendirir. Genelleşmiş anksiyete bozukluğunda, bireyin inançlarını ve kişisel tehlike kavramlarını düzenleyen tehlike şemaları nerdeyse sürekli aktiftir. Neticede birey

minimum işaretlerle önceden tanımlanmış yargılara (“Tehlikedeyim”, “Hayatta kalmamı ve mutluluğumu tehdit eden bir şey var”) ulaşır, olumsuz öngörülerde bulunur ve felaket senaryoları hakkında kaygılanır. Aynı zamanda şemalar burada uyarıcıyı sınıflandırmak için türüne göre tasnif edilmiş karmaşık sistemlerle birlikte öncüllerden, varsayımlardan hatta kusursuz kıyaslardan oluşan yapısal ve mantıksal unsurları da kapsamaktadır. Mesela, arka planında anksiyete barındıran biliş şemaları, durumların tehlikesini ve dahası varsayımları (“ya şöyle olursa”) ve olumsuz kıyasları (“Öyleyse, böyle”...) tanımlamak için taksonomi sistemleri içerebilmektedir. Bu şemalar aktif veya işleyebilir hale geldiklerinde, bireyin neye dikkat edip odaklandığını, eksik bilgilerin aralarına neler doldurduğunu etkileyen ve objektif olsun olmasın uyarıcıyı tehlike sinyalleri olarak algılama ihtimalini arttıran bilişsel filtreler olarak görev yapmaktadırlar (Riskind, 2007, ss. 144-146).

Varoluşçu görüşte ise aslında anksiyete/bunaltı varoluşun temelinde yer alan bir problematiktir. Buna göre gerçek bunaltı, kişinin varoluşuna ilişkindir (en temelde; ölüme doğru giden bir varlık olarak insan, bunun bilincine ve endişesine sahiptir) ve “hiç” olabileceğinin ayrımına varması ile ortaya çıkar. Korku, kişinin varlığının dışında olan bir tehlikeye karşı tepki ise bunaltı; kişinin doğrudan doğruya varoluşuna, özüne yönelik bir tehdittir. Korku, başka duygusal tepkiler gibi nesnel olarak incelenebilir bunaltı ise; ancak varoluşa yönelik bir tehdit olarak düşünüldüğünde anlaşılabilir (M. O. Öztürk & Uluşahin, 2008, s. 468).

Anksiyeteye sebep olacak ve onu tetikleyecek çok sayıda etken vardır. Bu nedenler arasında şunlar sayılabilir: Kalıtımsal yatkınlık, fizyolojik sorunlar ve hastalık beklentisi, fiziksel hastalıklar ve/veya toksik maddeler, ciddi dış kaynaklı stres (örneğin, fiziksel veya psikolojik tehlikeye uzun süre maruz kalma), öznel duygusal saldırıya açıklığın sınırını aşan belirli dış kaynaklı stres (örneğin, kendi kendini idare eden bir kişiye sıkı askeri bir disiplinin yüklenmesi). Belli bir anksiyete vakasında yukarıda bahsedilen faktörlerin herhangi bir kombinasyonuna da rastlanabilir. Örneğin, bir vaka, aşırı derecede genetik yatkınlık ve asgari düzeyde çevresel stresten kaynaklanırken, bir diğeri kalıtımsal faktörler olmaksızın sadece alışılmamış seviyedeki bir çevresel tehlikeden ileri geliyor olabilir (Beck & Emery, 2006, ss. 158-159).

Daha önce ifade edildiği üzere boşanma insanın yaşamını, dünyaya ve insanlara olan inancını tehdit edici travmatik bir deneyim olduğundan yaşamsal bir krizi bir kriz durumunu ifade etmektedir. Bu tür durumlarda insanın yaşamı altüst olmaktadır. Hendrick'in de belirttiği üzere en başta bireyler boşanma ile ayrılığı deneyimlemektedirler. Duygusal bağ düşünüldüğünde ayrılık daha da acı bir hale gelmektedir. Yani bir bağlanma figüründen ayrılma/kopma söz konusudur. Bu da bireyde anksiyeteyi özellikle *ayrılık anksiyetisini* tetiklemektedir (Hendrick, 2009, ss. 172-174).

Aslında ayrılık anksiyetesi çocukluk çağında anneden ayrılma ile açıkça gözlenen sevilen bir kişinin kaybı ve ondan uzaklaşma, kopma bunaltısının devamı niteliğindedir. Çocukluk çağında tecrübe edildiği gibi yaşamın ilerleyen dönemlerinde sevilen ve ileri derecede bağlılık duyulan birinin kaybı bireyde bunaltıya sebep olmaktadır (M. O. Öztürk & Uluşahin, 2008, s. 467).

Boşanma tecrübesi ve bu süreçte açığa çıkan duygulanım, bunaltı ve travma sonrası stres belirtileri ile örtüşebilecek özelliktedir. Evliliğe yapılan psiko-sosyal-manevi ve ekonomik yatırım boşanma ile boşa çıkmış, zarar oluşmuştur, evlilik sonlanmış, aile parçalanmıştır, ebeveynlerin çocuklarını, çocukların ebeveynlerini görmesi ya da ziyaret düzenlemesi, nafaka vs sorunlar ortaya çıkmıştır. Birey sığınağını, yuvasını kaybetmiş, sığınaksız ve korumasız kalmıştır. Ekonomik ve sosyal tehditler söz konusudur. Ayrıca bireyde geleceğe yönelik (yeniden toparlanabilecek miyim, başkaları bana nasıl bakacak, diğerleri ile karşı cins ile ilişkim nasıl olacak), anlama (bütün bunların anlamı ne, niçin bu benim başıma geliyor, ben bunu hak edecek ne yaptım) ve yalnızlığa dair psiko-felsefi-varoluşsal kaygılar oluşmuş, bireyin saadeti sorunsallaşmıştır.

Boşanma psikolojisine ilişkin pek çok kuram ve teori ileri sürülmüştür. Konunun daha iyi anlaşılabilmesi açısından aşağıda bunlardan bazılarına değinilmiştir.

2.1.4. Boşanma Psikolojisine İlişkin Kuram ve Yaklaşımlar

Boşanma sürecine ilişkin pek çok kuramsal yaklaşım vardır. Bununla birlikte boşanmaya ilişkin bu tartışmaların ahlaki ve politik yönü de bulunmaktadır. Kuramsal olarak temelde tartışmanın bir tarafında boşanmanın çekirdek aileyi yok ettiği ve eninde sonunda bir bütün olarak toplumu aşındırdığında ısrar edenler, diğer tarafında ise,

sıkıntılı olmakla birlikte, boşanmanın, aile yaşamını değiştirmek ve belki de geliştirmek için bir yol olduğunda ısrar edenler vardır. Buna boşanmaya *ahlaksal bakış açısı* denilmektedir. Buna mukabil boşanmayı yaşamsal kısa süreli bir gerginlik olarak (bir kriz modeli) ya da boşanmayı uzun süreli etkileri olan bir süreç olarak (kronik gerginlik modeli) ele alan ve *zamansal bakış açısı* olarak isimlendiren görüşler de vardır (Hendrick, 2009, s. 175)

Bunlarla birlikte boşanmaya ilişkin psikoloji, sosyoloji, sosyal psikoloji, aile sosyolojisi ve aile danışmanlığı alanlarında pek çok kuram ve görüş oluşturulmuştur. Aslında evlilik ilişkisi yakın ilişkiler psikolojisinin bir parçasıdır ve bu alan içerisinde incelenmektedir. Bu noktada boşanmanın dinamikleri açısından eş seçme teorilerinden danışmanlık kuramlarına kadar pek çok yaklaşımın derinlemesine incelenmesi mümkündür. Ancak burada literatürde özellikle psikoloji ve sosyal psikolojinin odağında yer alan, boşanmaya ve psikolojik görünümelerini bir süreç olarak ele alan belli başlı yaklaşım ve teorilere yer verilmiştir.

2.1.4.1. Psiko-sosyal Bir Süreç Olarak Boşanma

Klinik çalışmalar sonucunda boşanma *psikolojik bir süreç* olarak tanımlamıştır ve bu süreç 7 evreye ayrılmıştır (Bakınız; S. Kessler, 1975, ss. 20-43; Guttman, 1993, ss. 40-44; Uyar, 1999, ss. 22-25; Sürebiçer, 2008, ss. 29-31). Buna göre aslında boşanma sürecinin başlaması evliliğin ilk yıllarına kadar uzanmaktadır. Evliliğin ilk dönemlerinde eşlerin, birbirlerinin farklı yanlarını ve ilişkilerindeki güçlükleri fark etmesi, bu süreci başlatan ilk kıvılcım olarak düşünülmektedir. Eğer eşler bu farkındalık sonrası ilişkilerindeki güçlükleri sağlıklı iletişim ve problem çözme becerileriyle çözümlenip, birbirlerini zayıf ve güçlü yanlarıyla kabul etmezlerse evliliğin ilerleyen dönemleri boşanma sürecinin başka bir evresi olarak yeniden ortaya çıkmaktadır (Uçan, Yazar & Sayıl, 2006, s. 25).

Başlangıç ve bitiş noktaları belirgin olmamakla beraber, her bir evrenin süresi, kişilerin psikolojik yapılarına göre değişiklik gösterebilmektedir. Bu evreler;

1- İlizyondan Uyanma (*Disillusionment*) Evresi. 2- Erozyon (*Erosion*) Evresi. 3- Ayrışma (*Detachment*) Evresi. 4- Fiziksel Ayrılık (*Physical Separation*) Evresi. 5- Yas

(*Mourning*) Evresi. 6- İkinci Ergenlik (*Second Adolescence*) Evresi. 7- Araştırma ve Sıkı Çalışma (*Exploration and Hard Working*) Evresidir.

Balayının ve romantizmin bitmesi ile eşler bir takım eksikliklerin farkına varmaya, ideal eş algıları ile gerçekte yaşadıkları eş arasında karşılaştırma yapmaya başlamaktadırlar. Böylece evlilikten boşanmaya giden yolda ilk evre yani *illüzyondan uyanma* ile birlikte duygusal boşanma süreci başlamış kabul edilmektedir. Aslında bu evre eşlerin birbirine uyumu konusunda farklılıkların kabulü ve sağlıklı bir ilişkinin temeli noktasında olumlu atlatılabilecek bir dönemdir ancak eşlerin olumsuzluklara odaklanması huzursuzluğu ve güvensizliği beraberinde getirmektedir. Eğer bu durum devam ederse eşler ikinci aşamaya yani *erozyon* evresine geçmektedir. Erozyon evresinde geçmişte çözümlenmemiş ve bastırılmış sorunlar ve duygular açığa çıkmakta ve artık kendini net bir şekilde belli eder hale gelmektedir. Eşler açısından sorunların kaynağı belirsiz, aralarındaki iletişim ise son derece olumsuzdur. Daha kötüsü bu iletişim tarzı eşler arasında bir yöntem ve alışkanlık haline gelmeye başlamıştır. Bu dönemde eşler genellikle birbirine karşı kaçınmacı, incitici ve umursamaz davranabilmektedirler. Bütün bunlar uzaklaşma ve parçalanmanın açık göstergesi olarak düşünülebilir. Artık sağlıklı iletişim kurmak güçleşmiştir. Eşler ilişkilerinde netameli ve bencil davranabilir ve mutluluğu dışarıda arayabilirler (Guttman, 1993, ss. 40-41; Uyar, 1999, ss. 23-24).

Erozyon evresinden sonra *ayrışma* dönemi başlamaktadır. Bu dönemde eşlerin birbirinden beklentisi azalmış, çatışmalara umursamazlık eklenmiştir. Umursamazlık bu dönemin en karakteristik özelliklerinden birisidir. Ortak değerler, anılar, heyecanlar yerini bireysel ilgi ve hobilere bırakmıştır. Yani bireyselleşme ve bağımsız davranışlar aşikâr olmuştur. Şunu da belirtmek gerekir ki iki eşin aynı anda ayrışma duygusu yaşaması düşük bir ihtimaldir. Ancak ayrışma duygusu bir kez yaşandığında boşanma riski güçlü bir hale gelmiştir. Hatta gelecek ile ilgili planlar yapılmaya, boşanma sonrası düşünölmeye ve kurgulanmaya başlanmıştır. Nihayetinde yine de boşanma kararı verilmiş değildir. Boşanma sürecindeki en kritik evre ise fiili ayrılığın yaşandığı *fiziksel ayrılık* dönemidir. Eşler artık ayrı yaşamaya başlamıştır yani eşler arasındaki mekân birlikteliği sona ermiştir. Eşler bu evrede yoğun bir şekilde anksiyete, yalnızlık, suçluluk, öfke ve başarısızlık gibi duygularla mücadele etmektedirler. Ayrılığın getirdiği bütün olumsuzluklarla yüzleşmek durumundadırlar. Burada önemli bir ayrıntı

bu dönemde ayrılığı başlatan eş ile diğeri arasında ya da başka bir ifade ile terk eden ile terk edilen eş karşılaştırıldığında aralarındaki duygulanım farklılığıdır. Terk eden eşin bu dönemden daha az etkileneceği ve zarar göreceği ileri sürülmüştür. Diğer taraftan bu dönemdeki yoğun duyguların ardından eşlerin yoğun bir *yas* süreci deneyimleyeceği belirtilmektedir. Yani eşler kaybetmenin üzüntüsünü, acısını ve kızgınlığını bu dönemde deneyimlerler. Eşlerin bu dönemi sağlıklı bir şekilde atlatmasının ardından kendilerinin imkân ve potansiyellerini yeniden keşfedeceği, bir tür atılım imkânı bulacağı yeni bir döneme gireceği belirtilmektedir. *İkinci ergenlik* olarak isimlendirilen bu dönemde eşler yeni kimliklerini benimseyip daha özgür davranma yoluna giderek çevresindeki fırsatları değerlendirmeye başlamaktadırlar. Baskılanmış arzular gün yüzüne çıkmıştır. Boşanma ile ortaya çıkan yeni kimlik tıpkı bireyin ergenlik dönemindeki heyecanlarını ve gelecek beklentilerini anımsatmaktadır. Bütün bu aşamaların en sonunda ise yani *araştırma ve sıkı çalışma* evresinde ise bireylerin sürece sağlıklı bir şekilde adapte olabilmesi beklenmektedir. Ancak bu son aşamada bireyler geçmişe mesafe ile gerçekçi bir şekilde bakabilmektedir (Guttman, 1993, ss. 41-44; Uyar, 1999, ss. 24-25).

2.1.4.2. Gelişimsel Yaklaşım

Gelişim kişinin anne rahmine düşmesinden ölümüne kadar devam eden bir süreci ifade etmektedir. Bu süreçte bireylerin belli gelişim görevlerini belli dönemlerde gerçekleştirmesi beklenmektedir. Gelişim görevi “bireyin yaşamındaki belli bir dönemde ortaya çıkan, başarıyla elde edildiğinde daha sonraki görevlerde başarıya ve mutluluğa yol açan, başarısızlığında ise kişide mutsuzluğa, toplumun hoş görmemesine, daha sonraki görevlerde zorluklara yol açan” görevlerdir. Çeşitli yaşam dönemleri için belirli yaşam görevleri tasnif edilmiştir. Buna göre, insanlar, ergenlikten sonra “genç yetişkinlik döneminde (18-30 yaş)”, bir aile kurma dolayısıyla eş seçme, evli (eşiyle) yaşamayı öğrenme gibi gelişim görevleri ile karşı karşıyadır. Eş seçme öyle kritik bir yaşam görevidir ki diğer gelişim görevlerini açık bir şekilde etkilemektedir. Eş seçme görevinden sonra ise bireyin eşiyle birlikte yaşamayı öğrenmesi gerekmektedir yani bireyden evli bir şekilde yaşamayı başarabilmesi ve aile olarak toplumsal hayata adapte olması beklenmektedir (Bacanlı, 2000, ss. 46-54).

Eş seçme, Erikson'un gelişim kuramında da ergenlik sonrası dönem ile karakterize edilmiştir ve dönemin adı “yakınlığa karşı yalıtılmışlık” olarak isimlendirilmiştir. Buna

göre, ergenlik sonrasında birey yetişkin toplumuna dâhil olmaktadır ve kendisinden toplumdaki diğer kişilerle yakın ilişkiler kurabilmesi beklenmektedir. İş yerinde iş arkadaşları ile, evinde ise eşi ile olumlu ilişkiler kurması gerekir aksi halde bireyde yalıtılmışlık ve terk edilmişlik hissi oluşmaktadır. Bu dönemde açık ifadesini bulmasa da bireyde bazen “bağlanma korkusu” adı verilen bir durum ortaya çıkabilmektedir. Örneğin, bağlanma korkusu yaşayan birey, “okul bitince evleneceğim”, “iş bulunca evleneceğim”, “evim olunca evleneceğim” gibi mazeretler ileri sürerek bağlanma korkusunu gizlemeye çalışabilmektedir. Erikson’un diğer diatomik ayrımlarında olduğu gibi bu dönemde de iki uç durum söz konusudur. İfrat noktasında kişi önüne gelenle yakın ilişki kurmaya kalkışabilmektedir. Tefrit durumunda ise kişi aşktan, sevgiden, arkadaştan, toplumdaki ya da eşinden kendisini dışlayabilmektedir. Bu iki uç durumun vasatı ya da itidali ise sevgi duygusuyla ortaya çıkan bağlılık olarak isimlendirilmektedir (Bacanlı, 2000, s. 96).

Erikson’un kuramı Smart tarafından boşanma sürecindeki bireylere uyarlanmıştır ve boşanma sürecinde eşlerin yaşaması muhtemel çatışmalar, psikososyal gelişim dönemlerine göre modellendirilmiştir. Erikson, çocuk gelişimini incelerken her bir evrenin bir kriz ile karakterize olduğunu ileri sürmüştür. Genellikle bireyin sağlıklı bir şekilde gelişim gösterebilmesi için her bir evrede ortaya çıkan krizi çözüme kavuşturması gerekmektedir. Aksi takdirde ileride yaşanacak yaşamsal krizlerde kişi erken gelişimsel evrelere (başarı ile çözümlenememiş evrelere) geri dönecektir (regresyon). Regresyon ağır ya da hafif düzeylerde seyredebilmektedir. Smart’a göre boşanma bu tür bir krizdir ve bireyler bu süreçte regresyon yaşamaktadırlar (Smart, 1977, ss. 70-78; Sürebiçer, 2008, ss. 31-33).

Örneğin temel güvene karşı güvensizlik evresinde yani 0-1,5 yaş aralığında bebekler özellikle anneleri ile ilişkileri sonucunda güven duygusu elde etmektedirler. Boşanma sürecinde de benzer bir şekilde güven ilişkisi yıkıma (*destruction*) uğramıştır. Bunun için, bireyin temel güvenine ilişkin çözü(m)lenememiş duyguları yeniden canlanır, yani birey regresyon yaşar ve kendisini kandırılmış, mahrum bırakılmış ve terk edilmiş hissedebilir. Çünkü boşanmada kişinin samimi ve kendisi için önemli gördüğü bir yetişkin ile ilişkisinin bozulması söz konusudur. Bu tür bir tecrübe kişiliğin temelini sarsabilir. Boşanma olayı ile birey –tıpkı bebeklik çağında yaşadığı gibi- bir kez daha

güven-güvensizlik ikilemi ile karşı karşıya kalır. Boşananların ileride yeniden güven dolu ve yakın ilişkiler geliştirebilmesi için yaşadığı çatışmayı ve regresyonu çözmesi gerekmektedir (Smart, 1977, ss. 71-72; Sürebiçer, 2008, s. 31).

2.1.4.3. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı 1950'lerde İngiliz psikiyatrist John Bowlby tarafından geliştirilmiştir. Bağlanma davranışı, başka bir bireyde yakınlık arama ve sürdürme olarak tanımlanmaktadır. Bu bağ bebek ve ona bakım veren kişi (ebeveyni) arasında açık bir şekilde ortaya çıkmaktadır (Bowlby, 2013, ss. 252-266). 1970'lerde bağlanmanın farklı türleri olduğu ileri sürülmüştür. Buna göre: *güvenli bağlanmada* bebekler annelerini çevreyi keşfetmek için bir dayanak noktası olarak almakta ve bu bebekler anneleri tarafından kolayca yatıştırılabilmektedirler. Anneleri kısa bir süre uzaklaşmış olsa da bundan kaygı duymamaktadırlar. *Güvensiz bağlanmada* ise bebekler anneleri ile daha az etkileşim göstermektedirler. Annelerinden kısa bir süre ayrılık yaşadıklarında onlarla kontak kurmaktan *kaçınmaktadırlar (avoid)* veya *kararsızlık (ambivalence)* yaşamaktadırlar (bu bebekler bazen annelerine yapışırlar bazen de onları iterler ve uzaklaştırırlar). Farklı bağlanma stillerinin farklı tipteki standart zihinsel modeller ile olan ilişkisi ve sonraki ilişkilere etkisi kuramsal olarak araştırılmıştır (Clarke-Stewart & Brentano, 2006, s. 26).

Tam manasıyla 1980'lerde bağlanma kavramı yetişkin ilişkilerini de içine alacak şekilde genişletilmiştir. Buna göre; bağlanma kavramı yetişkinlerde iki insan arasındaki güçlü duygusal bağa gönderme yapmaktadır ki bu onların ilişkilerinin devamını temin edici bir olgudur. Ancak bebek bağlanması ile yetişkin bağlanması arasında doğal olarak farklılıklar vardır. Yetişkin romantik ilişkileri karşılıklıdır ve cinsel bileşenler içermektedir. Bu nedenlerden dolayı yetişkinlerde yakınlık arayışının motivasyonu farklıdır. Yine de bunlar bebeklikteki bağlanma olgusuna paralel düşünülebilir, dahası bu ilişkilerde Bowlby ve Ainsworth'ün bebeklerle yaptığı çalışmalarla bulduğu gibi güvenli ve güvensiz bağlanma türleri aranabilir. Sonuçta; araştırmacılar yetişkinleri %50-60 oranında güvenli bağlanma tipinde davrandıklarını bulmuştur. Tıpkı bebeklerde olduğu gibi bu yetişkinlerin, romantik ilişkilerinde eşlerini güven ve huzur için baz aldıkları keşfedilmiştir. Bu yetişkinler kendilerini değerli hissetmekte ve kendilerini başkalarının ilgisine, desteğine ve sevgisine layık görmekteyiz. Bununla birlikte

eşlerini güvenilir, erişilir ve iyi niyetli olarak tanımlamaktadırlar. Dahası güvenli bağlanma davranışına sahip bireyler, diğer bireylerle yakın bir ilişki kurmak istediğinde bunu kolayca geliştirebilmekte, başkaları ile bağ geliştirdiklerinde ise kendilerini huzurlu hissetmektedirler. Buna mukabil başkaları da onlara güvenle yaklaşmaktadırlar. Bu bireyler terk edilme veya reddedilme konusunda nadiren kaygılanmaktadırlar. Onlar aktif bir şekilde yakın ilişkilerinde samimiyet ve destek aramakta, hem özerklik hem de samimiyet bakımından nitelikli davranmaktadırlar. Onların yakın ilişkileri sıklıkla pozitif duygu, güven, sözünde durma ve memnuniyet ile karakterizedir (Clarke-Stewart & Brentano, 2006, s. 26).

Yetişkinlerin %25-30'u ise *güvensiz-kaçma* tarzında bağlanma göstermektedirler. Muhtemelen geçmişte reddedilmiş bu bireyler kendilerini güvende hissetmezler, başkaları ile ilişkilerinde huzursuzdurlar, şüphelidirler, sürekli bir duygusal uzaklık içerisindedirler ve samimiyet kurmaktan çekinmektedirler. Onlar sıklıkla başkalarının güvenilirmez olduğunu düşünmekte ve aşırı derecede taahhüt almak istemektedirler. Yetişkinlerin yaklaşık %15'lik bir oranı ise *güvensiz-kararsız* bağlanma tarzı göstermektedirler. Bu bireyler, ilişkilerindeki küçük değişikliklere/ayrıntılara aşırı duyarlılıkta reaksiyon göstermektedirler. Bu durum onların önceki tutarsız bağlanma deneyimlerinden kaynaklanmaktadır. Yüksek düzeyde ilişki arayışı ile bağlanma figürünün öfkeyle reddi arasında bocalamaktadırlar. Şurası açıktır ki güvensiz-kararsız bu bireyler sıkça kendilerinin beğenilmediğini ve yanlış anlaşıldıklarını hissederler, eşlerini güvenilmez bulurlar, terk edilmekten korkarlar, eşlerinin yakınlık göstermek konusunda (olması gerekenden yani kendi arzuladıklarından daha) isteksiz davrandıklarını vurgularlar. Bu endişeler bağlanma konusunda onların bocalamasına sebep olur ve eşlerine yakınlık gösterirken aslında onları aşırı duyarlı hale getirirler. Güvensiz bağlanma sağlıklı bir ilişki için risk oluşturmaktadır (Clarke-Stewart & Brentano, 2006, ss. 26-27).

Bağlanma teorisinin boşanma olgusuna uygulanması boşanmayı anlayabilmek için gerekli olabilecek bir yöntemdir. Öncelikle, boşanma riski üzerine yapılan araştırmalarda *güvensiz bağlanma* arttıkça boşanma ve yeniden evlenme riskinin arttığı bulunmuştur. Bununla birlikte bağlanma stilleri ayrılan eşlerde başa çıkma ve uyum sürecini anlamak/açıklamak üzere kullanılan bir yaklaşımdır. Dahası bağlanma teorisi

boşanan eşlerin içerisinde geçtikleri duygusal süreçleri anlamak adına da oldukça yardımcı bir öğedir. Bağlanma teorisyenlerinden bazıları, bağlanma figürünün kaybedilmesine karşılık normal bir tepki olarak ayrılık süresince eşlerin yaşadığı güçlü negatif duygular olduğunu açıklamıştır. Bu açıdan bakıldığında öfke, intikam ve depresyon boşanma sürecinin doğal bir parçası haline gelmektedir. Yaklaşan ayrılığa bağlı olarak ortaya çıkan tehditler, boşanma sürecindeki bireylerin yaşadığı çelişkili durumu ve kararsız davranışları açıklamaktadır. İlişkiye bağlılıkları bitmiş olsa da boşanma sürecindeki bireyler kaybetme tehdidi ile karşı karşıyadırlar ve bu, onları güven duygusunu restore etmek için girişimlerde bulunmaya sevk edici bir olgudur. Ortaya çıkması muhtemel patolojilere ve aşırı duygusal yoğunlaşmalara karşı işlevsel olabilecek bu bilgiler boşanma sürecindeki bireyleri anlamak ve onlara müdahalede bulunmak için akıl sağlığı çalışanlarınca ya da meslek profesyonellerince kullanılabilir. Ayrıca bağlanma teorisinin boşanmanın çocuklar üzerindeki etkisini anlamak için de açıklayıcı bir kuram olduğu ileri sürülmüştür (Clarke-Stewart & Brentano, 2006, s. 27).

2.1.4.4. Kriz ve Krize Müdahale Yaklaşımı

Kriz, çeşitli duygusal zorlanmalar sonucunda ortaya çıkan akut ve süresi sınırlı bir denge (*homeostatis*) bozukluğudur. Bu bozukluk duygusal dengesizliği de içerir. Kriz durumunda birey kendini tehlikede hissederek ve bireyin kişisel iyilik hali bozulur. Krizin tetikleyicisi rastlantısal veya gelişimsel olabilmektedir ancak burada belirtilmesi gereken önemli nokta “kriz” kavramı ile tehdit edici durumun kendisi değil bireyin olaya duygusal reaksiyonu kast edilmektedir. Krizler, yaşamın doğal akışını değiştiren olaylarla (sevilen birinin ölümü, iş kaybı, iş değişikliği, göç, saldırıya uğrama, hastalık vb.) ortaya çıkabildiği gibi bazen her türlü durumu da içerebilmektedir (Sayıl vd., 2000, ss. 7-9). Yaşam içerisinde ortaya çıkan kriz yaratıcı durumlar, bazen bir tehdit ya da kayıp olarak algılanabilirken bazen de mücadele edilecek bir olay olarak da görülebilmektedir. Boşanma da bu tür bir yaşam olayıdır (Uyar, 1999, s. 4).

Bireyi zorlayan boşanma gibi kaçınılmaz değişiklikler ve bunların etkileri, işaret edildiği üzere kişide duygusal gerginliklere yol açmakta ve kişiyi baskı altına almaktadır. Sosyal fonksiyonlar çeşitli derecelerde zarar görmektedir. Birey bu durumun üstesinden gelmek için bir seri uyum mekanizmasına başvurmaktadır.

Genellikle krizdeki bireyler her zaman başvurduğu çözüm yolları ile başarılı olamadıklarını görürler ve bu, gerginliği daha da arttırıcı bir yönde etki eder. Bu noktada ruh sağlığını koruyucu ve daha iyiye götüren çalışmalar çerçevesinde ön plana çıkan bir olgu olarak krize müdahale gündeme gelmektedir. Krize müdahale psikiyatri içerisinde hem pratik hem teorik olarak kullanılan bir yaklaşımdır. Müdahalenin; önleyici, iyileştirici, öğretici ve bireyin gelişimini destekleyici işlevleri vardır (Sayıl vd., 2000, ss. 8-22).

Boşanma gibi zorlu bir yaşam olayında uyum becerisi herkes için farklılık göstermektedir. Pek çok kimse kişisel ve çevresel kaynaklarını kullanarak süreci atlarmaya çalışır. Ancak bazen sorunların kişiyi aştığı ve belli bir noktada bireyin kendini yetersiz hissettiği, çözümsüz kaldığı kaydedilmektedir. Buna göre birey devam eden yaşamında bir alt-üst olma hali yaşamaktadır. Genellikle bunu “kendimi karanlık bir tünelin içinde hissediyorum, hiçbir çıkış yolu göremiyorum” diye ifade eder. Birey kendini çok çaresiz, büyük bir korku içinde bulabilir, karamsarlığa kapılır ve hiçbir şeyin değişmeyeceğini düşünebilir. Bu tam bir kriz durumudur. Birey kendini tehlikede ve tehdit altında hissetmektedir ve iyilik hali bozulmuştur. Yaşam süreci içinde öylesine zorlu bir değişiklik söz konusudur ki, çaresizlikle beraber yoğun bir kaygı içindedir. Zorlu ve içinden çıkılmaz koşullar altında kontrolünü kaybetme korkusu, incinme de buna eşlik eder. Boşanma ile ortaya çıkan kriz birincil olarak bir tehdit şeklinde yaşanıyorsa yüksek oranda anksiyete ile seyretmektedir. Eğer birincil olarak kayıp duygusu ile yaşanıyorsa depresif belirtiler ve buna eşlik eden yas görülmektedir. Bireysel farklar olsa bile belli bir süreyle, bu durum devam etmektedir. Sonuçta ya makul bir çözüme ulaşılmakta ya da kriz rasyonel olmayan aşırı yıkıcı davranışlara dönüşebilmektedir. Bu dönemde anksiyete, gerilim, suçluluk duyguları ya da öfke yaşandığı gibi ajite ve yıkıcı davranışlar kendisini intihar, saldırganlık, hatta cinayete kadar varan davranışlar şeklinde de gösterebilir. Bazı durumlarda ise kriz doğrudan bir psikiyatrik bozukluğa sebebiyet verebilir. Hatta bireylerin bir dağılma (deorganizasyon) durumuna girebileceği de kaydedilmiştir (Sayıl vd., 2000, ss. 7-8).

İşaret edildiği üzere boşanmanın yarattığı psikolojik kriz, bir aile üyesinin ölümünün ardından yas dönemi olarak ortaya çıkan kriz durumuna benzemektedir. Ancak boşanmanın iki karakteristik özelliği vardır: reddetme ve yeni bir yaşam kurma ihtiyacı.

Boşanma ile karşılaşan bir birey ilk önce bunu inkâr etme ve reddetme eğilimindedir, ardından kayıp hissi ve depresyon gelmektedir devamında ise öfke, kızgınlık ve ikircikli karmaşık duygular yaşanmaktadır. Diğer taraftan birey yeni yaşam tarzına ve ortaya çıkan yeni statüsüne uyum göstermeye çalışmakta ve bireyden yeniden işlevsel hale gelmesi ve olan biteni kabullenmesi beklenmektedir. Bütün bu yaşantılar/aşamalar iç içe geçmiş halde ortaya çıkabilmektedir (Guttman, 1993, ss. 32-35).

Boşanma, içerisinde adaptasyon süreçlerini de ihtiva eden zorlayıcı bir yaşam olayıdır. Boşanma ile hayatlarında sıra dışı bir değişiklik ile karşılaşan kişiler, bu süreçte yoğun stres altında bu problemin üstesinden gelmeye çalışmakta ve boşanmanın ortaya çıkardığı yeni sorunlarla başa çıkmak için çabalamaktadırlar. Boşanma, içerisinde bulunduğu kültüre ya da sosyal statüye göre bireylerin farklı tarzlarda karşıladığı, uyum gösterdiği ve üstesinden gelmeye çalıştığı bir süreçtir (Lazarus & Folkman, 1984, ss. 13-14, 257-258). Bu noktada dinin etkisi ve boşanmayla etkileşimi son derece önemlidir. Din boşanma üzerinde, boşanma da dini yaşayış üzerinde etkilidir. Din özellikle birey için gerek boşanmayla başa çıkmada gerekse anlamlandırma süreçlerinde önemli bir kaynak ve belirleyicidir.

2.2. Dini Başa Çıkma

Psikolojide *baş a çıkma* ya da *baş edebilme (coping)* kavramı, bireyin stresi ve stresten doğan etkileri azaltmak için harcadığı çabayı ve stres durumlarında kendisi ve çevresi arasındaki *uyum (adaptasyon) süreçlerini* ifade etmektedir (Lazarus & Folkman, 1984, s. 118). Bu çaba ve uyum bedensel, bilişsel, duygusal ve davranışsal düzeylerde olabilmektedir (K. B. Aydın, 2010, s. 7).

Pargament tarafından baş a çıkmanın farklı tanımları şu şekilde aktarılmıştır;

- Psikolojik istikrarı için büyük bir tehdit oluştuğunda bireyin buna karşı koymasını sağlayan ve bireyi işlevsel kılan ve yine bizzat birey tarafından kullanılan tüm mekanizmalardır.
- Günlük yaşamda ortaya çıkan gereklilikler için normal düzeni sağlayan aygıtlardır.
- Organizmanın stres yaratan koşulları önleyebildiği, hafiflettiği veya karşılık verebildiği gizli ve açık davranış kalıpları dizisidir.

- Bir sorunun çözümüne doğru yol almayı, çaba göstermeyi ifade eden bir süreç, diğer yönüyle refleks gibi hazır bir cevap veya otomatikleşmiş bir beceridir.
- Yaşamdaki dışsal gerginliklere karşı verilen cevaplardır ki bunlar duygusal stresten kaçınmaya, önlemeye ya da onları kontrol etmeye hizmet ederler.
- İnsanların çevrelerindeki olumsuz yönleri değiştirmek ve bu gibi unsurlardan kaynaklanan potansiyel tehditleri en aza indirmek için kullandıkları kognisyon ve davranışlardır.
- Stresörlerle karşılaşıldığında gerilimi azaltmak amacıyla gösterilen davranışlardır (Pargament, 1997, s. 85).

Psikoloji içerisinde başa çıkma ile ilgili görüşler 1940'lerden sonra önem kazanmıştır. Aslında başa çıkmanın tarihsel kökleri Evrim Psikolojisine ve Ego Psikolojisine kadar geri götürülebilmektedir. Bu açıdan Evrim Psikolojisinde; yeni durumlar karşısında münfail olarak uyum süreçleri ve var kalmak için canlının mücadelesi odak noktası olurken, Ego Psikolojisinde; kişinin tehdit ve gerilim koşullarında uyumunu ifade eden, ruhsal süreç olmaktan ziyade bir davranış tarzını, bir kişilik stilini gösteren ve savunma mekanizmaları ile ortaya çıkan bir durumu ifade etmektedir (Lazarus & Folkman, 1984, ss. 117-121). Erikson'un psikososyal kişilik modeli de başa çıkma ile ilgili bulunmuştur. Çünkü gelişimsel olarak her birey belli dönemlerde üstesinden gelmek zorunda olduğu bir problematik ya da yaşamsal bir stres ile karşı karşıyadır. Böylece birey o dönemdeki sorunu aşmak için öz kaynaklarına müracaat etmek durumundadır (Ekşi, 2001, s. 19; Kula, 2005, s. 110). Böylece sorunlar karşısında farklı farklı davranan, farklı kişilik tarzları ile hareket eden kişiler ortaya çıkmaktadır.

Dolayısıyla her bireyin stresi karşılaması farklı düzeyde ve şekilde olmaktadır. Bunun en tipik örneği A Tipi ve B Tipi kişilik tarzlarıdır. Doktorlar yıllarca, kalp krizi yaşayanların, işlerine aşırı derecede düşkün, düşmanca tutumları olan, saldırgan ve sabırsız kişiler olduklarını söylemişlerdir. Ancak 1950'lerde iki kardiyolog (Friedman ve Roseman), koroner kalp hastalığı olan hastaları niteleyen bir davranışlar kümesini (A

tipi Örüntüsü)²⁵ tanımlamıştır. Buna göre A Tipi davranışlar gösteren insanlar son derece rekabetçi ve başarı yönelimli kişilerdir; bir zaman darlığı duygusu taşımakta, gevşemekte zorlanmakta, ertelemeler ya da yetersiz buldukları insanlarla karşılaştıklarında sabırsızlığa kapılmakta ya da öfkelenmektedirler. Yine bu kişiler dışadönük ve kendilerine güvenen kişiler olmalarına rağmen, kendilerine yönelik sürekli bir kuşku duygusu taşımakta ve kendilerini giderek azalan bir süre içerisinde giderek daha çok şey yapmaya zorlamaktadırlar. B Tipi davranış gösteren insanlar ise, A tipi için listelenen özellikleri taşımayan kişilerdir. B Tipi kişilikte olanlar, suçluluk duygusu olmaksızın gevşeyebilmekte ve provoke olmadan çalışabilmekte; sabırsızlanmadan, kendilerini baskı altında hissetmeden ve kolayca öfkeye kapılmadan hareket edebilmektedirler. Dolayısıyla A Tipi kişilikte olanların strese ve stres nedeniyle ortaya çıkacak sorunlara daha yatkın ve açık oldukları belirtilmektedir (Atkinson vd., 2010, ss. 507-508; Yöndem, 2006, ss. 97-99).

Dışsal bir belirleyici olarak daha ağır ve karmaşık stres durumlarından daha hafif stres durumlarına yöneldikçe, tehdit düzeyi açısından bireysel farklılıkların daha belirgin hale geleceği savunulmuştur. Buna karşın bazı yaşam olaylarının, bireyler üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik yapılan araştırmalarda dışsal olayların stresle ilgili hastalıkları yordamada kısmen kullanılabilmesi, bu açıdan da stresi karşılamada bireyler arasında büyük farklar olduğu gösterilmiştir. Hatta birçok kişinin öldüğü, evsiz kaldığı, toplumun bütününün zarara ve yıkıma uğradığı felaketlerde bazı bireylerin daha etkili bir yaklaşım gösterebildiği ve bütün olumsuzluklara rağmen daha az yıkıma uğradığı gözlenmiştir. Bu bulgular, stres karşısında bireylerin dışsal ve içsel dünyaları arasında bir etkileşim olduğunu ileri süren psikolojik kuramların daha çok kabul görmesine neden olmuştur (Yöndem, 2006, ss. 20-21).

²⁵ A Tipi Davranış Özelliklerinden bazıları: İki şeyi aynı anda yapmak ya da düşünmek. Giderek daha şok faaliyeti daha az zamana sıkıştırmak. Çevreyi ya da güzel şeyleri fark edememe ya da ilgi göstermeme. Başkalarından hızlı konuşmalarını isteme. Sırada beklemeye zorlandığında ya da çok hızlı hareket ettiğini düşündüğü bir arabanın arkasından giderken gereksiz derecede öfke gösterme. Bir şeyin iyi olmasını istiyorsan kendin yap, sözüne inanma. Konuşurken el kol hareketleri yapma. Sık sık diz oynatma ya da parmak tıkırdatma. Şiddetli tonlamaları olan konuşma örüntüsü ve sık sık müstehcen sözler kullanma. Hiçbir zaman geç kalmamaya aşırı önem verme. Çocuklarla oynarken bile, her oyunu kazanmak için oynama. Daha iyi ya da daha hızlı yapabileceğini düşündüğü şeyleri başkaları yaparken seyredince sabırsızlanma. Hızlı göz kırpmaya ya da tike benzer kaş kaldırma.

Örneğin dinamik teoriye göre duygu odaklı bilinç dışı stratejiler yani savunma mekanizmaları başa çıkmada başat rol oynamaktadır. Buna göre stres yaratan durum değişmediği halde kişinin algıları ve düşünceleri değişmektedir. (Şunu da belirtmekte yarar vardır ki savunma mekanizmaları ile başa çıkma arasındaki temel fark başa çıkma bilinçli bir çabayı ifade ederken savunma mekanizmaları bilinç dışı bir süreci ifade etmektedir.) Stres karşısında birey tarafından doğrudan başa çıkma süreci uygulamaya koyulmadan önce ilk etapta savunma mekanizmaları devreye girmektedir (Atkinson vd., 2010, s. 512). Bunlar uyum sağlama(k)dan daha çok psikolojik zedelenme ve dağılma tehdidi karşısında bireyin kendini korumasına ve savunmasına yönelik davranışlardır. Birey bu davranışlara genellikle duygularını yadsıyarak, olaylara duygusal katılımı azaltarak ya da tehlikeye karşı savaşarak ulaşabilir. Her insan ruhsal bütünlüğünü sürdürmek ve benlik değerini korumak gayesiyle çeşitli savunma mekanizmalarını kullanabilmektedir. Ancak şöyle bir risk de vardır ki; bunlar zorlantının üstesinden gelebilmek adına başlıca bir araç haline dönüştürülürse ve uyum sağlamayı engelleyecek derecede abartılırlarsa sağlıksız bir nitelik taşımakta ve sorun teşkil etmektedirler (Geçtan, 1995, ss. 72-73).

Bilişsel yaklaşımda ise başa çıkma, ilişkisel (kişi ile çevre arasında) ve süreç yönelimli özelliktedir. Birey ile çevre arasındaki bu ilişki, çift yönlüdür ve karşılıklı etkileşime dayanmaktadır. Aynı zamanda bu ilişki dinamik ve sürekli değişim içeren bir süreçtir. Bilişsel yaklaşımın vurguladığı başa çıkmanın bu iki özelliği (ilişkisel ve süreç yönelimli olma) “kontrol algısını” gündeme getirmektedir. Buna göre karşılaşılan durumun kontrol edilebilir olduğunu düşünmek, stresin zararlı etkilerini azaltarak, ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Aksi halde yani kişinin; stresli olayı kontrol edemeyeceğine inanması ise stresi artırmaktadır (Oğul, 2004, s. 159; Yolcuoğlu, 2014, s. 228).

Stres, olumsuz duygulanımlara ve negatif kognisyonlara sebep olabilecek, bireyin öz kaynaklarını zayıflatıcı bir olgudur. Zorlu yaşam olayları ile karşılaştıklarında insanlar genellikle onları hayata bağlayan hedeflerinin zarar gördüğünü veya tehdit edildiğini düşünmekle birlikte yaşadıklarını anlamlandırma, kaybettiği kontrolü yeniden kazanma ve teselli bulma arayışı ile öz kaynaklarına yönelmektedirler. Bu çerçevede başa çıkma tepkilerinin başlangıçtaki amacı, olumsuz duyguları düzenlemek, kaybedilen anlamın ve

kontrolün kazanılmasını sağlamaktır. Ayten'e göre insanın başa çıkma sürecinde, ortaya koyduğu her bir çaba "başa çıkma etkinliği"dir. Bunlar bilişsel (anlamlandırma gibi) duygusal (öfke duyma gibi) veya davranışsal (gezme, spor yapma, ibadet etme gibi) olabilir. Aynı zamanda bu süreç, hayat boyu gelişime açıktır. Bu nedenle başa çıkma davranışları hayatın içerisinde öğrenilebildiği gibi eğitim ve terapi ile de kazanılabilmektedir (Ayten, 2012, ss. 37-39).

Strese uyum sürecinde yaşanması muhtemel bir takım riskler de söz konusudur. Çünkü stresin beden ve ruhsal sağlık üzerinde olumsuz etkisi olduğu gibi uyum sürecini sekteye uğratan etkileri de vardır. Bunlardan birincisi; stres kişinin dikkatini dağıtabilir, yaratıcı düşünme ve etkili davranmayı engelleyerek bir takım şaşkınlıklara neden olabilir. İkincisi; stres ile ortaya çıkan duygular ya da stresi ortaya çıkaran koşullar, bireyin her şeyi göze almasına ve genellikle gerçekçi olmayan çabaları harekete geçirerek tehlike dışındaki bireyin tehlikeye atılmasına neden olabilir. Bu sorun, asıl stres nedeni dışında zincirleme başka sorunlar yaşanmasına neden olabilecek bir durumdur. Tehdit altında iken kişi var olan sorun üzerinde düşünmekten kaçınabilmektedir. Buna genellikle başarısızlık hissi de eşlik etmektedir. Bu ise sorunla yüzleşmeyi ya da durum üzerinde düşünerek rahatsız edici duyguları denetlemeyi engelleyebilmektedir. Böylece uyum yerine uyumsuz ve olumsuz diyebileceğimiz başa çıkma davranışları ortaya çıkmaktadır (Yöndem, 2006, s. 22). Bunlar da depresyon, fiziksel rahatsızlıklar, alkol ve sigara kullanımı konusunda risk teşkil etmekle birlikte sağaltım için de bir direnç oluşturmaktadır. Oysa olumlu bilişsel ve davranışsal yaklaşımlar kullanıldığında başa çıkmanın bütün bu riskler karşısında çok daha etkili sonuçlar verdiği amprik olarak gösterilmiştir (Holahan, Moos, & Schaefer, 1996, ss. 28-30).

Stresle baş etme tarzı ve davranışları düşünüldüğünde literatürde pek çok başa çıkma türü vardır. Aktif başa çıkma, pasif başa çıkma, görev odaklı başa çıkma, problem odaklı başa çıkma, işlevsel başa çıkma, duygu odaklı başa çıkma, kaçınmacı başa çıkma, olumlu başa çıkma, olumsuz başa çıkma vs. Bu türler bazen farklı bir perspektiften aynı şeyi kast ederek farklı isimlendirmelerle konu edildiği gibi iç içe geçmiş ve bir arada kullanılıyor da olabilmektedir. Yani stresle başa çıkma türleri söz konusu olduğunda kaotik bir görünüm vardır.

Örneğin aktif başa çıkma stratejileri çok sayıda olup, bunlar koruyucu etkenler olarak düşünülmektedir, bu nedenle aktif başa çıkma, işlevsel başa çıkma olarak da isimlendirilmektedir ya da problem odaklı başa çıkma stratejileri doğrudan başa çıkma stratejileri olarak kabul edilirken duygu odaklı başa çıkmanın daha pasif bir başa çıkma stratejisi olduğu belirtilmektedir (K. B. Aydın, 2010, ss. 8-9). Başa çıkma stratejileri çoğunlukla problem odaklı, duygu odaklı ve kaçınmacı başa çıkma biçiminde sınıflandırılmaktadır. Aşağıda bazı başa çıkma türlerinin tanımları verilmiştir.

Duygu Odaklı Başa Çıkma (Emotion-oriented Coping); bireyin bizzat kendi duygusal düzenlemelerine ilişkindir. Bu tür bir başa çıkmada bireyin kendi zihin meşguliyeti, kaygısı, tasası, hayalleri ve diğer zihinsel aktiviteleri vardır (Parker & Endler, 1996, s. 9). Yani burada stres yaratan duruma ilişkin değil o durumun meydana getirdiği duygulara yönelik bir odaklanma vardır.

Kaçınmacı Başa Çıkma (Avoidance coping); hoş olmayan duygular karşısında bireyin geri çekilmesini, kaçınmasını ifade eder. Özellikle krizin ilk dönemlerinde duygular açığa çıkmaya başladığında inkar ve kaçınma davranışları görülebilir. Kendini ayıplama ve kendini suçlama da kaçınmacı başa çıkma davranışları arasındadır. Kaçınmacı başa çıkma daha fazla depresyon ve yaşamın sonraki dönemlerinde psikolojik rahatsızlık açısından risk teşkil etmektedir (Holahan vd., 1996, s. 29).

Problem Odaklı Başa Çıkma (Problem-oriented Coping); Bu başa çıkma tarzında stratejiler doğrudan stres yaratan duruma ilişkindir. Problemi çözme girişimleri, yeniden tanımlama veya stresli durumun etkisini minimize etmeye yönelik stratejileri içermektedir (Parker & Endler, 1996, s. 9).

Bu üç tür bir arada değerlendirildiğinde problem odaklı başa çıkma stratejileri, stres yaratan durumun doğrudan çözümüne dayandığı için, duygu odaklı başa çıkma stratejilerinden daha etkili kabul edilmektedir. Çünkü planlı bir şekilde probleme odaklanma, olumlu biçimde yeniden değerlendirme, sorumluluk kabul etme, yüzleşme ve uzlaşma gibi davranışlar stresle başa çıkma konusunda doğrudan ve daha etkili stratejilerdir. Buna mukabil inkâr ve dikkati başka yöne çekme gibi kaçınma davranışları daha az etkili ve pasif stratejilerdir (K. B. Aydın, 2010, ss. 8-9).

Gelecek Odaklı Başa Çıkma (Future-oriented coping); Bu, yeni bir yaklaşımdır ve bir problemin gelecekte muhtemel sonuçlarının önüne geçilmesiyle ilgilidir (Aytan, 2012, s. 39). Gelecek odaklı başa çıkma, gelecekteki stresli yaşantılarla etkili bir şekilde başa çıkabilmek için güçlü bir kişisel donanım kazandırmaya yönelik, önceden hazırlayıcı yaklaşımları kapsamaktadır (K. B. Aydın, 2010, s. 7).

İlişki Merkezli Başa Çıkma (Relation Focused Coping); bireyin öncelikli sosyal ilişkilerine, sosyal kaynaklarına, sosyal destek arayışına, başa çıkma sürecinde kolektif kültüre yönelik stratejileri içeren başa çıkma türüdür (Wong, Wong, & Scott, 2006, s. 14).

2.2.1. Dini Başa Çıkma Yaklaşımı

Baş a çıkmanın bir diğ er yöntemi ya da çeş idi ise *dini baş a çıkmadır* (Hood, Hill, & Spilka, 2009, s. 438). Pek çok kiş i, problemlerle baş etme gücünü artırmak, var olan sorunlarının üstesinden gelmek için manevî çaba göstermekte, dinî ve kültürel değerler ile destek arayışına girmektedirler. Hayatında güçlüklerle karşılaştıklarında insanlar anlamı koruma, kontrolü kaybetmeme adına dini inanç, eylem ve ahlaki tavırları kapsayan birtakım dinî baş a çıkma davranışlarına müracaat etmektedirler. Böylece üzüntülerini, umutsuzluklarını, hayal kırıklarını yenmekte ve hayat memnuniyetini artırmak için çabalamaktadırlar (Aytan, 2012, s. 113). Psikoloji literatüründe dini baş a çıkmaya olan vurgu geçmişten beri süre gelmiş olsa da son 30 yıl içerisinde bu konuya artan bir ilgi mevcuttur. Dini baş a çıkma teorik ve pratik olarak Kenneth I. Pargament tarafından önemli düzeyde kuramsal hale getirilmiş ve açıklanmış bir yaklaşımdır (Aytan, 2012, ss. 18-19; Harrison, Koenig, Hays, Eme-Akwari, & Pargament, 2001, s. 86; Klaassen, McDonald, & James, 2006, s. 107; Pargament, 1997).

Dini baş a çıkma (*religious coping*), bireylerin kriz anlarında ve zor durumlarla mücadele edebilmek için kutsala yöneldiğ i, anlam ve teselli aradığ ı ve çeş itli görünümelerde ortaya çıkan dini tutum, eylem ve yöntemlerdir. Allah inancını vurgulamak, dua etmek, dini pratiklere yönelmek gibi (Pargament, Ano, & Wachholtz, 2013, ss. 377-378). Baş ka bir ifade ile dinî baş a çıkma; stresli hayat olaylarıyla karşı karşıya kalındığında kiş inin din ve maneviyata yönelmesidir ya da olayı ve yaşadıklarını anlamlandırmak için birey tarafından dinî kaynakların sürece dâhil edilmesidir (Ekş i, 2001, s. 14).

En öz biçimiyle dini başa çıkma zor zamanlardaki anlam arayışıdır (Pargament, 1997, s. 90). Çünkü insanlar zor ve sıkıntılı zamanlarda, üstesinden gelemediklerini hissettikleri durumlarda öncelikle anlam arayışına girmektedirler. Bu noktada insanın bir yönelim sistemine sahip olduğu belirtilmektedir. Yönelim sistemi dünyayı değerlendirme ve sorunlarla mücadelede insanların genel bir bakış açısını ya da yaklaşımını ifade eden bir kavramsallaştırma değildir. Alışkanlıklar, değerler, ilişki biçimleri, inançlar ve kişilik yönelim sistemi ile etkileşim halindedir. Böylece insanların farklı yönelim sistemlerine sahip oldukları ve olayları farklı şekilde karşılayan davranışlar sergiledikleri vurgulanmaktadır. Her insan olayları kendi anlam süzgecinden geçirmekte, yönelim sistemine göre başa çıkma sürecini başlatmakta ve böylece kendi başa çıkma metotlarına müracaat etmektedir. Örneğin, iyimserlik bir yönelim sistemi olarak kabul edildiğinde, ölümcül bir hastalıkla mücadele eden kişinin hastalığı kabullenmesi ve kendisine iyileşeceğine dair telkinlerde bulunması ve dua etmesi onun başa çıkma davranışı olmaktadır. Bu noktada en önemli yönelim sistemlerinden birisi de dindir (Ayten, 2012, s. 39; Gün, 2012, s. 61). Özellikle hayatın trajik anlarında, gerilimli dönemlerde, krizlerde durumun algılanmasında ve yorumlanmasında dini değerler ve inanç, çoğu insan için temel bir referans noktasıdır (Ekşi, 2001, s. 2).

Din, zaten başlı başına insan hayatına anlam sağlayıcı bir unsur olmakla birlikte birçok insan, pratik olarak din ve inanç ile hayatını anlamlı kılmakta, yani dini hayatına dâhil etmekte (Yapıcı, 2007, s. 97) ve sorunlarla başa çıkmada dinden destek almaktadır (Ferah, 2013, s. 64). Din, başa çıkma sürecinde önemli bir boyuttur ve bu boyut çok yönlüdür. Pargament'e göre bu üç madde ile sınıflandırılabilir. (1) Din, bizzat başa çıkma sürecinin doğal bir parçası olabilir (2) Din, başa çıkma sürecine katkıda bulunabilir ve bu sürece eklemlenerek yardımcı bir öğe olarak onu şekillendirebilir. (3) Bazı durumlarda ise din, başa çıkma sürecinin bir ürünü/sonucu olmaktadır ya da başa çıkma süreci bireyin inancını şekillendirmekte ve dönüştürmektedir (Pargament vd., 1990, s. 796, 1992, ss. 504-505, 1998, s. 77). İnsan hayatında pek çok olay din ile iç içedir. Evlenme, doğum, boşanma, cenaze, ihtida, mistik tecrübe, dinî cemaat ile ilişkiler vb. Yani hayatta yaşanan değişme ve gelişmeler, kendiliğinden/doğal olarak dinî öğeleri gündeme getirmektedir. Gerek anlamlandırmak için gerekse sorunu çözebilmek için din, doğal olarak devreye girmektedir. Diğer taraftan din, işaret edildiği üzere başa çıkma sürecini farklı tarzlarda şekillendirebilme gücüne sahiptir. Ortaya

çıkan problemlerin üstesinden gelebilme veya onları ruh sağlığını koruyacak tarzda kabullenme noktasında din, başa çıkma sürecine yardımcı ve destekleyici bir mekanizma olarak devreye girebilmektedir. Çünkü din insanlara, olup bitenin anlamak adına tatmin edici cevaplar sunmaktadır. Ayrıca sıkıntılar ve acı tecrübeler karşısında din, çok önemli ve etkili telafi mekanizmalarına sahiptir. Bununla birlikte yaşamda güçlüklerle karşılaşan insanlar bizatihi dine de yönelebilmektedirler. Nitekim acı ve sıkıntılı deneyimler, yaşamsal problemler, duygusal sorunlar ve hayattaki diğer önemli değişiklikler Tanrı'ya yönelişte ve hidayete ermede önemli birer etkidir. Bütün bunlar bireylerin olaylarla ve problemlerle başa çıkmasında etkilidir (Bahadır, 2011, ss. 66-67).

Esasında dini başa çıkmada anlamın korunması ya da dönüştürülmesi odak noktasıdır. Bu yolla zor zamanlarda yaşanan ve negatif duygulara sebep olan durumların sonuçlarının hafifletilmesi veya engellenmesi hedeflenmektedir (Dilmaç, Ekşi, & Şimşir, 2016, s. 173). Genellikle dini başa çıkma, bunalım içindeyken ruhsal bağlılık ile anlam bulmak, kontrol, huzur ve yakınlık hissine tutunmak ve bunu sürdürmek için koruyucu bir güç olarak ön plana çıkmaktadır. Ancak bu sürdürülemediğinde yani başa çıkmanın koruma ve kontrol işlevi yerine getirilemediğinde dinin başa çıkma sürecindeki dönüştürme rolü ortaya çıkmaktadır. Bu dönüştürme ile bireyin kayıplarını kabullenmesi, eski amaç ve değerlerini bırakması ve yeni amaç ve anlamlara yönelmesi söz konusudur. Zaten yaşamdaki zor zamanlar bazen dini gelişim ve dönüşüm için bir fırsat olabilmektedir (Pargament vd., 2013, ss. 377-383).

Dini başa çıkma bireye anlamın korunmasında ya da dönüştürülmesinde yardımcı olduğu gibi kaybedilen kontrolün kazanılmasında da etkili olabilmektedir. Zira duyguların düzenlenmesi ve kontrolün sağlanması açısından dini başa çıkmada üç çeşit kontrolden bahsetmek mümkündür (Ayten, 2012, ss. 61-63; Hood vd., 2009, ss. 463-464).

Bunlardan ilki *yorumlayıcı/kıyaslamacı (interpretive) kontrol*dür. İnsanlar bazen güçlük çektikleri olay karşısında çıkış yolu olmadığını düşünebilirler. Böyle bir olayı anlamaya ve umutsuz görünen şeyleri kontrol altına almaya çalışırken insanlar olup biteni yeniden yorumlama yoluna gidebilmektedirler. Olumsuzlukları pozitif ve daha az kaygı ifade eden terimlerle anlamaya veya yorumlamaya çalışmaktadırlar. Örneğin, insan “daha kötüsü olabilirdi” veya “diğer insanlardan daha iyi durumdayım” diyebilir. Din bu tür kıyaslamaları desteklemektedir. İkinci kontrol mekanizması *tahminsel (predictive)*

kontroldür. Buna göre kişi olup bitenin iyi sonuçlanacağına dair bir kestirimde bulunmaktadır. Kişi her şeyin önünde sonunda düzeleceğine dair bir inanca sahiptir. Böylece kişi kendisini güvence altında hissetmektedir, çünkü onun geleceğe dair olumsal ve motive edici bir ön görüşü vardır. Örneğin, “Derdini veren dermanını da verir”, “Allah’tan ümit kesilmez” ifadeleri hem kutsala olan inancı ve güveni hem de gelecekle ilgili umut ve olumlu tahminleri yansıtmaktadır. Üçüncü kontrol yöntemi ise *vekâleten (vicarious) kontroldür*. İnsanlar karşılaştıkları güçlüklerle baş edemediklerinde sıklıkla Tanrı’ya yönelerek sorunun çözümünde Ondan yardım isterler, Onu vekil tayin ederler. İnsanlar sorunlarla yüzleşmek için böyle bir inanç ile güç bulurlar ve durumun kontrol altında olduğunu hissederler. Savaşta yaralanan ve acı çeken birisinin yakınlarını “üzülme Allah vekildir” sözleri ile teselli etmesi buna örnek teşkil etmektedir (Ayten, 2012, ss. 61-63; Hood vd., 2009, ss. 463-464).

Bunların yanı sıra bireyler Tanrı’ya yaklaşmak, huzur bulmak, başkaları ile yakınlaşmak ve dini bir dönüşüm için vesile kılmak adına da dini başa çıkmaya müracaat etmektedirler. Bireyler bu süreçte, stres verici olayı hayra ya da şerre yorabilir, manevi destek arayışına girebilir, dine ve dini topluluğa yönelebilir, hayatına yeni bir yön vermek ya da radikal bir biçimde hayatını değiştirmek için dine başvurabilirler (Pargament vd., 2013, ss. 384-385).

Bu anlamda dini başa çıkmanın pek çok boyutu ve metodu vardır. Aşağıda dini başa çıkmanın farklı metotları ve türleri açıklanmaya çalışılacaktır.

2.2.2. Dini Başa Çıkma Türleri

Evvla dini başa çıkma davranışları olumlu ve olumsuz olmak üzere dikotomik bir ayrıma tabi tutulmuştur (Klaassen vd., 2006, s. 118; Pargament vd., 2013, s. 385). Bu ayrımın temeli dini başa çıkmanın ampirik ve pragmatik olarak yararlı ve zararlı sonuçları ile ilgili bulguların değerlendirilmesine dayanmaktadır (Ayten, 2012, s. 69). Çünkü dini başa çıkmanın ruh sağlığı değişkenleri açısından negatif ya da pozitif enstrümanları ve sonuçları vardır (Ekşi, 2001, ss. 7-8; Klaassen vd., 2006, s. 118; Pargament, 1997, s. 288).

Dini başa çıkmanın temel amaçlarının gerçekleştirilmesi için bireyin bir takım araçlara müracaat etmesi gerekmektedir. Bunlar dini inanç, pratik, alışkanlık ve ilişkiler gibi bir

takım araçlardır. Eğer araçlar ve amaçlar arasında uyumsuzluk varsa ya da araçlar yanlış bir şekilde kullanılıyorsa yahut da amaçlar yanlış seçiliyorsa o zaman ortaya bir takım problemler çıkmaktadır (Ayten, 2012, ss. 68-69). (1) Birey kendini yanlış yönlendirmeler içerisinde bulabilir ve yanlış sonuçlara ulaşabilir. Kendini feda etmeye, kendini dine adamaya karar verebilir ya da tam aksine kendini ve dünyayı önceleyebilir ve kutsayabilir ya da bir tür dinsel ilgisizlik/duyarsızlık (*apathy*) içerisine girebilir. (2) Bununla birlikte bireyler bu süreçte yanlış yöntemler seçebilir. Pasif bir dinselliğe bürünerek kendini geri çekip her şeyi Tanrı'dan bekleyebilir. Cezalandırıcı bir Tanrı tasavvuru ile kendisinin günahlarından dolayı cezalandırıldığını düşünebileceği gibi başkalarının Tanrı tarafından cezalandırılması için dua da edebilir. Kin ve intikamının Tanrı tarafından alınacağına, gerçek günahkârların cezasını bulacağına inanabilir ve bu yönde dua edebilir ya da bir tür dinsel inkâr müracaat edebilir. Olayları dinsel açıklamalarla inkâr etme yoluna giderek kendisinin korunduğu kanısına varabilir. “Üzülmiyorum çünkü bu beni Tanrı'ya yaklaştırdı”, “kötü hissetmiyorum çünkü inancım her şeyde bir hayır olduğunu bana öğretti”, “kaygılanmıyorum çünkü Tanrı'nın bir planı vardır ya da Tanrı'nın isteği bu yöndedir” gibi yargılara varabilir. (3) Dahası birey dini başa çıkma sürecinde uyum sorunları yaşayabilir. Kendisine ya da çevresine yönelik dinsel çatışmalar yaşayabilir. Tanrı'nın ona adaletsiz davrandığını düşünebilir, Ona kızabilir, Tanrı'nın varlığını sorgulayabilir, inancı hakkında şüpheye düşebilir. Dinsel konuşmalara karşı duruş sergileyebilir. Din adamlarına tavır takınabilir (Butter & Pargament, 2003, s. 178; Pargament vd., 1998, ss. 79-81).

Dini başa çıkma davranışları bu tarz negatif görünümle ortaya çıktığında genellikle uyum yerine uyumsuzluk oluşmakta ve ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. Bu kapsama giren davranışlar, *olumsuz dini başa çıkma* olarak adlandırılmaktadır. Olumsuz dini başa çıkma, Tanrı ile birey arasındaki güvensiz bir ilişkiyi temsil eder ve birey ile cemaat arasında bir gerilim olduğunu gösterir. *Olumlu dini başa çıkmada* ise durum tam tersidir. Olumlu dini başa çıkma, birey ve Tanrı arasında güvenli bir ilişkiyi yansıtmaktadır. Olumlu dini başa çıkmada birey ve diğerleri arasında manevi bağlanmışlık hissi vardır. Olumlu dini başa çıkma, ruh sağlığına pozitif yönde etki etmektedir. Hayra yorma, manevi destek arayışı gibi dini başa çıkma davranışlarının bu yöndeki etkileri ampirik olarak gösterilmiştir (Pargament vd., 2013, s. 386).

Bu etkiler dikkate alındığında pek çok olumlu dini başa çıkma metodundan söz etmek mümkündür; -*Faydalı yeniden değer biçme* -(Tanrı'yla) *işbirlikçi dini başa çıkma* - *Manevi destek arama* -*Ruhban sınıfı ve kilise üyelerinden destek arama* -*Dini yardımlaşma* -(Tanrı'ya) *aktif dini teslimiyet* -*Dini arınma* -*Manevi bağlantı arama* - *Dini bağışlayıcılık (arama)* -*Dini yönelimi araştırma* -*Dini değişim* -*Dini meşguliyet* bunlardan bazılarıdır. Bu metotlar bireyin karşılaştığı güçlüğü aşması için ona ihtiyaç duyduğu manevi desteği doğrudan ya da dolaylı olarak temin etmektedir (Gün, 2012, s. 66).

Diğer taraftan başa çıkma ve problem çözme sürecine din dâhil edildiğinde üç çeşit başa çıkma stili/yaklaşımı ortaya çıkmaktadır. Bunlardan ilki *erteleme (deferring)* yaklaşımıdır. Bu yaklaşımda kişi var olan problemin çözümünü Tanrı'ya bırakmıştır, sorunu Tanrı'nın çözmesini beklemektedir. Bu yaklaşımda problemin çözümünde birey pasiftir. Diğer bir yaklaşım ise *benlik güdümlü (self-directing)* dini başa çıkmadır. Buna göre Tanrı insanlara kendi hayatlarını yönetecek iradeyi vermiştir. Bu yaklaşım aktif bir başa çıkma ve uyum sürecini ifade etmektedir. Üçüncü stil ise *işbirliği (collaborative)* yaklaşımıdır. Bu en yaygın dini başa çıkma çeşididir. İşbirliği yaklaşımında içselleştirilmiş bir dinin yansıması olarak birey Tanrı ile birlikte, problemin üstesinden gelmeye çalışmaktadır. Başa çıkma sürecinde hem Tanrı hem de birey aktif olarak tasarlanmaktadır ve her ikisi de sorumluluğu paylaşmaktadır (Pargament, 1997, ss. 181-182; Pargament vd., 1988, ss. 90-92). Wong-McDonald ve Gorsuch ise bu üç temel dini başa çıkma yöntemine Tanrı'ya teslim olmayı ve bilinçli olarak kendi dünyevi isteklerinden vazgeçmeyi ifade eden, yine hem bireyin hem de Tanrı'nın problem çözmede aktif rol oynadığı *teslimiyetçi (surrender)* dini başa çıkma yöntemini de eklemiştir (Wong-McDonald & Gorsuch, 2000, 2004, s. 321).

Aslında zorlu yaşam olayları ile karşılaşan bireyler dini başa çıkma davranışlarına belli amaçlar doğrultusunda müracaat etmektedirler. Bunlar beş başlık altında sınıflandırılabilir; (1) Anlam bulmak için. (2) Derin bilgi kazanmak ve kontrol sağlamak için. (3) Huzur bulmak ve Tanrı'ya yaklaşmak için. (4) Başkaları ile yakınlaşmak ve Tanrı'ya yaklaşmak için. (5) Hayati bir dönüşüm yaşamak için. Bu amaçlar gözetilerek dini başa çıkmanın farklı yollarını sınıflandırmak mümkündür. Bunlardan bazıları

aşağıda tablo halinde verilmiştir (Pargament vd., 2013, ss. 384-385; Pargament, Koenig, & Perez, 2000, ss. 521-524).

Tablo 5: Dini Başa Çıkmanın Farklı Yolları

(1) Anlam bulmak için dinî başa çıkma yolları
<i>Hayra yorma</i> : stresörü faydalı olacak şekilde yeniden tanımlama.
<i>Cezalandırıcı Tanrı tasavvuru</i> : stresörü işlenen günahlar yüzünden Tanrı'dan gelen bir ceza olarak yeniden tanımlama
<i>Suç Şeytana yükleme</i> : stresörü şeytanın sebep olduğu bir şey olarak yeniden tanımlama
<i>Tanrı'nın güçlerinin yeniden değerlendirilmesi</i> ; duruma etkisi bakımından Tanrı'nın güçlerinin yeniden tanımlanması
(2) Derin bilgi kazanmak ve kontrol sağlamak için dinî başa çıkma yolları
<i>İşbirliği ile dinî başa çıkma</i> ; problem çözme konusunda Tanrı ile bir ortaklık kurarak kontrol sağlamaya çalışma
<i>Pasif dinî erteleme</i> ; Tanrı'nın olayları kontrol etmesi için pasif olarak bekleme
<i>Aktif dinî teslimiyet</i> ; başa çıkma konusunda aktif bir şekilde kontrolü Tanrı'ya bırakma
<i>Doğrudan şefaate için vaatte bulunma</i> ; bir mucize ya da ilahi bir müdahale için Tanrı'ya vaatlerde bulunarak dolaylı bir şekilde kontrol sağlamaya çalışma
<i>Kendini yönlendirerek dinî başa çıkma</i> ; Tanrı'nın yardımındansa kişisel girişimlerle kontrolü sağlamaya çalışma
(3) Huzur bulmak ve Tanrı'ya yakınlaşmak için dinî başa çıkma yolları
<i>Manevî destek arayışı</i> ; Tanrı'nın ilgisi ve sevgisi sayesinde gelecek huzur ve güveni arama
<i>Dinî odak</i> ; odağı stres yükleyiciden uzaklaştırmak için dinî aktivitelerle meşgul olma
<i>Dinî arınma</i> ; dinî çalışmalarla manevî olarak temizlenmeye çalışma
<i>Manevî bağlantı</i> ; benliği aşan güçlerle bağlılık hissi yakalamaya çalışma
<i>Manevî memnuniyetsizlik</i> ; stresli durumlarda Tanrı'nın kişi ile ilişkisinden memnuniyetsizliğini ve konu ile ilgili kafa karışıklığını belli etme
<i>Dinî sınırlarını çizme</i> ; açık bir şekilde kabul edilebilir dinî davranışları kabul edilemez olanlardan ayırma ve dinî sınırlar içinde kalma
(4) Başkaları ile yakınlık kurmak ve Tanrı'ya yakınlaşmak için dinî başa çıkma yolları
<i>Ruhban sınıftan ya da cemaat üyelerinden destek arayışı</i> ; cemaat üyelerinin ve ruhban sınıfın ilgisi sayesinde yakınlık ve güven bulmaya çalışma
<i>Dinî yardım</i> ; diğerlerine manevî destek ve huzur sağlamaya çalışma
<i>Kişilerarası dinî memnuniyetsizlik</i> ; stresli durumlarda ruhban sınıfın ya da cemaat üyelerinin kişi ile ilişkisinden memnuniyetsizliğini ve konu ile ilgili kafa karışıklığını belli etme
(5) Hayati bir dönüşüm yaşamak için dinî başa çıkma yolları
<i>Dinî yönelim arayışı</i> ; hayatına yeni bir yön vermek için dine başvurma
<i>Dinî dönüşüm</i> ; hayatında radikal değişiklikler yapmak için dine başvurma
<i>Dinî hoşgörü</i> ; huzura engel olan öfke, üzüntü ve korkulardan uzaklaşma konusunda yardım etmesi için dine başvurma etme

Bu metotların ortaya çıkmasında farklı değişkenler söz konusudur. Nitekim farklı örneklerle yapılan çalışmalarda yaş, cinsiyet, dindarlık, yaşanan coğrafya, kültür,

mezhepsel aidiyet gibi değişkenlerin dini başa çıkma davranışı üzerinde etkili olabileceği değerlendirilmiştir.

Örneğin *din, inanç tipi, coğrafya, mezhep ve kültürel öğeler* düşünöldüğünde bunların dini başa çıkmada; oldukça etkili ve belirleyici öğeler olabileceği görölmektedir (Ayten, 2012, s. 75; Dilmaç vd., 2016, s. 173; Koenig, 2005, s. 48; Pargament, 1997, s. 117; Pargament vd., 2013, s. 390). Dini başa çıkma ölçütleri geniş ölçüde Hıristiyan örneklem üzerinde geliştirilmiş ve ortaya koyulmuş olsa da zamanla farklı dinler ve kültürel gruplar üzerinde de ölçekler geliştirilmiş ve uygulanmıştır (Tarakeshwar, Pargament, & Mahoney, 2003, s. 610; Wilt, Stauner, & Exline, 2018, s. 345). Örneğin, Müslüman örneklem için geliştirilen ölçeklerde İslam inanç esasları ve İslam kültürü esas alınarak dini başa çıkma davranışları yorumlanmıştır (Ayten, 2012; Khan, Watson, & Chen, 2011). Yine aynı şekilde Yahudi örneklem için de ölçekler geliştirilmiş ve uygulanmıştır (Pirutinsky, Rosmarin, Pargament, & Midlarsky, 2011; Rosmarin, Pargament, Krumrei, & Flannelly, 2009).

Dini başa çıkma evrensel özelliklere sahip olsa da dinsel, yerel ve kültürel farklılıklara sahiptir. Bu nedenle farklı tipte dini başa çıkma davranışlarından söz etmek daha mümkün hale gelmektedir. Bir anlamda inanç ve kültür dini başa çıkmanın karakteristiğini, tarzını ve yöntemlerini değiştirebilir ve dönüştürebilir özelliktedir. Örneğin, Hindular için geliştirilen dini başa çıkma ölçeği ile hem dinsel hem de sosyo-kültürel farklılıkların Hinduların dini başa çıkma davranışlarında etkili olduğu bulunmuştur. Buna göre Hindu örneklem üzerinde yapılan araştırmalarda Hinduların başa çıkma tarzlarının ve bunların sonuçlarının karma inancından doğrudan etkilendiği, ayrıca Hinduların bulunduğu coğrafyaya göre de olaylar karşısında davranış tarzlarının değişiklik gösterebildiği, bazılarının daha kaderci, sert ve yardıma gereksinim duymayan bir yaşamı tercih ettikleri, bazılarının ise hayattan memnuniyet düzeylerinin daha yüksek olduğu ve daha esnek bir anlayışa sahip oldukları rapor edilmiştir (Tarakeshwar vd., 2003, s. 610).

Bu verilerden yola çıkıldığında benzer şekilde bir Hıristiyan, Müslüman veya Yahudi için de kendi inancının öğeleri ön plana çıkmakta ve belirleyici olmaktadır. Örneğin Hıristiyanlar için dini başa çıkmada teslim, günah çıkarma, sevgi gibi olgular ön plana çıkarken, bir Müslüman için tevhit, teslimiyet, tevekköl gibi öğeler hâkimdir. Bununla

birlikte her dinin ya da her inancın mistik ve mitik bir yanı olduğu ve inancın mistifikasyon ile birlikte deneyimlendiği durumlar düşünülürse o inancın müntesiplerinin olaylara bakış açısının ya da etkilenimlerinin oldukça farklılaşacağı da hesap edilmelidir. Bir Yahudi için Calut kıssası çok şey ifade ederken, Konfüçyüs'ün öğretileri çok etkileyici olmayabilir. Ya da bir Şii için Hz. Ömer'in adaletinden güç almak pek mümkün gözükmezken bir Vahhabi için Hz. Zeynep'in türbesinde ağlamak pek bir şey ifade etmeyebilir. Dolayısıyla dini başa çıkmanın aidiyet hissedilen inanç ve kültür motifleri ile bezeli olması ve şekillenmesi doğal bir neticedir.

Bu konuda çarpıcı bir veri Protestan ve Katolikler arasındaki farklılaşmaya ilişkindir. Örneğin araştırmalardan elde edilen bulgulara göre Katolıklara nazaran Protestanlarda dini başa çıkmanın daha faydalı olduğu bulunmuştur. Bu olgu Protestanların yaşam tarzları ile ilişkili bir sonuç olarak düşünülmüştür. Çünkü Protestanların hayat memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu ve olayları daha az üzüntü ile karşıladıkları kaydedilmiştir (Pargament vd., 2013, ss. 390-393).

Bunlara karşın inanç öğeleri değişiklik gösterse ve farklı farklı dini akideler ortada olsa da dini başa çıkmadan beklenen fayda açısından özellikle ruh sağlığı göstergeleri bağlamında ortak sonuçların varlığı da rapor edilmiştir. Belli dini geleneklere ait dini başa çıkma dayanaklarının etkisi araştırıldığında hem Hıristiyan hem de Müslüman örnekleme dua etmenin, kendi akaidine ait kutsal metin okumanın ruh sağlığına olumlu katkıları olduğu gerek amprik olarak gerekse meta analizlerle gösterilmiştir (Pargament vd., 2013, ss. 390-393).

Ancak yine de vurgulamak gerekirse etnik, kültürel ve dini bağlamı düşünüldüğünde dini başa çıkma basit ve doğrusal değildir. Dini başa çıkmanın etkisi her bağlam ve durumda, her insan için aynı değildir ve bu konuda farklı görünümeler vardır. Bütün bunlara karşın dini başa çıkmanın dinsel ilgisi olanlar için ya da dindarlar için daha yardım edici bir öge olduğu açıktır (Pargament, 2003, s. 56).

2.2.3. Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı

Yoğun stresli olaylar karşısında din ve maneviyat daha etkin çözümler için destekleyici bir unsurdur. Bu, geniş şekilde kabul gören bir anlayıştır. Buna göre eğer dini başa çıkma etkili ve sağlıklı bir şekilde kullanılırsa ruh sağlığı alanında da verimli olabilecek

bir mekanizmadır (Oman & Thoresen, 2013, s. 304). Özellikle dinî-ahlâkî değerlere bağlı insanlar, engellerin aşılmasında ya da belirsizliklerin giderilmesinde, dini inancından, dolayısıyla kendi üstünde var olan yüce bir gerçeklikten yardım istemekte ve bundan istifade etmektedirler (Bahadır, 2011, s. 66).

Zor zamanlarda karşılaşılan stres vurgunu ile insanın gerek fizyolojik gerekse ruhsal sağlığının ne derece olumsuz etkilenebileceğine ve stres reaksiyonunun farklılaşabileceğine bölümün başında değinilmişti. Stresli zamanlar birey için bazen basit düzeyde ruhsal problemlere neden olurken bazen de bir travmaya veya krize dönüşebilmektedir. Dahası bunlar bireyde akut ya da kronik ruhsal sorunlara sebebiyet verebilmektedir. Başa çıkma teorisi strese uyum açısından geliştirilen bir yaklaşımdır. Dini başa çıkma yaklaşımının da stresli ve zor zamanlarda bireyin dini kaynaklara müracaatı ve dinsel reaksiyonu olduğu anımsanırsa, strese bağlı olarak ortaya çıkan akut ya da kronik depresyon, kaygı, post travmatik etkiler bakımından dinin ruh sağlığına etkisi daha da ön plana çıkmaktadır. Bu bağlamda dini başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişki pek çok değişken ile gerek yurt dışında gerekse yurt içinde yapılan çalışmalarda anlaşılmalı ve gösterilmeye çalışılmıştır.²⁶

Geçmişten günümüze dinin ruh sağlığına etkileri konusunda farklı görüşler ileri sürülmüştür. Kimileri dinin ruh sağlığına olumsuz yönde etki ettiğini hatta dinin başlı başına bir patoloji olduğunu savunurken kimileri ise dinin ruh sağlığına olumlu katkılar sağladığını belirtmiştir. Bu konuda görüş farklılıkları olsa da genel bakış açısı dinin ruh

²⁶ Bu konu; trajedi ve terör mağdurları ile (Meisenhelder & Marcum, 2004, 2009), sel (B. W. Smith, Pargament, Brant, & Oliver, 2000) ve deprem gibi doğal afet kurbanları ile (Feder vd., 2013; Kula, 2002; Küçükcan & Köse, 2006), dezavantajlı gruplarla (Kaya, 2014; Kula, 2005; Muhcu, 2015), ağır ve kronik hastalığa sahip bireylerle ve onlara bakım verenlerle (Çufta, 2014; Feher & Maly, 1999; Heo & Koeske, 2013; Karagöz, 2010; Meyer, Altmaier, & Burns, 1992; Özdemir, 2016; Solak, 2012), yakınına veya sevdiğini kaybedenlerle (Anderson, Marwit, Vandenberg, & Chibnall, 2005; Işık, 2013; Sherkat & Reed, 1992), madde bağımlıları ile (Puffer, Skalski, & Meade, 2012; Szewczyk & Weinmuller, 2006), mültecilerle (Sağır, 2014) araştırılmıştır. Bu araştırmalar farklı örneklem gruplarında demografik değişkenler gözetilerek dini başa çıkmanın diğer değişkenleri ile sınıanmıştır. Dini başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişki doğrudan ya da dolaylı olarak depresyon (Altıntaş, 2014; Dein, 2014; T. B. Smith, McCullough, & Poll, 2003), ankisiyete (Bay, Beckman, Trippi, Gunderman, & Terry, 2008; Chapman & Steger, 2008), post travmatik etkiler (Anastasova, 2014; Gerber, Boals, & Schuettler, 2011; E. Thomas & Savoy, 2014) gibi ruh sağlığı öğeleri ile birlikte; dindarlık, affetme (Şentepe, 2016; Witvliet, Phipps, Feldman, & Beckham, 2004), dua (Byrd, 1991; Temiz, 2014) gibi dinin ve dini başa çıkmanın unsurlarına odaklanarak konu edinilen çalışmalarda da araştırılmıştır. Bunlara ek olarak dini başa çıkma ayrıca terapötik etkileri bakımından da değerlendirilmiş ve uygulamalarda yer bulmuştur (Karakaş, 2014; Koç, 2016, ss. 134-135; Pargament, 2007, ss. 106-107).

sağlığı üzerinde geliştirici ve yararlı bir etkisi olduğu yönündedir. Nitekim yapılan amprik araştırmalarda bu yöndedir (Ayten, 2012, ss. 18, 80-83; Z. Cirhinlioğlu, Ok, & Cirhinlioğlu, 2013, ss. 86-93; Kayıklık, 2003, s. 93; Levin & Chatters, 1998, s. 35).

Bir baş etme stratejisi olarak din, zor zamanlarda stres ile başa çıkmada insanlara yardımcı bir öğedir ve travmatik deneyimlerin etkisini hafifletebilme gücüne sahiptir. Din, gerek önleyici gerekse destekleyici öğeleri ile bireyin ruh sağlığını koruyucu bir etkiye sahiptir. Tanrı'ya yönelen ve dinden teselli bulan bireyler sarsıcı olaylar karşısında daha az kaygı ve üzüntü ile hareket edip, dinden ve dini çevreden destek olarak sorunları ile mücadele etmektedirler (Z. Cirhinlioğlu vd., 2013, ss. 86-93).

Zaten temelde başa çıkmanın amacı, olumsuz bir durumu olumlu bir duruma dönüştürmek veya mevcut durumu koruma yoluyla olumlu sonuçlar elde edebilmektir. Bu noktada din, olumsuz olayların olumlu olarak değerlendirilmesini sağlayabilecek bir etkendir. Dini başa çıkma sürecinde, dua ve dini ritüeller benlik değerini güçlendirmektir. Ayrıca dini başa çıkma kişiye huzur sağlayabildiği gibi kişisel gelişimi teşvik edebilecek, Tanrı ile yakınlık hissini arttırabilecek, diğer bireylerle yakın ilişki kurmayı kolaylaştırabilecek bir mekanizmadır (F. G. Cirhinlioğlu, 2010, ss. 111-112).

Dini başa çıkma söz konusu olduğunda teknik olarak ruh sağlığı açısından yararlı ve zararlı sonuçların ortaya çıkabileceği ve bu anlamda dini başa çıkmanın olumlu ve olumsuz olarak değerlendirilmek durumunda olduğu daha önce vurgulanmıştı. Burada unutulmaması gereken bir diğer nokta dini başa çıkmaya etki eden pek çok değişkenin varlığı, beklenen faydanın ortaya çıkmasını etkilemekte ve bu konudaki sonuçları birbirine tezat teşkil edecek şekilde farklılaştırabilmektedir. Örneğin dindarlık boyutu ile düşünüldüğünde iç güdümlü ve dış güdümlü eğilimlerin olayları algılayış ve yorumlayış tarzında bariz farklılaşmaya neden olduğu ve dolayısıyla aynı tarzda bir soruna farklılaşan tipteki dindarların farklı reaksiyonlarda bulunduğu ve ruh sağlığı açısından da etkilenimlerinin farklı olduğu anlaşılmıştır. Batson, Schoenrade ve Ventis, ruh sağlığı açısından belirledikleri yedi kriteri, üç farklı dindarlık tipi ile [Amaç (İç Güdümlü); Araç (Dış Güdümlü); Arayış (Sorgulayıcı)] ilişkisi bakımından 61 farklı araştırmadan elde ettikleri 197 bulguya göre değerlendirmiş dış güdümlü dindarların bu konuda son derece olumsuz bir görünüme sahip olduğunu bulmuşlardır. Bu

araştırmacıların ulaştığı sonuçlar aşağıda verilmiştir (Batson, Schoenrade, & Ventis, 2017, ss. 310-312).

Tablo 6: Ruh Sağlığının Yedi Anlayışı ve Dindarlığın Üç Boyutu

Ruh Sağlığı ve Dindarlık	Dış güdümlü	İç güdümlü	Arayış
Hastalığın bulunmaması	<i>Belirsiz</i>	<i>Belirsiz</i>	<i>Belirsiz</i>
Uygun sosyal davranış	<i>Olumsuz</i>	<i>Olumlu</i>	<i>Belirsiz</i>
Endişe ve suçtan özgürleşme	<i>Olumsuz</i>	<i>Olumlu</i>	<i>Olumsuz</i>
Kişisel yeterlilik ve kontrol	<i>Olumsuz</i>	<i>Olumlu</i>	<i>Olumlu</i>
Kendini kabul ve kendini gerçekleştirme	<i>Olumsuz</i>	<i>Belirsiz</i>	<i>Olumlu</i>
Bütünlük ve örgütlenme	<i>Olumsuz</i>	<i>Olumlu</i>	<i>Olumsuz</i>
Açık fikirlilik ve esneklik	<i>Olumsuz</i>	<i>Olumsuz</i>	<i>Olumlu</i>

Buradan anlaşılacağı üzere dış güdümlü yani araçsal dindarlık ile ruh sağlığı arasında açık bir olumsuz ilişki söz konusu iken iç güdümlü dindarlık açısından bu ilişki oldukça olumludur.

Ancak genel bir kabul olarak (dindar ya da değil) olumlu dini başa çıkma davranışları bireyin ruh sağlığına olumlu katkılar sağlarken olumsuz dini başa çıkma davranışları bireyin ruh sağlığını bozucu yönde etki etmektedir (Yapıcı, 2007, s. 51). Çoğu zaman olumlu dini başa çıkma; düşük kaygı, düşük depresyon ve ruh sağlığının göstergeleri olarak kabul edilen bireyin iyilik ya da esenlik hali ile pozitif yönde ilişkilendirilmiştir. Bununla birlikte olumsuz dini başa çıkmada ise bu sonuçların negatif seyrettiği yani esenliğin azaldığı, kaygının ve depresyonun artmış olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca olumlu dini başa çıkma davranışları gösterenlerin zorlu olaylar karşısında daha dayanıklı olduğu, zorluklara göğüs gerdiği ve dini kaynaklardan yararlanarak anlam ve teselli bulduğu ispatlanmıştır. Örneğin Batan (2016) 512 kişiden oluşan yetişkin örneklem ile psikolojik dayanıklılık, dini başa çıkma ve yaşam doyumu olgularını incelediği çalışmasında bireylerin olumlu dini başa çıkma yöntemlerini kullanma eğilimlerinin onları psikolojik olarak daha dayanıklı hale getirdiğini ve bunun da yaşam doyumlarını arttırdığını bulgulanmıştır (Batan, 2016). Yine yapılan meta analitik bir çalışmada strese uyumun çeşitli türleri açısından olumlu ve olumsuz dini başa çıkmanın nasıl kullanıldığı araştırılmıştır. 49 araştırma tahmin edilen 105 etki bakımından demografik değişkenlerle birlikte analiz edildiğinde olumlu dini başa çıkmanın psikolojik iyi oluş hali (örneğin manevi gelişme, hayat memnuniyeti, özsaygı, anlamlı

bir yaşam) ile bağlantılı olduğu buna karşın olumsuz dini başa çıkmanın ise olumsuz duygularla (suçluluk, stres, depresyon, kaygı, kızgınlık) ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu konuda yapılan yeni çalışmalar da bu bulgularla benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Bütün bu çalışmalar temel alındığında ruh sağlığı açısından dini başa çıkma son derece önemli bir medyatör haline gelmektedir (Hood vd., 2009, s. 440; Wilt vd., 2018, s. 345).

Dolayısıyla din, bireyin başa çıkma sürecinde temel bir kaynaktır ve ruhsal anlamda ona yardımcı olabilecek birçok öğeye sahiptir (Pargament & Brant, 1998, ss. 125-126). Bireyler, kontrol edemediği veya üstesinden gelemediği durumlarda, dine ve dinsel pratiklere müracaat ederek rahatlamaya ve huzur bulmaya çalışmaktadırlar (Altıntaş, 2014, s. 32).

Bu çerçevede herhangi bir zorlu yaşam olayında, anlam ve kontrol duygusunun kaybedildiği durumlarda bireyler dinsel bir yönelimle, *yaşadıklarını kutsal bir alanla ilişkilendirme, sabretme, tevekkül etme, hayra ya da şerre yorma, imtihan edildiğini düşünme, cezalandırıldığı fikrine kapılma, ibadet etme, Allah'ın kudretine ve merhametine sığınma, Yüce Kudret'e öfkelenerek O'nun varlığı ve gücünü sorgulama, ümitsizliğe kapılma gibi olumlu ya da olumsuz yönden dinî ve manevî içerikli tutum ve davranışlar* gösterebilmektedirler (Ayten & Yıldız, 2016, s. 283).

Bu boyutlar düşünüldüğünde dini başa çıkma, bireylerin bizzat yöneldiği ve uyguladığı birçok pratik ve belirgin dinsel öğelerle doludur. Bu öğelere dini başa çıkmanın unsurları da denilebilmektedir (Ayten, 2012, s. 42).

2.2.4. Dini Başa Çıkmanın Öğeleri

Yaşamdaki zorlanmalar ve güç durumlar insanların dayanak, sığınak, yardım ve teselli aradığı zamanlardır. Zor zamanlarda birey bir taraftan olan biteni anlamlandırmaya çalışırken diğer taraftan kendini, iyilik halini korumaya çalışmaktadır. İnsan özellikle bu tür durumların kendisini aştığını ve çaresiz kaldığını hissettiğinde ister istemez kutsala müracaat ederek, olağanüstü bir gücün onu korumasını ve yardım etmesini beklemektedir. Bu gibi durumlarda kutsala yönelmek bireyin en doğal davranışlarından birisidir. Bu esnada birey, duaya müracaat edebildiği gibi daha sık ve yoğun ibadet etmeye de başlayabilir. Başına gelen felakete ya da buna benzer durumlara sabır ile karşılık verebilir ya da kendinden daha kötü durumda olanları düşünerek şükür de

edebilir. Kendisini bunaltan (durum, olay, şahıs) her ne ise içerisinde ona duyduğu kızgınlığa ve öfkeye karşı kendi kendini ulvi düşüncelerle yatıştırabilir ve affedici davranabilir. Bütün bunlar dinin asli unsurları ve yansıması olduğu gibi bireyin dini başa çıkmasının da araçlarıdır. Bunlardan bazıları aşağıda açıklanmıştır.

2.2.4.1. Dua ve İbadet

"Dua, ibadetin özüdür" (Tirmizi, 1975, s. 456) ve dinin en temel unsurlarından birisidir (James, 2017, s. 472). Dua, Tanrı-insan ilişkisinde insandan Tanrı'ya doğru bir yöneliş (Karaca, 2014, s. 222), çoğu insanın yaşamında merkezi bir değer ve en sık rastlanan dindarlık biçimidir. Duanın bu kadar yaygın olmasının nedeni insanlara sorunlarıyla baş etmesinde yardımcı olmasıdır (Hood vd., 2009, s. 465).

Dini inanca sahip olan bireyler kendilerini destekleyen ve koruyan bir referans olarak dini, bir başa çıkma yöntemi olarak kullanmaktadırlar. Zaten hayatın beklenmedik durumları, maddi zorluklar, doğal felaketler ve yakın ölümleri gibi durumlarda, insanlar inanca büyük önem atfederek Tanrı'ya sığınmakta ve ondan yardım gözetmektedirler. Bu gibi durumlar insanların çoğunda dua ve ibadete yönelme şeklinde kendini göstermektedir. Dua ve ibadet en önemli ve en sık müracaat edilen dini başa çıkma yöntemidir (Balcı Arvas, 2016, ss. 105-110).

Dua, pek çok dini başa çıkma şeklini kapsayan evrensel bir dayanaktır (Pargament vd., 2013, s. 391). Hatta kişi inançsız olsa dahi bazen beklenmedik durumlarla karşılaştığında doğal olarak bu mekanizmaya müracaat etme ihtiyacı hissetmektedir (Bahadır, 2011, s. 156). İnançlı ya da inançsız her bireyde, özellikle çaresizlik anlarında dua ihtiyacının ortaya çıkması, insanın psikolojik yapısının yansımasıdır. Bu durum onun varoluşsal özü ile ilgilidir (Koç, 2005, s. 78).

Duanın pek çok çeşidi vardır ve birçok farklı türde dua tasnifi yapılabilir.²⁷ Albayrak (2007) birbirine tezat teşkil eden iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık tipolojilerinden

²⁷ Örneğin Foster (1992), Hıristiyan geleneği içerisinde şekillenmiş 21 çeşit duadan bahsetmiştir; 1- Basit dua, 2- Terk edilmişlik duası (Matta – 27/46 “Tanrım beni neden terk ettin”), 3- Günlük arınma duası, 4- Gözyaşı duası, 5- Ferağat duası, 6- Oluşum duası, 7- Sözleşme duası, 8- Tapınma duası, 9- Dinlenme duası, 10- Ayin duası, 11- Süreğen dua, 12- Kalbin duası, 13- Meditasyon duası, 14- Zühd duası, 15- Hayret duası, 16- Talep duası, 17- Şefaak duası, 18- Şifa duası, 19- Acı çekmenin duası, 20- Buyurgan dua, 21- Radikal dua.

yola çıkararak bazı duaları (talep duası, alışkanlık edinilmiş dua, başa çıkma duası, bağışlanma duası, şefaath duası, tapınma duası, tefekkür ve ruhi gelişme duası) sınıflandırmıştır. Albayrak'a göre dış güdümlü dindarlar ilk üç duayı sıklıkla kullanarak daha faydacı ve duruma yönelik davranırken, iç güdümlü dindarlar duaları daha samimi ve içten bir yaklaşımla kullanmaktadırlar (Albayrak, 2007).

Biçimi veya içeriği açısından da farklı türde dua sınıflandırmaları vardır. Dinî, coğrafi ve kültürel açıdan dua pratiğinde farklılaşmalar vardır. Dualar başkası ile ilgili olabildiği gibi bizzat insanın kendisine de yönelik olabilir. Dualar, "hayır dua" ve "beddua" şeklinde tezahür edebileceği gibi maddi/dünyevi ve manevi/uhrevi isteklerle ilgili de olabilir. Bazı dualar hamd ve şükür için yapılırken bazıları doğrudan isteklerimizle ilgilidir. Bunlardan ilki hamd ve şükür duasıdır, diğerleri talep duası ya da yalvarma/yakarma duasıdır. Talep duası duanın en yaygın biçimlerinden birisidir ve bu duanın amacı genellikle kötülükten ya da kötü bir durumdan kurtulup esenliğe iyiliğe ulaşmaktır (Yaman & Temiz, 2014, ss. 195-196).

Din psikolojisi açısından duaların içerisinde canın ve malın korunması gibi isteklerin olması, dualarımızın ihtiyaçlarımızı kapsamaması gayet normaldir. Dileme ve istemenin yanında şükretme, söz verme, tövbe gibi başka ruhsal hallerin duada dile getirilmesi de beklenen bir durumdur. Umumi bir yönü olsa da dualar öznel, her çeşit talebin bireyin dilinden ifade edilebilmesidir. Dua, Allah ile öznel bir iletişim aracıdır. Dua ile bireyler yalnız olmadığını, yardımına gelecek bir Yaratıcının olduğunu bilerek sarsıcı olaylar karşısında inancını ve direncini pekiştirmektedirler (Yavuz, 2013, ss. 236-237).

Yani dua, insana güç veren, onu rahatlatan, hayatın zorlukları karşısında yalnız olmadığını, ona yardım isteyebileceği kadir-i mutlak bir gücün var olduğunu hatırlatan bir unsurdur. Dua, ruhu tasfiye ve takviye ederek insanı koruyan ve ümitsizliğe düşmesini engelleyen bir pratiktir (İmamoğlu & Yavuz, 2011, s. 234). Dua, insanın ruhsal sağlığının doğal bir unsurudur, onun sağaltımına yardımcı bir etkidir (James, 2017, s. 474).

Dua, sıkıntılı durumlarda, kriz anlarında sıklıkla müracaat edilen ve stresi, depresyonu, kaygıyı ve öfkeyi azaltan bir etkiye sahiptir. Dua ve dini başa çıkma tarzları arasındaki ilişki bazı araştırmalarda konu edinilmiştir. "Dilek duası" ertelemeci dini başa çıkma

tarzı ile; “dini dua” işbirlikçi dini başa çıkma ile; “psikolojik dua”nın ise benlik güdümlü dini başa çıkma ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır (Ayten, 2012, s. 43). Dua, hem problem çözme açısından hem kişinin gelişimini/olgunlaşmasını kolaylaştırması bakımından hem de duygusal kontrolü sağlama noktasında genellikle olumlu bir dini başa çıkma yöntemi olarak kabul edilmektedir. Ayrıca trajedi karşısında, zorlu stres anlarında, sevilen biri kaybedildiğinde, yas zamanlarında duanın pratik bir çözüm olabileceği belirtilmektedir (Hood vd., 2009, ss. 465-466).

2.2.4.2. Affetme

Arapça bir kelime olan affetme kavramsal olarak; silmek, silmeye/temizlemeye yönelmek, günahları silmek, bağışlamak, cezadan azade kılmak anlamlarına gelmektedir. Affedenin durumu ise kendisi bir şey isteme mertebesinde iken (isteme hakkına sahipken) bağışta bulunan kimsenin durumu gibidir (Ragıp El-İsfahani, 2012, ss. 710-711).

Affetme zor bir erdemdir. Herkesin kolayca yapabileceği bir davranış değildir. Başa çıkma açısından düşünüldüğünde özellikle zarara uğramış ve kötü davranışlara maruz kalmış bir kişinin affedici davranması azizlere özgü bir davranış olarak düşünülebilir (Pargament, 1997, s. 267). Affetme basitçe karşımızdaki bir kişiyi yani başkasını affetmek anlamına gelmemektedir. Affetmenin daha derin bağlarla örülü ruhsal tezahürleri vardır. Bu nedenle affetme çok çeşitli görünümde ve farklı boyutlarda ortaya çıkmaktadır. *Başkalarını affedebilmenin yanı sıra durumu, olayı, kendini, Tanrı'yi affetme ve Tanrı tarafından affedilme* de vardır. Aslında affetme kendilikle ilgilidir, bireyin kendisine sunduğu bir armağandır. Affetme, kişiliğin önemli bir gücüdür, ruhsal anlamda acıyı tatlıya, olumsuz olumluya dönüştürecek bir mekanizmadır (Şentepe, 2016, ss. 11-16).

Affetme, dua gibi birincil öneme sahip bir dinsel başa çıkma mekanizmasıdır (Hood vd., 2009, s. 465). Affetme, çoğu dinî gelenek için onaylanan ortak özellikli bir davranış ve tutumdur. Affetme, daha uyum sağlayıcı bir baş etme ve genel olarak ruhsal ve sosyal sağlığı güçlendirmek için pozitif bir dini kaynaktır. Araştırmalar affetmenin olumlu duyguları güçlendirdiğini ve kognitif olumsuzlukları azaltarak ruhsal ve fiziksel sağlığı geliştirdiğini ortaya koymaktadır. Affedici/bağışlayıcı düşünceler daha yüksek düzeyde algılanan kontrol ve daha düşük düzeyde fizyolojik stres tepkileri ile ilişkili bulunurken

affetmeme/bağışlayıcı olmayan düşünceler ile olumsuz duygular ve stresin fizyolojik göstergelerindeki artış arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Z. Cirhinlioğlu vd., 2013, s. 95). Bir başka çalışmada ise ensest mağdurlarından oluşan terapi grubuna affetme odaklı tedavi uygulanmış, mağdurların özsaygısının ve umut düzeylerinin arttığı, depresyon ve kaygı düzeylerinin azaldığı bulunmuştur (Pargament, 1997, s. 267). Weinberg, Gil ve Gilbar, affetme ile problem odaklı, duygu odaklı ve kaçınmacı başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişkiyi terör saldırısına uğramış Post-Travmatik Stres Bozukluğu (PTSB) yaşayan 108 katılımcı ile incelemiştir. Sonuçta affetmenin problem odaklı başa çıkma ile pozitif bir korelasyona sahip olduğunu, kaçınmacı başa çıkma ile de negatif bir ilişkiye sahip olduğunu bulgulamışlardır. Ayrıca affetmenin post-travmatik etkileri azalttığını; affetmemenin ise bu etkileri arttırdığını bulgulamışlardır (Weinberg, Gil, & Gilbar, 2013, s. 700).

2.2.4.3. Şükür

Şükür, dini/uhrevi ve ahlaki/dünyevi bir değer olmakla birlikte karakterin ve kişiliğin bir özelliği/gücü (Peterson & Seligman, 2004, ss. 61-75, 526) ve hayatın olumlu tarafına odaklanan pozitif psikolojinin en temel göstergelerinden birisidir (Watkins, 2014, s. 1).

Şükür, dini yaşayışın bir gereği ve dinin beklenen bir yönüdür. Kavramsal olarak şükür, nimeti tasavvur edip onu vereni (Allah'ı) bilmek, onu anmak/zikriyle dolup taşmaktır, karşıtı ise nimeti ve onu vereni unutmaktır. Şükür sözel, duygusal/düşünsel ve davranışsal olabilir (Ragıp El-İsfahani, 2012, s. 560). Şükür, dilimizde Tanrı'ya *duyulan minneti dile getirme, mutlu bir olay veya durumdan, yapılan bir iyilikten duyulan hoşnutluğu bildirme* gibi anlamlara sahiptir (www.tdk.gov.tr). İngilizce'de ise *appreciation, thanksgiving, gratitude* kelimeleri ile ifade edilebilmekte ve *minnettarlık, değerini bilme, takdir etme, müteşekkir olma* gibi anlamlara gelmektedir.

Gündelik hayatta şükür, bir ruh halinin yansıması, kişisel bir özellik veya kişiler arası ilişkilerde ortaya çıkan bir karşılık olabilmektedir (McCullough, Tsang, & Emmons, 2004, s. 306). Bu açıdan şükür iç kaynaklı ya da dış kaynaklı olarak sınıflandırılabilir. Yani bireyin içsel süreçlerinin bir tezahürü olarak tamamen kendi kendine ortaya çıkabileceği gibi dış etkenlere bağlı olarak sadece dışsal bir nedenden de kaynaklanabilir (Ayten, Göcen, Sevinç, & Öztürk, 2012, s. 55).

Şükür, her halükarda olumlu bir yaklaşımın ifadesidir. Şükürkar bir insan başına gelen durum nahoş olsa dahi olumlu yaklaşımı ile durumdan kendini geliştirmiş ve yarar sağlamış bir şekilde başa çıkma potansiyeline sahiptir. Çünkü şükür, olaylara pozitif bakabilmenin ve mutluluğun bir aracı, fiziksel ve ruhsal sağlığı destekleyici etkili bir başa çıkma mekanizmasıdır. Bireylerin geçici ya da kronik zorlu/stresli yaşam olayları ile başa çıkmasında yardımcı bir öğedir (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002, s. 125; Watkins, 2004, s. 178). Hatta şükür “geniş görüşlü/fikirli başa çıkma” (*broaden-minded coping*) olarak isimlendirilen ve pozitif psikolojinin içerisinde geliştirilen yaklaşım için temel bir duygudur. Bu yaklaşım gelecek yönelimli bir başa çıkma kaynağını ifade etmekle birlikte bireyin düşüncesini genişleterek daha olumlu duygularla ve düşüncelerle olaylara yaklaşmasını ve inşa etmesini (*build*) ifade etmektedir (Emmons & McCullough, 2004, ss. 147-156, 304).

Gerek ülkemizde gerekse yurt dışında yapılan çalışmalarda şükür ve başa çıkma arasındaki ilişki araştırılmıştır. Emmons ve Kneezel tarafından yürütülen çalışmada şükür, ertelemeci dini başa çıkmadan daha çok işbirlikçi dini başa çıkma ile anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur (Emmons & Kneezel, 2005, s. 144). Bir başka çalışmada ise Post-Travmatik Stres Bozukluğu (PTSB) ile şükür arasındaki ilişki incelenmiştir ve şükürkar bireylerde düşük PTSB değerleri kaydedilmiş ve bu ilişkinin istatistikî olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir (Watkins, 2004, s. 178). Şükür, psikolojik iyi olma ve dini yönelim arasındaki ilişki üzerine 611 kişiden oluşan yetişkin örneklem üzerine ülkemizde Göcen (2012) tarafından yapılan çalışmada ise şükürün, psikolojik iyi oluş açısından bireylere olumlu yönde katkı sağladığı belirlenmiş, kendini kabul, hayatın anlamlılığı ve bireysel gelişimi de etkilediği bulgulanmıştır (Göcen, 2012). Ayten ve diğerleri (2012) tarafından dini başa çıkma, şükür ve hayat memnuniyeti ilişkisi üzerine hastalar, hasta yakınları ve hastane çalışanları ile yine ülkemizde yapılan bir çalışmada bireylerin şükretme yönelimleri, dini başa çıkma davranışları ve hayat memnuniyeti düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir ve hayat memnuniyeti ile şükür ve olumlu dini başa çıkma arasında pozitif ilişkiler olduğu tespit edilmekle birlikte kadınların dış kaynaklı şükür düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek düzeyde olduğu, şükür duygusunu ifade etme, sosyal çevre ve aileye karşı minnettar olma, maddi ve manevi olarak sahip olduklarının varlık ve yokluğunu karşılaştırarak şükretme ve kendine katkıda bulunan her şeye karşı şükürünü sözel olarak ifade etme noktasında, kadınların

erkekler göre daha başarılı olduğu, buna karşın iç kaynaklı şükür açısından kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmıştır (Ayten vd., 2012).

Şükür ile ilgili bir başka önemli veri dini başa çıkmanın diğer bir öğesi dua ile olan ilişkisine dairdir. Dua etme ve dua etme sıklığının şükre olan etkisi yapılan ve toplam 2390 kişi üzerinde gerçekleştirilen 4 farklı çalışmada gerek boylamsal gerekse deneysel olarak incelenmiştir. Sonuçta dua ile şükür arasında yakın ve karşılıklı bir etkileşim olduğu, daha sık dua edenlerin şükür puanlarının yüksek olduğu, duanın şükürü öncelediği bulunmuştur (Lambert, Fincham, Braithwaite, Graham, & Beach, 2009, s. 139).

Anlaşılabacağı üzere dua-ibadet, dua-şükür ilişkisinde olduğu gibi dini başa çıkmanın öğeleri arasında yakın bir ilişki vardır. Ayrıca bunlar iç içe geçmiş bir görünümde ortaya çıkabilmektedirler. Bu açıdan sabır ve tevekkül, bu tür dini başa çıkma mekanizmalarına en iyi örnekler arasında sayılmaktadır.

2.2.4.4. Sabır ve Tevekkül

Sabır ve Tevekkül birbirini tamamlayan kavramlardır. Sabır kelime olarak, “engellemek, hapsetmek; güçlü ve dirençli olmak” anlamına gelmektedir kavramsal olarak ise “üzüntü, başa gelen sıkıntı ve belâlar karşısında direnç gösterme; olumsuzlukları olumlu kılmak için gösterilen metanet”, feryat figan etmeden, sızlanmadan başa gelen kaza, bela ve musibet karşısında kendini korumaya almak, her türlü sıkıntıya tahammül ederek katlanmak ve içinde bulunulan durumdan şikâyetçi olmamak, metanet, göğüs genişliği, gibi anlamlara gelmektedir. Sabrın karşıtı, telâş, kaygı, yakınma ve bunalmadır (Çağrııcı, 2008, s. 337; Ragıp El-İsfahani, 2012, ss. 576-577; Sarıkaya & Şeren, 2017, ss. 69-75). Tevekkül ise kelime olarak “Allah’a güvenmek”, “birinin işini üstüne alma, birine güvence verme; birine işini havale etme, ona güvenme” gibi anlamlara gelmektedir. Kavramsal olarak “bir kimsenin kendini Allah’a teslim etmesi, rızıkta ve işlerinde Allah’ı kefil bilip sadece O’na güvenmesi” anlamına gelmektedir (Çağrııcı, 2012b, ss. 1-2). Sabır ve tevekkül aynı zamanda tasavvufi kavram ve makamlardır. Tevekkül ve devamında rıza makamı sabrın içselleştirildiği aşamalarıdır. Nefsini terbiye etmek isteyen bir mümin için sabır olmadan tevekkül ve rıza makamına ulaşmak mümkün değildir (Doğan, 2014, s. 122).

Sabır ve tevekkül, gelen musibet karşısında Allah'ın yardımını gözeterek ve gereken tedbirleri alarak beklemektir. Bu bekleme atıl bir bekleme değil bireyi rahatlatan (Bakara, 2/153; Âl-i İmrân, 3/160), haksızlık ve zulüm karşısında ona bir dayanak sağlayan (Yunus, 10/85), önünde sonunda kurtuluşa erişeceğini müjdeleyen/bildiren, bela veya musibetin kulluğu, gündelik işleri ve yaşama sevincini engellememesi gerektiğini hatırlatan bir beklemedir (İnşirah, 94/5-7).

Sabır, dini bir değer olduğu kadar aynı zamanda bir erdemdir. Olgunluğun temel göstergelerinden birisidir (Kayıklık, 2011, s. 138). İnsan sabır ile can sıkıcı, acı veren bir olay veya bir sonuç karşısında, hırçınlaşmak, öfkelenmek, dert edinmek ya da taşkınlık yapmak ve isyana kalkışmak yerine onu sabırla karşılayıp olayın sarsıntısını, acının ve huzursuzluğun etkisini böylelikle en aza indirebilir. İnsan inancı ile hareket ederek olan biteni sükûnetle karşılayıp, sakin ve sabırlı bir biçimde kurtuluşun çarelerine bakabilir (Yavuz, 2013, ss. 345-346).

Aynı şekilde tevekkül de mutedil olmanın ve sükûneti korumanın bir ölçüsüdür. Dini bir prensiptir. Bu yönüyle tevekkül çeşitli nedenlerle oluşacak felâketlerden, kötülüklerden kurtulmada elinden geleni yaptıktan ve gerekli tedbirleri aldıktan sonra, kendisini sükûnet içinde tutmaya ve korumaya alması ve bundan sonra olacakların sonuçlarını Allah'a güvenip O'nu takdirine bırakmayı ve başına gelenleri sükûnetle karşılayıp sakin bir şekilde yeni tedbir ve çözüm arayışlarını kapsamaktadır. Tevekkül sakin bir ruh halinin yansımasıdır. Bir kişi karşılaştığı yıpratıcı olumsuzluklar veya başına gelen bir felâketin verdiği acının şiddeti karşısında ve aşılması güç durumlarda bu ruh hali ile çareler aramaya devam edebilir. Allah'a dayanarak bir çıkış yolu bulmaya çalışabilir. Allah'a dayanan, iman eden ve güvenenler, korku, endişe, sıkıntı, dert olarak telakki ettikleri, kendilerini aştığını ve baş edemediklerini hissettikleri olumsuz duygu ve düşüncelerini besleyen acı ve tatsız olaylar karşısında dinde ve inançta kendilerine bir sığınak ve güç kaynağı bulmuş olurlar (Yavuz, 2013, s. 345).

Sabır da insanı zorlayan ve ona meydan okuyan olaylar karşısında içsel sakinliğin ve gücün; telaşlı bir şeyler yapmak, endişelenmek ve üzülme yerine farkındalığın ve dikkatli davranıldığının bir işaretidir. Şok anında güçlü bir ruhun göstergesidir. Sabır Tanrı'ya güvenin, sınırlarını bilmenin, kendinin dışında da olayların bir seyri olduğunun varoluşsal olarak farkına varmanın, olup bitenin neden ve niçin olduğunu kavramanın,

olaylarla başa çıkmanın bir yoludur (Zaumseil, Schwarz, von Vacano, Sullivan, & Prawitasari-Hadiyono, 2014, ss. 111, 237). Sabır özellikle yaşamsal zorlanmalar karşısında bireyin en büyük yardımcılarından birisidir. Ancak sıkıntı anları ile sabır zamanı örtüştüğünden bireyin görünümü acılı ve mutsuz olabilir fakat uzun vadede düşünüldüğünde bu tür tecrübeler; bireye olgunluk ve ustalık vermekte, olumlu psikolojik fonksiyonlarının gelişmesine katkı sağlamakta, ileride muhtemel yaşanacak başarı hissini pekiştirilmesine vesile olmaktadır. Sabır, tıpkı şükür gibi bir erdem, bir kişilik özelliği, karakterin bir gücü, bir duygu, bir tutum ve bir davranış olarak betimlenebilir. Sabır, olayları anlamlandırma ve değerlendirme evresinden başlayıp, çözümleme aşamasına kadar başa çıkmanın veya problem çözmenin her aşamasında etkili olabilen, bireyi gerekli davranışa hazırlayan bir eğilim, aktif bir bilişsel çaba olarak da değerlendirilebilir. Bu yönü güçlü olan kişi, sebatkâr, her türlü zorlukla mücadelede dayanma ve direnme azmine sahip bir kimse olarak düşünülebilir. Bu açıdan sabır ve ruh sağlığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu söylemek yanlış olmaz. Nitekim ülkemizde 1007 kişiden oluşan yetişkin örneklem üzerinde yapılan dindarlık, sabır ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkilerin incelendiği bir çalışmada sabır ve dindarlığın psikolojik iyi olmayı pozitif yönde etkilediği, sabrın alt boyutları olan kısa süreli sabır, uzun süreli sabır ve kişilerarası sabır ile psikolojik iyi olma arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur (Doğan, 2017).

2.2.5. Boşanma Sürecinde Din Psikolojisi ve Dini Başa Çıkma

Boşanma sürecinde dindarlık, dini temalar, dini duygu ve düşünceler etkindir. Boşanma ile maneviyat ve din arasında yakın bir ilişki ve etkileşim vardır. Birinci bölümde açıklandığı üzere din ve maneviyat boşanmayı etkilemektedir. İnsanlar boşanmalarında dinsel referans ve hassasiyetleri gözetmekte, inançlarına göre hareket etmektedirler. Diğer taraftan boşanma, inancı ve maneviyatı da etkilemektedir. Bireyler bu süreçte dini çıkarımlarda ve değerlendirmelerde bulunmakta, ruhsal anlamda bu süreçte din ve maneviyata yönelmektedirler. Bu süreçte bireyler aktif veya pasif, olumlu veya olumsuz bir şekilde dini başa çıkma davranış ve tutumları sergilemektedirler.

Çoğu insan için henüz boşanma kararı alma aşamasındayken dini ve manevi inançlar etkili olmaya başlamaktadır. Bell ve arkadaşları yaptıkları nitel çalışmada boşanma kararı aşamasında dinin/maneviyatın rolünü araştırmışlardır. Sonuçta katılımcıların

çoğunun; boşanmayı ahlaken yanlış buldukları, haklı bir gerekçe bulana kadar ya da adil olduklarını hissedene kadar evliliklerini devam ettirmek için çaba gösterdikleri, boşanma kararı ile dinsel inançları arasında ikilem yaşadıkları, bu süreçte dinsel pratiklere (dua, affedicilik veya kiliseye katılım gibi) başvurdukları ortaya çıkmıştır. Ayrıca boşanma kararı alma sürecinde dini sosyal ilişkilerin de etkili olabildiğini ancak bunda dinsel benzerliklerin ve farklılıkların etkili olduğunu rapor etmişlerdir (Bell, Harris, Crabtree, Allen, & Roberts, 2018, s. 48).

Krumrei, Mahoney ve Pargament, boşanma sürecinde bir tür manevi stresin ortaya çıktığını, ahlaka aykırılık ve dinsel düşünceler boşanma ile oluşan tehdide eklenince boşanmanın daha stresli hale geleceğini ifade etmişlerdir (Krumrei, Mahoney, & Pargament, 2011, s. 974). Aslında boşanma ile birlikte insanlar sadece sosyal bir bağı basitçe çözmüş olmamaktadır, daha derinlerde manevi bağ da kaybedilmiş hissedilebilmektedir. Bu süreçte kişi mahremiyetini kaybettiği duygusuyla insan ilişkilerine özellikle karşı cins ile ilişkilerine meydan okunduğunu, dahası Tanrı ile ilişkisinin de bu yönde bozulduğunu düşünebilmektedir. Yani boşanma bireyin Tanrı ile ilişkisini bozucu yönde etki eden manevi-varoluşsal bir sorun haline gelebilmektedir. Çünkü boşanma krizinin merkezinde sevginin ve güvenin yitirilmesi vardır. Dolayısıyla imanın ve Tanrı ile olan bağın zedelenmesi söz konusudur (Blomquist, 1986, ss. 161-162).

Bu süreçte birey, (Tanrı ile, kendisi ile, çevresi ile) dinsel çatışmalara ve ikilemlere düşebilir, dini cemaate yabancılaşabilir, dini sosyal çevresine karşı mesafe koyabilir, kendisini mensubu olduğu dini topluluktan yardım talep etme noktasında güçlükler içerisinde bulabilir. Bütün bunlar bireyin sadece kendi içsel yaşantısı ile ilgili ortaya çıkmaz, onun kültürel, sosyal ve dini çevresi de onu ve onun dinsel başa çıkma tarzını derinden etkileyebilir (Pargament vd., 1998, s. 80).

Çoğu insan evliliğin sonlanması ile ilgili dinî değerlendirmeler yapmakta ve bu konuda kendi rollerini sorgulamaktadır. Bu süreçte kendini sorumlu hissetmeye bağlı olarak önemli derecede manevî başarısızlık ve dinî suçluluk duygusu yaşanabilmektedir. Örneğin geleneksel dinî nikâh akdini bozarak (zina, terk vs.) ayrılan eş, *şeytanlaştırılabildiği (demonization)* gibi onun kötü, şeytani güçlerle ilişkili olduğuna

hükmedilirse daha yoğun olumsuzlukların ortaya çıkabileceği ifade edilmektedir (Mahoney & Tarakeshwar, 2013, ss. 387-388).

Boşanma, manevi yönden bireyleri son derece olumsuz etkileyebildiği gibi sağlıklı bir manevi yaşamı da işlevsiz kılacak özelliklere sahiptir. Bireyler ortaya çıkan olumsuzluklar ile manevi yönden mücadele edebilir, bu süreçte inançlarından yardım alabilirler. Ayrıca bir başa çıkma kaynağı olarak inanç, bu süreçte önemli derecede etkin olabilir. Dahası insanlar inançları sayesinde bu olumsuz tabloyu olumluya çevirebilirler. Bazen de bireyler bu süreçte özellikle manevi desteğe ihtiyaç duyabilir (Mahoney, Krumrei, & Pargament, 2008, s. 106). Bu dönemde kişilere yapılacak dini destek, duygusal travmanın etkisini azaltacağı gibi dini rahatlamaya da olanak sağlamaktadır (Weinglass, Kressel, & Deutsch, 1978, s. 76). Bununla ilgili çarpıcı bir örnek aile içi şiddete ve tedavi süreçlerine odaklanan ve aynı zamanda bir terapist olan Abugideiri tarafından paylaşılmıştır;

Latifah, 30 yaşında iki çocuk sahibi Arap kimliğine mensup bir annedir. Depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu sinyalleri sergilediği için terapiye referans edilmiştir. Kocasının evlilik dışı bir ilişkisi olmasına ve soğuk bir kış gecesi onu evden atmış olmasına rağmen boşanma süreci ile ilgili muazzam miktardaki suçluluk duyguları ile ilgili birkaç oturum harcamıştır. Yıllarca ciddi biçimde şiddet görme, oral ve anal sekse zorlanma gibi çeşitli istismar biçimlerine katlanmıştır. Terapist söylediklerine kıymet verdiği ve onunla empati kurabildiği için bu suçluluğu pekiştiren kültürel diyalogları keşfetmiş ve birtakım bilişsel çarpıtmalar tespit etmiştir. Bu bilişsel çarpıtmalar şu şekilde dile getirilmekteydi “Ben aptalım.”, “O, haklıydı ve kimse artık beni istemeyecek.” Sonra bir noktada şöyle demiştir: “Allah beni affedecek midir?” Hafif bir tahammülsüzlük ile birlikte terapist, “Neden dolayı seni affedecek midir? Boşanma helal, istismar haramdır.” şeklinde tepkide bulunmuştur. Latifah şok olmuş görünmektedir. “Gerçekten mi? Boşanma helal midir?” şimdi de şok olma sırası terapistte idi. Geçen bunca zaman içinde Latifah’ın İslam’ın boşanmaya izin verdiğini ve istismar ve aldatmanın İslami boşanma için gerekçe oluşturduğunu bilmeyebileceği terapistin aklına gelmemiştir. Maruz kaldığı tinsel mücadele ile başa çıkmak için Latifah’ın ihtiyaç duyduğu şey bu küçük bilgi parçasıydı fakat şimdiye kadar hiç böylesine yüksek sesle dile getirmemiştir. Her ne kadar suçluluk duygusundan tamamen arınmasa da Allah’ın baskıdan kurtulma çabalarını desteklediğini ve boşanmanın barışçıl ve dinsel açıdan onaylanmış bir çözüm olabileceğini kabul etmesi bir ilerleme olarak kaydedilmiştir (Abugideiri, 2015, ss. 323-324).

Boşanma süreci manevi anlamda tüm yönleriyle bireyi sarsmakta ve onun dengesini bozmaktadır. Dahası bazı durumlarda manevi bir travmaya dönüşebilmektedir (Mahoney vd., 2008, s. 105). Aslında bu daha çok kişilerin evliliğe ve boşanmaya yüklediği ya da attettiği manevi değerler ve düşüncelerle ilgilidir. Bu süreçte bireylerin son derece olumsuz manevi değerlendirmelerde/çıkarımlarda bulunabileceği bildirilmiştir. Boşanmanın daha dindarlar için daha az kabul edilebilir bir olay olduğu göz önünde tutulduğunda, evliliğin dağılması, bu aileler için özellikle bir kriz olabilmektedir. Daha dindar yetişkinler ve çocuklar boşanmayı manevî bir başarısızlık olarak deneyimleyebilir ve dinî değerler ile bu olayı yeniden bağdaştırmak için mücadeleye girişebilirler. Nihayetinde boşanmış olan yetişkinlerin ve bu kişilerin çocuklarının; dinî, reddetme olasılıkları daha yüksektir ve dinin sunduğu olumlu psiko-sosyal kaynaklara erişimlerinin daha düşük düzeyde kaldığı ifade edilmektedir (Mahoney & Tarakeshwar, 2013, ss. 374-388).

Klinisyenler tarafından çiftler arasında çatışma meydana geldiğinde Tanrı'yı evlilik sistemine nasıl entegre ettikleri incelenmiştir. Buna göre; boşanma sürecindeki aile bireyleri arasında meydana gelebilecek “üçgenleme” adı verilen ve Tanrı inancına dayandırılan son derece olumsuz bir dini süreçten bahsedilmektedir. Bu dinî süreçte, Tanrı'nın, ailedeki ikili ilişkilerdeki çatışmaların çözümlenmesini engelleyecek şekilde ters etkileri olan bir güç olarak eşler tarafından tasar(ım)landığı savunulmaktadır. Bu düşünceler şu şekilde sınıflandırılmıştır; *İşbirliği* (örneğin Tanrı taraflardan birinin yanında yer alır), *yer değiştirme* (örneğin yolunda gitmeyen olaylar Tanrı'nın hatasıdır) ya da *yerine geçme* (örneğin çiftler Tanrı'nın desteğini elde etmeye çalışır, ancak çatışmayı doğrudan ele almaktan kaçınır) (Mahoney & Tarakeshwar, 2013, ss. 387-388).

Diğer taraftan teorik ve pratik olarak evliliğin ve ailenin kutsanmışlığından yola çıkılarak geliştirilen yaklaşımlar da vardır, bu bakış açısına göre boşanma, önceden kutsal nitelikleri olan bir olgunun ya da bu yönde yatırım yapılmış bir şeyin/hayatın bir boyutunun yitirilmesi yani *kutsalın kaybedilmesi (sacred loss)* olarak değerlendirilebilmektedir. Buna mukabil bireylerin daha olumsuz dini değerlendirmeler de yapabileceği; boşanmanın, hayatın kutsal bir boyutunun ihlal edilmesi şeklinde algılanabileceği, özel ve genel anlamda *kutsala saygısızlık (desecration)* olarak

görülebileceği bildirilmektedir (Mahoney & Tarakeshwar, 2013, s. 386). Bu olgular, olumlu ve olumsuz görünümüleri ile maneviyat ve boşanma arasındaki ilişki açısından amprik olarak incelendiğinde; örneğin boşanma kutsalın kaybı olarak nitelendirildiğinde, travma sonrası gelişim puanlarının arttığı (pozitif bir gelişim gösterildiği), bireyler tarafından olumlu manevi değerlendirmelerin yapıldığı; boşanma kutsala saygısızlık olarak nitelendirildiğinde ise travma sonrası gelişim puanlarının düştüğü (gelişimin bozulduğu) ve bireylerin manevi değerlendirmelerinin olumsuzlaştığı bulunmuştur (Krumrei, 2009, ss. 21-41).

Olumsuz manevi yaklaşımlar boşanma sürecinde stresi ve psikolojik sorunları arttırıcı bir etkiye sahiptir (Emery, 2013b, s. 1055). Oysa pozitif dini başa çıkma ve manevi değerlendirmeler ortaya çıktığında bu olumsuz tablo değişmektedir. Nitekim Nathanson, tüm boyutları ile maneviyatın boşanma deneyimini etkilediğini ve bu süreçte ruh sağlığına önemli yönde katkı sağladığını bulmuştur (Nathanson, 1995, s. 179). Webb tarafından gerçekleştirilen araştırmada ise boşanmanın ardından bireylerin olumlu dini başa çıkma davranışları ile dinselliğin artışı ve düşük düzeyde depresyonun ilişkili olduğu gösterilmekle beraber olumsuz dini başa çıkma davranışlarının dinselliğin azalması ve depresyon artışı ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Webb, 2008, s. vi).

Özellikle boşanma süreci ile ortaya çıkan dini başa çıkma ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki düşünüldüğünde boşanan kişilerin bu süreçte olan biten hakkındaki olumlu ve olumsuz değerlendirmeleri, din algıları, Tanrı tasavvurları, süreci hayra veya şerre yormaları, hem ruh sağlığı hem de dini başa çıkma açısından öne çıkmaktadır.

Nitekim depresyondan acı çekenler için dinin ve dini başa çıkmanın önemli bir kaynak olduğu, bu kişilerden manevi destek verme ve gözetme, hayra yorma, işbirliği gibi pozitif dini başa çıkma yöntemleri kullananların daha iyi bir ruh sağlığına sahip olduğu gösterilmiştir. Buna karşın erteleme, şerre yorma, manevi hoşnutsuzluk gibi olumsuz dini başa çıkma yöntemlerini kullananlarda depresif belirtilerinin artmış olduğu kaydedilmiştir. Bu bulgular farklı örneklem grupları (örneğin yaşlılar, hastalar) ile yapılan diğer çalışmalarda ve meta-analizlerle (117 bağımsız çalışma ve toplam 98975 kişi) desteklenmiştir (Klaassen vd., 2006, s. 114).

Dinî başa çıkmanın alt boyutları ile depresif eğilimler arasındaki ilişki Ayten tarafından ayrıntılı bir şekilde analiz edilmiştir. Buna göre olumlu dinî başa çıkma, depresif eğilimlere sebep olan karamsarlık ve olumsuz düşünmeyi engelleyici bir etkiye sahiptir. Ayten dini başa çıkmanın *hayra yorma* boyutunda depresif eğilimlerin azaldığını, buna karşın *manevî hoşnutsuzluk*, *kişilerarası dinî hoşnutsuzluk*, *şerre yorma* ve *dinî dönüşüm* boyutlarında depresif eğilimlerin arttığını tespit etmiştir. Başa çıkma sürecinde bireyler eğer “Allah’ın kendisini terk ettiğini”, “dualarının kabul olmadığını” düşünüp ve “Allah’a kızma” şeklinde “manevî hoşnutsuzluğunu” dile getiriyorlarsa; “Allah’ın kendisini cezalandırdığını” tasavvur edip olan biteni “şerre yoruyor”; “din adamları ve dindarlardan uzaklaşıyor” ve “gittiği yolun yanlış olduğunu düşünüp yeni bir yol arayışına giriyorsa” kendini üzgün hissetme, umutsuzluk, her şeyden sıkılma, suçluluk duygusu, kararsızlık, yorgunluk hissi gibi depresif belirtilerin artacağını bildirmiştir. Diğer taraftan eğer bireyler bu süreçte olan biteni “Allah’ın imtihanı olarak görüyor”, “sabrın sonu selamettir” ve “her şeyde bir hayır vardır” diyor ve “yaşadıklarının kendisini olgunlaştıracağını” düşünüyorsa, depresif belirtilerin azalacağı da not edilmiştir (Ayten, 2012, s. 132).

Kaygı söz konusu olduğunda da dini başa çıkmada benzer sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Dini başa çıkma davranışları, kaygı kaynaklı psikolojik çatışmaları gidermeye yönelik dinsel çabalar olarak yorumlanabilir (Altıntaş, 2014, s. 32). Kaygı ve dindarlık arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda ve kaygıyı gidermede dini başa çıkma davranışlarının etkisi üzerine yapılan incelemelerde din ve dinsel öğelerin olumlu etkisi ampirik olarak gösterilmiştir. Ancak din, bireyin varoluşsal anlam arayışına cevap verip anksiyeteyi iyileştirici bir etkiye sahip olsa da, cezalandırıcı ve olumsuz bir Tanrı tasavvuru olanlar için kaygı konusunda beklenen faydanın oluşmadığı hatta kaygının daha da arttığı not edilmelidir (Ayten, 2018, ss. 26-29).

Başta çıkmada zorlu yaşam olayının ya da karşılaşılan yaşamsal problemlerin türü, niteliği ve zamanı da etkilidir. Örneğin aile fertlerinden birini kaybedenler ile deprem anını yaşayan insanlar daha çok olumlu dini başa çıkma tutumlarını sergilerken, ekonomik sıkıntı, duygusal/psikolojik ilişki sorunu, iş yeri problemleri, aile içi sorunlar ve sakatlık/yaralanma/hastalık gibi olayları yaşayan insanlarda daha çok olumsuz dini başa çıkma tutumlarının ortaya çıktığı gözlenmiştir (Topuz, 2003, ss. 110-148). Bu

veriden hareket edilirse ve boşanmanın da insan ilişkilerinden kaynaklanan ve insan ilişkilerinde ortaya çıkan bir problem olduğu düşünülürse olumlu dini başa çıkma tutumlarının boşanma sürecindeki bireyler için güçleşeceğini söylemek yanlış olmaz.

Ancak kesitsel bulgularda, boşananların %88 ağırlıkta olumlu, %78 ağırlıkta ise olumsuz dini başa çıkma yöntemlerini tercih ettikleri bulunmuştur. Boşanmaya dair çok sayıda olumlu dini başa çıkma metodu vardır. Bunlar farklı amaç ve beklentilerle ortaya çıkmaktadır. Bu süreçte; kızgınlık, korku ve incinme duygularının üstesinden gelmek için dua ve ibadet etmek, özel manevi ritüellere başvurmak; kişisel bütünlük hissini yeniden kazanmak ve suçluluk duygularını azaltmak için manevi arınma ve (günahlar nedeniyle) affedilme arayışına girmek; ve yalnızlık duygusunu yenmek üzere aşkın bir güce bağlanma ihtiyacı olumlu dini başa çıkma yöntemlerinden bazılarıdır. Buna mukabil işaret edildiği üzere boşanmayla beraber ortaya çıkan manevi görünüm olumsuz anlamda ve çeşitli biçimlerde mücadeleye dönüşebilmektedir. Özellikle boşanma; Tanrı'nın bir cezalandırması olarak düşünülüyorsa ya da Tanrı'nın gücünün boşanma üzerinde etkin olamayacağı farz ediliyorsa, manevi açıdan suçluluk ve kafa karışıklığı varsa veya cemaatte ya da dinsel toplumda birey boşanma ile ilgili çatışmalar ve gerilim yaşıyorsa olumsuz bir mücadele ortaya çıkmaktadır (Krumrei vd., 2011, s. 974).

BÖLÜM 3 - ARAŞTIRMA BULGULARI VE ANALİZİ

Bu bölümde araştırmanın modeli, veri elde edilmesinde hangi yöntem ve tekniklerin kullanıldığı açıklanmış, daha sonra bulgularan nicel ve nitel veriler betimlenerek yorumlanmıştır.

3.1. Yöntem

Bu çalışma, pozitivist ve yorumlayıcı sosyal bilim paradigmalarından²⁸ hareketle hem nicel hem de nitel yöntem ve tekniklerin kullanıldığı betimsel ve ilişkisel bir araştırmadır. Bu tür araştırmalara tarama modeli, tasvir modeli, survey araştırması da denilebilmektedir (Arslantürk & Arslantürk, 2010, s. 91). Ayrıca bu tür çalışmalarda - özellikle yordayıcı ve keşfedici ilişkisel araştırmalar söz konusu olduğunda- hem nicel hem de nitel yöntem ve teknikler bir arada kullanılabilir (Sönmez & Alacapınar, 2011, ss. 46-47).

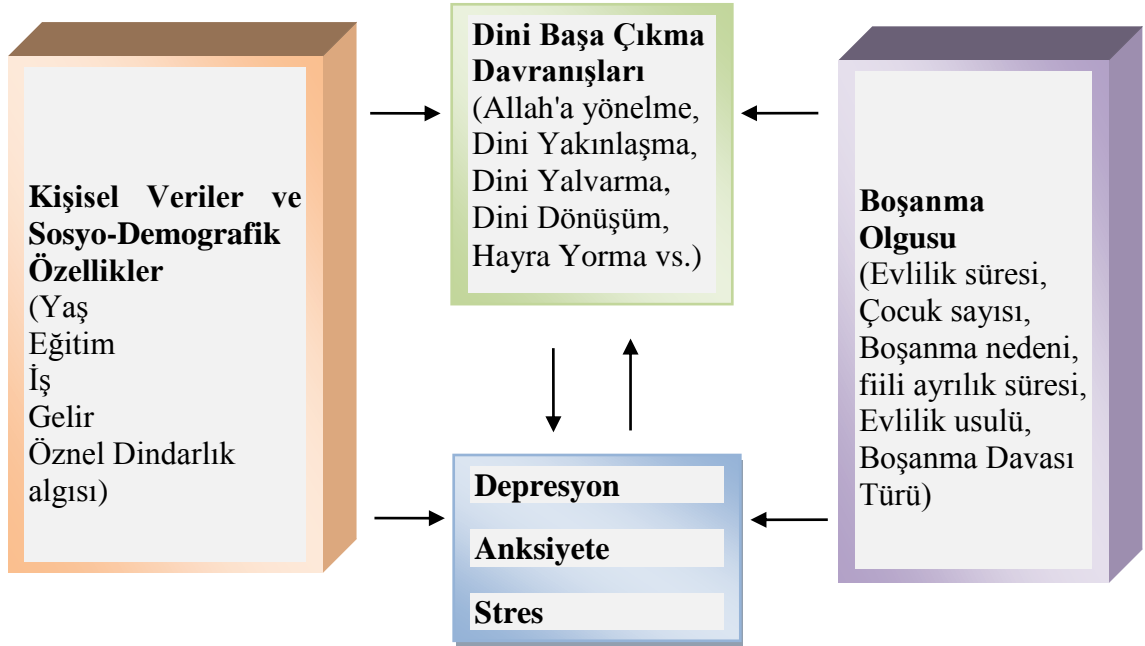
Bu çalışmada karma yöntem (nicel ve nitel) kullanılmıştır. Her iki yöntemin tercih edilmesinin amacı; araştırmanın cevap aradığı problemleri aydınlatılabilmek için hem nesnel niceliklere ve ilişkilere ulaşmak ve bunları analiz edebilmek hem de öznel ve özgül bilgileri derinlemesine anlamak ve açıklamaktır.

Betimsel araştırma, yaşananların, hali hazırda var olanların, süre giden olguların ne olduğunun betimlenip açıklanması olarak değerlendirilebilir. Bu tür çalışmalarda üzerinde çalışılan doğal olgulara müdahale edilmez, olgu nasılsa ve ne şekilde işliyorsa öylece alınıp incelenir, adeta olgunun fotoğrafı çekilerek ortaya koyulur. Betimsel araştırmalar, evrene gitmek mümkün olmadığı ve iki zaman aralığında bir gelişim/değişim incelenmediğinde kesitsel (*cross-sectional*) bir çalışma olarak sınıflandırılmaktadır. Ayrıca ilişkisel araştırmalar da betimsel araştırmalar sınıfında değerlendirilebilmektedir (Sönmez & Alacapınar, 2011, ss. 46-47). Dolayısıyla boşanma sürecindeki bireylerin bir anlığına fotoğrafını çeken ve onların çeşitli değişkenlerle birlikte dini başa çıkma davranışlarını ele almak amacıyla boşananların

²⁸ Paradigma, temel varsayımları, anahtar konuları, problemlere yanıt arama yöntemlerini kapsayan, kuram ve araştırma için genel bir düzenleyici çerçeve ya da yaklaşımdır. (Sosyal Bilim Araştırmalarında kullanılan paradigmlar hakkında ayrıntılı bilgi için bakınız; Neuman, 2013, ss.120-140 ve İslamoğlu, 2011, ss.10-13).

hayatından bir kesit alınarak belli bir zamansal noktada gerçekleştirilen bu çalışma aynı zamanda kesitsel bir araştırma olmaktadır.

Araştırma temel hipotez ve değişkenlere uygun bir şekilde aşağıdaki şekilde modellenmiştir.



Bu model doğrultusunda nicel araştırma için ilişkisel tarama yöntemi benimsenmiş ve verilerin elde edilmesi için anket ve ölçek teknikleri kullanılmıştır. Nitel araştırmada ise örnek olay yöntemi esas alınmış, verilerin elde edilmesinde ve aktarılmasında mülakat ve öyküleme tekniği kullanılmıştır. Bu yöntem ve tekniklerin açıklaması aşağıdaki başlıklarda ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

3.1.1. Nicel Araştırma ve Veri Toplama Araçları

Boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarına odaklanan bu çalışmada, dini başa çıkmanın bazı değişkenlerle ilişkisi araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır. Dolayısıyla ilişkisel tarama yöntemi ve buna bağlı olarak anket ve ölçek teknikleri bu noktada ön plana çıkmakta ve araştırma için işlevsel hale gelmektedir.

İlişkisel tarama yönteminde amaç değişkenler arasındaki ilişkiyi saptamaktır. Bu ilişki korelasyon düzeyinde olabileceği gibi neden-sonuç ilişkisi yönünden de olabilir (Sönmez & Alacapınar, 2011, ss. 46-47). Bu yöntemin avantajı, evreni temsil eden bir örneklem üzerinden verilerin analizine, yorumlanmasına ve yüksek düzeyde genellemelere olanak sağlamasıdır (Arslantürk & Arslantürk, 2010, s. 91). Araştırmanın örneklemi Sakarya ilinde yaşayan ve mahkeme süreci devam eden 118 (51 erkek, 67 kadın) katılımcı oluşturmaktadır. İlişkisel tarama yöntemine uygun olarak 118 katılımcıya anket ve ölçek uygulanmıştır. Zira anket ve ölçek teknikleri, ilişkisel tarama yönteminde kullanılan elverişli veri toplama araçlarıdır. Bu teknikler çok sayıda kişiye ulaşabilmeye ve onlardan doğrudan bilgi alabilmeye olanak sağladığı gibi değişkenler arasındaki ilişkilerin nesnel bir analizini yapmaya imkân tanımakta, geçerli ve güvenilir bir ölçüm temin etmektedir (Arslantürk & Arslantürk, 2010, ss. 106-114).

Araştırmanın problemleri ve değişkenler arasındaki ilişkilere ait hipotezler giriş bölümünde aktarılmıştır. Bu problem ve ilişkilerin anlaşılabilmesi için ilk önce literatür taraması yapılmış, teorik alt yapı oluşturulmuş, gerekli yerlerde adliyede görevli konunun uzmanı kişilerden görüşler alınmıştır. Gerekli okumalar ve ilgili uzmanların görüşleri doğrultusunda, boşanma sürecindeki bireylerin kişisel bilgilerinin, sosyo-demografik değişkenlerinin ve boşanma sürecine ilişkin verilerinin elde edilebilmesi için katılımcılara uygulanan Kişisel Bilgi Formu (Ek-1a) oluşturulmuştur. Formda cinsiyet, yaş, eğitim, meslek, gelir gibi değişkenler yer alırken, boşanma sürecine ilişkin; boşanma nedeni, dava türü, ayrılık süresi, evlilik süresi, çocuk sayısı gibi verilere ilişkin sorular yer almıştır. Boşanma sürecindeki bireylerin öznel dindarlık ve ibadet algılarının anlaşılabilmesi için Kişisel Bilgi Formuna iki soru daha eklenmiştir. Böylece Kişisel Bilgi Formu 14 sorudan oluşan bir anket haline gelmiştir.

Araştırmanın temel problemini oluşturan boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarını ve bunların depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ile ilişkisini anlayabilmek için ise ölçek kullanılması kararlaştırılmıştır. Bu noktada gerekli izinler alındıktan sonra iki ölçekten istifade edilmiştir. Bunlardan ilki Dini Başa Çıkma Ölçeği (DBÇÖ), diğeri ise Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçeği (DASS21) dir.

3.1.1.1. Dini Başa Çıkma Ölçeği (DBCÖ)

Pargament, Koenig ve Perez'in (2000) geliştirdikleri DBCÖ'nden yola çıkılarak Ayten tarafından geliştirilen bu ölçek, zor ve sıkıntılı zamanlarda, stresli durumlarda bireylerin başvurdukları dinî başa çıkma davranışlarını ve bu davranışlara başvurma sıklıklarını göstermektedir. Güvenirlik (α : 807) ve geçerlik çalışması yapılmış ve standart hale getirilmiş DBCÖ ölçeğinde (Ek-1b), 33 madde yer almaktadır. Ölçek, temelde iki boyuttan ve bunların altında da dokuz boyuttan oluşmaktadır. Temelde yer alan iki boyut ve bu boyutlara dâhil olan diğer boyutlar ve maddeler şu şekildedir (Ayten, 2012, ss. 29-32);

1- Olumlu Dini Başa Çıkma Boyutu (25 Madde: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 32, 33).

2- Olumsuz Dini Başa Çıkma Boyutu (8 Madde: 14, 15, 16, 27, 28, 29, 30, 31)

Altta yer alan 9 boyut ve bu boyutlara dâhil olan maddeler şu şekildedir;

1- Allah'a Yönelme; zorlantıya neden olan herhangi bir durum karşısında günahlar için tevbe etmeyi, af dilemeyi, Allah'a yakınlaşmayı, daha az günah işlemeyi, ibadete yönelmeyi, dua etmeyi ifade eden maddelerden oluşmaktadır. (8 Madde: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8).

2- Hayra Yorma; başa gelenlerin Allah'ın bir imtihanı olduğunun düşünülmesi, sorunlar karşısında sabrın sonu selamettir denilmesi ve hayra yorulması, olumsuzlukların bir gelişim fırsatı olarak değerlendirilmesi bu boyut içerisinde yer alan maddelerle ifade edilmiştir. (5 Madde: 9, 10, 11, 12, 13).

3- Kişiler Arası Dini Hoşnutsuzluk; zor zamanlarda dindarlardan ve din adamlarından uzaklaşmayı, din kardeşlerinden yardım alamadığını düşünme gibi davranışları yansıtmaktadır. (3 Madde: 14, 15, 16).

4- Dini Yalvarma; her şeyin düzelmesi ve sorunların hallolması için Allah'a yalvarmayı ve dua etmeyi yahut da Allah'tan yardım istemeden kendi duyguları ile sorunlarla başa çıkmayı belirtmektedir. (3 Madde: 17, 18, 19).

5- Dinî Yakınlaşma; sorunlarla karşılaşıldığında arkadaş ve yakınlardan dua istenmesini, din görevlileri ile konuşulmasını, manevî bir gücün bir parçası olarak düşünmeyi ve sadaka dağıtmayı kapsamaktadır. (4 Madde: 20, 21, 22, 23).

6- Dinî Dönüşüm; başa gelen musibetler karşısında gittiği yolun yanlış bir yol olduğunun düşünülmesi ve yeni bir yol arayışına girilmesi, din odaklı yeni bir hayat kurmaya çalışılması gibi davranışları ifade etmektedir. (3 Madde: 24, 25, 26).

7- Manevî Hoşnutsuzluk; Allah'ın sevgisinden şüphe duyulması, Allah tarafından terk edildiğini ve dualarının kabul olmadığını düşünme, bu nedenle Allah'a kızma davranışlarını içermektedir. (3 Madde: 27, 28, 29).

8- Şerre Yorma; yaşananları hak edecek herhangi bir günah işlenip işlenmediğinin sorgulanması, Allah tarafından cezalandırıldığını düşünme ve başa gelenlerin şerre yorulmasıdır. (2 madde: 30, 31).

9- Dinî İstikamet Arayışı: Allah'tan yeni bir fırsat ve gaye dileme gibi davranışları göstermektedir. (2 Madde: 32, 33).

Ölçek tüm boyutlara giren davranışları ölçmek için “hiç”, “nadiren”, “bazen”, “çoğunlukla” ve “her zaman” cevapları olmak üzere 5’li likert tipinde dizayn edilmiştir, bu beş farklı seçeneğe verilen cevaplar azdan çoğa 1, 2, 3, 4, 5 değerlerinde puanlanmaktadır. Böylece elde edilecek ortalama puanlara göre dini başa çıkma davranışına müracaat etme sıklığının belirlenmesi hedeflenmektedir. Araştırmamızda tüm boyutlar için ayrı ayrı aritmetik ortalamalar hesaplanmış ve analizler bu değerlere göre yapılmıştır. Yüksek puanlar o boyuta giren davranışların daha sık kullanıldığını, düşük puanlar ise daha az sıklıkta kullanıldığını göstermektedir. Bu çalışmada, ölçeğin yapı geçerliliğini ve homojenliğini gösteren *Kaiser-Mayer-Olkin* (KMO) değeri (0,872); faktör korelasyonlarının istatistiksel olarak anlamlılığını gösteren *Bartlett’s Test*indeki Ki-kare değeri ($\chi^2=2487,035$; $p=0.000$) ve güvenilirliği (iç tutarlılığı) gösteren *Cronbach Alfa* değeri 0,915 olarak hesap edilmiştir.

3.1.1.2. Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçeği (DASS 21)

Bu ölçek depresyon, kaygı ve stres düzeyini belirleyebilmek için kullanılan Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğidir (Kısa Form) (DASS 21) (Ek-1c). İlk olarak ölçeğin uzun

versiyonu (DASS 42) Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilmiştir (Lovibond & Lovibond, 1995). Brown ve diğerleri ölçeğin kısa formunun da aynı psikometrik yeteneğe sahip olduğunu belirtmiştir (Brown, Chorpita, Korotitsch, & Barlow, 1997, s. 88). Kısa formun güvenirlik ve geçerlik çalışmasını Henry ve Crawford (2005) klinik olmayan 1974 kişiden oluşan geniş bir örneklem ile gerçekleştirmiştir (Henry & Crawford, 2011). Uzun formun (DASS 42) Türkçe uyarlaması ve güvenirlik, geçerlik çalışması Akın ve Çetin (2007) tarafından yapılmıştır (Akın & Çetin, 2007). Kısa formun (DASS 21) ise Türkçe uyarlaması, güvenirlik ve geçerlik çalışması Boz, Yılmaz ve Arslan (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir (Boz, Yılmaz, & Arslan, 2016; Ö. Yılmaz, Boz, & Arslan, 2017).

DASS 21, üç başlık altında yedişer önerme ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyini ölçmeyi hedefleyen toplam 21 önermeden oluşmaktadır. Depresyon için 7 önerme (3, 5, 10, 13, 16, 17, 21), anksiyete için 7 önerme (2, 4, 7, 9, 15, 19, 20), stres için 7 önerme (1, 6, 8, 11, 12, 14, 18) ile ölçüm yapılmaktadır.

Depresyon boyutunda; karamsarlık, herhangi bir işe başlama konusunda gevşeklik ve zorlanma, moral bozukluğu, keder, değersizlik, keyifsizlik ve isteksizlik, hayatın anlamsız hissedilmesi gibi duygu ve durumların ölçülmesi hedeflenmektedir. *Anksiyete boyutu*; korku, panik, endişe gibi duygu ve durumların yanı sıra vücudun bunlara gösterdiği reaksiyonların da değerlendirilmesini içermektedir. *Stres boyutunda* ise rahat olamama, rahatlıkta zorlanma, öfke, kızgınlık, sabırsızlık ve hoşgörüsüzlük gibi duygu ve durumların ölçülmesi amaçlanmaktadır.

Her bir boyutta yer alan önermeler “hiçbir zaman”, “bazen ve ara sıra”, “oldukça sık” ve “her zaman” seçenekleriyle derecelendirilmiştir. Her bir seçenek azdan çoğa 0, 1, 2, 3 şeklinde puanlanmıştır. Boşanma sürecindeki kişilerden kendi boşanmalarına dair reaksiyonlarını yani boşanma durumu karşısında ne hissettiklerini ya da ne tür etkilerin ortaya çıktığını şıklar arasındaki seçeneklerden işaretlemeleri istenmiştir. Her bir boyut için değerlendirilmesi gereken puanlar toplam puan olarak kaydedilmiş ve aşağıdaki anahtarlamaya göre depresyon anksiyete ve stres düzeyleri (Tablo 7) (Gomez, <https://jeanmartainnaturopath.com>) hesap edilmiştir.

Tablo 7: Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerini Hesap Etmek için Kullanılan Puan Cetveli.

Düzyey	Depresyon	Anksiyete	Stres
Normal (normal)	0-4	0-3	0-7
Hafif (mild)	5-6	4-5	8-9
Orta (moderate)	7-10	6-7	10-12
Şiddetli (severe)	11-13	8-9	13-16
Aşırı Derecede (extremely severe)	14+	10+	17+

Ölçeğin güvenilirlik düzeyi Boz, Yılmaz ve Arslan (2016) tarafından depresyon boyutu için 0,819; anksiyete boyutu için 0,808; stres boyutu için 0,755 olarak hesap edilmiştir. Bu çalışmada ise, *Cronbach Alfa* değeri depresyon boyutunda 0,813; anksiyete boyutunda 0,826; stres boyutunda 0,874 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliğini ve homojenliğini gösteren *Kaiser-Mayer-Olkin* (KMO) değeri ise (0,891); faktör korelasyonlarının istatistiksel olarak anlamlılığını gösteren *Bartlett's Test*indeki Ki-kare değeri ($\chi^2=1142,029$; $p=0.000$) hesap edilmiştir.

3.1.2. Nitel Araştırma ve Veri Toplama Araçları

Nitel araştırma “değişkenleri değil, olayları merkeze koyan olay yönelimli bir yaklaşımdır” (Neuman, 2013, s. 235) ve betimleme yapmaya ve nedensel süreçleri anlamaya yöneliktir (Bal, 2012, s. 69). Araştırma bağlamında boşanma sürecindeki bireylerin istatistikî bilgilerinin yanı sıra onların duygu ve düşünce olarak ne hissettikleri ve düşündükleri, süreci ve olayları nasıl yorumladıkları, öz yaşam hikâyelerinde öne çıkan ve evliliklerinin bozulmasına sebep olan gerekçelerin ne olduğu ve bu süreçte onların dini duygu ve düşünceleri, bizzat yerine getirdikleri dini çabalar, Allah ile irtibatları, dini topluluk ile ilişkileri, vicdani sorgulamaları ve davranışları nelerdir sorusundan hareket edildiğinde nitel verilere ihtiyaç duyulduğu ve nitel yöntemlerle bunların aktarılmasının ve yorumlanmasının uygun olduğu görülmüştür. Bu nedenle bölümün başlangıcında açıklandığı üzere yorumlayıcı bir anlayış benimsenmiş ve buna uygun olarak nicel yöntemlerin yanı sıra nitel yöntem ve tekniklerin kullanılması kararlaştırılmıştır.

Burada nitel araştırma yöntemi olarak boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarını derinlemesine anlamak üzere örnek olay yöntemi seçilmiş, boşanma

sürecindeki belli sayıdaki bireyin yaptığı aktarımların örnek olaylar şeklinde açıklanması ve yorumlanması uygun görülmüştür. Örnek olay yöntemi ilginç, karmaşık ve özel bir olgunun ya da durumun kendi koşulları çerçevesinde incelenmesidir. Bu yöntem olgu, olay, durum ya da bireyin derinlemesine incelenmesine olanak tanımaktadır. Bu yöntemde gözlem yaparken bilgiye ulaşılabileceği gibi nicel araştırma yaparken anket uygulaması sırasında da örnek olaylardan haberdar olunabilir (Sönmez & Alacapınar, 2011, s. 82). Nitekim gerek anketlerin uygulanması esnasında ortaya çıkan öz yaşam öyküleri gerekse araştırmacının bizzat deneyimlediği gözlemler, verilerin elde edilmesinde ve yorumlanmasında aktif bir şekilde kullanılmıştır. Nitel verilerin elde edilmesi için 10 katılımcı ile mülakat gerçekleştirilmiştir. Yarı yapılandırılmış mülakat soruları hazırlanmış ve katılımcılardan nitel veriler elde edilmiştir.

Mülakat, nitel araştırmalarda kullanılan yaygın bir tekniktir. Bu teknikte standartlaştırılmış sorular yerine (ölçeklerin aksine) açık uçlu sorularla araştırmanın problemine cevap olabilecek verilere ulaşılmaya çalışılır (Bal, 2012, s. 69). Araştırma kapsamında mülakat tekniğine uygun bir şekilde açık uçlu soru havuzu oluşturulmuş, mülakat esnasında bu soru havuzundan istifade edilmiştir. “Boşanma sürecinizden bahsedebilir misiniz”, “Sizce ayrılmanıza ve boşanma sürecine girmenize neden olan evlilikteki temel problemler nelerdir”, “Dindar mısınız”, “Dini anlamda boşanma sürecinde neler hissettiniz”, “Dua ettiniz mi”, “Ne tür dileklerde buldunuz”, “Dini anlamda yardım arama ihtiyacı duydunuz mu”, “Boşanma lafını duyduğunuzda ya da boşanma fikri aklınıza geldiğinde psikolojik olarak kendinizi nasıl hissettiniz”, “Bu süreç sizi ne derecede üzdü”, “Üzüntüden kurtulmak istediğinizde ne yaptınız” hazırlanan sorulardan bazılarıdır. Bu ve bunun gibi sorulara verilen cevaplar not edilmiş ve örnek olay biçiminde öyküleştirilmiştir.

Zira olayları açık ve zengin bir biçimde tanımlama, öyküleştirme örnek olay yönteminin özellikleri²⁹ arasında yer almaktadır. Öyküleme, -edebi anlamıyla- yaşanmış olayların,

²⁹ Örnek olay yönteminin özellikleri şöyle aktarılmıştır: -Olayları açık ve zengin bir şekilde tanımlamalıdır. -Olayları zaman sırasına koymalı ve öyküleştirilmelidir. -Olayların tanımlanması ve analizi içsel bir tartışmayla yapılmalıdır. -Karakterler ve yardımcıları saptanıp irdelenmeli ve onların olayı nasıl algıladıkları derinlemesine incelenmelidir. -Ana olaylar üzerinde odaklanmalıdır. -

yer kişi ve zaman göstererek anlatımıdır. Olaylarda genellikle başlangıç, gelişme, düğüm, çözüm ve sonuç bölümü olabileceği gibi öyküde bir mantık ya da sonuç da olmayabilir. Öyküsel bir betimlemede/anlatıda anlatan kişinin olaylara bakışı, değerlendirme biçimi her şeyi etkileyebilir. Bu noktada bir öznellik söz konusudur. Çünkü aynı olayı/öyküyü bir başkası farklı bir şekilde de sunabilir (Sönmez & Alacapınar, 2011, ss. 79-80). Bu özellik/öyküsellik, araştırmamızın cevap aradığı problemlere özgünlük sağlayacak, kişilerin boşanma sürecindeki dini başa çıkma davranışlarını ve içerisinde yer aldıkları öznel psikolojiyi yansıtacak bir araç olarak değerlendirilebilir.

Örnek olayların dolayısıyla boşanma öykülerinin analizinde yorumlama tekniği esas alınmıştır. Yorumlama tekniği, birinci, ikinci, üçüncü düzeyde gerçekleştirilecek bir çalışmadır. Nitel yorumlamada ilk amaç incelenen şeyin insanlar için anlamını keşfetmektir. Çünkü bir davranış söz konusu olduğunda insanların eylemleri, kişisel güdüler ve gerekçeleri ön plana çıkmaktadır (Örneğin boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarının tam olarak güdüsü ve gerekçesi nedir?). Bu, birinci düzeyde gerçekleşen yorumlamaya olanak tanımaktadır. İkinci düzeyde yorumlama ise birinci düzeyde yorumlamanın araştırmacı tarafından keşfi ve yeniden inşasıdır. Yani burada kişilerin olay aktarımında yaptıkları yorumların (güdülerin, gerekçelerin vs.) araştırmacı tarafından keşfedilmesi ve yeniden inşası söz konusudur. Burada araştırmacı tutarlı anlamları keşfetmek ve yorumlamak için olayın içerisine dâhil olur, onları belli bir bağlama/sürece oturtur. Bazı nitel araştırmacılar ise ikinci düzeyden daha ileri gitmeyi tercih ederler ve bir sonraki aşamada yani üçüncü düzeyde olayları genellemeye ve bir kurama bağlamaya çalışırlar (Neuman, 2013, s. 237). Bu araştırmada da üçüncü düzeyde yorumlamalar hedeflenerek boşanma sürecindeki bireylerin örnek olay öykülerinin dini başa çıkma kuramına bağlı olarak yorumlanması amaçlanmıştır. Aşağıda ilk önce nicel bulgu ve yorumlara daha sonra da nitel bulgu ve yorumlara yer verilmiştir.

Araştırmacı, olayın bir parçası olarak araştırmanın içerisine girmelidir (Sönmez ve Alacapınar, 2011: 82).

3.2. Nicel Araştırma Bulguları ve Analizi

Araştırmanın amacı ve cevap aradığı problemler doğrultusunda hazırlanan anket ve ölçekler gerekli etik izinler alındıktan sonra Mayıs 2017 ve Ağustos 2018 tarihleri arasında hali hazırda eşinden ayrılmış, mahkeme süreci devam eden ve Sakarya ilinde yaşayan 118 katılımcıya uygulanmıştır. Uygulamanın sıhhati açısından katılımcılara araştırmanın amacı hakkında bilgilendirme yapılmış, araştırmada gönüllülük esas alınmıştır.

Anket uygulaması araştırmacı ve bu konu da bilgilendirilmiş aile mahkemesi uzmanları tarafından yapılmıştır. 146 katılımcıya ulaşılmıştır ancak uygulama esnasında bazı katılımcıların uygulamaya katılmak istemediği bazılarının da uygulamanın ortasında cevaplamayı yarıda bıraktığı bazılarının ise hiçbir veriyi yansıtmayacak şekilde cevaplar verdiği görülmüştür. Bu bağlamda 118 katılımcının anketi değerlendirilmeye alınmıştır.

Veri analizi, SPSS programıyla yapılmıştır. Veriler araştırmanın amacına uygun bir şekilde hesap (*compute*) edilip ortalamalar ve toplam puanlar alınmış ve gruplandırılmıştır. Verilerin çoğunlukla normallik özelliklerini taşıdığı ve parametrik ölçümlere olanak sağladığı belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilerin tespit edilebilmesi için korelasyon katsayıları kullanılmış, bağımsız grup t-testi (*Independent Samples t-test*) ve tek yönlü varyans analizleri (ANOVA) yapılmıştır. Varyans analizi sonucunda belirlenen anlamlı farklılıkların belirlenmesinde farklı post-hoc testlerinden istifade edilmiştir. Normallik özelliği gösteren veriler için parametrik testler ve katsayılar, normallik özelliği göstermeyen veriler için ise non-parametrik testler ve katsayılar kullanılmıştır.³⁰

3.2.1. Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Katılımcıların çeşitli cinsiyet, yaş, eğitim, gelir durumu, yaşanan çevre gibi sosyo-demografik özelliklere göre dağılımı ve bunların yüzdelerle ifadeleri aşağıda tablolar halinde verilmiştir;

³⁰ Bu konuda ayrıntılı bilgi için bakınız; Field, 2013, ss. 458-459.

Tablo 8: Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	N (Sayı)	% (Yüzde)
Erkek	51	43,2
Kadın	67	56,8
Toplam	118	100

Tablo 8 katılımcıların cinsiyete göre dağılımını göstermektedir. 118 kişiden oluşan örneklemin %43,2'si (51 kişi) erkeklerden, %56,8'i (67 kişi) kadınlardan oluşmaktadır.

Tablo 9: Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Dağılımı

Yaş	N (Sayı)	% (Yüzde)
18-24 yaş	3	2,5
25-29 yaş	15	12,7
30-34 yaş	42	35,6
35-39 yaş	35	29,7
40-45 yaş	14	11,9
45 yaş üstü	9	7,6
Toplam	118	100,0

Tablo 9 katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımını göstermektedir. Katılımcıların yaşları yukarıdaki gibi gruplandırılmıştır. Buna göre boşanma sürecindeki bireylerden 30 ile 40 yaş aralığında olanlar örneklemin çoğunluğunu (%65,3) oluşturmaktadır. Yani yaş bağlamında ele alındığında katılımcılar için boşanma orta yaşlarda ortaya çıkmış bir olgudur. Bu, yapılan diğer çalışmalar ile uyumlu bir görünümdür (bakınız s. 44). Katılımcıların genel yaş ortalaması 35; erkeklerin yaş ortalaması 37,2; kadınların yaş ortalaması ise 33,3 olarak hesap edilmiştir.

Tablo 10: Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Eğitim	N (Sayı)	% (Yüzde)
İlkokul	53	44,9
Lise	51	43,2
Lisans	11	9,3
Lisansüstü	3	2,5
Toplam	118	100,0

Tablo 10 katılımcıların eğitim durumunu göstermektedir. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%88,1) ilkokul ve lise mezunudur. Eğitim olanaklarının arttığı günümüz koşulları düşünüldüğünde katılımcıların çoğunluğunun eğitim düzeyinin düşük olduğu, ilkokul mezunlarının örneklemin %44,9'unu, lisans ve lisansüstü mezunlarının ise

%11,8'ini oluşturduğu görülmüştür. Bu verilerden yola çıkıldığında -genel kaniya uygun bir şekilde- eğitim düzeyi ile boşanma riski arasındaki ters orantının (Emery, 2013b, s. 409) örnekleme yansıdığı görülmüştür.

Tablo 11: Katılımcıların Mesleklere Göre Dağılımı

Meslek	N (Sayı)	% (Yüzde)
Ev Hanımı	24	20,3
İşçi	26	22,0
Memur	25	21,2
Serbest Meslek	31	26,3
Belirtilmemiş ya da yok	12	10,2
Toplam	118	100,0

Tablo 11 katılımcıların mesleklere göre dağılımını göstermektedir. Buna göre katılımcıların %20,3'ü (24 kişi) ev hanımıdır ki; bu oran kadın katılımcıların %35,8'ine tekabül etmektedir. Katılımcıların %22'si işçi olarak çalıştığını, %21,2'si memur olarak görev yaptığını, %26,3'ü serbest meslek ile meşgul olduğunu bildirmiştir.

Tablo 12: Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Dağılımı

Gelir	N (Sayı)	% (Yüzde)
0 - 800 TL	32	27,1
800 -1600 TL	37	31,4
1600 - 2400 TL	22	18,6
2400 TL ve üstü	27	22,9
Toplam	118	100,0

Tablo 13: Ev Hanımlarının Gelir Durumu

Ev Hanımı		
Gelir	N (Sayı)	% (Yüzde)
0 - 800 TL	19	79,2
800 -1600 TL	3	12,5
1600 - 2400 TL	1	4,2
2400 TL ve üstü	1	4,2
Toplam	24	100,0

Tablo 12 katılımcıların gelir durumunu, Tablo 13 ise ev hanımlarının gelir durumunu göstermektedir. Tablo 12'ye göre katılımcıların yarıdan fazlası (%58,5) asgari ücretin altında gelir beyan etmiştir. Ayrılıktan sonra gelir bakımından kadınların daha dezavantajlı bir pozisyonda bulunduğu zira Tablo 13'e göre örneklemin %20,3'ünün (24 kişi) oluşturan ev hanımlarının %79,2'si (19 kişi) 0-800TL arasında gelir beyan ettiği görülmüştür.

Tablo 14: Cinsiyet Değişkenine Göre Gelir Düzeyleri

Değişken	Cinsiyet	N	X	SS	t	P
Gelir Düzeyi	Erkek	51	2,92	,956	5,144	,000
	Kadın	67	1,96	1,051		

Tablo 14 cinsiyet değişkenine göre gelir düzeylerine ilişkin sonuçları göstermektedir. Buna göre gelir bakımından kadın ve erkekler arasında kadınların aleyhine istatistikî olarak anlamlı bir farklılaşmanın ($p<.05$) olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 15: Katılımcıların İkamete Göre Dağılımı

İkamet	N (Sayı)	% (Yüzde)
Şehir Merkezi	71	60,2
İlçe	29	24,6
Köy	18	15,3
Toplam	118	100,0

Tablo 15 ise katılımcıların ikamet ettiği çevreye göre dağılımını göstermektedir. Buna göre örneklemin yarıdan fazlası (%60,2) şehir merkezinde, yaklaşık dörtte biri (%24,6) ilçede, %15,3 ise köyde ikamet ettiğini bildirmiştir.

3.2.2. Boşanmaya İlişkin Bulgular ve Yorumlar

Katılımcıların evlilik ve boşanma sürecine ilişkin verileri aşağıda tablolar halinde verilmiştir;

Tablo 16: Katılımcıların Evlenme Yöntemi

Evlenme Yöntemi	N (Sayı)	% (Yüzde)
Görücü Usulü	32	27,1
Tanışma/Flört	48	40,7
Kaçarak	38	32,2
Toplam	118	100,0

Tablo 16 katılımcıların evlenme yöntemlerine göre dağılımını göstermektedir. Buna göre katılımcılardan %27,1'i görücü usulü ile evlendiğini beyan ederken, %40,7'si eşi ile bir tanışma ya da flört evresinden sonra evlendiğini, %32,2'si ise kaçarak evlendiğini ifade etmiştir.

Tablo 17: Katılımcıların Evlenme Yöntemi ile Eğitim Seviyesinin Dağılımı

Eğitim * Evlenme Usulü		Evlenme Usulü			
		Görücü Usulü	Tanışma/Flört	Kaçarak	Toplam
Eğitim	İlkokul	17	15	21	53
	Lise	14	21	16	51
	Lisans/Lisansüstü	1	12	1	14
	Toplam	32	48	38	118

Ki kare: .004

Tablo 17 katılımcıların eğitim seviyesi ile evlenme usullerinin dağılımını göstermektedir. Bu tabloya göre kaçarak evlenenlerin daha çok ilkokul ve lise seviyesinde eğitime sahip olduğu tanışma/flört evliliklerinin ise ileri eğitim seviyesindekiler arasında daha çok tercih edildiği görülmektedir.

Tablo 18: Katılımcıların Evlilik Süresi

Evlilik Süresi	N (Sayı)	% (Yüzde)
0 - 23 ay	15	12,7
24 - 59 ay	12	10,2
60 - 119 ay	31	26,3
120 - 179 ay	32	27,1
180 ay ve üstü	28	23,7
Toplam	118	100,0

Tablo 18 ise katılımcıların bilfiil evli kaldıkları sürelerle göre dağılımını göstermektedir. Bu süreler iki, iki ile beş, beş ile on beş ve on beş yıl üstü olarak gruplandırılmıştır. Buna göre örneklemin %12,7'si evliliklerinin ilk iki yılı içerisinde boşanma sürecine girerken, %10,2'si beş yıl içerisinde, %26,3'ü on yıl içerisinde, %27,1'i 15 yıl içerisinde, %23,7'si ise 15 yıldan sonra boşanma sürecine dahil olmuştur. Bu sonuçlara göre örneklemin hemen hemen yarısı on yıl ve üzerinde evlilik süresine sahipken diğer yarısı ise on yıl ve altında bir evlilik süresinde sahiptir.

Tablo 19: Katılımcıların Çocuk Sayısı

Çocuk Sayısı	N (Sayı)	% (Yüzde)
0	17	14,4
1	53	44,9
2	34	28,8
3	10	8,5
3 ve üstü	4	3,4
Toplam	118	100,0

Tablo 20: Çocuk Sayısına Göre Evlilik Süresinin Değişimi

Değişken	Çocuk Sayısı	N	X	SS	F	p	Fark
Evlilik Süresi	1) 0	17	2,06	1,638	14,124	.000	2-3-5
	2) 1	53	3,13	,981			2-3-5
	3) 2	34	3,94	,952			1-2
	4) 3	10	4,60	,966			1-2
	5) 3 ve üstü	4	4,75	,500			1-2
	Toplam	118	3,39	1,301			

Boşanmaya etki eden risk faktörlerinden birisi olarak kabul edilen çocuk varlığı ya da çocuk sayısı Tablo 19’da gösterilmektedir. Buna göre örneklemin %14,4’ü çocuk sahibi değilken, %44,9’u tek çocuğa, %28,8’i iki çocuğa, %8,5’i üç çocuğa, %3,4’ü ise üçten daha fazla çocuğa sahiptir. Tablo 20 evlilik süresinin çocuk varlığına göre analizini göstermektedir. Bu veriler teorik kısımda açıklandığı üzere evlilik bağı ve çocuk varlığı arasında anlamlı ve doğru bir orantının olduğu şeklinde yorumlanabilir. Yani diğerlerine nazaran çocuk sahibi olmamak veya az çocuk sahibi olmak evlilikte zayıf bir bağı göstergesi olabilir. Nitekim çocuk varlığına göre kıyaslandığında evlilik süreleri arasında anlamlı derecede farklılaşmaların ($p<.05$) olduğu (Tablo 20) ve bu iki değişken arasında pozitif bir korelasyonun ($r: ,563, p<.01$) olduğu bulunmuştur.

Tablo 21: Katılımcıların Fiili Ayrılık Süresi

Fiili Ayrılık Süresi	N (Sayı)	% (Yüzde)
0 - 6 ay	20	16,9
7 - 12 ay	22	18,6
13 - 24 ay	36	30,5
25 - 36 ay	19	16,1
36 ay üstü	21	17,8
Toplam	118	100,0

Tablo 21 boşanma süreci devam eden katılımcıların şu anda fiilen eşlerinden ayrı buldukları sürelerle göre dağılımını göstermektedir. Katılımcıların %16,9’u eşlerinden 6 aydan az bir süre önce ayrılmışken, %18,6’sı 6 ay ile 12 ay süresince, %30,5’i 1 ile 2 yıl arasında, %16,1’i 2 ile 3 yıl arasında, %17,8’i ise 3 yıldan daha fazla süredir eşlerinden fiilen ayrı yaşamaktadır. Katılımcıların yaklaşık üçte biri 1 ile 2 yıl önce eşlerinden fiilen ayrılmış olduğunu söylemektedir. Bu veri ülkemizdeki yargılama süreleri ve mahkeme yoğunluğu göz önünde bulundurulduğunda makul bir süre olarak düşünülebilir, diğer taraftan resmi boşanma işleminin halen devam ediyor oluşu fiili

ayrılık ile ilişkilendirilmemesi gereken bir durum da olabilir. Çünkü bazen çiftler ayrılır ayrılmaz mahkemeye müracaat etmemektedirler/edememektedirler.

Tablo 22: Katılımcıların Boşanma Davasının Türü

Boşanma Dava Türü	N (Sayı)	% (Yüzde)
Anlaşmalı	24	20,3
Çekişmeli	94	79,7
Toplam	118	100,0

Tablo 22 katılımcıların boşanma davasının türlerine göre dağılımını göstermektedir. Örneklemin çoğunluğu çekişmeli bir dava süreci (%79,7) yürüttüklerini ifade etmektedir. Bu boşanma sürecinin stresli geçtiğine dair bir ipucu olabilir. Nitekim DAS ölçüm sonuçları ele alınırken bu konuya ayrıca değinilecektir.

Tablo 23: Katılımcıların Boşanma Gerekçesi

Boşanma Gerekçesi	N (Sayı)	% (Yüzde)
Aldatma	39	33,1
Ekonomik Geçimsizlik	9	7,6
Kötü Muamele	20	16,9
Şiddetli Geçimsizlik	41	34,7
Diğer	9	7,6
Toplam	118	100,0

Tablo 23 katılımcıların boşanma gerekçesine göre dağılımını göstermektedir. Buna göre örneklemin %34,7'si şiddetli geçimsizlik, %33,1'i aldatma, %16,9'u kötü muamele, %7,6'sı ekonomik geçimsizlik nedeni ile eşinden ayrıldığını beyan etmiştir. Katılımcılar diğer seçeneğinin altında kayınvalide ya da eşin akrabaları ile yaşanan sorunlardan, mizaç uyumsuzluğundan, kişisel anlaşmazlıklardan, alkol, kumar gibi kötü alışkanlıklardan, evin ihtiyaçlarının karşılanmamasından bahsetmiştir. Şiddetli geçimsizlik ve aldatma boşanma için ilk sıralarda yer alan gerekçeler olarak ortaya çıkmaktadır. Bunun altında farklı pek çok neden zikredilebilir. Gerek dünya çapında gerekse ülkemizde yapılan çalışmalarda bu yönde elde edilen bulgulara ilk bölümde değinilmişti. Ancak şunu yinelemekte fayda vardır ki şiddetli geçimsizlik pek çok soruna işaret eden kapsayıcı bir ifade olabilmektedir ya da aldatma, cinsel problemler gibi açıkça ifade edilemeyen sorunlara bir perde işlevi görüyor olabilir. Bununla birlikte ortaya çıkan tabloda aldatma ve şiddetli geçimsizlik başat bir görünüm oluşturmaktadır. Bunun anlamı artık ülkemizde aldatmanın da şiddetli geçimsizlik gibi yaygın bir

gerekçe olması olabilir. Bu da toplumsal dejenerasyon, iletişim teknolojilerinin yaygınlaşması ve sosyal medya ile ilişkilendirilebilir.

3.2.3. Öznel Dindarlık ve İbadet Algısı

Boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarını araştıran bu çalışma açısından katılımcıların öznel dindarlık ve ibadet algısı onların dini kişiliklerini yansıtması açısından ayrı bir önem arz etmektedir. Zira dindarlık, dini başa çıkma davranışları ile yakından ilişkili bir kavramdır (Pargament, 1997, s. 415; Topuz, 2003, s. 154). Dindarlığın evrensel nitelikte boyutları vardır ancak bireyler arasında aynı dine mensup olsalar dahi dindarlığın farklı türleri ve seviyeleri vardır. Dindar bireylerden inançlarının gereği olarak mensubu buldukları dinin temel ilkelerini kabul ettikleri varsayılmaktadır. Aynı zamanda dindar bireylerden o inanca ait belli ibadetleri yerine getirmesi beklenmektedir. Her türlü ayin, dua, özel sakramental (ayinsel) davranışlara katılma, perhiz vb. ibadet boyutu içerisinde değerlendirilebilir. Bunlarla birlikte subjektif dini tecrübeler yani dini duygu ve düşünceler bireysel dindarlığın en önemli göstergelerinden sayılabilir (Ferah, 2013, ss. 50-51; Glock, 1998, ss. 254-255).

Dini inanç insanın kişiliğinin şekillenmesinde en önemli faktörlerden birisidir. Din ve kişilik arasında karşılıklı bir etkileşim vardır. Temelde din; duygular, arzular, inançlar, dünya ve toplumla ilişkiler ve davranışlar üzerinde derin bir etkiye sahip olup kişiliğe nüfuz edebilecek, onu kapsayacak ve ona yön verebilecek bir özelliktedir (Gürses, 2017, ss. 34-35; Mehmedoğlu, 2004, s. 79). Özellikle negatif olaylarla karşılaşıldığında insanların dini yönelimleri yani dini algılayış biçimleri, dindarlık motifleri, dindarlık biçimleri ve beklentileri davranışlarını etkilemektedir. Örneğin olumlu dindarlık biçimi olarak nitelendirilen yani dış etkenler ve pragmatik beklentilerden kaynaklanmayan dini dürtülere sahip olanların (iç güdümlü – *intrinsic*), negatif olaylar karşısında Allah'ın rehberliğini ve yönlendirmesini arama gibi manevi temelli güçlü bir başa çıkma mekanizması geliştirdikleri gözlenmiştir. Bu tip dindar kişilikler negatif olayları manevi açıdan aşama kaydetmek için bir fırsat olarak değerlendirme eğilimindedirler. Buna karşın pragmatik beklentilere dayalı dindarlık dürtüsüne sahip olanlar (dış güdümlü – *extrinsic*) ise negatif olayları manevi açıdan bir gelişim olarak değil de daha çok kendilerine yönelen bir tehdit olarak görme ve kendi kişisel çıkarlarını koruma eğilimindedirler. Bu kişilerin sorumluluk alma ve kendilerinde hata bulma eğilimleri

azdır. Allah'ın onların yararına olaylara müdahale etmesini isteme eğilimi ise fazladır. Bir üçüncü tür olarak sorgulayıcı yönelime (*quest*) sahip dindarlar ise problemi çözmek için olmasa da durumu/olayı anlamlandırmak ve kendilerini olgunlaştırmak için aktif dinsel çabalara yönelmektedirler (Küçükcan & Köse, 2006, ss. 75-76; Pargament, 1997, s. 195; Pargament vd., 1992, s. 506).

Genel anlamı ile dindarlık, dindar olma ve dini yaşama durumudur. Bu olgu hayatında ve yaşam tarzında dini referans alan kişileri niteleyen bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır. Şu da unutulmamalıdır ki dindarlık özel ya da kamusal alanda kişinin dinî emir ve ritüelleri uygulanması ile kendini açığa vuran bireysel bir olgudur. Bu bağlamda "dinin, insan hayatına etki derecesi" olarak düşünülebilir. Bireylerin dindar olup olmadığını belirtmesi, onların dine bağlılık derecelerini göstermesi bakımından, dini ne derece içselleştirdiklerinin ve gündelik hayatta dini referans alıp almadıklarının anlaşılması açısından son derece önemlidir (Erkan, 2014, s. 132). Katılımcıların öznel dindarlık ve ibadet algısı yani kendilerine ilişkin dindarlık ve ibadet değerlendirmesi, araştırmamızda iki soru ile anlaşılmaya çalışılmıştır. İlk soruda katılımcılardan dindarlık bakımından kendilerini değerlendirmesi diğer soruda ise ibadetler açısından kendilerini değerlendirmesi istenmiştir. Elde edilen bulgular aşağıda tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 24: Katılımcıların Öznel Dindarlık Algısı

Dindarlık Algısı	N (Sayı)	% (Yüzde)
Çok az dindarım	2	1,7
Orta düzeyde dindarım	72	61,0
Oldukça dindarım	30	25,4
Tamamen dindarım	14	11,9
Toplam	118	100,0

Tablo 24 katılımcıların öznel dindarlık algısını göstermektedir. Buna göre örneklemin %61'i kendini orta düzeyde dindar hissederken %25,4'ü oldukça dindar, %11,9'u ise tamamiyle dindar hissettiğini belirtmiştir. %1,7'si ise kendini çok az dindar hissettiğini bildirmiştir. Araştırmada "hiç dindar değilim" seçeneğini işaretleyen katılımcı yoktur. Çok az dindarım diyenlerin oranı ise diğerlerine kıyasla oldukça düşüktür. Katılımcılar genel profil olarak orta ve daha ileri düzeylerde kendilerini dindar olarak tanımlamaktadırlar.

Tablo 25: Katılımcıların Öznel İbadet Algısı

İbadet	N (Sayı)	% (Yüzde)
Hiç	6	5,1
Biraz	18	15,3
Orta	58	49,2
Çoğunlukla	27	22,9
Tamamıyla	9	7,6
Toplam	118	100,0

Tablo 25 ise katılımcıların öznel ibadet algısını göstermektedir. Buna göre katılımcıların %49,2'si orta düzeyde, %22,9'u çoğunlukla, %15,3'ü ise biraz, %7,6'sı tamamıyla ibadetleri yerine getirdiklerini, %5,1'i ise ibadetleri hiç yerine getiremediğini düşünmektedir. Dindarlık düzeyi özellikle ibadet yani muamelat söz konusu olduğunda genelde inançtan farklı bir görünüm ortaya çıkmaktadır. Birçok çalışmada inanç boyutunda yüksek puanlar gözlemlenirken ibadet boyutunda daha az puanlar ortaya çıkmaktadır. Her halükarda dindarlık açısından değerlendirildiğinde ibadet daha somut bir göstergedir. Bu nedenle aynı katılımcının ibadet ve dindarlık düzeylerinin farklılaşması beklenen bir durumdur. Zira Tablo 25 ve Tablo 26'dan anlaşılacağı üzere dindar hissetme oranlarına göre ibadetleri yerine getirme oranı yüzde açısından daha azdır.

Din ve dindarlık göz önüne alındığında sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşmaların olabileceği de değerlendirilmiştir. İlk etapta sosyo-demografik değişkenlerden cinsiyetin dindarlıkla ilişkisi ele alınmıştır. Zira Batı literatüründe yapılan çalışmalarda kadınların erkeklere göre daha dindar olduğu, kiliseye daha fazla gittikleri, dua gibi dini pratikleri daha fazla kullandıkları, kutsal metinleri daha çok okudukları bulgulanmıştır (Francis, 1997). Ülkemizde yapılan çalışmalarda da kadınların erkeklere göre daha dindar oldukları, dinin kendi hayatlarındaki etkisini hissetme, dinde anlam bulma, dine önem atfetme ve dini öğrenme ve zaman ayırma gibi hususlarda erkeklerden daha başarılı oldukları tespit edilmiştir (Ayten, 2013, s. 18).

Tablo 26: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Öznel Dindarlık ve İbadet Düzeyleri

Değişkenler	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
Dindarlık	Erkek	51	3,35	,688	-1,602	.11
	Kadın	67	3,57	,743		
İbadet	Erkek	51	2,96	,916	-1,693	.93
	Kadın	67	3,25	,943		

Tablo 26 katılımcıların cinsiyete göre öznel dindarlık ve ibadet ortalamalarının t-testi sonuçlarını göstermektedir. Buna göre katılımcıların öznel dindarlık ve ibadet düzeylerinde anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı buna karşın kadınların hem dindarlık hem de ibadet açısından erkeklerden daha yüksek ortalamalara sahip olduğu bulgulanmıştır.

Diğer sosyo-demografik özellikler göz önüne alındığında ise yapılan analizler sonucunda dindarlık değişkeninin yaş gruplarına, eğitim seviyesine, gelir gruplarına göre anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı, ancak ikamet edilen çevre baz alındığında dindarlık değişkeninin anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. İbadet değişkeninde ise yaş grupları arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı, ancak ikamet edilen çevreye, eğitim seviyesine, gelir ve meslek gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmaların ortaya çıktığı bulgulanmıştır. Diğer taraftan boşanmaya ilişkin veriler baz alındığında ne dindarlık ne de ibadet değişkeni ile herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır. Anlamlı düzeyde farklılaşmaların ortaya çıktığı tablolar aşağıda verilmiştir.

Tablo 27: İkamet Edilen Çevreye Göre Katılımcılara Ait Öznel Dindarlık Düzeyleri

Değişken	İkamet	N	X	SS	F	p	Fark
Dindarlık	1) Şehir Merkezi	71	3,37	,681	4,905	.009	3
	2) İlçe	29	3,45	,632			1
	3) Köy	18	3,94	,873			
	Toplam	118	3,47	,725			

Tablo 27 katılımcıların ikamet ettikleri çevreye göre öznel dindarlık puanlarının değişimini göstermektedir. Buna göre katılımcıların dindarlık düzeyi köyde yaşayanlar ile şehir merkezinde yaşayanlar arasında anlamlı düzeyde farklıdır. Köyde yaşayanlar kendisini daha dindar hissetmektedir.

Tablo 28: İkamet Edilen Çevreye Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri

Değişken	İkamet	N	X	SS	F	p	Fark
İbadet	1) Şehir Merkezi	71	3,07	,816	6,099	,003	3
	2) İlçe	29	2,86	1,156			3
	3) Köy	18	3,78	,732			1 ve 2
	Toplam	118	3,13	,939			

Tablo 28 katılımcıların ikamet ettikleri çevreye göre öznel ibadet puanlarının değişimini göstermektedir. Tablo 28'e göre ikamet baz alındığında köyde yaşayanlar ile diğer gruplar arasında ibadet açısından anlamlı bir farklılaşma söz konusudur. Buna göre köyde yaşadığını belirten katılımcılar şehir merkezinde ve ilçede yaşayanlara göre daha çok ibadet etmektedir.

İkamet edilen çevreye göre dindarlık ve ibadet düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılaşması yani köyde yaşayanların şehirdekilere göre daha dindar ve dini pratikleri daha fazla yerine getiriyor olması gerek ülkemizde gerekse yurt dışında yapılan çalışmalarla uyumlu bir sonuçtur (Bakınız; Kurt, 2009, ss. 16-17).

Tablo 29: Eğitim Seviyesine Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri

Değişken	Eğitim	N	X	SS	F	p	Fark
İbadet	1) İlkokul	53	3,40	,884	7,341	,000	2 ve 4
	2) Lise	51	2,90	,878			1 ve 4
	3) Lisans	11	3,36	,809			4
	4) Lisansüstü	3	1,33	,577			1,2 ve 3
	Toplam	118	3,13	,939			

Tablo 29 katılımcılara ait ibadet değişkeninin eğitim seviyesine göre değişimini göstermektedir. Buna göre katılımcıların ibadet açısından kendilerini değerlendirmeleri yani öznel ibadet algıları eğitim seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre ilkokul mezunları lisans ve lisansüstü mezunlardan daha çok ibadet ettiğini söylerken, lise mezunları ilkokul mezunlarından daha az, lisansüstü mezunlardan ise daha çok ibadet ettiğini belirtmiştir. Lisans mezunları ise lisansüstü mezunlara göre daha çok ibadet ettiğini bildirirken lisansüstü mezunlar diğer tüm gruplara göre daha düşük düzeyde ibadet ettiğini belirtmektedir. Ortaya çıkan bu tablo diğer çalışmalarla uyumlu bir görünümde. Zira eğitim seviyesi arttıkça dine ilginin de azaldığı birçok çalışma ile bulgulanmıştır (Bakınız; Kurt, 2009, ss. 20-21).

Tablo 30: Gelir Seviyesine Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri

Değişken	Gelir	N	X	SS	F	p	Fark
İbadet	1) 0 - 800 TL	32	3,63	,751	8,159	.000	4
	2) 800 -1600 TL	37	3,19	,660			
	3) 1600 - 2400 TL	22	3,05	,844			
	4) 2400 TL ve üstü	27	2,52	1,189			1
	Toplam	118	3,13	,939			

Tablo 31: Meslek Gruplarına Göre Katılımcılara Ait Öznel İbadet Düzeyleri

Değişken	Meslek	N	X	SS	F	p	Fark
İbadet	1) Ev Hanımı	24	3,67	0,761	5,136	.001	2-3
	2) İşçi	26	2,92	0,628			1
	3) Memur	25	2,60	1,190			1
	4) Serbest Meslek	31	3,29	0,902			
	5) Belirtilmemiş ya da yok	12	3,17	0,718			
	Toplam	118	3,13	0,939			

Tablo 30 katılımcıların ibadet değişkeninin gelir seviyesine göre dağılımını ve Tablo 31 ise meslek gruplarına göre dağılımını göstermektedir. Buna göre katılımcıların ibadet düzeyleri gelir seviyesi 0-800 TL ile 2400 TL üstü gelire sahip olanlar arasında anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Gelir seviyesi çok düşük olan katılımcılar çok yüksek olanlara göre daha fazla ibadet etmektedir. Meslek gruplarında ise ev hanımları, işçiler ve memurlar arasında anlamlı bir farklılaşma vardır. İşçi ve memurlar ev hanımlarına göre daha az ibadet etmektedirler.

Sosyo-ekonomik durum dini yaşayışı etkileyen en önemli faktörlerden birisidir. Yapılan çoğu çalışmada genel kanı zenginlik ve refah ile dindarlığın zıt yönde bir ilişkiye sahip olduğudur (Kurt, 2009, ss. 18-20). Bu araştırmada da veriler bu yönde ortaya çıkmıştır. Ancak meslek grupları baz alındığında işçilerin daha az ibadet yapıyor olması onların ekonomik refahı ile ilişkilendirilebileceği gibi içerisinde buldukları çalışma koşulları nedeniyle ibadete zaman ayıramamaları şeklinde de yorumlanabilir.

3.2.4. Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığına İlişkin Bulgular ve Yorumları

Katılımcıların dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı tüm boyutlar baz alınarak aşağıda tablolar halinde verilmiştir. Katılımcılardan elde edilen verilerin ilk önce ortalama puanları alınmış, daha sonra da bu puanlardan yola çıkılarak dini başa çıkma düzeyleri (“hiç”, “biraz”, “orta”, “yüksek”, “çok yüksek”) hesap edilmiştir.

Tablo 32: Katılımcıların Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı

DBÇ Boyutları	N	X	SS	Min.	Max.
Olumlu Dini Başa Çıkma	118	4,04	,72377	1,32	5,00
Olumsuz Dini Başa Çıkma	118	1,84	,64671	1,00	4,38
Allaha Yönelme	118	4,37	,77547	1,38	5,00
Hayra Yorma	118	4,49	,85202	1,00	5,00
Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk	118	1,99	,98754	1,00	5,00
Dini Yalvarma	118	3,74	,83141	1,00	5,00
Dini Yakınlaşma	118	3,62	,92723	1,25	5,00
Dini Dönüşüm	118	3,44	1,04494	1,00	5,00
Manevi Hoşnutsuzluk	118	1,44	,68338	1,00	5,00
Şerre Yorma	118	1,84	,64671	1,00	4,38
Dini İstikamet Arayışı	118	3,87	1,25053	1,00	5,00
Dini Başa Çıkma (Genel)	118	3,51	,60911	1,30	4,73

Tablo 32 katılımcıların dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığını tüm boyutlarda ortaya çıkan ortalama değerleri ile göstermektedir. Buna göre örneklem dini başa çıkma davranışlarının tümünde 3,51 ile yüksek bir ortalamaya sahiptir. En yüksek ortalama puanlar ise Hayra Yorma (4,49) ve Allah’a Yönelme (4,37) boyutlarında; en düşük ortalama puanlar ise Manevi Hoşnutsuzluk (1,44) ve Şerre Yorma (1,84) boyutlarında ortaya çıkmıştır. Olumlu dini başa çıkma boyutunda tüm katılımcıların ortalama puanı 4,04 olurken, olumsuz dini başa çıkma boyutunda bu puan 1,87 olmuştur. Bu verilerden yola çıkıldığında katılımcılar olumsuz dini başa çıkma davranışlarına göre olumlu dini başa çıkma davranışlarını daha sık kullanmaktadırlar. Yani boşanma sürecinde olan örneklem olumlu dini başa çıkma düzeyi yüksek, olumsuz dini başa çıkma düzeyi düşüktür. Bariz bir şekilde bu fark olumlu ve olumsuz dini başa çıkmanın alt boyutlarında da kendini göstermiştir. Katılımcılar Hayra Yorma ve Allah’a Yönelme boyutlarında en yüksek ortalamaları göstermiştir. Buna karşın en düşük ortalama Manevi Hoşnutsuzluk boyutunda ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla

katılımcılar olumlu dini başa çıkma davranışlarını sıklıkla kullanmakta, bu boyutun altında ise spesifik olarak Hayra Yorma ve Allah'a Yönelme davranışlarını daha çok sergilemektedirler. Bu, katılımcıların boşanma sürecini pozitif davranışlarla atlattığına çalıştıklarının açık bir göstergesi kabul edilebilir. Diğer taraftan olumsuz dini başa çıkma davranışları ele alındığında bu davranışların Kişiler Arası Dini Hoşnutsuzluk Boyutunda yoğunlaştığı görülmüştür ki bunun boşanma sürecinde dini desteğe ihtiyaç duymasına rağmen kişilerin bu ihtiyaçlarının karşılanmaması ile ilgili olduğu söylenebilir.

Tüm boyutlar gözetildiğinde bu verilerin daha iyi anlaşılabilmesi için dini başa çıkma davranışlarının sıklığı derecelendirilmiş ve bu derecelendirme neticesinde ortaya çıkan sonuçlar aşağıda tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 33: Katılımcıların (Genel) Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı

Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı (Tüm Boyutlar Dahil)	N (Sayı)	% (Yüzde)
Biraz	4	3,4
Orta	14	11,9
Yüksek	80	67,8
Çok Yüksek	20	16,9
Toplam	118	100,0

Tablo 33 dini başa çıkma davranışlarının tüm boyutlarında katılımcıların düzeylerini göstermektedir. Buna göre katılımcıların %67,7'si yüksek düzeyde, %16,9'u çok yüksek düzeyde, %11,9'u orta düzeyde dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir. %3,4'ise çok az sıklıkla bu davranışlara başvurduğunu belirtmiştir. Ortaya çıkan tabloda dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmeyen hiçbir katılımcı yoktur, aksine çoğunlukla katılımcıların dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği, yüksek ve çok yüksek düzeyler bir arada değerlendirilirse katılımcıların %84,7'si sıklıkla dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği anlaşılmaktadır. Dini başa çıkma davranışları olumlu ve olumsuz boyutları ile değerlendirildiğinde ise aşağıdaki tablolar ortaya çıkmıştır.

Tablo 34: Katılımcıların Olumlu Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı

Olumlu Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı	N (Sayı)	% (Yüzde)
Biraz	4	3,4
Orta	5	4,2
Yüksek	34	28,8
Çok Yüksek	75	63,6
Toplam	118	100,0

Tablo 34 olumlu dini başa çıkma davranışlarına başvuran katılımcıların oranlarını göstermektedir. Buna göre olumlu dini başa çıkma boyutunda katılımcıların %63,6'sı çok yüksek düzeyde, %28,8'i yüksek düzeyde, %4,2'si ise orta düzeyde, %3,4'ü ise çok az düzeydedir. Yüksek ve çok yüksek düzeyler bir arada değerlendirildiğinde olumlu dini başa çıkma boyutunda katılımcıların %92,4'ünün bu davranışları sıklıkla kullandıkları anlaşılmaktadır.

Tablo 35: Katılımcıların Olumsuz Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı

Olumsuz Dini Başa Çıkma Davranışlarına Başvurma Sıklığı	N (Sayı)	% (Yüzde)
Hiç	12	10,2
Biraz	66	55,9
Orta	38	32,2
Yüksek	1	,8
Çok Yüksek	1	,8
Toplam	118	100,0

Tablo 35 olumsuz dini başa çıkma boyutunda katılımcıların düzeylerini göstermektedir. Buna göre katılımcıların %0,8'i çok yüksek düzeyde, yine %0,8'i yüksek düzeyde, %32,2'si ise orta düzeyde olumsuz dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir. Katılımcıların %55,9'u çok az sıklıkla bu davranışlara başvurmakta, %10,2'si ise bu davranışlara hiç müracaat etmemektedir. Son dört tablo bir arada değerlendirildiğinde katılımcılar olumlu dini başa çıkma yöntemlerini yüksek düzeyde (%92,4) ve sıklıkla (x: 4,04) kullanmaktadır. Olumsuz dini başa çıkma yöntemlerini ise çoğunlukla az düzeyde (%55,9) ve sıklıkla (x: 1,84) kullanmaktadırlar.

3.2.4.1. Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi ve Analizi

Bu başlıkta araştırma verilerinden elde edilen bulgular doğrultusunda dini başa çıkma davranışlarının sosyo-demografik değişkenlere göre değişip değişmediği, aralarında istatistikî olarak anlamlı bir ilişkinin bulunup bulunmadığı incelenmiştir. Bu noktada ilk olarak cinsiyete göre dini başa çıkma davranışları ele alınmıştır.

Genel bir kabul olarak başa çıkma davranışı bakımından cinsiyetler arasında farklılıklar vardır. Örneğin kadınların erkeklere kıyasla daha çok duygu odaklı stratejilere başvurdukları, erkeklerin ise kadınlara kıyasla daha çok problem odaklı başa çıkma davranışları sergiledikleri iddia edilmiştir. Porter ve Stone kadınlar ve erkekler arasında başa çıkma konusunda yönelimsel farklılıkların olduğunu ve stratejilerin buna göre değerlendirilmesi gerektiğini savunmuştur. Porter ve Stone, 156 kadın ve erkekten oluşan örneklemden günün en rahatsız edici problemini tanımlamalarını ve sorunun çözümünde hangi stratejiyi kullandıklarına ilişkin soruları yanıtlamalarını istemiştir. Sonuçta erkek ve kadınlar arasında başa çıkma konusunda yönelimsel farklılıkların olduğu, erkeklerin; daha çok araçsal ve iş odaklı bir tarzda problemleri değerlendirdikleri tespit edilirken, kadınların; ebeveynlik ve ilişkisel sorunlarla ilgilendikleri, erkeklere kıyasla kadınların daha çok sosyal destek arayışına girdikleri, dinsel yönelime sahip oldukları ve avutucu ya da rahatlatıcı stratejilere başvurdukları belirlenmiştir (Porter & Stone, 1995, s. 184, 1996, s. 144). Üniversite öğrencilerinden oluşan örneklem üzerinde yapılan ayrıntılı analizlerde ise hem kadınların hem de erkeklerin kendi hemcinsleri arasında problem odaklı başa çıkma metoduna daha çok müracaat ettikleri gösterilmiştir (Endler & Parker, 1990, s. 848).

Dini başa çıkma söz konusu olduğunda da cinsiyetin etkili bir faktör olduğu, bu konuda dini başa çıkmanın yoğunluğu ve türleri arasında farklılıklar olabileceği çoğu araştırmada vurgulanmıştır. Bazı araştırmalarda ise cinsiyet bakımından dini başa çıkmada bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin ülkemizde 578 katılımcıyla ergenlerde dini başa çıkma ve benlik saygısı ile ilgili yapılan bir çalışmada erkekler ve kızlar arasında dini başa çıkma davranışları bakımından anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı gösterilmiştir (Çevik Demir, 2013, ss. 151-152).

Ekşi tarafından dini başa çıkma konusunda yine ülkemizde gerçekleştirilen ilk kapsamlı çalışmalardan birisi olan ve farklı fakülteden 844 öğrenci ile oluşan örnekleme yapılan araştırmada olumlu dini başa çıkma açısından cinsiyetler arasında bir farklılık olmadığı ancak olumsuz dini başa çıkma söz konusu olduğunda erkeklerin puanlarının anlamlı derecede yükseldiği saptanmıştır (Ekşi, 2001, ss. 101-102). Ayten (2012, s. 73) ise 558 katılımcı ile yürüttüğü saha araştırmasında erkeklerin kadınlara kıyasla dini başa çıkmanın bütün boyutlarında ön görülen davranışlardan daha fazla sıklıkta yararlandıklarını ayrıca erkeklerin hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma metotlarına kadınlardan daha fazla müracaat ettiklerini bulgulamıştır. Zukerman, Korn ve Fostick, Post Travmatik Stres (PTS) ile dini başa çıkma arasındaki ilişkide cinsiyetin etkisi üzerine travmatik olaylara maruz kalmış 338 Yahudi'den oluşan örnekleme yaptıkları çalışmada düşük düzeylerde dini başa çıkma ve PTS arasında cinsiyet bakımından bir fark olmadığını bulgularken yüksek düzeylerde post travmatik etkiler ile olumsuz dini başa çıkma arasında kadın örneklemin pozitif korelasyona sahip olduğunu bulmuşlardır (Zukerman, Korn, & Fostick, 2017).

Tablo 36: Cinsiyete Göre Tüm Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyutlar	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
Olumlu Dini Başa Çıkma	Erkek	51	3,93	0,96	-1,397	.167
	Kadın	67	4,13	0,46		
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Erkek	51	1,83	0,57	0,026	.979
	Kadın	67	1,84	0,70		
Allah'a Yönelme	Erkek	51	4,17	1,04	-2,248	.028
	Kadın	67	4,52	0,45		
Hayra Yorma	Erkek	51	4,29	1,14	-2,094	.040
	Kadın	67	4,65	0,50		
Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk	Erkek	51	1,99	0,90	0,019	.985
	Kadın	67	1,99	1,06		
Dini Yalvarma	Erkek	51	3,65	0,93	-1,084	.281
	Kadın	67	3,82	0,74		
Dini Yakınlaşma	Erkek	51	3,65	1,00	0,368	.714
	Kadın	67	3,59	0,87		
Dini Dönüşüm	Erkek	51	3,35	1,24	-0,735	.464
	Kadın	67	3,50	0,88		
Manevi Hoşnutsuzluk	Erkek	51	1,35	0,55	-1,127	.262
	Kadın	67	1,50	0,77		
Şerre Yorma	Erkek	51	2,32	1,24	0,953	.343
	Kadın	67	2,12	1,00		
Dini İstikamet Arayışı	Erkek	51	3,92	1,36	0,336	.738
	Kadın	67	3,84	1,17		
Dini Başa Çıkma (Genel)	Erkek	51	3,42	0,79	-1,272	.207
	Kadın	67	3,58	0,41		

Tablo 36 katılımcıların dini başa çıkma davranışlarının tüm boyutlarında cinsiyete göre değişimini göstermektedir. Buna göre boşanma sürecindeki kadınlar erkeklerden daha yüksek ortalamalara sahiptir. Özellikle Allah'a Yönelme ve Hayra Yorma boyutlarında kadınlar erkeklerden daha fazla bu davranışlara müracaat etmektedirler. Yani kadınlar boşanma sürecinde yaşadıkları sıkıntılar karşısında erkeklerden istatistikî açıdan anlamlı derecede daha fazla Allah'a yönelme ve hayra yorma davranışı göstermektedirler. Olumsuz dini başa çıkma söz konusu olduğunda ise erkek ve kadınlar arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur. Erkeklerin ve kadınların homojen bir görünüme sahip olduğu görülmüştür.

Başa çıkma davranışlarında etkili olduğu düşünülen bir diğer sosyo-demografik değişken ise yaştır. Yaş ile birlikte başa çıkma davranışlarında ve tarzlarında farklılıklar ortaya çıkabileceği belirtilmektedir. Bu değişken, hem gelişim dönemleri açısından hem de sosyal bağlam ve stres yaratan olayın niteliği bakımından incelenmiştir. Erken yaşlarda duygu odaklı stratejiler ön plana çıkarken ilerleyen yaşlarda problem odaklı stratejilerin etkili olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte gençlikten yaşlılığa aktif başa çıkma davranışlarının pasif başa çıkmaya doğru değişeceği savunulmuştur. Ayrıca farklı yaşlardaki insanların aynı problematik ile karşılaştığında farklı düşündüğü ve davrandığı dolayısıyla başa çıkma davranışlarının da farklılaştığı öne sürülmüştür. Örneğin evlilik problemleri söz konusu olduğunda yaşlı insanların gençlere göre daha kontrollü davrandığı ve daha az tavsiye gözetmediği iddia edilmiştir (Strack & Feifel, 1996, ss. 486-493). Gerek seküler gerekse dini açıdan insanlar ömürleri boyunca farklı yaş dönemlerinde farklı problemlerle uğraşmak durumunda kalmaktadırlar ve yaşam tecrübesi de bakış açısında ve olayları değerlendirmede farklılıklara neden olmaktadır. Dolayısıyla dini başa çıkma söz konusu olduğunda da yaş önemli bir değişken haline gelmektedir, bu değişken birçok araştırmada farklı örneklem grubu ile sınanmıştır. Yaş ile birlikte dini başa çıkma davranışlarının da değişkenlik göstereceği vurgulanmıştır (Ayten, 2012, ss. 73-98).

Ayrıca hayatı tehdit edici krizlerle yüzleştiklerinde özellikle yaşlıların diğer başa çıkma metotlarından ziyade dine daha sıklıkla müracaat edecekleri belirtilmiştir (Pargament vd., 2000, s. 520). Yaşamın ilerleyen evrelerinde inançsızlığın azalması, dine olan ilginin artması ve dini yaşayışın yoğunlaşması sonucunda dini başa çıkma

davranışlarının sıklığı ve olumlu dini başa çıkma davranışlarının da daha fazla kullanıldığı kaydedilmiştir (Topuz, 2003, ss. 108-128). Ayten tarafından sosyo-demografik değişkenler, dini başa çıkma, hayat memnuniyeti ve depresif eğilimler üzerine yapılan çalışmada daha önceki çalışmalara paralel bir şekilde yaş ile birlikte dini başa çıkma davranışlarına daha sık müracaat edildiği, dua, ibadet ve dini değerlerden yardım alma tarzında davranışlara başvurma sıklığının arttığı bulgulanmıştır (Ayten, 2012, s. 129).

Tablo 37: Yaş Gruplarına Göre Katılımcıların Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Yaş	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) 18-24 yaş	3	3,96	0,97	0,691	.632	
	2) 25-29 yaş	15	3,55	0,44			
	3) 30-34 yaş	42	3,45	0,79			
	4) 35-39 yaş	35	3,45	0,49			
	5) 40-45 yaş	14	3,62	0,40			
	6) 45 yaş üstü	9	3,67	0,53			
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) 18-24 yaş	3	4,32	0,74	0,313	.904	
	2) 25-29 yaş	15	4,16	0,51			
	3) 30-34 yaş	42	3,96	0,97			
	4) 35-39 yaş	35	4,03	0,58			
	5) 40-45 yaş	14	4,10	0,45			
	6) 45 yaş üstü	9	4,16	0,59			
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) 18-24 yaş	3	2,87	1,71	3,661	.004	2 ve 4
	2) 25-29 yaş	15	1,63	0,57			1
	3) 30-34 yaş	42	1,84	0,60			
	4) 35-39 yaş	35	1,65	0,54			1
	5) 40-45 yaş	14	2,11	0,62			
	6) 45 yaş üstü	9	2,14	0,52			
	Toplam	118	1,84	0,65			
Manevi Hoşnutsuzluk	1) 18-24 yaş	3	3,11	2,01	5,520	.000	2, 3, 4, 5 ve 6
	2) 25-29 yaş	15	1,20	0,41			1
	3) 30-34 yaş	42	1,35	0,53			1
	4) 35-39 yaş	35	1,37	0,59			1
	5) 40-45 yaş	14	1,71	0,70			1
	6) 45 yaş üstü	9	1,52	0,65			1
	Toplam	118	1,44	0,68			
Şerre Yorma	1) 18-24 yaş	3	2,83	2,02	3,927	.003	
	2) 25-29 yaş	15	1,87	1,11			
	3) 30-34 yaş	42	2,07	1,01			
	4) 35-39 yaş	35	1,94	0,95			5
	5) 40-45 yaş	14	2,96	1,10			4
	6) 45 yaş üstü	9	3,11	1,02			
	Toplam	118	2,21	1,11			

Tablo 37’de dini başa çıkmanın genelinde, olumlu, olumsuz, Şerre Yorma ve Manevi Hoşnutsuzluk boyutlarında katılımcıların yaş gruplarına göre ortalama puanları ve analiz sonucunda ortaya çıkan farklılaşmaları göstermektedir. Yapılan istatistikî analizler sonucunda olumsuz dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında yer alan Şerre Yorma ve Manevi Hoşnutsuzluk davranışlarında anlamlı farklılaşmaların olduğu bulunmuştur.

Tablo 37’ye göre olumsuz dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında kategorize edilen Şerre Yorma ve Manevi Hoşnutsuzluk boyutlarında anlamlı farklılaşmalar ortaya çıkmıştır. 18-24 yaş grubundaki katılımcılar olumsuz dini başa çıkma bakımından 25-29 yaş ve 35-39 yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalara sahiptir, yani 18-24 yaş grubundakiler bu yaş gruplarına göre daha sık olumsuz dini başa çıkma davranışlarına başvurmaktadır. Bu bulgu yukarıda belirtilen diğer araştırma verilerine paralellik arz etmektedir. Manevi hoşnutsuzluk boyutunda da benzer bir sonuç ortaya çıkmıştır. Genç yaşlarda yani deneyimin, dini tecrübenin az olduğu yıllarda olumsuz dini başa çıkma daha sık kullanılıyor olabilir ancak bunun aksi bir durum Şerre Yorma boyutunda ortaya çıkmıştır. Bu boyutta yapılan analizlerde 40-45 yaş grubundakilerin bir alt grupta yer alan 35-39 yaş grubundakilere göre daha sık şerre yorma davranışlarına başvurduğu ortaya çıkmıştır. İçerisinde buldukları durum yani boşanma süreci ile birlikte bu yaş grubunun orta yaş krizine denk gelen bir evrede olması olumsuz dini başa çıkmayı tetikleyici bir durum olarak yorumlanabilir. Ancak bunun için daha ayrıntılı çalışmalara ve analizlere ihtiyaç vardır.

Eğitim, dini başa çıkmaya etkisi olan sosyo-demografik değişkenlerden bir diğeridir. Özellikle eğitim düzeyi yükseldikçe rasyonel çözümler arama ve doğal nedenlere atfetme eğiliminin daha fazla olacağı varsayımından hareket edildiğinde olayları kutsalla ilişkilendirmenin ya da kutsala atfetmenin azalacağı savunulmuştur. Nitekim Ayten yaptığı çalışmada eğitim düzeyi arttıkça dini başa çıkma sıklığının azaldığını bulmuştur (Ayten, 2012, ss. 101-102). Topuz ise ilkökul, ortaokul ve lise mezunlarının daha çok olumlu dini başa çıkma tutumunu, yüksekokul ve üniversite mezunlarının da daha çok olumsuz dini başa çıkma tutumunu kullandıklarını bulgulamıştır (Topuz, 2003). Farklı örneklem grupları ile yapılan ve dini başa çıkma odaklı diğer çalışmalarda karşıt bulgular da ortaya konulmuştur. Örneğin Şentepe (2009) ve Kaya

(2014)'nın yaptığı çalışmalarda olumsuz dini başa çıkmanın daha çok eğitim seviyesi düşük kişilerce kullanıldığı bulgulanmıştır (Kaya, 2014; Şentepe, 2009). Salim ise boşanma sürecindeki bireylerin başa çıkma stratejilerini ve dini başa çıkma davranışlarını ele aldığı çalışmada olumlu ve olumsuz dini başa çıkma davranışlarında eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık bulgulamamıştır (Salim, 2017).

Tablo 38: Katılımcıların Eğitim Seviyelerine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Eğitim	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) İlkokul	53	3,71	0,37	3,815	.012	2
	2) Lise	51	3,32	0,77			1
	3) Lisans	11	3,51	0,48			
	4) Lisansüstü	3	3,43	0,24			
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) İlkokul	53	4,29	0,42	4,377	.006	2 ve 4
	2) Lise	51	3,81	0,92			1
	3) Lisans	11	4,11	0,57			
	4) Lisansüstü	3	3,76	0,14			1
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) İlkokul	53	1,89	0,67	1,38	.252	
	2) Lise	51	1,79	0,66			
	3) Lisans	11	1,64	0,38			
	4) Lisansüstü	3	2,42	0,58			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 38 katılımcıların dini başa çıkmanın genelinde, olumlu ve olumsuz boyutlarında eğitim düzeyine göre analizini göstermektedir. Tablo 38'e göre dini başa çıkmanın genelinde ve olumlu dini başa çıkma boyutunda ilkökul, lise ve lisansüstü mezunları arasında anlamlı farklılaşmaların olduğu, ilkökul mezunlarının lise mezunlarına göre daha fazla dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği, olumlu dini başa çıkma söz konusu olduğunda ise ilkökul mezunlarının yine lise mezunlarına ve lisansüstü eğitim almışlara göre daha sık bu davranışlara müracaat ettiği anlaşılmıştır.

Tablo 39: Katılımcıların Eğitim Seviyesine Göre Allah'a Yönelme ve Dini Dönüşüm Boyutlarında Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Eğitim	N	X	SS	F	p	Fark
Allah'a Yönelme	1) İlkokul	53	4,61	0,48	3,772	.013	2 ve 4
	2) Lise	51	4,12	0,98			1
	3) Lisans	11	4,41	0,59			
	4) Lisansüstü	3	4,21	0,07			1
	Toplam	118	4,37	0,78			
Dini Dönüşüm	1) İlkokul	51	3,07	1,09	7,634	.000	2 ve 4
	2) Lise	11	3,30	0,99			1
	3) Lisans	3	2,33	1,15			
	4) Lisansüstü	53	3,89	0,81			1
	Toplam	118	3,44	1,04			

Tablo 39 ise katılımcıların olumlu dini başa çıkmanın Allah'a Yönelme ve Dini Dönüşüm boyutlarında eğitim düzeyine göre analizini göstermektedir. Olumlu dini başa çıkmanın alt boyutlarına bakıldığında Allah'a Yönelme ve Dini Dönüşüm boyutlarında anlamlı sonuçların olduğu gözlenmiştir. Tablo 39'a göre her iki boyutta da ilkokul mezunları lise ve lisansüstü mezunlardan daha sık bu davranışlara müracaat etmektedir. Tablo 38 ve 39 genel olarak birlikte değerlendirildiğinde boşanma sürecindeki katılımcılardan ilkokul mezunları, lise ve lisansüstü mezunları göre dini başa çıkma davranışlarını daha sık kullanmaktadırlar, bu davranışlar olumlu dini başa çıkma boyutunda anlamlıdır. Özellikle Allah'a Yönelme ve Dini Dönüşüm boyutlarında bu farklar barizleşmektedir. Olumsuz dini başa çıkmada ise eğitim düzeylerine göre bir farklılaşma istatistikî olarak gözlenmemiştir.

Gelir durumu, dini başa çıkmaya etkisi olduğu düşünülen değişkenlerden birisidir. Gelir durumunun dini başa çıkmaya etkisi bakımından farklı örneklem grupları ile farklı veriler ileri sürülmüştür. Örneğin Şentepe (2009) düşük gelir grubundakilerin olumsuz dini başa çıkma davranışlarını daha çok kullandığını, Topuz ise ortanın üstündeki gelir grubundakilerin olumsuz dini başa çıkmayı daha fazla kullandığını bulmuştur (Şentepe, 2009). Uysal ve arkadaşlarının (2017) 314 kişiden oluşan örneklem üzerinde yaptıkları dinî başa çıkma odaklı diğer bir çalışmada ise dini başa çıkma ile gelir durumu arasında herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır (Uysal, Göktepe, Karagöz, & İlerisoy, 2017). Boşanma sürecindeki bireylerle yürüttüğü çalışmada Salim (2017) ise dini başa

çıkma açısından boşanma sürecindeki bireylerde gelir durumuna göre herhangi bir farklılaşma tespit etmemiştir (Salim, 2017).

Tablo 40: Katılımcıların Gelir Durumuna Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Gelir	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) 0 - 800 TL	32	3,65	0,45	4,78	.004	4
	2) 800 -1600 TL	37	3,60	0,46			4
	3) 1600 - 2400 TL	22	3,63	0,44			4
	4) 2400 TL üstü	27	3,14	0,89			1, 2 ve 3
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) 0 - 800 TL	32	4,25	0,44	7,241	.000	4
	2) 800 -1600 TL	37	4,16	0,54			4
	3) 1600 - 2400 TL	22	4,22	0,53			4
	4) 2400 TL üstü	27	3,52	1,06			1, 2 ve 3
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) 0 - 800 TL	32	1,78	0,78	0,44	.725	
	2) 800 -1600 TL	37	1,85	0,60			
	3) 1600 - 2400 TL	22	1,78	0,61			
	4) 2400 TL üstü	27	1,95	0,57			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 40 katılımcıların gelir durumuna göre genel düzeyde ve olumlu ve olumsuz boyutları ile dini başa çıkma davranışlarının analizini göstermektedir. Dini başa çıkma davranışlarına etki etmesi beklenen bir diğer değişken bireylerin ekonomik durumlarıdır. Tablo 40'a göre boşanma sürecindeki bireylerde gelir durumu göz önüne alındığında dini başa çıkma davranışlarının genelinde ve özellikle olumlu dini başa çıkmada 2400TL üstü gelire sahip olanlar alt gelir grubunda yer alan diğerlerine göre anlamlı derecede daha az dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettikleri tespit edilmiştir. Yani gelir grubu yükselince dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı azalmıştır. Diğer alt boyutlarda yapılan analizlerde ise olumlu dini başa çıkmanın alt boyutlarında yer alan Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Dini Yalvarma ve Dini Dönüşüm boyutlarında da benzer şekilde anlamlı derecede farklılaşmaların olduğu bulunmuştur. Olumsuz dini başa çıkma boyutunda ise anlamlı bir farklılaşma ortaya çıkmamıştır. Genel itibari ile söylenecek olursa gelir durumu yüksek olanların dini başa çıkma davranışlarına özellikle olumlu dini başa çıkma boyutlarındaki davranışlara

başvurma sıklığı daha az gelire sahip olanlara göre daha azdır. Bunun manası yüksek gelir düzeyinin bir güvence olarak görülmesi ve bir sığınak olarak dini davranışlara daha az ilgi gösterilmesi olabilir.

Tablo 41: Katılımcıların Yaşadığı Çevreye Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Gelir	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) Şehir Merkezi	71	3,39	0,68	4,734	.011	3
	2) İlçe	29	3,62	0,41			
	3) Köy	18	3,84	0,38			1
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) Şehir Merkezi	71	3,91	0,83	4,692	.011	3
	2) İlçe	29	4,12	0,48			3
	3) Köy	18	4,47	0,35			2 ve 3
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) Şehir Merkezi	71	1,75	0,56	2,178	.118	
	2) İlçe	29	2,04	0,77			
	3) Köy	18	1,87	0,71			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 41 katılımcıların yaşadığı çevreye göre genel düzeyde, olumlu ve olumsuz boyutları ile dini başa çıkma davranışlarının analizini göstermektedir. Buna göre yaşanan çevre baz alındığında genel düzeyde köyde yaşayanlar ile şehirde yaşayanlar arasında anlamlı bir farklılaşma vardır. Köyde yaşayanlar dini başa çıkma davranışlarına daha fazla müracaat etmektedirler. Özellikle olumlu dini başa çıkmada bu fark kendini daha barizdir. Hatta köyde yaşayanların hem şehirde hem de ilçede ikamet edenlere göre anlamlı düzeyde olumlu dini başa çıkma davranışlarının farklılaştığı görülmüştür. Yapılan analizlerde ise bu farklılaşmanın olumlu dini başa çıkmanın Allah'a Yönelme, Hayra Yorma ve Dini Dönüşüm boyutlarında anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Genel itibari ile söylenecek olursa elde edilen veriler ışığında köyde yaşayan katılımcılar şehir merkezinde yaşayanlara göre daha sık dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir. Aradaki farklılaşma olumlu dini başa çıkma davranışlarında barizleşmektedir. Bu farklılaşmanın sebebi şehir hayatının yoğunluğunun dindarlığı etkilemesi ya da köyde yaşayanların hayata daha pozitif ve sade bakması dolayısıyla dini daha arı yaşıyor olması olabilir. Nitekim bir önceki başlıkta katılımcıların öznel dindarlık ve ibadet algıları incelenirken aynı farklılaşma köyde yaşayanlar lehine ortaya çıkmıştı. Dolayısıyla köyde yaşayanlar tarafından

olumlu dini başa çıkma davranışlarının sık kullanılması köyde yaşayanların şehirdekilere göre daha dindar olması ile ilişkilendirilebilir.

3.2.4.2. Boşanmaya İlişkin Verilere Göre Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi ve Analizi

Boşanma sürecindeki bireylerin evliliğe ve boşanmaya ilişkin verileri dini başa çıkma davranışları ile ilişkili midir sorusu araştırmanın temel problemlerinden birini oluşturmaktadır. Bu noktada katılımcıların evliliğe ve boşanmaya ilişkin özellikleri olarak değerlendirilen; evlilik yöntemi, evlilik süresi, çocuk sayısı, fiili ayrılık süresi, boşanma gerekçesi gibi verilerinin onların dini başa çıkma davranışları ile ilişkisi nedir sorusuna cevap aranmıştır.

Tablo 42: Katılımcıların Evlenme Yöntemine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Evlenme Yöntemi	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) Görücü Usulü	32	3,31	0,86	3,285	.041	3
	2) Tanışma/Flört	48	3,52	0,45			1
	3) Kaçarak	38	3,68	0,49			
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) Görücü Usulü	32	3,80	1,05	3,63	.030	3
	2) Tanışma/Flört	48	4,05	0,54			1
	3) Kaçarak	38	4,26	0,52			
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) Görücü Usulü	32	1,78	0,62	0,204	.816	
	2) Tanışma/Flört	48	1,86	0,58			
	3) Kaçarak	38	1,86	0,76			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 42 katılımcıların evlenme yöntemine göre dini başa çıkma davranışlarının genel düzeyde, olumlu ve olumsuz boyutlarda dini başa çıkma davranışlarına dair analizleri göstermektedir. Buna göre dini başa çıkma davranışlarının genelinde ve olumlu dini başa çıkma boyutunda anlamlı farklılaşmalar vardır. Olumsuz dini başa çıkma davranışları söz konusu olduğunda ise herhangi bir anlamlı fark oluşmamıştır. Anlamlı farklar incelendiğinde dini başa çıkmanın genelinde ve olumlu dini başa çıkma boyutunda kaçarak evlenenlerin görücü usulüne göre evlenenlere göre daha sıklıkla bu davranışlara müracaat ettiği anlaşılmaktadır.

Tablo 43: Katılımcıların Evlenme Yöntemine Göre Allah'a Yönelme, Dini Yakınlaşma ve Dini Dönüşüm Boyutlarında Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Evlenme Yöntemi	N	X	SS	F	p	Fark
Allah'a Yönelme	1) Görücü Usulü	32	4,04	1,15	4,477	.013	3
	2) Tanışma/Flört	48	4,45	0,56			
	3) Kaçarak	38	4,55	0,50			1
	Toplam	118	4,37	0,78			
Dini Yakınlaşma	1) Görücü Usulü	32	3,29	1,04	3,403	.018	3
	2) Tanışma/Flört	48	3,61	0,83			
	3) Kaçarak	38	3,91	0,86			1
	Toplam	118	3,62	0,93			
Dini Dönüşüm	1) Görücü Usulü	32	3,25	1,10	4,375	.015	3
	2) Tanışma/Flört	48	3,25	0,99			3
	3) Kaçarak	38	3,84	0,97			1 ve 2
	Toplam	118	3,44	1,04			

Tablo 43 evlenme yöntemi baz alındığında alt boyutlarda ortaya çıkan anlamlı farklılaşmaları göstermektedir. Buna göre Allah'a Yönelme, Dini Yakınlaşma ve Dini Dönüşüm boyutlarında katılımcıların dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmesi anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Tablo 43 incelendiğinde katılımcılardan kaçarak evlenenler Allah'a Yönelme ve Dini Yakınlaşma boyutlarında görücü usulü ile evlenenlere nazaran daha sık bu boyuttaki dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir. Dini Dönüşüm boyutunda ise kaçarak evlenenler hem tanışarak hem de görücü usulü ile evlenenlerle karşılaştırıldığında daha sık bu tür dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir.

Tablo 42 ve Tablo 43'de ortaya çıkan görünüme göre kaçarak evlenenler bariz bir şekilde diğer grupta yer alan evlenme yöntemlerine göre daha sık dini başa çıkma davranışlarına -özellikle olumlu boyutta ortaya çıkan Allah'a Yönelme, Dini Yakınlaşma ve Dini Dönüşüm davranışlarına- müracaat etmektedir. Bunun sebebi belki de kaçma fiilinin bireylerde yaratmış olduğu vicdani sorgulama olabilir, birey kaçarak kurduğu evliliğin sonlanıyor oluşundan kendini diğer türde evlenenlere göre daha çok vicdani sorgulama içerisinde hissediyor olabilir ve bu nedenle daha çok dini başa çıkma davranışları sergiliyor olabilir.

Tablo 44: Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Evlilik Süresi	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) 0 - 23 ay	15	2,95	1,13	4,458	.002	2, 3, 4 ve 5
	2) 24 - 59 ay	12	3,68	0,47			1
	3) 60 - 119 ay	31	3,51	0,50			1
	4) 120 - 179 ay	32	3,61	0,41			1
	5) 180 ay ve üstü	28	3,64	0,41			1
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) 0 - 23 ay	15	3,38	1,37	4,404	.002	4 ve 5
	2) 24 - 59 ay	12	4,20	0,49			
	3) 60 - 119 ay	31	4,05	0,62			
	4) 120 - 179 ay	32	4,16	0,47			1
	5) 180 ay ve üstü	28	4,21	0,46			1
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa	1) 0 - 23 ay	15	1,60	0,65	0,825	.512	
	2) 24 - 59 ay	12	2,04	0,90			
	3) 60 - 119 ay	31	1,83	0,63			
	4) 120 - 179 ay	32	1,87	0,66			
	5) 180 ay ve üstü	28	1,85	0,52			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 44 katılımcıların evlilik süresine göre dini başa çıkma davranışlarının genel düzeyde, olumlu ve olumsuz boyutlarda ortaya çıkan ortalamaları ve buna ilişkin değişimleri göstermektedir. Boşanma ile evlilik süresi arasında ters bir orantı vardır. İstatistikler boşanan kişilerin ilk beş yıl içerisinde evliliklerini sonlandırdıklarını göstermektedir. Şüphesiz evli kalma süresi bireylerin hayat içerisinde evliliğe yaptıkları yatırımı, zamanlarının ne kadarını evlilik için harcadıklarını göstermektedir. Dolayısıyla evlilik süresi bireyler için geride bırakılan somut yılları ve sorunlu geçen birliktelik süresini temsil ediyor olabilir. Diğer taraftan evlilik süresi öyle ya da böyle bir tecrübeyi, bir yaşam deneyimini göstermektedir. Şüphesiz bireylerin bu tecrübeden çıkardıkları varoluşsal, kişisel, psikolojik bir sonuç olmalıdır ve bu sonuçların onların dini başa çıkma davranışlarına etki ettiği düşünülebilir.

Tablo 44'e göre katılımcıların evlilik süresine göre değerlendirildiğinde dini başa çıkmanın genelinde ve olumlu dini başa çıkma boyutunda anlamlı farklılaşmalar söz konusudur. İki yıldan daha az evli kalanlar diğer gruptakilere göre yani evlilik süresi daha uzun olanlara göre anlamlı derecede daha az dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir ya da diğer taraftan evlilik süresi uzun olanlar daha çok dini başa

çıkma davranışlarına başvurmaktadır. Bu farklılaşma özellikle olumlu dini başa çıkma boyutunda kendini göstermektedir. On yılı aşkın evli kalanların olumlu dini başa çıkma davranışları iki yıldan daha az evli kalanlarla karşılaştırıldığında daha yoğundur. Olumlu dini başa çıkmanın alt boyutlarına bakıldığında ise bu farklılaşmanın Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Dini Yalvarma ve Dini İstikamet arayışı boyutlarında anlamlı olduğu gözlenmiştir. Buna ilişkin ortaya çıkan tablo aşağıda verilmiştir.

Tablo 45: Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Dini Yalvarma ve Dini İstikamet Arayışı Boyutlarında Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Evlilik Süresi	N	X	SS	F	p	Fark
Allah'a Yönelme	1) 0 - 23 ay	15	3,56	1,48	5,846	.000	2, 3, 4 ve 5
	2) 24 - 59 ay	12	4,47	0,54			1
	3) 60 - 119 ay	31	4,38	0,54			1
	4) 120 - 179 ay	32	4,52	0,53			1
	5) 180 ay ve üstü	28	4,59	0,51			1
	Toplam	118	4,37	0,78			
Hayra Yorma	1) 0 - 23 ay	15	3,65	1,72	4,932	.001	2, 3, 4 ve 5
	2) 24 - 59 ay	12	4,72	0,51			1
	3) 60 - 119 ay	31	4,55	0,71			1
	4) 120 - 179 ay	32	4,69	0,38			1
	5) 180 ay ve üstü	28	4,56	0,56			1
	Toplam	118	4,49	0,85			
Dini Yalvarma	1) 0 - 23 ay	15	3,11	1,35	2,785	.030	5
	2) 24 - 59 ay	12	3,86	0,73			
	3) 60 - 119 ay	31	3,78	0,71			
	4) 120 - 179 ay	32	3,82	0,65			
	5) 180 ay ve üstü	28	3,92	0,72			1
	Toplam	118	3,75	0,83			
Dini İstikamet Arayışı	1) 0 - 23 ay	15	3,07	1,78	2,630	.038	2
	2) 24 - 59 ay	12	4,42	0,70			1
	3) 60 - 119 ay	31	3,74	1,20			
	4) 120 - 179 ay	32	4,02	1,25			
	5) 180 ay ve üstü	28	4,07	0,99			
	Toplam	118	3,88	1,25			

Tablo 45 katılımcıların evlilik sürelerine göre Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Dini Yalvarma ve Dini İstikamet arayışı boyutlarında dini başa çıkma davranışlarını göstermektedir. İlk iki boyutta yani Allah'a Yönelme ve Hayra Yorma boyutunda iki yıldan daha az evli kalanlar daha uzun evli kalanlara göre bu boyutta yer alan davranışları daha az kullanmaktadırlar ya da uzun süre evli kalanlar bu davranışları daha

yoğun kullanılmaktadırlar. Dini Yalvarma ve Dini İstikamet arayışı boyutunda da benzer bir görünüm vardır yani iki yıldan daha az evli kalanlar diğer gruptakilere göre daha düşük bir ortalama puana sahiptir. Evlilik ve hayat tecrübesi katılımcıların dini başa çıkma davranışlarında etkili olabilir, hem yaşa hem de evlilik süresine bağlı olarak edinilen hayat tecrübesi boşanma ve buna bağlı sorunlarla karşı karşıya gelen bireyler için farklı tarzda dinsel reaksiyonlara sebebiyet veriyor olabilir. Ancak burada belirtilmesi gereken nokta sadece yaş baz alındığında katılımcılar daha homojen bir görünüme sahipken evlilik gibi bir hayat tecrübesi baz alındığında bireylerde dini başa çıkma açısından farklılaşmaların ortaya çıkmasıdır.

Tablo 46: Katılımcıların Fiili Ayrılık Süresi ile Dini Başa Çıkma Davranışları (Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutları) Arasındaki İlişki

Boyut	Ayrılık Süresi	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) 0 - 6 ay	20	3,53	0,56	3,202	.016	
	2) 7 - 12 ay	22	3,65	0,36			5
	3) 13 - 24 ay	36	3,57	0,50			
	4) 25 - 36 ay	19	3,68	0,35			5
	5) 36 ay üstü	21	3,11	0,98			2 ve 4
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) 0 - 6 ay	20	4,05	0,66	3,604	.008	
	2) 7 - 12 ay	22	4,21	0,37			5
	3) 13 - 24 ay	36	4,11	0,59			5
	4) 25 - 36 ay	19	4,29	0,38			5
	5) 36 ay üstü	21	3,55	1,19			2, 3 ve 4
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa	1) 0 - 6 ay	20	1,89	0,83	0,282	.889	
	2) 7 - 12 ay	22	1,90	0,60			
	3) 13 - 24 ay	36	1,88	0,68			
	4) 25 - 36 ay	19	1,78	0,50			
	5) 36 ay üstü	21	1,73	0,59			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 46 katılımcıların fiili ayrılık sürelerine göre genel düzeyde, olumlu ve olumsuz boyutlarda dini başa çıkma davranışlarını göstermektedir. Boşanma süreci söz konusu olduğunda hesap edilmesi gereken bir diğer değişken fiili ayrılıktır. Katılımcıların eşlerinden fiilen ayrıldıkları durumu ifade eden bu kavrama önceki bölümlerde değinilmiştir. Boşanma sürecindeki bireyler için fiili ayrılık önemli bir dönüm noktası, *de facto* yuvanın dağıldığı kırılma ve ayrılık anıdır. Burada unutulmaması gereken nokta boşanmanın bir olaylar silsilesi olduğu ve bir süreci ifade ettiği. Ancak boşanmanın en somut ve en dramatik olayını temsil eden fiili ayrılığa olan zamansal uzaklığın

belirlenmesi ve bunun dini başa çıkmaya etkisinin olup olmadığının araştırılması gerekmektedir. Stres verici olaya/duruma zamansal uzaklık meselesine din psikolojisi alanında yapılan önceki çalışmalarda dikkat çekilmiştir. Bu çalışmalardaki bulgularda farklı sonuçların ortaya çıktığı ifade edilmiştir. Örneğin; Topuz tarafından stres verici olaya zamansal yakınlık olumsuz dini başa çıkma davranışları ile ilişkilendirilmiştir (Topuz, 2003, s. 146). Diğer taraftan deprem üzerine yapılan bir çalışmada, depremin üzerinden 16 ay geçmiş olmasına rağmen bireylerin olayın tehdidini hala canlı bir şekilde yaşadıkları tespit edilmiştir (Ekşi, 2001, s. 11).

Yapılan analizlerde dini başa çıkmanın genelinde ve olumlu dini başa çıkma boyutunda anlamlı sonuçlar ortaya çıkmıştır. Tablo 46'ya göre genel düzeyde ve olumlu dini başa çıkma boyutunda katılımcılardan 36 ay üstünde bir süre ile eşinden ayrılmış olanlar dini başa çıkma davranışlarına özellikle olumlu dini başa çıkma davranışlarına kendilerinden daha az sürede fiilen ayrılmış olanlara göre daha az başvurumaktadırlar. Bu bulgu, olayın etkisinin 3 yıldan sonra yitirilmiş olması ya da kişinin ayrılığı kabullenmiş ve ona karşı daha az reaksiyonda bulunuyor olması ile ilişkilendirilebilir. Zira anlamlı farklılıklar ortaya çıkmamakla birlikte fiili ayrılık süresine göre olumsuz dini başa çıkma boyutunda katılımcıların ortalamaları ilerleyen süreler dikkate alındığında genel ortalamanın altındadır. Yani olumsuz dini başa çıkma boyutunda da ilerleyen sürelerde daha az bir reaksiyon vardır. Olumlu dini başa çıkmanın alt boyutları incelendiğinde ise anlamlı düzeyde farklılaşmanın Allah'a Yönelme boyutunda ortaya çıktığı görülmüştür.

Tablo 47: Katılımcıların Fiili Ayrılık Süresine Göre Allah'a Yönelme Boyutunda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Ayrılık Süresi	N	X	SS	F	p	Fark
Allah'a Yönelme	1) 0 - 6 ay	20	4,34	0,74	4,187	.003	
	2) 7 - 12 ay	22	4,56	0,39			5
	3) 13 - 24 ay	36	4,48	0,56			5
	4) 25 - 36 ay	19	4,61	0,40			5
	5) 36 ay üstü	21	3,80	1,30			2, 3 ve 4
	Toplam	118	4,37	0,78			

Tablo 47 katılımcıların fiili ayrılık sürelerine göre Allah'a Yönelme boyutunda dini başa çıkma davranışlarını göstermektedir. Buna göre katılımcılar bu boyutta -36 ay üzerinde fiili ayrılık süresine sahip olanlar hariç- fiili ayrılığın ilk üç yılında genele

yakın ya da genelden daha yüksek ortalamalara sahiptir. Burada dikkat çekici nokta işaret edildiği üzere fiili ayrılıktan üç yıl sonra bariz bir farklılaşmanın ortaya çıkmasıdır. Belki de fiili ayrılıktan sonraki ilk üç yıl boşanma sürecinde bir döneme işaret ediyor olabilir ya da üçüncü yıldan sonra önemli bir ayrışma dönemine giriliyor olabilir. Zira boşanma psikolojisi ve evreleri göz önüne alınırsa ve dini başa çıkmanın da zor zamanlarda ortaya çıkan davranışlar olduğu düşünülürse farklılaşmanın ortaya çıktığı dönemin açıkça bir rahatlama dönemine geçişi ifade ettiği söylenebilir. Diğer taraftan bütün bu tablo dini başa çıkmanın ilk üç yıldan sonra etkisini yitirdiğine de işaret ediyor olabilir. İlk üç yılda gösterilen dini başa çıkma davranışları üç yıldan sonra kendisini artık bilinç dışı süreçlere terk ediyor olabilir.

Tablo 48: Katılımcıların Boşanma Dava Türüne Göre Tüm Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi

Boyut	Boşanma Dava Türü	N	X	SS	t	P
Dini Başa Çıkma (Genel)	Anlaşmalı	24	3,69	0,242	2,658	.009
	Çekişmeli	94	3,46	0,664		
Olumlu Dini Başa Çıkma	Anlaşmalı	24	4,42	0,259	4,878	.000
	Çekişmeli	94	3,95	0,773		
Olumsuz Dini Başa Çıkma	Anlaşmalı	24	1,41	0,507	-3,793	.000
	Çekişmeli	94	1,94	0,635		
Allah'a Yönelme	Anlaşmalı	24	4,76	0,291	4,619	.000
	Çekişmeli	94	4,27	0,829		
Hayra Yorma	Anlaşmalı	24	4,88	0,211	4,681	.000
	Çekişmeli	94	4,39	0,923		
Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk	Anlaşmalı	24	1,44	0,986	-3,155	.002
	Çekişmeli	94	2,13	0,943		
Dini Yalvarma	Anlaşmalı	24	3,89	0,664	0,926	.357
	Çekişmeli	94	3,71	0,868		
Dini Yakınlaşma	Anlaşmalı	24	4,39	0,515	6,807	.000
	Çekişmeli	94	3,43	0,909		
Dini Dönüşüm	Anlaşmalı	24	3,69	0,779	1,632	.109
	Çekişmeli	94	3,38	1,096		
Manevi Hoşnutsuzluk	Anlaşmalı	24	1,29	0,504	-1,199	.233
	Çekişmeli	94	1,48	0,719		
Şerre Yorma	Anlaşmalı	24	1,56	0,936	-3,673	.001
	Çekişmeli	94	2,38	1,094		
Dini İstikamet Arayışı	Anlaşmalı	24	3,90	1,343	0,082	.935
	Çekişmeli	94	3,87	1,233		

Tablo 48 tüm boyutları ile birlikte dini başa çıkma davranışlarının boşanma dava türüne göre dağılımını göstermektedir. Dini Yalvarma, Dini Dönüşüm, Manevi Hoşnutsuzluk ve Dini İstikamet arayışı boyutları hariç diğer boyutlarda ve dini başa çıkmanın

genelinde anlamlı farklılaşmalar ortaya çıkmıştır. Buradan hareketle genel anlamda boşanma dava türüne göre dini başa çıkma davranışları farklılaşmaktadır. Çekişmeli boşanma davası yürütenler anlaşmalı dava türü yürütenlere göre daha fazla dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedirler. Çekişmeli dava sürecinde olanlar anlaşmalı dava sürecinde olanlarla karşılaştırıldığında daha çok mücadele içerisinde yer almaları görece daha zorlu bir süreci yaşıyor olmaları olağan bir durumdur. Dolayısıyla dini başa çıkma davranışlarına ilişkin bu tür bir farklılaşmanın ortaya çıkması da normal karşılanabilir. Diğer verilerden farklı olarak burada ortaya çıkan farklılaşma olumsuz dini başa çıkma davranışlarının çekişmeli dava türünde anlamlı derecede farklılaşmasıdır. Bu veri, anlaşmalı dava sürecinde daha az olumsuz duygular yaşanıyor olabilir ya da çekişmeli dava türünde daha fazla kızgınlık ve dini olumsuz duygular yaşanıyor olabilir şeklinde yorumlanabilir.

3.2.4.3. Öznel Dindarlık ve İbadet Algısına Göre Dini Başa Çıkma Davranışlarının Değişimi ve Analizi

Bireysel bir farkın yansıması olarak dindarlık, başa çıkma davranışlarını ve sonuçlarını ön görmede ve açıklamada önemli bir etkidir.

Yapılan pek çok çalışmada farklı örneklem gruplarında dindarlık ve dini başa çıkma arasındaki ilişki incelenmiştir ve sonuçta dindarlık düzeylerinin dini başa çıkma davranışı ile ilişkili olduğu (Pargament, 1997, s. 415), dini bilgisi, dini düşüncesi, dini tecrübesi ve dini inancı yüksek seviyede olan kişilerin diğer bir deyişle dindarlık düzeyi yüksek olanların olumlu dini başa çıkma tutumlarına sahip olmaları daha muhtemel olduğu belirlenmiştir ve bu ampirik olarak gösterilmiştir (Topuz, 2003, s. 154).

Dindarlık ile beraber Allah'a Yönelme, Hayra Yorma gibi olumlu dini başa çıkma davranışları artarken, Manevi Hoşnutsuzluk gibi olumsuz dini başa çıkma davranışlarının azalacağı bulgulanmıştır. Ayrıca bazı araştırmalarda dini başa çıkmanın farklı boyutları ile dindarlık arasında anlamlı ve pozitif ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir (Ayten, 2012, s. 112).

Örneğin *sorgulayıcı dindarlık*, benlik güdümlü dini başa çıkma ile; *dış güdümlü dindarlık*, ertelemeci dini başa çıkma ile; *iç güdümlü dindarlık* ise işbirlikçi dini başa

çıkma ile ilişkilendirilmiştir. Buna mukabil iç güdümlü dindarlığın, işbirlikçi dini başa çıkma ve ertelemeci dini başa çıkma ile pozitif bir korelasyona sahip olduğunu, benlik güdümlü dini başa çıkmada ise bu ilişkinin negatif olduğunu ortaya koyan bulgular da vardır. Yine aynı bulgulardan yola çıkarak dış güdümlü dindarlığın hem benlik güdümlü hem de ertelemeci dini başa çıkma yöntemi ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gösterilmiştir ve dış güdümlü dindarlık ile ertelemeci dini başa çıkma arasındaki korelasyonun iç güdümlü dindarlık tipinden daha karakteristik bir görünüme sahip olduğu da kaydedilmiştir (Wong-McDonald & Gorsuch, 2004, s. 321).

Topuz (2003) dini başa çıkma ile dini gelişim arasındaki ilişki üzerine yaptığı araştırmada Gazali'nin dini duygu, dini düşünce, dini inanç ve dini davranış konularındaki düşüncelerinden yola çıkarak, İslam kültürüne uygun olarak geliştirdiği ve "İnançsızlık", "Aldatıcı Dindarlık", "Taklidi Dindarlık", "Tahkiki Dindarlık" ve "Zevk Alınan Dindarlık" alt bölümlerinden oluşan Dini Gelişim Seviyeleri Ölçeği'ni (DGSÖ) geliştirerek deprem, ekonomik sıkıntı, aile içi sorunlar olmak üzere önemli stresli hayat olaylarını tecrübe eden ve bu olaylardan etkilenen örnekleme uygulamıştır ve sonuçta inançsız ve aldatıcı dindarların daha çok olumsuz dini başa çıkma tutumunu kullandıklarını, taklit, tahkik ve zevk alınan dindarlık boyutundakilerin daha çok olumlu dini başa çıkma tutumunu kullandıklarını bulmuştur. Yine bu çalışmada inançsızların daha çok "yadsıma" ve "alkol/ilaç kullanma" gibi başa çıkma tutumlarını kullandıkları tespit edilirken, aldatıcı dindarların daha çok "davranışsal olarak ilgiyi kesme" ve "alkol/ilaç kullanma" başa çıkma tutumlarını kullanmakta oldukları; taklit, tahkik ve zevk alınan dindarlık boyutlarında ise dini gelişim gösterenlerin daha çok "planlama", "kabullenme", "aktif başa çıkma", "diğer aktiviteleri bırakarak sorun üzerine odaklanma", "sosyal destek arama (enstrümantal)", "olumlu tarzda yeniden yorumlama", "duygulara odaklanma ve duyguları ortaya koyma" gibi başa çıkma tutumlarını kullandıkları bulgulanmıştır (Topuz, 2003).

Daha önce açıklandığı üzere bu çalışmada dindarlık için kategorik bir ayrıma gidilmemiş ve ayrıca bir ölçek kullanılmamıştır. Dindarlık ve ibadet bakımından iki soru ile katılımcıların kendilerini öznel bir biçimde değerlendirmesi istenmiştir. Öznel dindarlık ve ibadet algısına göre ortaya çıkan dini başa çıkma davranışları aşağıda verilmiştir.

Tablo 49: Katılımcıların Öznel Dindarlık Düzeyine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Öznel Dindarlık	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma (Genel)	1) Çok az dindarım	2	2,80	1,01	4,294	.007	
	2) Orta düzeyde dindarım	72	3,40	0,70			3 ve 4
	3) Oldukça dindarım	30	3,70	0,27			2
	4) Tamamen dindarım	14	3,83	0,35			3
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) Çok az dindarım	2	2,94	1,05	7,223	.000	
	2) Orta düzeyde dindarım	72	3,88	0,81			3 ve 4
	3) Oldukça dindarım	30	4,32	0,31			2
	4) Tamamen dindarım	14	4,51	0,29			3
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) Çok az dindarım	2	2,38	0,88	1,048	.374	
	2) Orta düzeyde dindarım	72	1,89	0,64			
	3) Oldukça dindarım	30	1,74	0,60			
	4) Tamamen dindarım	14	1,71	0,78			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 49 katılımcıların öznel dindarlık düzeyine göre genel düzeyde, olumlu ve olumsuz boyutlarda dini başa çıkma davranışlarını göstermektedir. Buna göre dini başa çıkmanın genelinde ve olumlu boyutta orta düzeyde dindarlar ile oldukça dindarlar ve tamamen dindarlar arasında istatistikî olarak anlamlı bir farklılaşma vardır. Bu bulguya göre dindarlık arttıkça dini başa çıkma davranışlarına özellikle de olumlu dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı artmaktadır. Olumsuz dini başa çıkmada ise böyle anlamlı bir farklılaşma ortaya çıkmamıştır ancak burada ortalama olarak diğer iki boyutta ortaya çıkan görünümün tersi bir görünüm vardır yani dindarlık arttıkça olumsuz dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı azalmaktadır. Yani kendini daha dindar hissedenenler olumlu dini başa çıkma davranışlarını daha fazla kullanırken olumsuz dini başa çıkma davranışlarını daha az kullanmaktadırlar. Dini başa çıkmanın alt boyutlarına bakıldığında ise Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk, Dini Yakınlaşma, Dini Dönüşüm ve Dini İstikamet arayışı boyutlarında anlamlı farklılaşmalar ortaya çıkmıştır.

Tablo 50: Katılımcıların Öznel İbadet Düzeyine Göre Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları

Boyut	Öznel İbadet	N	X	SS	F	p	Fark
Dini Başa Çıkma	1) Hiç	6	3,20	0,93	5,102	.001	
	2) Biraz	18	3,03	0,94			3, 4 ve 5
	3) Orta	58	3,58	0,48			2
	4) Çoğunlukla	27	3,66	0,34			2
	5) Tamamıyla	9	3,83	0,37			2
	Toplam	118	3,51	0,61			
Olumlu Dini Başa Çıkma	1) Hiç	6	3,42	1,03	7,905	.000	4 ve 5
	2) Biraz	18	3,42	1,14			3, 4 ve 5
	3) Orta	58	4,13	0,54			2
	4) Çoğunlukla	27	4,30	0,35			1 ve 2
	5) Tamamıyla	9	4,49	0,30			1 ve 2
	Toplam	118	4,05	0,72			
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1) Hiç	6	2,50	0,61	2,258	.067	
	2) Biraz	18	1,81	0,62			
	3) Orta	58	1,88	0,65			
	4) Çoğunlukla	27	1,66	0,55			
	5) Tamamıyla	9	1,76	0,78			
	Toplam	118	1,84	0,65			

Tablo 50’de katılımcıların öznel ibadet düzeyine göre genel, olumlu ve olumsuz boyutlarda dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığına ilişkin analizler verilmiştir. Buna göre dini başa çıkmanın genelinde ve olumlu boyutta anlamlı farklılaşmalar ortaya çıkmıştır. Genel ifadelerle söylenecek olursa ibadet yapmadığını ya da az ibadet yaptığını söyleyenler ile daha fazla ibadet yaptığını söyleyenler arasında dini başa çıkma davranışlarına özellikle de olumlu dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı artmaktadır. Olumsuz dini başa çıkmada ise böyle anlamlı bir farklılaşma ortaya çıkmamıştır.

3.2.5. Depresyon Anksiyete ve Strese İlişkin Bulgular ve Dini Başa Çıkma Davranışları ile İlişkisi

Katılımcıların dini başa çıkma (DBC) davranışları ile depresyon, anksiyete stres (DAS) düzeyleri arasındaki ilişki çalışmanın temel problemini oluşturmaktadır. Ancak bu ilişki ele alınmadan önce DAS düzeylerine ilişkin ortaya çıkan genel veriler ve bunların kişisel bilgi formunda belirlenen genel değişkenlerle ilişkisi tablolar halinde açıklanmıştır.

Tablo 51: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Ortalamaları

Ölçek/Boyut	N	X	SS	Min.	Max.
Depresyon	118	9,01	4,04	0	21
Anksiyete	118	7,99	4,062	0	17
Stres	118	11,77	4,643	0	21

Tablo 51 katılımcıların DAS ölçümlerine ilişkin genel ortalama puanları göstermektedir. Buna göre katılımcıların depresyon ortalaması 9,01, anksiyete ortalaması 7,99 ve stres ortalaması 11,77'dir. Depresyon, anksiyete ve stres birbirleri ile ilişkili olgulardır. Bu genel kabul, katılımcıların depresyon anksiyete ve stres düzeylerinin birbiri ile ilişkisinde de açıkça gözlenmiştir. Ortalama puanlar dikkate alındığında DAS bakımından katılımcıların genel görünümü normal seviyededir.

Tablo 52: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Ölçümleri Arasındaki İlişki

Ölçek/Boyut	Depresyon	Anksiyete	Stres
Depresyon	1	-	-
Anksiyete	,683**	1	-
Stres	,599**	,566**	1

**p<.01

Tablo 52 katılımcıların DAS ölçümlerinin birbiri ile ilişkisini göstermektedir. Buna göre katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler mevcuttur. Bu korelasyon depresyon ve anksiyete arasında r; .683, depresyon ve stres arasında r; .599, anksiyete ve stres arasında r; .566 düzeyinde ortaya çıkmıştır. Bunun anlamı boşanma sürecindeki katılımcılar için depresyon, anksiyete ve stres birbiri ile doğru orantılı bir artış ya da azalış göstermektedir.

Katılımcıların DASS 21 ölçeğinden aldığı ham puanlar hesap edilerek puanlama cetveline göre içerisinde buldukları depresyon, anksiyete ve stres düzeyi belirlenmiştir. Bu düzeyler aşağıda tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 53: Katılımcıların Depresyon Puanlarına Göre Kategorik Ayrımı

Depresyon	N (Sayı)	% (Yüzde)
Normal	14	11,9
Hafif	16	13,6
Orta	48	40,7
Şiddetli	31	26,3
Aşırı derecede	9	7,6
Toplam	118	100,0

Tablo 53 katılımcıların depresyon düzeylerini ve yüzdeler dilimlerini göstermektedir. Buna göre katılımcıların %40,7'si orta düzeyde, %26,3'ü şiddetli düzeyde, %13,6'sı hafif düzeyde, %11,9'u normal düzeyde, %7,6'sı ise aşırı düzeyde bir depresyona sahiptir. Katılımcıların %88,2'si depresyon bakımından normal seviyenin üzerinde bir düzeydedir. Ortaya çıkan tabloda şiddetli ve aşırı derecede kategorileri birlikte değerlendirildiğinde katılımcıların dikkate değer bir kısmı (%33,9) yüksek düzeyde bir depresyon seviyesine sahiptir. Bu durum, boşanmış kişilerde depresyonun arttığına yönelik bulgularla uyumludur. Boşanma sürecinde bireylerin kendilerini daha depresif hissetmeleri olağandır. Bu dönemde bireyler yas reaksiyonları göstermekle birlikte, depresyonun karakteristik bir özelliği olan kaybetme hissi de yaşamaktadırlar (Emery, 2013a, ss. 113-123; Menaghan, 1985, s. 302).

Tablo 54: Katılımcıların Anksiyete Puanlarına Göre Kategorik Ayrımı

Anksiyete	N (Sayı)	% (Yüzde)
Normal	13	11,0
Hafif	16	13,6
Orta	29	24,6
Şiddetli	30	25,4
Aşırı derecede	30	25,4
Toplam	118	100,0

Tablo 54 katılımcıların anksiyete düzeylerini ve yüzdeler dilimlerini göstermektedir. Buna göre katılımcıların %25,4'ü şiddetli düzeyde, yine %25,4'ü aşırı düzeyde, %24'6'sı orta düzeyde, %13,6'sı hafif düzeyde, %11'i ise normal düzeyde bir anksiyeteye sahiptir. Katılımcıların %89'u anksiyete bakımından normal seviyenin üzerinde bir düzeydedir. Ortaya çıkan tabloda şiddetli ve aşırı derecede kategorileri birlikte değerlendirildiğinde katılımcıların dikkate değer bir kısmı (%50,8) yüksek düzeyde bir anksiyete seviyesine sahiptir. Bu durum, onların boşanma sürecinde kendilerini yoğun bir şekilde endişeli hissettikleri anlamına gelmektedir. Ortaya çıkan oranlar, depresyon oranlarından daha yüksektir.

Boşanma sürecinde sorunların kişiyi aştığı ve belli bir noktada bireyin kendini yetersiz hissettiği, çözümsüz kaldığı dönemler yaşanması muhtemeldir. Bu süreçte birey kendini çaresiz, korku ve endişe içerisinde, altüst olmuş, tehlikede ve tehdit altında hissedebilir. Hayatında zorlu bir değişiklik söz konusudur. Bu nedenle bireylerin kontrolü kaybetme korkusu ve çaresizlikle beraber yoğun bir kaygı yaşamaması, içerisinde bulunduğu kriz

düşünüldüğünde gayet normaldir. Boşanma ile ortaya çıkan kriz bir tehdit şeklinde yaşanıyorsa yüksek oranda anksiyete; kayıp duygusu ile yaşanıyorsa depresif belirtiler ve buna eşlik eden yas ortaya çıkmaktadır (Sayıl vd., 2000, ss. 7-8). Bu bilgidan hareket edildiğinde katılımcıların her iki tarzda bir süreç yaşadığı düşünülebilir.

Tablo 55: Katılımcıların Stres Puanlarına Göre Kategorik Ayrımı

Stres	N (Sayı)	% (Yüzde)
Normal	22	18,6
Hafif	10	8,5
Orta	27	22,9
Şiddetli	44	37,3
Aşırı derecede	15	12,7
Toplam	118	100,0

Tablo 55 katılımcıların stres düzeylerini ve yüzdelerik dilimlerini göstermektedir. Buna göre katılımcıların %37,3'ü şiddetli düzeyde, %12,7'si aşırı düzeyde, %22,9'u orta düzeyde, %8,5'i hafif düzeyde, %18,6'sı ise normal düzeyde bir strese sahiptir. Katılımcıların %81,4'ü stres bakımından normal seviyenin üzerinde bir düzeydedir. Ortaya çıkan tabloda şiddetli ve aşırı derecede kategorileri birlikte değerlendirildiğinde katılımcıların dikkate değer bir kısmı (%50) yüksek düzeyde bir stres seviyesine sahiptir. Bu veriler, klinik çalışmalar sonucunda boşanma ile ilgili ortaya konan genel bulgularla uyumludur. Yani katılımcıların bu süreçte kendilerini yoğun stres altında hissetmeleri olağandır.

3.2.5.1. Farklı Değişkenlere Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Değişimi ve Analizi

Aşağıda katılımcıların bazı sosyo-demografik ve boşanmaya ilişkin özellikleri ile onların DAS düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. İlk olarak katılımcıların bazı sosyo-demografik değişkenlere göre DAS değişimlerinin analizi yapılmıştır.

Tablo 56: Katılımcıların Cinsiyete Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Cinsiyet	N	X	SS	t	P
Depresyon	Erkek	51	8,94	4,211	-0,177	.860
	Kadın	67	9,07	3,936		
Anksiyete	Erkek	51	7,09	3,879	-2,115	.037
	Kadın	67	8,67	4,095		
Stres	Erkek	51	10,82	5,046	-1,976	.051
	Kadın	67	12,5	4,204		

Tablo 56 katılımcıların cinsiyete göre DAS düzeylerinin değişimini göstermektedir. Buna göre depresyon ve stres puanlamasında erkekler ve kadınlar arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir ancak kadınların ortalamasının erkeklerle göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine de depresyon söz konusu olduğunda erkek ve kadınların puanlarının birbirine çok yakın olduğu gözlenmiştir. Diğer taraftan kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılaşmanın anksiyete düzeyinde ortaya çıktığı bulunmuştur. Yani kadın katılımcılar erkeklerden istatistikî olarak anlamlı derecede daha yüksek anksiyete düzeyine sahiptir. Buradan yola çıkarak boşanma sürecinde kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha kaygılı davrandığı söylenebilir. Evlilik gibi bir kurumun dağılma sürecinde cinsiyet bakımından böyle bir farklılaşmanın ortaya çıkması toplumumuzdaki kadın misyonuyla ya da boşanma sonrasında kadının sosyal statüsü ile ilişkilendirilebilir. Kadınlar gelecek açısından kendilerini erkeklerden daha fazla endişe içerisinde hissediyor olabilirler. Diğer taraftan kadınların duygusal ve anaç yapıları da anksiyete açısından boşanma sürecinde ortaya çıkan bu tabloda etkili olmuş olabilir.

Tablo 57: Katılımcıların Yaş Değişkenine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Yaş	N	X	SS	F	p	Fark
Depresyon	1) 18-24 yaş	3	11,67	4,61	2,794	.020	
	2) 25-29 yaş	15	10,27	5,55			
	3) 30-34 yaş	42	8,09	2,81			5
	4) 35-39 yaş	35	8,06	4,05			5
	5) 40-45 yaş	14	11,50	4,83			3 ve 4
	6) 45 yaş üstü	9	10,22	2,17			
	Toplam	118	9,02	4,04			
Anksiyete	1) 18-24 yaş	3	10,50	3,00	1,198	.315	
	2) 25-29 yaş	15	8,80	3,17			
	3) 30-34 yaş	42	8,22	4,46			
	4) 35-39 yaş	35	6,77	3,90			
	5) 40-45 yaş	14	8,64	5,00			
	6) 45 yaş üstü	9	8,22	1,39			
	Toplam	118	7,99	4,06			
Stres	1) 18-24 yaş	3	14,75	0,57	0,776	.569	
	2) 25-29 yaş	15	12,40	4,75			
	3) 30-34 yaş	42	11,54	4,79			
	4) 35-39 yaş	35	10,80	4,76			
	5) 40-45 yaş	14	12,57	5,00			
	6) 45 yaş üstü	9	13,11	3,33			
	Toplam	118	11,78	4,64			

Tablo 57 katılımcıların yaş değişkenine göre depresyon anksiyete ve stres düzeylerine ilişkin analizini göstermektedir. Ortaya çıkan tabloda yaş değişkenine göre DAS düzeyleri incelendiğinde 18-24 yaş grubundakilerin en yüksek ortalama puanlara sahip olduğu, genel görünüm olarak depresyon, anksiyete ve stres puanlarının 30-40 yaş arasında azaldığı 40 yaşından sonra ise arttığı görülmüştür. 40-45 yaş arasındakiler 30-40 yaş aralığındakilere göre anlamlı derecede daha fazla depresyon puanına sahiptir. Yani boşanma sürecindeki katılımcılardan 40-45 yaş aralığındakiler 30-40 yaş arasındaki katılımcılara göre istatistikî olarak anlamlı derecede daha fazla depresiftir. Daha önce değinildiği üzere (Tablo 37) yaş bakımından bu tür bir farklılaşmanın nedeni -tıpkı olumsuz dini başa çıkmada olduğu gibi- orta yaş krizi olabilir. Bu yaş grubundakiler daha önceki yıllarla kıyaslanacak olursa evliliklerinin dağılması ve orta yaş krizi ile birlikte kendilerini daha depresif hissediyor olabilir.

Tablo 58: Katılımcıların Boşanma Gerekçesine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Boşanma Gerekçesi	N	X	SS	F	p	Fark
Depresyon	1) Aldatma	39	10,18	3,68	1,85	.125	
	2) Ekonomik Geçimsizlik	9	9,44	1,67			
	3) Kötü Muamele	20	8,90	3,34			
	4) Şiddetli Geçimsizlik	41	8,37	4,63			
	5) Diğer	9	6,78	4,82			
	Toplam	118	9,02	4,04			
Anksiyete	1) Aldatma	39	9,59	4,15	3,18	.016	4
	2) Ekonomik Geçimsizlik	9	7,89	3,14			
	3) Kötü Muamele	20	8,20	3,33			
	4) Şiddetli Geçimsizlik	41	6,88	4,26			1
	5) Diğer	9	5,78	2,91			
	Toplam	118	7,99	4,06			
Stres	1) Aldatma	39	12,44	4,81	0,91	.463	
	2) Ekonomik Geçimsizlik	9	11,44	3,61			
	3) Kötü Muamele	20	11,55	4,85			
	4) Şiddetli Geçimsizlik	41	11,90	4,53			
	5) Diğer	9	9,22	4,94			
	Toplam	118	11,78	4,64			

Tablo 58 katılımcıların boşanma gerekçesine göre depresyon anksiyete ve stres düzeylerine ilişkin analizini göstermektedir. Buna göre depresyon anksiyete ve stres söz

konusu olduğunda boşanma gerekçesi aldatma olanlar diğer kategorilere göre daha yüksek bir ortalamaya sahiptir. Ancak anlamlı farklılaşma anksiyete boyutunda ortaya çıkmıştır. Boşanma gerekçesi aldatma olanlar şiddetli geçimsiz olanlara göre anlamlı derecede daha fazla anksiyeteye sahiptir.

Tablo 59: Boşanma Dava Türüne Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Boşanma Dava Türü	N	X	SS	t	P
Depresyon	Anlaşmalı	24	5,91	4,968	-3,631	.001
	Çekişmeli	94	9,8	3,364		
Anksiyete	Anlaşmalı	24	4,91	3,598	-4,48	.000
	Çekişmeli	94	8,77	3,807		
Stres	Anlaşmalı	24	6,79	4,708	-7,004	.000
	Çekişmeli	94	13,05	3,684		

Tablo 59 katılımcıların boşanma dava türüne göre DAS analizini göstermektedir. Bu sonuçlara göre çekişmeli dava sürecinde olanlar yani bir anlamda ayrılık aşamasında karşı tarafla anlaşamayanların anlaşmalı bir şekilde mahkeme süreci yürütenlere göre anlamlı derecede depresyon, anksiyete ve stres düzeyi daha fazladır. Şüphesiz çekişmeli boşanma anlaşmazlıkların, belirsizliklerin ve tartışmaların yaşandığı bir süreçtir. Anlaşmalı boşanma davalarına göre daha stresli daha gergin bir ortama delalet etmektedir. Dolayısıyla bu görünümün katılımcıların DAS düzeylerine yansımaları olağan bir durum olarak düşünülebilir.

Boşanmaya ilişkin diğer veriler göz önüne alındığında DAS düzeyleri bakımından katılımcıların homojen bir görünüm sergilediği görülmüştür ve anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir. Örneğin katılımcıların evlilik süresi ile DAS düzeyleri incelendiğinde aşağıdaki tablo ortaya çıkmıştır.

Tablo 60: Katılımcıların Evlilik Süresine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Evlilik Süresi	N	X	SS	F	p	Fark
Depresyon	0 - 23 ay	15	9,87	5,44	0,465	.762	
	24 - 59 ay	12	8,75	3,82			
	60 - 119 ay	31	8,39	3,33			
	120 - 179 ay	32	8,91	3,78			
	180 ay ve üstü	28	9,50	4,43			
	Toplam	118	9,02	4,04			
Anksiyete	0 - 23 ay	15	9,40	4,12	0,687	.603	
	24 - 59 ay	12	7,50	3,85			
	60 - 119 ay	31	8,13	4,54			
	120 - 179 ay	32	7,97	4,18			
	180 ay ve üstü	28	7,32	3,46			
	Toplam	118	7,99	4,06			
Stres	0 - 23 ay	15	12,00	5,49	0,072	.991	
	24 - 59 ay	12	12,00	3,25			
	60 - 119 ay	31	11,87	3,83			
	120 - 179 ay	32	11,41	6,03			
	180 ay ve üstü	28	11,89	3,91			
	Toplam	118	11,78	4,64			

Tablo 60 katılımcıların evlilik süresine göre depresyon anksiyete ve stres düzeylerinin analizini göstermektedir. Buna göre katılımcılar evlilik süresi baz alındığında depresyon anksiyete ve stres bakımından anlamlı bir ilişkiye sahip değildir. Ancak ortalamalar dikkate alındığında katılımcıların depresyon anksiyete ve stres bakımından homojen bir görünüme sahip olduğu görülmüştür.

3.2.5.2. Öznel Dindarlık ve İbadet Seviyesine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Değişimi ve Analizi

Dini başa çıkma, dindarlık ve ruh sağlığı arasındaki ilişki çok boyutludur. Özellikle dindarlık tarzı dikkate alındığında Batson, Schoenrade ve Ventis'in de belirttiği gibi dindarlık tarzı kişinin ruh sağlığı üzerinde olumlu ve olumsuz etki edebilmektedir (Batson vd., 2017, ss. 310-312). Hatırlanacak olursa benzer bir ayırım dini başa çıkma davranışlarının ruh sağlığı üzerine etkisinde de ortaya çıkmaktaydı. DAS ve DBÇ davranışları arasındaki ilişki ele alınmadan önce aşağıda katılımcıların depresyon anksiyete ve stres (DAS) düzeylerinin öznel dindarlık ve ibadet seviyelerine göre değişimi incelenmiştir.

Tablo 61: Katılımcıların Öznel Dindarlık Seviyelerine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Öznel Dindarlık	N	X	SS	F	p	Fark
Depresyon	1) Çok az dindarım	2	14,00	5,66	1,485	.222	
	2) Orta düzeyde dindarım	72	9,26	3,73			
	3) Oldukça dindarım	30	8,33	4,57			
	4) Tamamen dindarım	14	8,50	4,01			
	Toplam	118	9,02	4,04			
Anksiyete	1) Çok az dindarım	2	11,00	5,66	0,636	.593	
	2) Orta düzeyde dindarım	72	8,15	4,17			
	3) Oldukça dindarım	30	7,37	3,89			
	4) Tamamen dindarım	14	8,07	3,83			
	Toplam	118	7,99	4,06			
Stres	1) Çok az dindarım	2	18,00	1,41	3,938	.010	
	2) Orta düzeyde dindarım	72	12,56	4,37			3
	3) Oldukça dindarım	30	9,90	5,11			2
	4) Tamamen dindarım	14	10,93	3,63			
	Toplam	118	11,78	4,64			

Tablo 61 katılımcıların öznel dindarlık algılarına göre DAS ölçümlerinin analizini göstermektedir. Buna göre katılımcıların öznel dindarlık seviyeleri dikkate alındığında “çok az dindarım” diyenlerin her üç boyutta da yüksek ortalamalara sahip olduğu gözlenmekle beraber istatistikî olarak anlamlı farklılık stres boyutunda “orta düzeyde dindarlar” ile “oldukça dindarlar” arasında ortaya çıkmıştır. Kendini oldukça dindar hissedenler dindarlık bakımından kendini daha az dindar hisseden orta düzeyde dindarlara göre daha az stres altındadırlar. Buradan yola çıkılarak dindarlık seviyesi azalınca stresin arttığı sonucuna ulaşılabilir. Depresyon boyutunda çok az dindarım diyenlerin ortalama puanları dindarlık bakımından daha ileri seviyedekilere göre çok yüksektir ancak burada anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır. Dindarlık göstergesi olarak belirlenen diğer bir değişken öznel ibadet düzeyine bakıldığında ise aşağıdaki tablo ortaya çıkmıştır.

Tablo 62: Katılımcıların Öznel İbadet Düzeylerine Göre Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeyleri

Ölçek/Boyut	Öznel İbadet	N	X	SS	F	p	Fark
Depresyon	1) Hiç	6	8,50	1,22	0,933	.448	
	2) Biraz	18	10,50	4,37			
	3) Orta	58	9,07	4,03			
	4) Çoğunlukla	27	8,26	4,13			
	5) Tamamıyla	9	8,33	4,30			
	Toplam	118	9,02	4,04			
Anksiyete	1) Hiç	6	15,17	1,47	6,323	.000	2, 3, 4 ve 5
	2) Biraz	18	8,00	4,20			1
	3) Orta	58	7,81	3,95			1
	4) Çoğunlukla	27	6,74	3,16			1
	5) Tamamıyla	9	8,11	3,86			1
	Toplam	118	7,99	4,06			
Stres	1) Hiç	6	13,67	1,63	1,325	.265	
	2) Biraz	18	13,22	4,60			
	3) Orta	58	11,83	4,89			
	4) Çoğunlukla	27	10,37	4,47			
	5) Tamamıyla	9	11,56	4,42			
	Toplam	118	11,78	4,64			

Tablo 62 katılımcıların öznel ibadet düzeylerine göre DAS analizini göstermektedir. Buna göre katılımcıların öznel ibadet seviyeleri dikkate alındığında hiç ibadet etmeyenler arasında anksiyete boyutundakiler hariç diğer tüm boyutlarda ve düzeylerde katılımcılar homojen bir görünüm arz etmektedir. Hiç ibadet etmeyenlerin anksiyete seviyesi diğer düzeylerle karşılaştırıldığında istatistikî olarak anlamlı derecede daha fazladır. Diğer taraftan anlamlı bir fark ortaya çıkmasa da stres boyutunda ilk üç seviyede ibadet düzeyinde olanlar çoğunlukla ve tamamıyla ibadetlerini yerine getirdiğini söyleyenlere göre daha düşük ortalama puanlarına sahiptir, yani ilk üç seviyedekilerin stres düzeyi diğerlerine göre ortalama olarak yüksektir.

Genel itibari ile söylenecek olursa öznel dindarlık stres ile; öznel ibadet anksiyete ile anlamlı düzeyde ilişkiye sahiptir. Yani kendini daha dindar hissedenenlerin stres puanı, ibadetlerini daha fazla yerine getirdiğini söyleyenlerin anksiyete puanı düşüktür.

3.2.5.3. Dini Başa Çıkma Davranışlarının Depresyon Anksiyete Stres ile İlişkisi ve Yorumlanması

Dini başa çıkma ile ruh sağlığına ilişkin yapılan araştırmalara göre genellikle olumlu dini başa çıkma ruh sağlığına pozitif yönde katkı sağlamaktadır, olumsuz dini başa çıkma ise negatif yönde etki göstermektedir. Boşanan bireylerde depresyon gibi ruhsal problemlerle dini başa çıkma arasındaki ilişki irdelendiğinde bu yönde bulgular mevcuttur (bakınız s.133-134).

Araştırmanın “boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarının onların depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ilişkisi nedir” temel problemi doğrultusunda ve elde edilen veriler ışığında yapılan analizlerde aşağıdaki tablolar ortaya çıkmıştır.

Tablo 63: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Genel, Olumlu ve Olumsuz Boyutlarda Dini Başa Çıkma Davranışları ile İlişkisi

Ölçek/Boyut	Dini Başa Çıkma (Genel)	Olumlu Dini Başa Çıkma	Olumsuz Dini Başa Çıkma
Depresyon	-,156	-,320*	,295**
Anksiyete	-,053	-,265**	,416**
Stres	-,213*	-,377**	,293**

*p<.05 **p<.01

Tablo 63 katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres ölçümlerinin genel düzeyde, olumlu ve olumsuz boyutlarda ortaya çıkan dini başa çıkma davranışlarının depresyon anksiyete ve stres ile korelasyonunu göstermektedir. Buna göre dini başa çıkmanın geneli için konuşulacak olursa dini başa çıkma ile depresyon ve anksiyete arasında negatif yönde bir korelasyon olmakla birlikte bunlar anlamlı düzeyde değildir fakat dini başa çıkma ile stres arasında anlamlı bir negatif ilişki vardır, stres ve dini başa çıkma r; -.213 düzeyinde ters orantılı, zayıf bir korelasyon bağımlı ifade etmektedir.

Olumlu dini başa çıkma ile depresyon anksiyete ve stres arasındaki ilişkiye bakıldığında ise her üç boyutta da anlamlı bir korelasyonun bulunduğu ve bunun yönünün negatif olduğu tespit edilmiştir. Yani olumlu dini başa çıkma ile depresyon, anksiyete ve stres anlamlı bir biçimde ters orantılıdır.

Olumsuz dini başa çıkma ile depresyon, anksiyete ve stres arasında ise anlamlı pozitif korelasyonlar ortaya çıkmıştır. Yani olumsuz dini başa çıkma ile depresyon, anksiyete

ve stres arasında doğru orantılı bir ilişki söz konusudur. Burada diğerlerinden farklı olarak dikkat çekici nokta, olumsuz dini başa çıkma ve anksiyete arasındaki korelasyondur. Bulgular olumsuz dini başa çıkma ile anksiyete arasında orta şiddette pozitif bir korelasyonun (r: .416) varlığına işaret etmektedir.

Aşağıda olumlu ve olumsuz dini başa çıkmanın alt boyutları ile DAS düzeyleri arasındaki ilişki gösterilmiştir.

Tablo 64: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Olumlu Dini Başa Çıkmanın Alt Boyutları ile İlişkisi

Ölçek/Boyut	Allah'a Yönelme	Hayra Yorma	Dini Yalvarma	Dini Yakınlaşma	Dini Dönüşüm	Dini İstikamet Arayışı
Depresyon	-0,281**	-0,195*	-0,075	-0,438**	-0,222*	-0,182*
Anksiyete	-0,231*	-0,207*	-0,107	-0,388**	-0,266**	-0,137
Stres	-0,303**	-0,314**	-0,120	-0,441**	-0,268**	-0,171

*p<.05 **p<.01

Tablo 64 katılımcıların olumlu dini başa çıkma davranışlarının alt boyutları ile depresyon anksiyete ve stres düzeylerinin korelasyonunu göstermektedir. Tüm boyutlarda ve tüm düzeylerde negatif ilişki gözükmeyle birlikte Dini Yalvarmada her üç düzey ve Dini İstikamet Arayışında da anksiyete ve stres düzeyleri için anlamlı sonuçlar ortaya çıkmamıştır. Anlamlı sonuçlar incelendiğinde Dini Yakınlaşma boyutu hariç ortaya çıkan ilişkiler, genellikle zayıf bir korelasyonu göstermektedir. Dini Yakınlaşma boyutu ile depresyon ve stres düzeyleri arasında ise orta derecede bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Anlamlı korelasyonlar kendi içerisinde karşılaştırıldığında ve azdan çoğa sıralandığında, depresyon için; dini istikamet arayışı < Hayra Yorma < Dini Dönüşüm < Allah'a Yönelme < Dini Yakınlaşma, anksiyete için; Hayra Yorma < Allah'a Yönelme < Dini Dönüşüm < Dini Yakınlaşma, stres için; Dini Dönüşüm < Allah'a Yönelme < Hayra Yorma < Dini Yakınlaşma şeklinde bir tablo oluşmuştur. Anlamlı sonuçlardan yola çıkıldığında boşanma sürecindeki katılımcıların Allah'a Yönelme, Hayra Yorma, Dini Yakınlaşma ve Dini Dönüşüm davranışları arttıkça depresyon anksiyete ve stres düzeyleri azalmaktadır. Dini İstikamet Arayışında ise bu davranışların sadece depresyon

ile anlamlı bir korelasyona sahip olduğu tespit edilmiştir. Yani Dini İstikamet Arayışı davranışları arttıkça depresyon düzeyinin de azalacağı söylenebilir.

Tablo 65: Katılımcıların Depresyon Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Alt Boyutları ile Korelasyonu

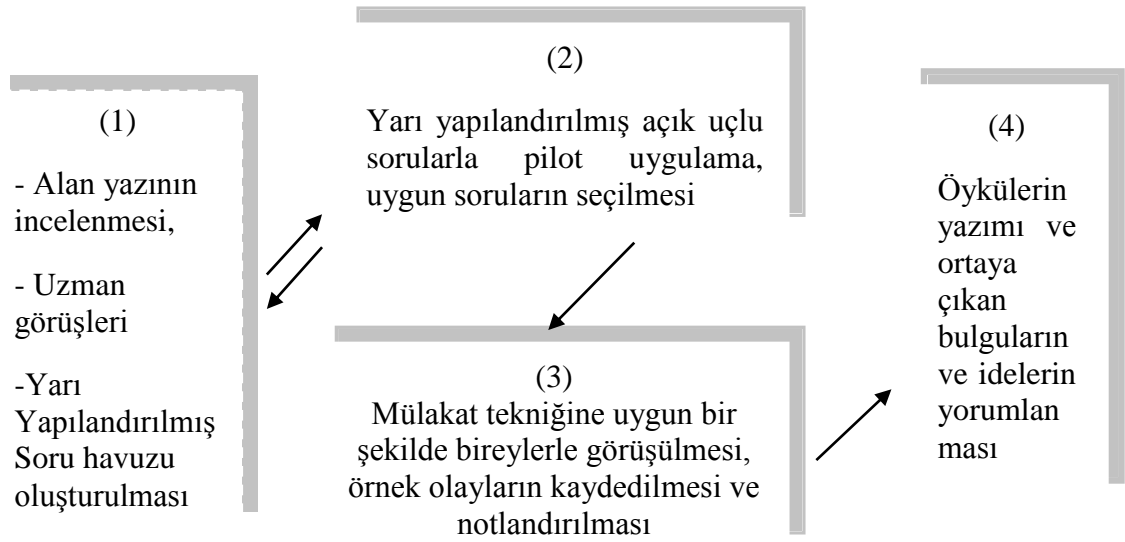
Ölçek/Boyut	Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk	Manevi Hoşnutsuzluk	Şerre Yorma
Depresyon	0,274**	0,160	0,125
Anksiyete	0,349**	0,323**	0,192*
Stres	0,336**	0,134	0,096

*p<.05 **p<.01

Tablo 65 katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin olumsuz dini başa çıkma davranışlarının alt boyutları ile korelasyonunu göstermektedir. Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk ile hem depresyon hem anksiyete hem de stres arasında zayıf derecede de olsa anlamlı ve pozitif bir korelasyon vardır. Yani kişilerarası dini hoşnutsuzluk davranışları ile depresyon anksiyete ve stres arasında doğru orantılı bir ilişki vardır; istatistikî olarak anlamlı bir biçimde bu davranışlar arttıkça depresyon, anksiyete ve stres de artmaktadır. Manevi Hoşnutsuzluk ve Şerre Yorma boyutundaki davranışlar ile depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkiye bakıldığında ise sadece anksiyete için benzer bir sonucun ortaya çıktığı yani Manevi Hoşnutsuzluk ve Şerre Yorma boyutundaki davranışlarına başvurma sıklığı arttıkça anksiyete düzeyinin de arttığı görülmüştür. Ancak korelasyon ölçümünün doğası gereği bütün bunların bir neden-sonuç ilişkisi taşımadığı, karşılıklı ilişkisellik gereği tabloların tersinden okunabileceği de unutulmamalıdır.

3.3. Nitel Araştırma Bulguları ve Analizi

Nitel araştırmada örnek olay yöntemi esas alınmış, verilerin elde edilmesinde mülakat; aktarılmasında ise öyküleme tekniği kullanılmıştır. Mülakatlar yapılmadan önce alan yazın ve uzman görüşleri doğrultusunda yarı yapılandırılmış soru havuzu oluşturulmuştur. Yarı yapılandırılmış açık uçlu sorularla pilot uygulama yapılmış ve uygun sorular seçilerek mülakatlarda kullanılmıştır. Mülakatlar araştırmacı tarafından not edilmiş ve vaka tarihçesi olarak öyküleştirilmiştir. Nitel araştırmaya ilişkin çalışma diyagramı aşağıda verilmiştir.



Nitel verilerin elde edilmesi için 10 katılımcı ile mülakat gerçekleştirilmiştir. Bu katılımcılardan 6'sı kadın, 4'ü erkektir. Katılımcılar K1, K2, ... K10 şeklinde kodlanmıştır. Mülakatlar 30dk-180dk. arasında sürmüş, görüşmeler kaydedilmiş daha sonra ise çözümlemesi yapılarak hikayeleştirilmiştir. Mülakatlar sonucunda aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır.

3.3.1. Boşanma Öyküleri ve Analizleri

Belirlenen yöntem ve tekniklere uygun bir şekilde, mülakatlar neticesinde elde edilen örnek olaylar, katılımcıların dilinden araştırmacı tarafından boşanma sürecinde etkili olan faktörler ve dini başa çıkma yaklaşımı dikkate alınarak aşağıda öyküleştirilmiş ve yorumlanmıştır. Her bir hikayede öne çıkan öğelerden esinlenerek başlıklar oluşturulmuştur. Örneğin aşağıda verilen ilk örnek olayda katılımcının hikayesinde, yaşanan karmaşık duygular ve dini başa çıkma ögesi olarak tevekkülün öne çıktığı düşünülmüş ve bu yönde bir başlık belirlenmiştir. Aksi takdirde başlıklar Örnek Olay 1, Örnek Olay 2 ... şeklinde de düşünülebilir. Bu kısımda on tane örnek olay öyküsü aktarılmış ve yorumlanmış, akabinde ise genel bir değerlendirme yapılmıştır.

3.3.1.1. Boşanmada Karmaşık Duygular ve Tevekkül

Katılımcı 1 (bundan sonra K1), erkek, 51 yaş, ilkokul mezunu ve 2500 TL ücretle fabrikada işçi olarak çalışmaktadır, boşanmak istediği eşiyle (42 yaş) arkadaşları vasıtasıyla 15 yıl önce tanışmış ve 3 ay içerisinde evlenmiştir. Bu evlilikten 14, 13 ve 6 yaşlarında 3 kız çocuğu vardır. Katılımcı, 3-4 ay önce eşinden ayrılmış ve boşanmak için mahkemeye müracaat etmiştir. Katılımcının olay öyküsü şöyledir;

Eşimle 15 yıllık evliyiz, evliliğin başlangıcından beri sorunlarımız vardı, eşim yemek yapmayı bilmez, evle pek ilgilenmezdi, zamanla bunları öğrenebileceğini düşündüm ve onu idare ettim. Eşimin bu pespayeliği yüzünden konu komşu evden elini eteğini çekti. Yıllarca konu komşu evimize gelmez oldu. Çocuk konusunda da anlaşmazlık yaşadık, ben fazla çocuk istemedim, ilk çocuğumuz olduktan sonra tek çocukta kalalım dedim ama o bunu kabul etmedi. Evliliğimiz çoğu zaman maddi sıkıntılarla geçti, ayrılmadan 1,5 yıl önce eşim çalışmaya başladı, bundan önce evliliğimizdeki sorunları idare edebiliyorduk. Çocuklarımızın hatırına bunlara katlandım. Eşim çalışmaya başladıktan sonra iyice evle ilgilenmemeye, daha çok vaktini telefonda ve bilgisayarda geçirmeye başladı. Bu konuda onunla tartışmaya başladım çünkü alakasız *WhatsApp* gruplarına giriyor, yabancı kişilere yorum yapıyordu. Onu bu konuda uyardım ama beni dinlemedi. Yine de onu idare ettim. Ancak son zamanlarda ondan şüphelenmeye başladım ve onun başka bir erkekle mesajlaştığını fark ettim. Bu mesajlar duygusal içerikli idi. Onunla bu konuyu konuştum. Bu mesajların çalıştığı yerdeki bir kişi tarafından yazıldığını, bu kişinin kendisine yakınlık gösterdiğini söyledi. Ancak aralarında yüzlerce mesajlaşma, saatlerce yakın konuşma ortaya çıktı. Yakaladığım mesajlarda “tamam canım, geliyorum aşkım, olur hayatım gibi” karşılıklı ifadeler vardı. Ben direk ayrılmaya karar verdim. İlk önce anlaşmalı boşanmaya karar verdik ancak sonradan o bundan vazgeçti ve iki küçük çocuğumu da alıp 4 ay önce annesinin evine gitti. Şimdi beni ona şiddet uygulamakla, çocuklarla ilgilenmemekle, evden kovmakla suçluyor ve çocukların velayetini istiyor. Büyük kızım benim yanımda kalıyor ve bütün olup bitenin farkında, annesinin yanına gitmiyor, çünkü annesinin işlemiş olduğu suçu biliyor, benden daha iyi biliyor, annesine karşı tepkili, küçük kızlarım ise henüz olan bitenin farkında değil. Küçük ve ortanca kızım onunla birlikte kalıyor, onda kalmalarını istemiyorum, çocuklarımın velayetini istiyorum. Çocuklarımın böyle bir kadının yanında yetişmesini doğru bulmuyorum. Şimdi onunla çocuklar için mecburen görüşmek zorunda kalıyorum. Çocuklarımı bana karşı dolduruyor.

Bu olaylar beni dini açıdan etkiledi, bazen namazlarda isteksizlik oldu bazen de tersi. Allah’a beni ondan kurtarması için yani bir an önce boşanmak için yalvardım, dua ettim, onu Allah’a havale ettim. Dualarımda birkaç kez ağladım. Allah’a kendimi yakın hissettim. Ondaki ilk şüphelendiğimde Allah’a şöyle dua ettim; “Allah’ım varsa böyle bir şey bana açıkça bunu göster.” Aslında eşim, dini alt yapısı olan bir kişi yani Kur’an kursuna gitmiş, dini bilgisi olan bir insan. Bu olaylar olduktan sonra onun “iman nuru alınmış mı” diye düşündüm. Çocuklarımı ayıracağı için ona beddua ettim. Bazen de niye bu benim başıma geliyor, ne tür bir hata yaptım, sınavda mıyım acaba diye düşündüm Allah’ın beni sınadığını hissettim. Hani “iyi eş ikramdır, kötü eş imtihandır” diye bir söz var ya, bunu hissettim. Ben buna sabır gösterdim, ileride bunun mükâfatını alıp almayacağım ortaya çıkacak.

Tüm bu olaylardan psikolojik olarak son derece olumsuz etkilendim, kendimi çok fazla stres altında hissettim, üzüntü ve kaygı duydum, ancak bu konularda profesyonel destek almadım. Dindar bir çevrede yetişmedim, özel bir dini eğitim de almadım ama dindar biriyimdir. Kendi çabamla sureleri ve duaları öğrendim. Beş vakit namazımı kılarım, kaçırırsam da kaza yaparım, cumaları ise asla kaçırmam. Söylemem gerekirse eşimin beni aldatması özellikle dini açıdan ruh dünyamı sarstı. Zaten olayın beni bu kadar etkilemesinin sebebi belki de bu. Yani eşimin yemek yapmaması, evle ilgilenmemesi filan beni etkilemedi ama bu son olay yani aldatılma beni çok üzdü. Ama ilk zamanlar daha çok üzülüyordum şimdi bu biraz azaldı. Daha çok beni strese soktu hemen ondan kurtulmak istedim. Dini ve vicdani olarak onu Allah huzurunda boşadım ama kaygım devam etti çünkü ondan dinen kurtulsam da resmi olarak kurtulamadım.

K1'in durumu genel anlamda boşanma sürecine ilişkin çoğu öğeyi barındırmakta ve boşanmanın pek çok özelliğini yansıtmaktadır. Uzun süren bir evliliğin aldatma ile sonlanması, 3 çocuğun bakımı ve velayeti, şahsi ilişki problemleri bunlardan bazılarıdır. K1'in yaşadığı stres, aldatmanın ruh dünyasındaki sarsıntısı ve bir an önce eşinden kurtulmak istemesi, kaygı ve üzüntü duyması ise onun psikolojik etkilenimlerini yansıtmaktadır. Kendisini dindar ve inançlı bir kişi olarak tanımlayan K1, dini anlamda bir takım endişeler hissettiğini, aldatmanın dini açıdan kendisini sarstığını söylemektedir. Eşini dini olarak boşadığını ve bunun kendisini rahatlatmış olduğunu söylese de resmi olarak ayrılamamanın kendisini bunalttığını ifade etmiştir. Bu süreçte ibadet konusunda bazen isteksizlik duysa da bazen tam aksine daha çok ibadete yöneldiğini, Allah'a yakın hissettiğini söylemektedir.

Dini başa çıkma açısından düşünüldüğünde K1'in Allah'a yönelme davranışlarına başvurarak rahatlamaya çalıştığı söylenebilir. Bu açıkça onun olumlu dini başa çıkma stratejisidir. Kaldı ki boşanma sürecinde duygusal bir şekilde Allah'a yakarması ve kurtulmak için dua etmesi de diğer bir olumlu dini başa çıkma stratejisidir. Bütün bu olaylar başlamadan önce, yani eşinden ilk şüphelendiğinde açık bir delil göstermesi için Allah'a dua etmiştir. Bu açıkça onun Allah'a yöneldiğini, içerisinde bulunduğu sorunun çözümünde Allah'ın yardımına başvurduğunu, onu vekil kılarak pasif de olsa bir çıkış yolu, bir delil aradığını göstermektedir. Ancak bütün bu çabalar, onun karmaşık duygular içerisinde olduğunun, hissettiği şüphenin onu bunalttığının göstergesi sayılabilir. Nihayetinde K1'in duası kabul olmuş ve istediği delillere ulaşmıştır. Bu da içerisinde hissettiği, onu bunaltan, vicdanını yaralayan şüphenin giderilmesi anlamına

gelmektedir. K1, dini literatürle söylenecek olursa nefsindeki acıyı Tanrı'ya yakarıyla dindirmiş ve kendini mutmain hissetmiş olabilir. Bu da onun için ruhsal anlamda bir çeşit teselli kaynağı anlamına gelmektedir. Nitekim akabinde K1 eşini dinen boşamıştır. Bu rahatlama ve güçle birlikte ve aynı zamanda boşanma sürecinin başlamasıyla da yaşanan ruhsal gerilim, seküler düzeye evrilmiş kurtulma ve mücadele psikolojisine dönüşmüştür. Burada bahsedilmesi gereken bir diğer nokta katılımcının yaşadığı olumsuz dini başa çıkma süreçleridir. Katılımcının eşini Allah'a havale etmesi, ona beddua etmesi, onun hakkında "iman nuru alınmış bir kişi" olarak yorum yapması ve açıkça bunu ona söylemesi, içerisinde eşine karşı hissettiği öfkeye delalet etmekle birlikte, üzüntüyü yaşayamamanın bir göstergesi ya da üzüntüyü yaşamamanın olumsuz bir yorumu olarak değerlendirilebilir. Katılımcının olumsuz görünümle ortaya çıkan bu tür kendini rahatlatma çabaları olumsuz dini başa çıkmaya örnek teşkil etmektedir ancak katılımcı bunları şerre yormaktansa imtihan bilinci ile hareket etmektedir. Her ne kadar imtihan fikri başlı başına bir stresör olsa da şerre yormaktan daha iyi ve daha rasyonel bir stratejiyi ifade ettiği açıktır. Katılımcı kendi dini ve vicdani bağlılığı içerisinde her zaman bu tür bir rasyonel şüphecilik ile hareket etmektedir. Tanrı'dan delil istemiş, imtihan vesilesi olarak kendisinin kötü bir eş ile sınındığını düşünmüş, sabretmiş ve ileride bunun mükâfatını alacağını ummuştur. K1'in böyle bir rasyonelite ile hareket etmesi onun direk inancı ve kişisel özellikleri ile ilişkilendirilebilir. Belki de bu, onun yaşı ve hayat tecrübesi ile ilgili bir durumdur. Belki de yaşadığı coğrafi bölge, iklim ve kültürel çevre onun böyle düşünmesine ya da bağlılık (inanç) geliştirmesine neden olmuş olabilir. Katılımcı farklı bir coğrafyada farklı bir mizaç ile yetişseydi belki de bu kadar rasyonel yorumlar yapamayacak ve aldatılma karşısında daha olumsuz dini duygulara ve başa çıkma girişimlerine, daha farklı dinsel referanslara ve reaksiyonlara başvuracaktı. Ancak o, yaşadığı sorunu dini anlam dünyasında çözümlenmiş tabir yerindeyse sabır ve tevekkül ile hareket etmiştir.

Sonuçta K1'in mutlak bir şekilde olumlu ve olumsuz dini başa çıkma stratejilerini kullanarak yaşadığı sorunlardan, üzüntüden, kaygı ve stresten kurtulmaya çalıştığı söylenebilir. Bazen aktif bazen de pasif bir şekilde bunu yapmıştır. Yani K1, karışık bir duygu haliyle dini başa çıkma stratejilerini kullanmaktadır. Zira Allah'a yönelerek ona yakarması aktif bir çabayı göstermektedir. Olayları Allah'a havale etmesi ve ondan delilleri ortaya çıkarmasını istemesi ise dini başa çıkma açısından ertelemeci bir tutumu

ifade etmektedir. K1'in eşinin yapmış olduğu günahlardan dolayı cezalandırılacağını düşünmesi ise onun cezalandırıcı bir Tanrı tasavvuru ile hareket ettiğini göstermektedir. Bununla birlikte sabrediyorum bakalım sonumuz nasıl olacak demesi ise pozitif bir dini başa çıkma stratejisi olarak ele alınabilir ve bu, tevekkül ederek Allah'a teslimiyetçi bir bağlılığın ifadesi olarak düşünülebilir.

3.3.1.2. Boşanma Sürecinde Mücadele, Dua ve Sabır

Katılımcı 2 (bundan sonra K2), kadın, 25 yaş, ilkokul mezunu ve 2000 TL ücretle markette kasiyer olarak çalışmaktadır. K2'nin evlilik hikâyesi karmaşık, travmatik ve çetrefillidir. K2'nin anlatımına göre 15 yaşında iken eşi (36 yaş) tarafından kaçırılmış ve onun tecavüzüne uğramıştır. Bu olay sonucunda hamile kaldığını ve ailelerin de araya girmesi ile bu kişiyle evlenmek zorunda bırakıldığını anlatmıştır (bu konu ile ilgili eşinin yargılandığını ve cezaevinde tutuklu kaldığını söylemiştir). Evliliği boyunca eşinin kötü muamelesine maruz kaldığını aktaran K2, bu evlilikten 10, 8 ve 5 yaşlarında üç çocuğa sahiptir. Katılımcı, 1,5 yıl önce eşinden ayrılmış ve boşanmak için mahkemeye müracaat etmiştir. Katılımcının olay öyküsü şöyledir;

Şu anda boşanmak istediğim eşim tarafından 15 yaşında iken kaçırıldım, tecavüze uğradım ve hamile kaldım. Aileler araya girdi ve hamile olduğum için evlenmek zorunda kaldım. Evliliğim boyunca eşim bana kötü davrandı. Beni darp etti, burnumu ve dişimi kırdı. Zaten uyuşturucu sorunu olan biriydi. Her türlü sebepten aramızda tartışma ve kavga çıkıyordu. Çocuklarla ilgilenmiyordu ve en sonunda eve gelmemeye başladı. Başka bir kadınla yaşamaya başladı ve o kadının hamile olduğunu öğrenince ayrılmaya karar verdim. Çocuklarımı da alıp ailemin yanına yerleştim. Ama çocuklarımı kaçırdı ve 1 sene boyunca alıkoydu. Çocuklarımı bana göstermedi. En sonunda mahkeme çocuklarımın velayetini bana verdi, polislerle gidip onları aldım. Adresimi gizli tutuyorum çünkü beni ölümle ve evimi yakmakla tehdit ediyor, mafya ile korkutmaya çalışıyor.

Elbette bütün bunlar karşısında kaygı duyuyorum. Mahkeme hala devam ediyor, ondan biran önce boşanmak istiyorum, onun bana yaptığını ona yapmayacağım yani çocukları görmesine engel olmayacağım. Yaşadığım olaylar beni çok yıprattı. Bu süreçte profesyonel yardım almadım. Ailem ve akrabalarım bana destek oldu. Yaşadığım bütün sorunlara çocuklarım için katlandım ama bu da bir yere kadar. Evliliğim başlangıcından sonuna çok stresli idi, kavgalar gürültüler vs. Şu anda kendimi çok stresli hissetmiyorum aksine biraz rahatlamış gibiyim ama üzgünüm, çocuklarım için üzgünüm, böyle bir kaderim olduğu için üzgünüm. Allah'a "kime ne ettim de böyle oldu" diye sormaktan kendimi alamıyorum. Bu süreç boyunca, hem evlilikte hem de ayrıldıktan sonra yaşadığım sorunlar karşısında

Allah'a çok dua ettim, çok namaz kıldım, içimi ona açtım ve ağladım, ondan yardım istedim. Dualarımda bazen eşimin ıslah olmasını istedim bazen de ondan kurtulmak istedim. Allah'ın benim yanımda ve bana destek olduğunu hissettim. Aslında çok dindar biri değilimdir, Cuma geceleri namaz kılmaya özen gösteririm, Ramazan ayında orucumu tutarım. Bütün yaşadıklarım rağmen eşime beddua etmedim, olan biteni kötüye yormadım, sabrettim ama olmadı.

K2'nin evliliği cinsel istismar ile başlamıştır. Cinsel istismar ağır bir suçtur. Bu suç, mağdurun ruhunu sarsan ciddi ve travmatik bir etkiye sahiptir. K2, bu travmatik olayın psikolojisinden çok az bahsetmiştir. Belki de bu olayı bilinçdışının derinliklerine itmiş, onunla yaşamayı öğrenmiştir. Nitekim onu kaçırıp tecavüz eden kişiyle 10 yıl boyunca evli kalmış, 3 çocuk dünyaya getirmiştir. Evliliği boyunca eşinin zulmüne uğradığını anlatan K2, en sonunda aldatıldığını ve dolaylı olarak terk edildiğini dile getirmiştir. Fiili ayrılıktan sonra da zulmün tehditlerle devam ettiğini söyleyen K2, bütün bunlar onun için üzüntü ve kaygı verici olsa da ayrı yaşamaya başladıktan sonra kısmen rahatladığını, resmi boşanma gerçekleştiğinde ise daha da rahatlayacağını aktarmıştır. K2, bu süreçte profesyonel bir destek almadığını, ailesinden ve akrabalarından destek gördüğünü ayrıca çalışarak hayata tutunmaya çalıştığını belirtmektedir. Anlaşılacağı üzere K2, gerek evliliği devam ederken gerekse fiili ayrılıktan sonra yani boşanma sürecinde yaşadığı sorunlar karşısında dini mekanizmalara başvurarak kendisini rahatlatmaya, yaşadığı sorunların üstesinden gelmeye çalışmıştır. Bu davranışları K2'nin dini başa çıkma mekanizmaları olarak yorumlayabiliriz. Öncelikle söylemek gerekirse K2, kendini dindar hissetmese de inançlı bir insandır. O, Allah'a gönülden inanmaktadır. Yaşadıkları karşısında ona içini açıp yalvarmış ve ağlayıp niyazda bulunmuş ve kendisini teselli etmiştir. Dua, çaresiz kaldığımızda, yaşadığımız sorunların üstesinden gelemediğimizde, bizi aşan bir problem karşısında insanoğlunun yaptığı en doğal davranışlardan birisidir. Bir teselli, bir rahatlama aracıdır. Dolayısıyla K2'nin dua etmesi, Allah'a yalvarması ve ona içini açması doğal ve en sık kullanılan dini başa çıkma davranışlarından birisidir. Dolayısıyla duanın K2 tarafından üzüntüyü gidermek için kullanıldığını, bu şekilde psikolojik olarak onu rahatlattığını söyleyebiliriz.

Bir taraftan boşanmayla ve diğer taraftan ayrılmak istediği eşiyile uğraşan K2, hayatını idame ettirmek için çalışmaya devam etmiştir. Aslında K2'nin hayat mücadelesi çok

boyutlu olarak devam etmektedir. Bu süreçte çocukları ondan koparılmış ve kaçırılmış olsa da yılmadan mücadelesine devam edip onları geri almayı başarmıştır. Bütün bunlar K2'nin dünyevi mücadelesi olarak adlandırılacak olursa dini başa çıkma davranışları yani sabretmesi, dua etmesi, Allah'tan yardım dileyip onu yanında hissetmesi onun manevi mücadelesi olarak isimlendirilebilir. K2 yaşadığı sorunla hem dünyevi hem de dini bir mücadele girişmiştir. Dini başa çıkma literatürü ile söyleyecek olursak aktif, olumlu ve işbirlikçi bir dini başa çıkma yöntemi sergilemektedir. Yani K2, hem Allah'ın hem de kendisinin aktif olduğu bir mücadele süreci tasarlamış gözükmektedir. Bu, kişiyi güçlü kılan ve doğrudan onun inancı ve kişiliği ile ilgili bir çabadır. Zira böyle olmasaydı, evliliğin başından beri K2'nin yaşadığı zulme ruhsal olarak katlanması çok mümkün olmayacaktı. Şu da unutulmamalıdır ki K2 diğer taraftan sürekli toplumsal baskıya ve zorlamaya maruz kalmıştır. Bunun başlıca aktörleri ise yakınlarıdır. Tecavüzcüsü ile evlendirilmek çok sorunlu ve tartışmalı bir konudur. Öyle ya da böyle halk arasında bu yanlış yöntem doğal bir çözümmüş gibi uygulanmaktadır. K2, çocuk yaşta, ailesinden başka tutunacak bir dalı olmadığı dönemde bu felaketi yaşamıştır. Onun güçsüz olduğu bir çağda ve onu aşan bu durum karşısında ailesinin bulunduğu çözüm evlilik ve K2, buna razı gelmek durumunda kalmıştır. Sabretmiştir. Belki de ailesine içten içe öfke duymaktadır. Ne var ki K2, şu anda çocuklarıyla beraber ailesinin yanında yaşamaktadır. Şunu söylemekte bir beis yoktur; K2'nin ruh dünyasında aile kutsal bir yere sahiptir ve onun için bir sığınaktır. Bu nedenle evliliğin sonlanması -tüm yaşadığı olumsuzluklara rağmen- onu üzmemektedir, belki de bu yüzden eşinin düzelmesi ve yuvasının dağılması için sonuna kadar sabretmiş ve dua edip Allah'a yalvarmıştır. Her ne kadar tecavüzcüsü ile evlendirilmiş olsa da yuvasının dağılması onun için büyük bir hayal kırıklığı olmuştur. Bu noktada, K2'nin temel ruhsal çatışmasının başından beri aileye ilişkin ortaya çıktığı söylenebilir. Zulüm gördüğü bir sığınak! Bunun tesellisi için K2, hem dini hem de dünyevi anlamda mücadele etmiştir ve etmektedir. Dünyevi mücadelesi ile birlikte ele alındığında K2'nin dini başa çıkma davranışları asla ikinci planda düşünülmemelidir. Aksine dini başa çıkma davranışlarının onun motivasyonunu oluşturduğu ve ona yön verdiği söylenebilir. Dini başa çıkma davranışları bir anlamda onun var kalma mücadelesinin temel dinamiklerinden birisidir ve bu çabalar aktif ve pozitif bir etkiye sahiptir. Çünkü O, her şeye rağmen sabretmekten bahsetmektedir. Dini başa çıkmanın önemli bir parçası olan sabır, zorlu yaşam olayları karşısında pozitif bir

gösterge dir. Bu, güçlü duruşun bir temsilidir. Olan bitenin farkındayım ve buna dayanma gücüm var anlamına gelmektedir (Zaumseil vd., 2014, ss. 111-237). K2, olan biteni hayra yormaktadır. Bütün bunlar K2'nin ruhsal ve manevi motivasyonunun göstergeleri olarak kabul edilebilir. Onun ruhundaki pozitif bir gösterge.

3.3.1.3. Boşanma Sürecinde Bilinçdışı Süreçler, Öfke ve Olumsuz Dini Başa Çıkma

Katılımcı 3 (bundan sonra K3), kadın, 32 yaş, lise mezunu, asgari ücretle tekstil fabrikasında işçi olarak çalışmaktadır. Boşanmak istediği eşiyle (38 yaş) internetten tanışmış ve 1,5 yıl sonra evlenmişlerdir. Çocukları yoktur. Katılımcı, eşiyle 6 yıl evli kaldıktan sonra, 2 yıl önce eşinden ayrılmış ve boşanmak için mahkemeye müracaat etmiştir. Katılımcının olay öyküsü şöyledir;

Eşimle internet üzerinde tanıştık ve 1,5 yıl görüştüğümüzden sonra evlenmeye karar verdik. Evliliğin daha başlangıcında sorunlar başladı. Sorunlarımız daha çok ekonomikti ve buna bağlı olarak aramızda geçimsizlik ortaya çıktı. Hemen düğünümüzün ardından ekonomik olarak beni sömürmeye ve bana yalan söylemeye başladı. Düğün takılarını aldı ve ailesine verdiğini söyledi. Zamanla aşağılamalar ve küfürler başladı. Bir süre sonra onun kumar oynadığını ve bana yalan söylediğini öğrendim. Parasını bahis sitelerine ve iddia oyununa yatırıyormuş. Binlerce liralık kuponlar yapıyormuş. Zaten sürekli borçlandığını söylüyordu ve benden para istiyordu. Evin elektriğini, suyunu ve kirasını hep ben ödemek zorunda kalıyordum. Birkaç sefer kredi borçlarını da ben ödedim. Son aşamaya kadar ekonomik olarak beni kullanmaya ve borçlanmaya devam etti. Bana kredi çektiğini istedi. Bu yüzden aramızda kavga çıktı ve bana şiddet uyguladı. Güya tefeciye borçlanmış ve mafya tarafından takip ediliyormuş. En sonunda bana kredi çektiğini için bankaya götürdü. Asıl kırılmanın yaşandığı nokta da burası oldu. Ben bankadan kaçtım ve ailemin yanına sığındım. Sonra ailesi geldi ve beni yatıştırdılar. Böylelikle ben eve dönmüş oldum. Öğrendiğime göre babasını ikna etmiş ve ona kredi çektiğini. Evliliğimde buna benzer birkaç kırılma yaşadım, her seferinde ailesi araya giriyordu ve beni bir şekilde ikna ediyorlardı. Evliliğin 4. yılında 4 ay ayrı kaldık mesela. Bu sorunlardan sonra eşim sanki hiçbir şey olmamış gibi davranıyordu ve benden de böyle davranmamı bekliyordu. Ben ise kendimi güvencesiz ve yalnız hissediyordum. Evliliğe önem verdiğim için devam etmeye çalıştım ama olmadı. Dinen de bunun önemini biliyorum. Zaten bu zamana kadar sabretmemim sebebi bu. Aslında 4. yılda ayrılmaya karar vermiştim. Aramızda cinsel bir problem olmasa da ilk iki yıl çocuk sahibi olmadık, sonrasında ise aramızdaki sorunlar nedeniyle ben çocuk sahibi olmak istemedim. Bu isteksizlik kocamda öfkeye neden oluyordu ve aramızda kavga çıkıyordu. İyi ki çocuğumuz olmamış, kesinlikle ondan boşanmak istiyorum. Ben elimden geleni yaptım, onun kumar ve yalancılık konusunda

tedavi olması için doktora gitmesini sağladım ama düzelmedi. Evlilik sorunlarımız için Diyanete de danıştık ama yine olmadı. Birkaç sefer dinen beni boşamıştı. Diyanete bunu da sorduk. Tüm çabalarımıza rağmen her şey daha da kötüye gitti. En sonunda yapacağını yaptı ve beni aldattı. Bir kadınla üç ay birlikte yaşamış. Şu an evliliğimin bitmesinden dolayı üzüntü duymuyorum ama ne olacak diye endişeliyim ve stresliyim. Mahkeme uzarsa stresim katbekat artacak. İlk başlarda üzülüyordum, çevrem de beni üzmesinden endişeleniyordum ama zamanla alıştım. Bir keresinde öyle bir noktaya geldim ki ona şöyle dedim; “sana karşı sevgi ve merhametim kalmadı.” Ben son derece dinini önemseyen biriyim ve dindarım. Beş vakit namazımı kılarım, dini vecibelerimi yerine getiririm. Bu süreçte dualarımda hayırlısı ile ondan kurtulmak için Allah’a yalvardım. Kurtulup özgürlüğüme kavuşmak istiyorum. Allah benim yaşadıklarımı benden daha iyi bildiği için eşim olacak kişiden hakkımı alarak ayrılmayı diliyorum. Bazen ağladım bazen bunaldım ama artık evliliğim düzelsin diye dua etmiyorum. ‘Allah’ım! Bana zarar vermesin kendi başını yesin’ diyorum. Bu süreçte ondan kurtulmak için sadaka bile dağıttım.

K3’ün evlilik sorunları kompleks bir görünüm arz etmektedir. Basitçe söylenecek olursa ekonomik temelli başlayan sorunlar zamanla bir buhrana dönüşmüş ve evliliği kasıp kavurmuştur. Evliliği boyunca K3, ekonomik olarak sömürülmüştür. Bu sömürü kavga ve tartışmaların temel sebebidir. Bunlar, evliliğin bozulmasında somut göstergeler olarak kabul edilebilir. Dokur ve Profeta’nın diliyle söyleyecek olursak bunlar, kontratı bozan açık göstergelerdir. Daha derinlerde ise bilinçdışı, gizli ve stratejik göstergeler, diyaloglar vardır. Bu gösterge ve diyaloglar evliliğin bozulmasındaki süreci yansıtmaktadır. Örneğin ilk başta bilinçli olarak tercih edilen doğum kontrolü sonraları yerini daha bilinçli bir tercihe bırakmıştır. Bu, K3’ün tek taraflı doğum kontrol tercihidir. Oysa eşi artık şiddetle çocuk istemektedir. Neden böyle olmuştur? Aslında burada gizli bir bilinçdışı diyalog olduğunu iddia etmekte bir beis yoktur. K3, evliliğe olan inancı sarsıldığı için ve evliliği bitirmek için derinlerde bir his oluşturmuş ve açığa böyle bir strateji çıkarmıştır. Çocuk sahibi olmama şeklindeki tek taraflı karar onun ruhsal konumlanışının bir yansımasını göstermektedir. Bu konumlanma ise onu sömüren kişi tarafından yani eşi tarafından hissedilmiş ve bilinçdışı tepkiyle ve öfkeyle karşılanmıştır. K3’ün anlatımına göre ilk iki yıldan sonra böyle bir sorun gelişmiştir. Yani bilinçdışı gelişen bu derin yarılma evliliğin ikinci yılında boy göstermiştir. Evlilik boyunca ise bu ayrılma; sömürü, kavga ve tartışmalar ile derinleşmiştir. Aldatma ise son noktayı koymuştur. Nihayetinde K3’ün eşine karşı lütfettiği sevgi ve merhamet bitmiştir. K3, bunu açıkça eşinin yüzüne söylemiştir. Bu, öfkeyi ve isyanı temsil

etmektedir. Diğer taraftan evliliğin bitmemesi için K3 elinden geleni yapmıştır. Eşinin kusurlu davranışlarının düzelmesi için onu doktora götürmüştür. Bir öfke anında ortaya çıktığı tahmin edilen dini boşamalar ve aralarındaki sorunlar için Diyanete de danışılmıştır. Ama bunların hiçbirisi fayda etmemiştir. En sonunda ayrılık gerçekleşmiştir. K3, neden bu kadar sabretmiştir. K3'ün aktarımına göre bu noktada dini ve toplumsal referanslar devreye girmiştir ve onu engellemiştir. Aslında o isyanını ötelemiştir. Yansıttığı kadarıyla en sonunda O, prangalarını kırıp içinde yıllarca yaşamak zorunda kaldığı hapisshaneden kaçmıştır. İki yıl önce gerçekleşen ayrılık ile beraber halen devam eden mahkeme süreci ise K3 için ayrı bir pranga haline gelmiştir. Artık K3, iki yıldır ayrı yaşadığı eşinden sadece kurtulma ve özgür kalma arzusu gütmektedir. Evlilik artık sadece kâğıt üstündedir ve altında ise ölü bir ilişki kalmıştır. Bu durum K3'te "haklı" bir stresi ve öfkeyi doğurmaktadır. Öfke, onun dini başa çıkma davranışlarında açıkça kendini göstermektedir. K3 kendisini dindar bir kişi olarak tanıtmıştır. Buna karşın öfke, isyan ve uzayan mahkeme süreci ile birlikte yaşanan stresin onu bir takım olumsuz dini başa çıkma davranışlarına sevk ettiği anlaşılmaktadır. Evlilik içerisinde gösterdiği olumlu dini davranışlarının aksine K3, ayrılma sürecinde beddua gibi olumsuz dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmekten kendini alamamıştır. "Kendi başını yesin" ifadesi hem öfkeyi hem de dini anlamda olumsuz bir başa çıkmayı göstermektedir. K3'ün sadaka dağıtması ise onun kurtulma psikolojisinin bir yansıması olarak değerlendirilebilir. Bu davranış, altında olumsuz duygular yatsa da dini açıdan olumlu bir mücadelenin göstergesi olabilir. "Allah benim yaşadıklarımı benden daha iyi bildiği için eşim olacak kişiden hakkımı alarak ayrılmayı diliyorum" ifadesi ise gerçekçi bir mücadeleyi ifade etmektedir. K3, olayları hem dinsel hem de dünyevi anlamda hak ve hukuk çerçevesinde düşünmektedir. Ancak bu "gerçekçi mücadele" ruhsal olarak hem olumlu ve hem de olumsuz bir gönderme olarak yorumlanabilir. Olumlu; çünkü ayakları yere basan aktif ve somut bir çabayı, net bir görüşü yansıtmaktadır. Olumsuz; çünkü affetme, esenlikle salıverme yoktur. Aksine alacak verecek mantığı, manipüle edilmişlik, kızgınlık ve öfke vardır.

Sonuçta K3, boşanma sürecinde hem olumlu hem de olumsuz dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmiştir. Burada dikkat çeken nokta onun dini başa çıkma davranışlarının görünüşte geçirdiği evrimdir. Evliliği boyunca eşi tarafından sömürülmüş ve kötü muameleye maruz bırakılmış olsa da sabırla duruma yaklaşmayı

bilmiş, evliliğin düzelmesi için çaba göstermiştir. Fiili ayrılıktan sonra ise uzayan mahkeme süreciyle beraber başından beri var olan örtük öfke belirginleşmiş, olaya uzaklık ve kişisel mesafenin de artması ve uzaması ile birlikte olumsuz dini başa çıkma davranışları açığa çıkmıştır. Hatırlanacağı üzere olumsuz dini başa çıkma davranışları, yaşanan ruhsal problemin etkisini artırıcı yönde etki ediyordu (Yapıcı, 2007, s. 51). Burada K3 özelinde söylenecek olursa uzayan ayrılık süresi dini başa çıkma davranışlarını olumsuz bir boyuta taşımış ve ruhsal gerilimini daha da arttırmıştır. Bunun altında yatan temel dinamik ise öfke ve tahammülsüzlük olmuştur. Belki de yaşadığı ağır şeyler onun dini kaynaklarını zayıflatmış, sabrını tüketmiştir.

3.3.1.4. Boşanmada Sorgulayıcı Dini Başa Çıkma ve Allah'a Yönelme

Katılımcı 4 (bundan sonra K4), kadın, 30 yaş, lise mezunu, asgari ücretle kafede çalışmaktadır. K4, boşanmak istediği eşiyile beş yıl önce tanışarak evlenmiştir. Bu evlilik katılımcının ikinci, eşinin ise ilk evliliğidir. K4'ün ilk evliliğinden bir çocuğu vardır. Bu evlilikten ise 5 yaşında bir çocuğu vardır. Katılımcı, 3 ay önce eşinden ayrılmış, boşanmak ve müşterek çocuğunun velayetini almak için mahkemeye müracaat etmiştir. Katılımcının olay öyküsü şöyledir;

Eşimle 5 yıl önce tanışarak evlendik, benim ikinci onun ise ilk evliliği idi. Benim ilk evliliğimden bir çocuğum var. O şimdi babaannesi ile birlikte kalıyor. Benim bir evlilik hayatı yaşamış olmam eşimin ailesi tarafından hep sorun haline getirildi. Oysa ilk başta bunu kabullenmiş gibi davrandılar. Evlendikten sonra ikamet ettiğimiz bina aile apartmanı idi. Ayrı dairelerde olsak da eşimin ailesi ile aynı binada oturuyorduk. Onların baskısını her zaman hissettim, bana kötü davrandılar çünkü beni istemiyorlardı. Eşimin ailesi ile olan bu problemler evliliğime direkt olarak yansıyor. Eşimle aramızda kavga gürültü eksik olmuyordu. Bu tartışmalar sırasında beni darp etmeye ve zamanla beni eve kilitlemeye başladı. Kaçmamdan korkuyordu. Beni kilitlediğinde telefonumu da alıyordu. Aramızdaki son tartışma 3 ay önce gerçekleşti, yine beni darp etti ve eve kilitledi, bu sefer evde hatsız bir telefon buldum ve 112'yi aradım yardım istedim. Çocuğumu alarak oradan uzaklaştım ve ailemin yanına sığındım. Şu anda onlarla birlikte yaşıyoruz. Ayrılığım yeni olduğu için daha tam düzenimi kuramadım, lokantada çalışıyorum ve ayaklarımın üzerinde durmaya çalışıyorum. Bu süreçte mahkeme masrafları, taşınma derken maddi olarak toparlanamadım. Boşanmak ve çocuğumun velayetini almak için mücadele ediyorum. Çocuğum şimdi burada okula gidiyor, bir bakıcısı var. Daha mutlu olduğumuzu söyleyebilirim. Ancak ayrıldığım eşim beni rahat bırakmıyor, ailemi tehdit ediyor. Mahkemece alınmış uzaklaştırma kararı var ama yine de tedirginim. İlk evliliğim biterken

ruhsal olarak daha az etkilenmişim. İlk eşim de beni darp eder kötü davranırdı. Hatta esrar kullanırdı ama o zamanlar yaşım küçüktü. İlk boşanmamdan daha az etkilendim diyebilirim. Ama ilk eşimden ayrılırken unutamadığım bir hadiseyi paylaşmak istiyorum. O gün kandildi, aramızda tartışma çıkmıştı. Eşim tarafından darp edilmişim ve ağlıyordum. O gece yüz rekât namaz kıldım ve dua edip yattım. Rüyamda bir evin dışındaydım ve yağmur yağıyordu. Kapıyı açıp içeri girdim. İçeriye girdiğimde yağmur evin içine de yağıyordu. Hangi odanın kapısını açsam o odanın içerisine yağmur yağıyordu. En son odaya vardığımda ve kapıyı açtığımda yağmur yoktu, içeride Kur'an okuyan, beyaz giymiş sarıklı evliyalar vardı ve orada peygamberimizi gördüm. Uyandığimde kendimi son derece huzurlu ve rahatlamış hissettim. Dindar bir insanım. Dini bir eğitim almadım ancak dini vecibelerimi kendim öğrendim. Dini kendim araştırıp öğrendim diyebilirim. Elimden geldiğince namazımı kılıyor, orucumu tutuyorum. Aslında şimdi boşanmak istediğim eşimin de dini bilgisi iyidir. Konuştuğu zaman hayran kalırsınız. Eşimi tanısanız öyle bir insan nasıl bu kadar kötü olabilir dersiniz. Ne yazık ki durum bu! Dinen bu durumu çok sorguladım. Bir insan niye çocuğunun annesine bunları yapar diye düşündüm. Kurtulmak için dua ettim ama ona beddua etmedim çünkü bedduanın geri döneceğine inanıyorum. Şimdi mahkemede boşanmak için uğraşıyorum ama dinen bu olay beni endişelendiriyor. Diyanete başvurdum bana eşimle beraber gelmemi söylediler. Eşimin mezhebi Şii ve beni boşamıyor. Onların mezhebinde erkek boşamaz ise kadın boşanamıyormuş. Şimdi onun dinen beni boşamasını bekliyorum.

K4, beş yıl önce gerçekleştirdiği ikinci evliliğini darp, şiddet ve kötü muamele nedeniyle sonlandırmış, kilitli tutulduğu kendi evinden 112'yi arayarak kurtulmuş, çocuğunu da alarak başka şehirde yaşayan ağabeyinin yanına yerleşmiştir. Evliliğin bu hale gelmesinin müsebbibi K4'e göre eşinin ailesinin onun dul bir bayan olmasını sorun yapmasıdır. Evliliğin başlangıcından beri boy gösteren bu durum, karı-koca arasında son derece olumsuz çatışmalara neden olmuş, K4, eşinden şiddet görmüş, kötü muameleye maruz kalmıştır. Ev, bir anlamda onun için cehenneme dönmüş, evlilik onun için kabus haline gelmiştir. Nihayetinde K4 bu kabustan, evde bulduğu sim kartsız bir telefonda acil servisi arayarak kurtulmuştur. Dava sürecinde eşi için uzaklaştırma kararı alınmıştır. Ancak bu süreçte de eşi onu rahat bırakmayarak, tehditlerine devam etmiştir. K4, yaşam mücadelesine devam etmektedir. Bu süreçte maddi olarak da çok yıprandığını, avukat masrafi, taşınma, bakıcı derken ekonomik zorluklar yaşadığını, bu nedenle iş bulup çalışmaya başladığını aktarmıştır. K4, şimdi daha rahat ve huzurlu hissettiğini, resmi olarak boşandığında ve velayet kararı kesinleşince daha da huzurlu olacağını belirtmektedir.

K4, şimdiki boşanma süreci ile karşılaştığında ilk boşanma olayının onu daha az yıpratmış olduğunu anımsamaktadır. Anlaşıldığı kadarıyla ilk eşinden ayrılırken daha az sorun yaşamıştır. Ancak bu süreçte aktardığı rüya, eşsizdir. Bilindiği üzere rüyalar derinlik psikolojisinin en önemli malzemelerinden birisidir. K4'ün boşanmayı nasıl içselleştirdiği, bu süreçte boşanmanın stresini ve bunaltısını ne boyutta yaşadığı, ruhsal olarak bununla nasıl baş etmeye çalıştığı hakkında fikir verebilir. Bu noktada derinliklerde onun dini yönelimi ortaya çıkmıştır. Kandil günüdür ve o gün dahi K4 eşinin şiddetine maruz kalmıştır. K4'ün ruh dünyasında derin yaralar açan bu durum, açıkça bunaltıya neden olmuştur. K4, 100 rekât namaz kılmış, ağlayıp rabbine niyazda bulunmuştur. Dini başa çıkma yaklaşımının terimleri ile konuşulacak olursa K4, Allah'a yönelmiş ve içini açmıştır. Bir kurtuluş bir çıkış yolu aramıştır. Gece ise bu çaba güzel ve rahatlatıcı bir rüya ile devam etmiştir. Bir anlamda psişe, K4'ün gündüz bilinçli başlattığı dini başa çıkma girişimini rüyada devam ettirmiştir. Psikanalizin diliyle söylenecek olursa K4, rüya mekanizması ile ruhsal gerilimini boşaltmıştır (katarsis). Burada rüyanın sembolik yorumunu yapmak ne derece uygun olur bilemiyorum ancak boşanma sürecinde rüyada görülen “ev” teması, Müslümanlarca rahmet kabul eden ve gözyaşını temsil eden “yağmur” teması, kerametleri olan beyaz giymiş “evliyalar” ve müminlerce, tüm insanlığa gönderilmiş rahmet peygamberi olarak kabul edilen Hz. Peygamberi rüyada görmek dini başa çıkmanın altında yatan derinlik psikolojisini anlamak açısından önemlidir. Nitekim K4, uykusundan rahatlamış bir vaziyette kalkmıştır. K4, olumlu dini başa çıkmanın enstrümanlarını kullanarak Allah'a yönelmiş ve ondan yardım dilemiştir. Bu çabası ise sonuç vermiş ve ruhsal olarak rahatlamıştır.

K4, şimdiki boşanma sürecinde de dini başa çıkma yöntemlerini kullandığını söyleyebiliriz. “Dinen bunun anlamını sorguladım” cümlesinden hareket edilirse onun anlam arayışı içerisinde olduğu, sorgulayıcı bir dindarlık ile hareket ettiği, sorunu anlamlandırmaya çalıştığı söylenebilir. Sorgulayıcı yönelime (*quest*) sahip dindarlar, durumu/olayı anlamlandırmak ve kendilerini olgunlaştırmak için aktif dinsel çabalara yönelmektedirler (Pargament, 1997, s. 195; Pargament vd., 1992, s. 506). Dahası bu dinsel çabalar açıkça benlik güdümlü dini başa çıkma davranışları ile ilişkilendirilmiştir (Wong-McDonald & Gorsuch, 2004, s. 321). Bu nedenle K4'ün aktif dinsel bir çaba içerisinde benlik güdümlü bir dini başa çıkma stratejisi kullandığı söylenebilir. Zaten o

dini, kendi çabaları ile araştırıp öğrenen, dini vecibelerini yerine getiren dindar bir birey olarak kendini tanıtmıştır.

Diğer taraftan K4'ün, aktif dinsel çabaları içerisinde olumlu dini başa çıkma yöntemleri yer almıştır. Kurtuluşu için dua etmiştir. Olumsuz bir dini başa çıkma yöntemi olarak kabul edilen bedduayı kullanmadığını, bunu da bilinçli bir şekilde yaptığını çünkü bedduanın kendine döneceğine inandığını açıklamıştır. K4 hem inançlı hem de bilinçli hareket etmektedir denilebilir. Nitekim mezhep farklılığını dikkate alarak bunu sorunsallaştırmış, yaşadığı dini kaygı neticesinde diyanete başvurma gereği hissetmiştir.

3.3.1.5. Boşanma Sürecinde Pasif Eğilim ve Dini Başa Çıkma

Katılımcı 5 (bundan sonra K5), kadın, 24 yaş, açık lise öğrencisi, çalışmıyor, boşanmak istediği eşiyle (23 yaş) yaklaşık bir yıl önce evlenmiştir. Katılımcı, 2 ay önce eşinden ayrılmış, boşanmak için mahkemeye müracaat etmiştir. Çiftin çocuğu yoktur. Katılımcının olay öyküsü şöyledir;

Ben 15 yaşında iken hoca olmak için özel bir Kur'an kursunda dini eğitim almaya başladım, 21 yaşında da hoca oldum ama şimdi hocalık yapmıyorum. Ayrılmak istediğim eşimle de Kur'an kursundan bir arkadaşım vasıtası ile tanıştım. Çoğunlukla telefonda görüştük, çünkü o başka bir şehirde yaşıyordu. Sekiz ay kadar böyle konuştuk. Sonrasında ise silah zoru ile beni kaçırdı. Araya aileler girdi ve düğün yaparak bizi evlendirdiler. Birkaç hafta onunla birlikte yaşadım sonra beni ailesinin yanına bırakıp askere gitti. Onunla yaşadığım bu birkaç hafta boyunca cinsel birliktelik olmadı. Ailesinin yanında 3 ay kaldım. Bu süreçte bana cin musallat olduğunu iddia ettiler ve beni hocalara götürdüler. Muska yaptırıldılar. En sonunda da kayınpederim, iki ay önce, beni geri ailemin yanına getirdi.

Ailem bana destek oldu bana dini nasihatlerde bulundular, beni dinen teselli ettiler, dua et, Allah'a yalvar dediler. Bu olaylar karşısında çok üzüldüm halen üzgünüm, düşündüğüm tek şey ondan kurtulmaktı. Bunun için dua ettim. Ben açıkça bunun bir imtihan olduğunu düşünüyorum. Hepimiz bir şekilde sınanıyoruz.

K5, kısıtlı bir mülakat vermiştir. O, çekingen ve içine kapanık bir yapıya sahiptir. Onun içine kapanık yapısı görüşmeye yansımıştır. Anlaşıldığı kadarıyla K5, evlenme niyetiyle yola koyulmuş, dini grup çevresinden birisiyle tanıştırılmıştır. K5, 8 aylık bir görüşmenin ardından her ne olduysa eş adayı tarafından kaçırılmış ve ailelerin araya girmesi ile evlendirilmiştir. K5, evlendikten sonra pasif bir tavır takınmış, evliliğe

duyarsız davranmıştır. Çünkü istemediği bir evlilik gerçekleştirmiştir. Her ne kadar K5, evlenme niyetiyle eş adayı ile tanışmış ve 8 ay boyunca görüşmüş olsa da bu kişi ile evlenmekten vazgeçtiği anlaşılmaktadır. Ancak karşı taraf onunla evlenmekten vazgeçmemiş ve onu zorla kaçırmıştır. Kaçırılma ile birlikte ailelerin araya girerek düğün yapması onu zor bir durumun içerisine sokmuş, o açıkça çelişik bir durum içinde kalmıştır. Dolayısıyla K5, evlendiği kişi ile cinsel birliktelik yaşamayı reddetmiş, süreci manipüle etmek için adeta kendini kapatmıştır. Zaten düğünden birkaç hafta sonra eş askere giden K5, eşinin ailesi ile birlikte kalmaya başlamıştır. Bu süreçte de kapalı ve manipülatif tavrını devam ettiren K5'e cin musallat olduğu iddiası ortaya atılmış, kayınpederi tarafından cinci hocalara götürülmüş ve onun için muska yaptırılmıştır. 3 ay bu şekilde eşinin ailesi ile yaşayan K5, en sonunda kayınpederi tarafından baba evine bırakılmıştır.

K5, masum, içine kapanık ve çekingen bir kişidir. Ailesinin ona dini telkinde bulunduğunu söyleyerek dua ettiğini ve bütün bunların bir imtihan olduğunu düşündüğünü söylemektedir. Aslında K5'in hikâyesi parapsikolojik ve dini öğelerle örülüdür. Dini bir grubun içerisinde eğitim alması, hoca olması, yine bu çevreden birisi ile evlenme niyetiyle tanışması, cin musallat olması ve bunun için hocaya götürülmesi bu duruma örnek olarak verilebilir. Yani K5'in dinle kurulmuş bir çevresi ve anlam dünyası vardır. Ne var ki bu çevre onu yanlış bir mecraya savurmuş, kaçırılmış, zorla evlendirilmiş ve parapsikolojik varlıkların ona musallat olduğu ile suçlanmıştır. K5, ailesinin teşvikiyle yine dinden anlam bularak bu süreci atlarmaya çalışmış, bunun bir imtihan olduğunu düşünmüştür. İmtihan düşüncesi ve fikri, diğer görüşmecilerde olduğu gibi K5 için de rahatlatıcı olmuş, yaşadığı tuhaflığı açıklamak için kullanılmıştır. "Hepimiz bir şekilde sınanıyoruz."

K5, kayınpederi tarafından cinci hocalara götürülmesinin hangi saiklerle yapıldığını anlatmamıştır. Bu süreçte ne hissettiğinden bahsetmemiştir. Tıpkı kaçırıldığında ve düğünden sonra eşiyile yaşadığı birkaç hafta boyuca ne hissettiğini anlatmadığı gibi. Şurası açıktır ki bu süreç onu üzmüş ve yıpratmıştır. Sanki bu süreçlerin hepsinde pasif bir tavır göstermiş, edilgenlik içerisinde davranmıştır. Bu edilgenlik onun dini başa çıkma davranışlarına da yansımıştır.

Dini başa çıkmanın ortaya çıkmasında birçok faktör etkilidir. İnsanlar neden dini başa çıkmaya yönelmektedir gibi temel bir sorudan hareket edildiğinde pek çok değişkenin hesap edilmesi gerekmektedir. Bireyin içerisinde bulunduğu gelişim dönemi, yaşam deneyimi, karşılaştığı sorun ve bireyin buna dayanıklılığı, dolayısıyla bireysel farklılıklar, genetik, kişilik, onu şekillendiren eğitim ve kültürel ortam, sosyo-ekonomik koşullar, aidiyet hissettiği inanç dini başa çıkma davranışında belirleyici rol oynayan etmenlerden bazılarıdır (Ayten, 2012, ss. 72-73; Cronqvist, Klang, & Bjorvell, 1997, s. 87).

Başta çıkma süreçlerinde tıpkı boşanma sürecinde olduğu gibi K5 pasif bir tutum sergilemiştir. Yine de o üzüntüsünü bu şekilde gidermeye çalışmıştır denilebilir. K5, dini başta çıkma tarzı onun kişilik yapısı ile ilgili özel bir durumu ihtiva ediyor olabilir. Bu nokta önemlidir, kişilik tarzı tıpkı dindarlıkta olduğu gibi dini başta çıkma davranışlarını etkilemektedir. K5'in özelinde de bu durum açıkça gözlenmiştir. Pasif bir tutum ve pasif bir dini başta çıkma.

3.3.1.6. Boşanmada Rasyonel Tercihler ve Başta Çıkma

Katılımcı 6 (bundan sonra K6), erkek, 38 yaş, yüksek lisans, öğretmen, boşanmak istediği eşiyile yaklaşık 8 yıl önce evlenmiştir. Bu evlilikten 7 yaşında bir kız çocuğa sahiptir. Katılımcı, 1 ay önce eşinden ayrılmış, boşanmak için mahkemeye müracaat etmiştir. Katılımcının olay öyküsü şöyledir;

Eşimle tanışarak evlendik. Altı ay kadar görüştük ve evlenmeye karar verdik. İkimiz de öğretmeniz ve aynı fakültede okuduk ancak tanışmamız ve evlilik kararı almamız iş hayatına atıldıktan sonra ortak arkadaşlarımız vasıtasıyla oldu. Evliliğimizde elle tutulur bir sorun yoktu. Ben bir anda evlilikten ve eşimden kendimi soğumuş buldum. Dışarıdan bakılınca evliliğimiz iyiymiş gibi gözüküyordu. Kızım dünyaya geldi. Zamanla evimiz arabamız da oldu. Ama hep bir şeyler eksikmiş gibi hissediyordum. Eşimle aramızda ne cinsel bir sorun, ne de maddi bir problem vardı. Eşimin annesi yani kayınvalidem zaman zaman bizimle kalıyor, kızıma bakıyordu. Kayınvalidem ile ilgili de bir sorunum yoktu. Ben yıllar önce babamı kaybettim, annem köyde yaşıyordu. Eşim ise şehirde büyümüş. Annemi ziyarete gittiğimizde onun eğrelti durduğunu, eşyaları tutarken tiksinti ile yaklaştığını fark ettim, galiba bu bende hayal kırıklığına neden oldu. Şimdi ona karşı bir şey hissetmiyorum. Bunları evliliğin ilk yıllarında yaşadım. Kızım 3 yaşına geldiğinde ise kafamda evliliğimi bitirmiştik ama çocuğum için endişeleniyordum. Bir uzmana danışarak ne yapmam gerektiğini sordum. O da bana çocuk için bunun erken olduğunu, bu yaşta iken

baba figürünü kaybetmenin onu olumsuz etkileyeceğini, 3 ile 5 yaş aralığının kritik olduğunu ve çocuğum için boşanmayı daha ileri yıllara ertelemem gerektiğini anlattı. En azından onun 6-7 yaşlarına gelmesini beklememi, bu yaşlarda onun bu durumu anlayabileceğini ve sindirebileceğini söyledi. Ben de onun söylediklerini dinledim ve boşanmamı erteledim. Soğukta olsa evlilik ilişkimiz devam etti. O bana yaklaşımaya çalıştıkça ben ondan uzaklaşıyordum. Evliliği düzeltmeye çalışan genellikle o oluyordu. Sonuçta boşanmak için mahkemeye müracaat ettik ve anlaşmalı olarak bir celsede boşandık. Evi ona bıraktım, anlaşmamız gereği arabayı ben aldım. Kızımın velayetini ona verdim, onun alıştığı düzenin bozulmasını ve annesinden ayrılmasını istemedim. Kızımla konuştum ve durumu açıkladım, bir anlamda bunları yapmadan önce onun onayını aldım. Kızım ile görüşme sıklığı ve nafaka konusunda da eşimle uzlaştık. Kendimi rahatlamış ve özgür hissediyorum. Bu süreçte üzüldüğümü, strese girdiğimi söyleyemeyeceğim. Yaptığım araştırmalar sonucunda boşanmanın ve ayrılmanın, normal bir durum olduğu kanaatine ulaştım. Sadece beni endişelendiren toplumsal baskı ve damgalanmaktı. Çünkü sosyal çevrem boşanmayı çok iyi karşılamıyor, bir felaketmiş gibi yaklaşıyorlar. Bu, biraz beni endişelendirdi. Bir diğer tereddüdümü ise dini ya da vicdani olarak yaşadım. Boşanma kararı alma aşamasında ve devamında içimden hep bunu sorguladım. Yani dinen doğru mu yapıyorum yoksa yanlış mı? ‘Evliliği bitirme kararı ile eşime haksızlık mı yapmış olacağım’ diye düşünüyordum. Aslında dindar biri değilimdir. Allah’a inanıyorum ama dini vecibelerimi yapmıyorum. Bunun dışında dini bir kaygı yaşamadım. Özel bir duada da bulunmadım. Şimdi ise doğru yapmış olduğumu hissediyorum.

Hatırlanacağı üzere rasyonel seçim yaklaşımında bütün boşanmalar evli kalıp kalmama tercihlerini yapmakta olan bireyler ile ilişkilendirilmekteydi (Wallace ve Wolf, 2015, ss. 403-404). Buna göre evlilik, getirileri ve götürüleri ile birlikte; evli kalmayı cazip hale getiren unsurlar, evliliğin sonlanmasını engelleyici öğeler ya da evliliğin dışındaki alternatif cezp edicilere göre şekillenmektedir (Levinger, 1976, ss. 24-29). Yani eşler, boşanma sürecinde rasyonel tercihlerde bulunarak bir tür mübadele mantığı ile hareket etmektedirler. K6, eşinden soğuduğunu belirterek boşanma ile daha cazip bir hayata kavuşacağını hesap etmiştir. Bu yoldaki en büyük engel ise kız çocuğunun varlığıdır. K6, bu engeli de aştıktan sonra yıllar önce yaptığı rasyonel tercihini hayata geçirmiştir. O, boşanma kararında ve devam eden süreçte hep seküler ve rasyonel bir tarz benimsemiştir. K6, kendisini dindar bir birey olarak tanımlamamaktadır. Dolayısıyla onun dini başa çıkma davranışlarına daha az başvuracağı ön görülebilir bir sonuçtur. Dini anlam arayışı bir kaygının yansıması olarak doğru ve yanlış, hak ve haksızlık boyutunda tezahür etmiştir. K6, bunları vicdani bir muhasebe ile yaptığını

söylemektedir. Bunun dışında o, dini anlamda herhangi bir kaygı duymadığını ve yaşadığı sorunun üstesinden gelmek için özel bir dini çaba da göstermediğini belirtmektedir. Zaten K6, anlaşıldığı kadarıyla boşanmadan ruhsal olarak olumsuz etkilenmemiştir. Bunun birkaç nedeni olabilir, işaret edildiği üzere K6, boşanmayı rasyonel bir zeminde değerlendirip getirilerini ve götürülerini hesap etmiştir. Boşanma onun için rasyonel bir tercihtir. Dolayısıyla boşanma onun için duygusal bir stresör değildir denilebilir. Onun kaygısı yine rasyonel zeminde kızı ile ilgili ortaya çıkmıştır. Kızının bu süreçte en hafif zararları çıkmasını hedeflemiştir. Nitekim o, boşanma kararı almasına rağmen kızının büyümesini sabırla beklemiştir. Bunu da bir uzmanın tavsiyesi üzerine yapmıştır. K6'nın çabası aktif ve bilinçli bir çabadır. Şüphesiz onun eğitilmiş bir birey olması, toplumsal kaygıları olsa da süreci bilinçli olarak yönlendirmesi, boşanmayı rasyonel düzeyde kabul ederek -bir anlamda- bu süreçte duygusuz davranması boşanmayı daha az stres ve kaygı ile karşılaşmasına neden olmuştur. Ayrıca elle tutulur somut bir problem yokken -en azından diğer örneklerde olduğu gibi aldatma, kötü muamele, şiddetli geçimsizlik vs.- K6 böyle bir süreci başlatmıştır.

Diğer örneklerle karşılaştırılacak olursa K6, dini başa çıkma davranışlarına neredeyse hiç başvurmamıştır. Yine de o, araştırmanın tezlerine pozitif bir örnek teşkil etmiştir. Pozitifdir çünkü K6, dindar değildir ve dini başa çıkma davranışlarında da bulunmamıştır. Dolayısıyla dindarlık ve dini başa çıkma arasındaki paralel ilişki K6 tarafından olumsuz bir şekilde ortaya konulmuştur. Eğitim ve dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişki düşünüldüğünde de K6, ön görülen hipotezleri doğrular niteliktedir. Eğitilmiştir ve daha seküler tarzda sorunlarla mücadele etmeyi benimsemiştir denilebilir. Ayrıca K6, ruhsal anlamda kendine dönük bir kaygı, üzüntü ve stres yaşamadığını belirtmiştir. Dolayısıyla dini başa çıkma davranışları için ön görülen zor ve hayati bir durum onun için oluşmamıştır denilebilir.

3.3.1.7. Boşanma Sürecinde Anlam Arayışı

Katılımcı 7 (bundan sonra K7), kadın, 44 yaş, ilköğretim mezunu ve işçi emeklisidir. Katılımcı 7'nin hikâyesi diğerlerinden farklılık arz etmektedir. Birinci bölümde boşanma başlığı altında belirtilen ebeveyn boşanmasının bir örneği sayılabilir. Resmi boşanması 9 yıl önce gerçekleşmiştir. Ancak o şimdi kızının velayeti için tekrar mahkemeye müracaat etmiş ve eski eşi aleyhine dava açmıştır. Eşi ile 19 yıl evli

kaldığını belirten katılımcı, ondan resmi olarak ayrıldıktan sonra ikinci evliliğini yaptığını, ancak bu evliliğin birkaç ay sürdükten sonra sonlandığını, 4 yıl önce ise üçüncü evliliğini yaptığını ve halen aynı kişi ile hayatına devam ettiğini açıklamıştır. İlk evliliğinden 3 çocuk sahibi olduğunu söyleyen K7, iki çocuğunun rüşt yaşına eriştiğini ancak 16 yaşında olan en küçük kızının, baba yanında kalırken oradan ayrıldığını ve yaklaşık bir yıldır kendisi ile yaşadığını, kızının artık oraya yani babasının yanına dönmek istemediğini, bu nedenle de velayetini almak için uğraştığını belirtmektedir. K7'nin olay öyküsü şöyledir;

Eşimle dokuz yıl önce resmi olarak boşandık, çocukların velayeti babalarına verildi. Çünkü boşandıktan sonra ailemin yanına yerleştim, ailem ise çocuklarımı istemiyordu. Yeniden bir yuva kurarsam çocukları alabileceğimi düşündüm. Bunun üzerine ikinci evliliğimi yaptım ama bu kişi ile anlaşamadık, farklı bir karakteri vardı. Beş ay evli kaldıktan sonra ayrıldık. Beş yıl önce şimdi evli olduğum kişi ile tanıştık. Onun ikinci evliliği ve ilk evliliğinden çocukları var ama anne yanında kalıyor. Benim çocuklarım ise baba yanında kalıyordu. En büyük çocuğum evlendi, ortanca ise 18 yaşında. En küçük çocuk olan kızım ise 16 yaşında ve bir yıl önce benim yanıma yerleşti.

Şimdi davalı olduğum ilk eşimle İstanbul'da fabrika'da tanıştık, aynı köylüydük. Kısa bir süre içinde evlendik. Sonra eşim eğlence mekânlarında ses sanatçılığı yapmaya başladı. Başka kadınlarla ilişki yaşamaya başladı. Her seferinde ben bu ilişkileri engelliyordum. Ya bir şekilde kadınlara ulaşip onları ikna ediyordum ya da eşimi. Yuvam dağılmasın diye böyle yapıyordum. Ancak eşimin yaşadığı son ilişki benim evliliğimi bitirdi. Eşimin ilişki yaşadığı bayanla konuştum ama ikna edemedim. Zaten bu ilişki yüzünden eşimle büyük tartışmalar yaşıyor, onun şiddetine maruz kalıyordum. Onda alkol de vardı. En sonunda eşim bu kişi ile evlenmeye karar verdi ve beni istemediğini söyledi. Ben bu lafı duyuncaya kadar sabrettim. Bizzat onun ağzından istenmediğimi öğrenince ben de artık ondan ayrılmaya karar verdim. Gidecek yerim olmadığı için ailemin yanına yerleştim. Ailem çocukları istemiyordu. Bu nedenle onları alamadım. Ayrı şehirlerde idik. Çocuklarım yaz tatillerinde yanıma geliyordu. En küçük kızım geçen yaz tatilinde geldiğinde yaşadıklarını ve babasının yanına geri gitmek istemediğini anlattı. Çünkü üvey annesi ile problem yaşıyor ve onunla anlaşamıyormuş. Şimdi benim yanımda ve bir sorunu yok, okula gidiyor ve üvey babası ile gayet iyi anlaşılıyor.

Yine de bütün bunlar benim için sıkıntı verici; yeniden eski eşim ile muhatap olmak, mahkemeye gelip gitmek vs. Ayrıldığım dönemi hatırlıyorum, anlattığım gibi eşimin hep başka kadınlarla ilişkisi oldu ve son ilişki yaşadığı kadın yüzünden evliliğim bitti. Ben yaşadığım sorunlar yüzünden bir keresinde intihara kalkıştım. Bileklerimi kestim. Beni

hastaneye kaldırdılar. İntihara kalkıştım çünkü yaşadığım hayat beni o kadar bunaltmıştı ki ben bunları hak edecek ne yaptım, neden benim başıma bunlar geliyor, neden normal ve mutlu bir yuvam yok diye düşüncelere dalıp üzüntüden durmadan ağlıyordum. Sonrasında psikiyatrik tedavi görmeye başladım. O dönem, belli bir süre sakinleştirici ilaç kullandım ama beni asıl kurtaran şey dine yönelmem oldu. Çok Yasin okudum. Bir komşumuz vardı, Güneydoğuda bir tarikata bağlı imiş. Oysa ben onu bir gün önce rüyamda görmüştüm. Yani tanışmadan önce onunla tanışmıştım. Aramızda böyle bir samimiyet gelişti. Ben onunla çok sıkı görüşmeye başladım ardından tesettüre girdim ve onun mensup olduğu tarikata girdim. Hep din ile ilgilenmeye başladım. Kur'an okumayı öğrendim. Hem Türkçesini hem Arapçasını okudum. Öncesinde açık saçık bir kişi idim ve eşimle beraber içki içerdik. Eşim dinle imanla pek alakadar bir kişi değildi. Ben tesettüre girdikten sonra cemiyetlere giderken benim zorla başımı açtırırdı. Ondan gizlice evde sohbet ve zikir düzenliyordum. Eşimin yaptıklarına sonuna kadar sabrettim. Ta ki beni istemediğini söyleyene kadar ve böylelikle ayrılmış olduk. Anlaşmalı boşandık ama gördüğünüz gibi müşterek çocuklarımız olduğu için halen mahkemelerde uğraşıyoruz. Aradan o kadar yıl geçmesine rağmen inancım sayesinde kurtuldum ve ayakta kaldım diyebilirim. İnancım sayesinde rahat ve huzura kavuştum.

K7, aradan yıllar geçmesine rağmen boşanma sürecindeki dini başa çıkma çabalarını canlı bir şekilde tasvir etmiştir. Aslında onun hikâyesi bir ihtida öyküsüdür. Yaşadığı evlilik sorunları onu bir şekilde dine yönlendirmiştir. O, dinini öğrenerek bir anlamda felaha kavuşmuştur. Anlatımına göre yuvası dağılmasın diye eşinin başka kadınlarla olan gayri meşru ilişkisine sonuna kadar dayanmış, bu süreçte gâh şiddete maruz kalmış gâh hakarete uğramıştır. Sorunları ile baş edemeyince intihara kalkışmış, bileklerini kesmiştir, Belli bir süre psikiyatrik tedavi görmüş ve ilaç kullanmıştır. İntihar girişiminde bulunan bireylerde Tanrı uzakta ya da Tanrı'nın yokluğu düşüncesi hakimdir. İntihar düşüncesi dönemlerinde birey ve Tanrı arasındaki iletişim kesilmektedir ya da azalmaktadır. Ayrıca intihar girişimi bireyin yaşadığı anlam kaybının açık bir göstergesidir. Dindarlık intihar riskini azaltmaktadır. İnanç ve maneviyat kişiye anlam duygusu sağlarken, olumlu dini duygular onu depresyondan ve intihardan koruyucu bir faktör olmaktadır (Güler Aydın, 2015, s. 472).

K7 intihar girişiminden sonra dine yönelmiş ve çareyi dinde aramıştır. K7, aktif bir şekilde dini başa çıkma davranışları sergilemiştir. Ancak bu çabaların öncesinde yaşadığı bunaltı ile K7'nin sorgulamalarına dikkat çekmek gerekir. "Ben bunları hak edecek ne yaptım? Neden benim başıma bunlar geliyor? Neden normal ve mutlu bir

yuvam yok?” Bu cümleler K7'nin anlam arayışını ifade etmektedir. K7, Allah'a ve dine yönelerek bu arayışını tatmin etmeye çalışmıştır. Aradan geçen yıllar onun görüşünü netleştirmiş geriye dönüp baktığında hayatına dinin etkisini daha belirgin hissetmiştir. “İnancım sayesinde kurtuldum ve ayakta kaldım.”

Hatırlanacağı üzere anlam arayışı dini başa çıkmanın temel karakterini oluşturmaktadır. K7 örneğinde, boşanma sürecinde yaşanan problemlerde anlam arayışının somut bir tezahürü ve güçlü bir şekilde dine ve olumlu dini başa çıkma davranışlarına yönelme vardır.

3.3.1.8. Boşanma Süreci ile Başa Çıkmada Şükür

Katılımcı 8 (bundan sonra K8), erkek, 33 yaş, ilkokul mezunu ve asgari ücretle işçi olarak çalışmaktadır. 13 yıllık evli iken eşinin evden başka bir erkek ile kaçtığını, bu kişinin eşinin amcasının oğlu olduğunu, eşi giderken üç çocuğunu da götürdüğünü, onlardan 2,5-3 yıl haber alamadığını, bu nedenle resmi boşanmanın uzadığını aktaran K8'in olay öyküsü şöyledir;

Eşimle erken yaşta evlendik. Ben gurbette idim, köye döndüğümde babam beni evlendirdiğini söyledi. O zaman 17-18 yaşlarındaydım. Üç çocuğumuz oldu. En büyük çocuğum şu an 14 yaşında, ortanca 10 yaşında, en küçüğü ise 8 yaşında. Eşim tarafından benden koparıldılar. Eşim, amcasının oğlu ile ilişki yaşıyormuş, ben bunu beraber kaçıktıklarında anladım. Öncesinde bu kişi evime gelip gitmeye başlamıştı ama eşimin yakın akrabası olduğu için ben hiçbir şeyden şüphelenmedim. Benim eşimle aramda herhangi bir sorun yoktu. Benim sonradan öğrendiğime göre eşim ile amcasının oğlu arasında çocukluktan başlayan bir yakınlaşma varmış. Çocuklarımı da alıp kaçtılar, onlardan 2,5-3 yıl haber alamadım. Çocuklarımı benden soğutmuşlar ve bana karşı doldurmuşlar. Onları bulduğumda benimle görüşmek istemediler. Mahkeme onların velayetini anneye verdi. Ben ise yapayalnız kaldım. Hem aldatıldım hem de çocuklarımdan mahrum kaldım. Ama Allah'ın adaleti büyük. Ben yıllarca eşimin yaptığı bu ihanet ile yaşamak zorunda kaldım. Sigaraya başladım. Günde üç paket sigara içiyordum. Kilo verdim. Doğru düzgün yemek yiyemiyor, yediklerimi çıkartıyordum. El gün içerisine çıkamıyordum. Millet bana farklı gözle bakıyormuş gibi geliyordu. Kendimi suçlu ve çaresiz hissediyordum. Arabesk dinleyip kendimi teselli etmeye çalışıyordum. İnternette sohbet gruplarına katılıyordum. Çok bunalımda olduğum bir dönemde internetten tanıştığım doğuştan cam kemik hastası birisi benim için yol gösterici oldu. Onun söyledikleri benim için çıkış oldu. Şükretmeyi öğrendim. O bana dedi ki; "...bak sağlıklısın, elin ayağın tutuyor, hayat devam ediyor..." Ben o zaman Allah'a şükrettim. Gelen Allah'tan dedim. Yaşadıklarımızın sınav olduğunu

düşündüm. İnternette dini sohbet gruplarına devam ettim. Bu sohbetlerde Kur'an okunur, açıklaması yapılırdı. Böylece kendimi daha iyi hissetmeye başladım ve dine yöneldim. Allah'a çok dua ediyorum. Haklı ve haksızı o ayıracak. Ben haksızlığa uğradığımı ve ezildiğimi düşünüyorum.

K8, eşinin ihanetinden sonra içerisine düştüğü bunalım oldukça streslidir. O derece ki K8, yaşadığı şiddeti fizyolojik olarak vücuduna yansıtmış yemek yiyemez, yediklerini ise çıkartır hale gelmiştir. Öncesinde sigara kullanmadığı halde üç paket sigara kullanmaya başlamıştır. Açıkça bunlar, stresin, üzüntünün, çaresizliğin ve kaygının yansımasıdır. K8, bu süreçte kötü hatıralarla baş başa kalmış ve el gün içerisine dahi çıkamamıştır. Deyim yerindeyse K8, olan biten karşısında Sartre'nin tabiri ile varoluşsal bir bulantı yaşamıştır. Çevresindekilerden uzaklaşan ve sosyal hayatını internet vasıtası ile gerçekleştirmeye çalışan K8, burada başkaları ile tanışma fırsatı edinmiştir. Sanal ortamda gerek dünyevi gerekse dini sohbetlere iştirak etmiştir. İçerisinde bulunduğu buhrandan çıkışı da bu sohbetler esnasında tanıştığı doğuştan cam kemik hastası olan bir kişinin şu sözleri üzerine yakalamıştır; "...bak sağlıklısın, elin ayağın tutuyor, hayat devam ediyor..." böylece K8'de bir şükür bilinci ortaya çıkmıştır. Gelen Allah'tan diyerek, bunun bir sınav olduğunu, haklı ve haksızın Allah tarafından ayırt edileceğini, kendisinin haksızlığa uğradığını düşünmüştür. K8, dini başa çıkma yaklaşımı açısından pasif ve kendisini akıntıya bırakmış gibi davransa da yine de onun çabaları teslimiyetçi olarak addedilebilir. Katılımcıların sıklıkla başvurdukları Dua, Allah' a yönelme, Kur'an dinleme gibi mutad olumlu dini başa çıkma davranışlarının yanı sıra K8'in diğerlerinden farklı olarak bizzat müracaat ettiği bir dini başa çıkma yöntemi vardır. Bu, şükürdür. Şükür, dini başa çıkma içerisinde en pozitif davranışlar arasındadır. Şükür, tüm olumsuzluklara rağmen olumlu bir bakış açısına sahip olmak demektir. Dini literatürle söylenecek olursa sahip olduklarının kıymetini bilip her şeyin gerçek sahibine teşekkür etmek demektir. Nimeti izhar edip, nimetin gerçek sahibini bilmek ve göstermek demektir. K8, yaşadığı buhrandan bu şekilde şükrederek kurtulmuştur. İnternette tanıştığı bir din kardeşinin buna vesile olması ise ayrıca kayda değerdir. Boşanma sürecinde bireyin manevi destek ihtiyacını göstermesi bakımından son derece ehemmiyetlidir.

3.3.1.9. Boşanma Sürecinde Depresyon ve Dini Başa Çıkma

Katılımcı 9 (bundan sonra K9), erkek, 33 yaş, yüksek lisans mezunu, akademisyen olarak çalışmaktadır. K9, eşi ile tanışarak evlenmiş, kısa bir süre sonra aralarındaki anlaşmazlıklar ve kayınvalidesinin müdahalesi ile evliliği fiilen bitmiş, boşanma aşamasına gelmiştir. Çiftin bu evlilikten çocuğu yoktur. K9, ayrıntılı bir mülakat vermiştir. K9'un olay öyküsü şöyledir;

Eşimle üniversitede tanıştık, aynı bölümde okuyorduk. İkimiz de muhafazakâr olduğumuz için birbirimizi tercih ettik. Öğrenimimiz boyunca aramızda sorunlar oldu. Bazen ayrılıklar yaşansa da ilişkimize devam ettik. Okuldan mezun olunca görevlerimize atandık ve düğün hazırlıklarına başladık. Aileler tanışınca farklı dinamikler ortaya çıktı. Benim ailemin ekonomik güçsüzlüğü onun ailesi tarafından hep bir küçümseme aracı yapıldı. Aileler arasında kültürel olarak da epeyce farklılık vardı. Ben İstanbulluyum, o ise Doğu kökenli. Buna karşın ben ataerkil bir ailede büyüdüm. Eşim ise anaerkil bir ailede büyümüş. Onların evinde anladığım kadarıyla annesi her şeyi yönlendiriyor ve yönetiyormuş. Düğün arifesinde ve devamında kendi kusurlarını görmeyip benim ailemi ayıplamaya başladılar. Aileler başka şehirlerde oturduğu için gidip gelme, isteme, nişan hep zorlukla oldu. Bu zorluklara onun ailesinin farklı dayatmaları (biz kız eviyiz şu şöyle olmalı gibi) eklenince aradaki gerilim daha da artıyordu.

Yaklaşık bir yıl evli kaldık. Eşimin annesi hep evliliğime olumsuz yönde müdahil oldu. Bütün olup bitenden birinci derecede o sorumlu diyebilirim. Diğer taraftan başka sorunlarımız da vardı. Bunlar cinsel konular olabildiği gibi ekonomik konular da olabiliyordu. Cinsel konularda eşim isteksiz davranıyor, beni reddediyordu. Vajinusmus hastalığına yakalanmış gibi davranıyordu. Onu doktora götüremedim. Bunu konuşmaya çalıştığımda dahi aramızda büyük bir soğukluk oluşuyordu. Anladığım kadarıyla annesi onu bu konuda doldurmuş ve ona "çocuğun olmayacak" uyarısında bulunmuştu. Ekonomik olarak da zorluk ve problem yaşıyorduk çünkü düğün ve eşya borçlarını ortaklaşa ödüyorduk. Elimizde çok az para kalıyordu. Ailemin paraya ihtiyacı olduğunu biliyor ve onlara para yardımı yapmamdan korkuyorlardı. Bu yüzden ekonomik olarak görünmeyen bir çatışma içerisindeydik ve alttan alta güç mücadelesi veriyorduk. Çalışan bir eş olduğu için ekonomik olarak özgür davranmak istiyordu. Ailesi de kızlarının ekonomik kazancının benim tarafımdan sömürüldüğünü düşünüyordu. Sonra ev işlerini yapma konusunda da anlaşamıyorduk. Ben ev işlerine yardımcı olmama rağmen eşim kendi üzerine düşen sorumlulukları yerine getirmiyordu. Benim alıştığım bir ev düzeni vardı. Anladığım kadarıyla eşimin böyle bir düzeni yokmuş.

Bütün bu sorunlar aramızda büyük bir mutsuzluğa ve uçuruma neden oldu. Kavga ediyorduk. Hayati ve kritik konularda bir türlü anlaşamıyorduk. Bir keresinde cinnet getirtti

ve ona şiddet uyguladım. Basit bir sebepten aramızda tartışma çıkmıştı, tartışma o kadar büyüdü ki birbirimize girdik, erkekliğimi hiçe sayarak bana hakaret etti. Ben de bir anda kendimi ona lanet okurken boğazına sarılmış vaziyette buldum. Ona olan sevgim kalmamıştı. Artık kızgınlığıma engel olamıyordum. İnancım olmasa idi öfkemin sonuçları kriminolojik olabilirdi.

Ben sabretmeyi öğrendim. Bu arada, onu İstanbul'da aile danışmanlığı almak için ikna ettim, seansına 300-400TL ödediğimiz danışmanlıklar aldık ama işe yaramadı. Aramızdaki sorunlar düzelmedi ve düzeleceğe de benzemiyordu. En sonunda ise ailesinin müdahil olması ile ayrıldık. Yine onlara ziyarete gitmiştik. Görev gereği yurt dışına gitmem gerekiyordu. Ben yurt dışında iken eşimin yalnız kalması ailesi tarafından problematik haline getirildi. Eşimin ailesinin evinde misafirlikte iken tartışma başlattılar ve tartışma büyüdü. Ben eşimi alıp oradan çıkmak istedim. Ama eşim benimle gelmeyeceğini söyledi. Böylece fiilen ayrılmış olduk. Ben eve döndüm. O ise dönmedi. İletişime geçip onu ikna etmeye çalıştım ama başarılı olamadım. Bana mutsuz bir evlilik yaşadığımı (sanki mutsuzluğun bütün sebebi benim gibi) ve boşanmak istediğini söyledi. Ayrılırken de eşya ve altınlar aramızda sorun oldu. Mehir adı altında altınlara el koydu. Öyle ya da böyle sonuçta dünyevi olarak birbirimizden kurtulmak için anlaşmalı boşanmayı kabullendik.

Fiili ayrılık gerçekleşince alt üst olmuşum. Bütün çabam, emeğim, yatırıмым boşa gitmişti. Ruhem ve bedenem harap olmuş vaziyette hissettim. Duygularımın tarifi imkânsız. Dava karar aşamasında. Bir taraftan borçlarla uğraşıyorum diğer taraftan moralimi düzeltmeye çalışıyorum. Yurt dışına çıkışımı erteleme ihtimali ortaya çıktı. Oysa her şeyimi planlamıştım. Yuvam bir hiç uğruna dağıldı. Bazen iflas etmiş gibi hissediyorum. Hiçbir şey fayda vermiyor. Kendimi suçluyorum, yapılanları hazmedemiyorum. En kötüsü ise sevdiğimden ayrıldım ve aramızda artık düşmanlık oluştu. Durmadan ağladığım zamanlar oldu. Ona haddinden fazla değer mi verdim diye kendimi sorguladım. İstikbalim için kaygılandım. Bunları hak etmedim diye düşünüyorum. Geçmişteki günahlarımı düşündüm. Sonra, kendi kendime "bu kadar günahtan sonra sana bu hak, sen buna müstahaksın" diyordum. Günlerce Allah'a yalvardım. Beni bu dünyadan almasını diledim. Eğer inancım intiharı yasaklamasaydı, kendimi öldürebilirdim. Çünkü çaresiz, son derece üzgün, çökmüş ve yapayalnız hissediyordum. Allah'tan başka beni duyan bilen yok. Yaşadığım şehre ve insanlara karşı kendimi çok uzak hissediyordum. Adeta bu dünyada yaşamıyormuş gibiydim. Bu dünyada benden daha fazla acı çeken kimse yokmuş gibi hissediyordum. Üzüntüm çok büyük. Kendimi mahvolmuş ve yenilmiş hissediyordum. Açıkça başarısız olmuşum.

Bu süreçte cami benim için sığınak oldu. Camide devam eden hatmi şerifi takip ediyor, ibadetlerimi cemaat ile yerine getiriyorum. Camide dinlediğim Kur'an ve omuz omuza

kıldığım namaz zamanla yolumu aydınlattı. Yalnızdım ama değildim. Yuvam yıkılmıştı ama cami benim için bir yuva oldu.

Bu süreçte dini bir vakıfta sohbetler yapan bir kişi ile tanıştım, bana Kur'an okuyup açıklamasını yapıyor, dini telkinde bulunuyor. Peygamberlerin hepsinin zorluklarla mücadele ettiğinden, evliyaların çile dolu bir hayata sahip olduğundan bahsediyor. Dini alt yapım olmasına rağmen onun söylediğine benzer şeyler daha önce hiç duymamıştım. Zamanla onun telkinleri işe yaramaya başladı diyebilirim. Onun bakış açısını kavradım ve bu beni hafifletti. Tanıştığım bu kişi bana adeta bir baba, bir mürşit oldu. Onun anlattıkları manevi yaralarım ve üzüntüme merhem oldu. Şunu kavradım ki belli bir noktadan sonra kadere teslim olmak gerekiyor. Neyin niçin tecelli ettiğini bilmek en azından bunu hissetmek gerekiyor. O zaman varlıkla bir olmuş, kendinizi huzur içerisinde hissediyorsunuz.

Bu kişi bir gün benimle “niyet” hakkında sohbet etti. Ben o zaman anladım ki geçmişte başıma gelen belalardan ve musibetlerden sağ salim çıkmamı sağlayan şey, bu niyet imiş. Niyetimi her zaman saf ve temiz tuttum, bu benim kişisel özelliğim diyebilirim. Bu süreçte bazen yanlış yollara sapsam da Allah'ın izniyle niyetim hep temizdi, bunun beni kurtaracağına inancım tam. Böylece nedamet edip günahlarım için tövbe etme fırsatı buldum. Bu kişi ile üzüntü hakkında da konuştuk, çünkü üzüntüden bazen mide spazmı geçirdiğime şahit olmuştu. Bana şöyle dedi; mazlumların ve masumların hüznü, manevi bir lezzettir. Bu lezzet ile zayıflara merhamet etmeyi, haksızlığa ise karşı durmayı öğrenirsin. Bunlar bana ilaç gibi gelmişti. Yine de toparlanmak için zamana ihtiyacım var. Herkes kendi yoluna gidecek ancak onu bir türlü affedemiyorum. Hakkımı helal etmiyorum. Büyük mahkemede onunla hesaplaşacağım.

K9'un hikâyesi trajedi doludur. Diğer mülakatlardan farklı olarak ilk kez bir görüşmeci tarafından açık bir şekilde sevgi bağına vurgu yapılmış, ayrılık acısından bahsedilmiştir. Açıkça boşanma süreci, K9'u derin bir üzüntüye sevk etmiş, ruhsal çöküntü yaşamasına neden olmuştur. Başarısızlık hissi, intihar düşüncesi, yalnızlık ve yabancılaşma hissi onun depresif ruh halinin açık göstergeleridir. Acaba K9 mu olan biteni bu kadar büyütmektedir? Yoksa ruhsal dünyasında evliliği ve eşini farklı bir yere mi konumlandırmıştır? Yaşadığı ruhsal gerilimin ve depresyonun onun kişiliği ile bir ilişkisi olabilir mi? Şurası kesindir ki; K9 eşine karşı aşırı bir yüklemeye yapmıştır. Yüklemeye kuramına birinci bölümde eşler arasında çatışmalar bağlamında değinilmişti. K9'un ruh dünyasındaki anlam referansları çok fazladır. K9, aşırı yüklemeye yaparak eşini yüce bir sevgi nesnesi haline getirmiş, bu da açıkça onun büyük beklenti içerisinde davranmasına neden olmuş, bu beklentiler boşa çıkınca da büyük bir hayal kırıklığı ve

buna bağı gelişen öfke, suç ve suçluluk psikolojisi ortaya çıkmıştır. Kimi yerlerde sevgi, üzüntü ve hayal kırıklığı vasıtasıyla açıkça öfke ve kine dönüşmüştür.

K9'a göre evliliğin sonlanmasında kayınvalide birinci aktördür. Diğer sorunlar çözümlenemeyecek problemler değildir. Bunun dışındaki problemler onun için tali niteliktedir. Sevgi nesnesi bu kişi yüzünden elinden gitmiştir. Bu, K9 için zalimce bir muameledir. Çünkü o, kendi ifadesine göre, masum, mağdur ve mazlumdur. Niyeti temiz olmasına karşın başına hep benzer şeyler gelmiştir. Bu noktada onun dini referansları ve dini başa çıkma mekanizmaları önemlidir. K9, kuvvetli bir anlam referans sistemine sahiptir. Dini başa çıkmanın bir anlam arayışı ve dinin de bir anlam referans sistemi olduğu düşünülürse K9 bu açıdan -diğer örneklerle karşılaştırıldığında- çok fazla donanıma sahiptir. Yani onun pek çok dini başa çıkma yöntemi olabilir. Örneğin Tanrı tasavvuru cezalandırıcıdır ancak o, sanki Tanrı huzurunda bir ayrıcalığı varmış gibi davranmaktadır. Çünkü o, zulme uğramış bir kişidir. Niyeti halistir. Günahlarının farkındadır ve bir anlamda onların azabını yaşamaktadır. Nedamet getirip tövbe etmiştir. Tanrı onun yanındadır ve Tanrı'nın huzurunda eşiyile hesaplaşmak istemektedir. Bunlar açıkça onun rahatlatma yöntemidir.

Dini gruptan kişilerle temas etmesi, camide cemaat ile bulunması K9'un sosyal bağıni temin etmiştir. Aksi takdirde o topluma ve diğerlerine yabancılaşmış bir kişidir. Kendisine dini telkinde bulunan bir kişi ile tanışmış, ondan bir nevi dini danışmanlık ya da terapi almıştır. K9, bu kişiyi yolunun aydınlatıcısı olarak görmektedir. Bir baba, bir mürşit gibi onu kabullenmiştir. Bu noktada K9, kendine uygun örnekleri bu kişiden misal edinmiştir. Mürşit olarak gördüğü kişi ona “mazlumların ve masumların hüznü manevi bir lezzettir, bu lezzet ile zayıflara merhamet etmeyi, haksızlığa ise karşı durmayı öğrenirsin” demiştir. Aslında bu cümlede K9'un dini başa çıkma tarzının ve kişilik özelliklerinin çoğu yansıtılmıştır. “Üzüntüden ya da acıdan lezzet alma”, “zayıflara sevgi ve şefkat”, “haksızlığın ise karşısında durma”.

K5 örneğinde işaret edildiği üzere belki burada kişiye has ya da karaktere özgü dini başa çıkma tarzlarından bahsedilebilir. Narsistik dini başa çıkma, sınırda dini başa çıkma, pasif agresif dini başa çıkma vs. Ancak bunları olumsuz örnekler, olumsuz dini başa çıkma davranışları olarak kaydetmek çok da doğru bir yaklaşım olmayabilir. Olumlu ya da olumsuz olsa da bunlar, kişiliğe özgü dini başa çıkma davranışları olabilir.

Nihayetinde bütün bunlar K9'un adalet duygusuyla ve vicdan gelişimi ile ilgili bir durumdur.

Diğer taraftan olayın bizzat K9 tarafından daha travmatize edildiği de savunulabilir. Bu da onun kişilik tarzı ile ilgili olabilir. Zira stres algısı ve var olan durumun yorumlanması kişilik tarzımız ile yakından ilişkilidir (Hatta bazı araştırmacılar stres altında iken gerçek kişiliğimizin ortaya çıktığını savunmuştur) (Costa Jr., Somerfield, & McCrae, 1996, s. 50; Krohne, 1996, s. 400). Dolayısıyla stres algısından ve kişilikten bağımsız başa çıkma davranışları düşünülemez. Weber ve Laux'un belirttiği gibi başa çıkma sürecinde zorlu yaşam olaylarına muhatap olan, günlük yaşamın zorlukları ile mücadele eden, sorunlarla yüz yüze gelen ve çevre ile etkileşim halinde olan varlık, bizzat bireyin kendisidir (Weber & Laux, 1990, s. 37). Dolayısıyla başa çıkmada, birey ve kişilik merkezde yer almaktadır.

K9, dini başa çıkma davranışlarını etkin bir şekilde kullanmaktadır, dini referanslarla kurduğu zihin dünyasında başına gelen travmayı anlamlandırmaya çalışmış, yeri geldiğinde din kardeşlerinden güç almış, yeri geldiğinde ise dini destek alarak yaşadığı sorunların üstesinden gelmeye çalışmıştır. Kur'an dinlemek, camide namaz kılmak onun için ruhsal anlamda bir sığınak ve kurtuluş olmuştur. Dini referans sistemi ve dini başa çıkma yöntemi öfkesini ve kızgınlığını yenmesine kısmen yardımcı olmuştur. Her ne kadar içerisinde kızgınlık barındırsa da emniyetli bir şekilde bu musibetten çıkacağına inanması onun olumlu dini başa çıkma süreçlerinin bir yansıması olarak kabul edilebilir. Burada bela ve musibet kavramına değinecek olursak bir Müslüman için bu kavramlar kaza ve kader inancının bir tezahürüdür. Bela ve musibetlerle karşılaştığında çoğu mümin Allah'a yönelmekte ve dua etmektedir. K9 da benzer bir şekilde davranmış, Allah'a duyduğu yakınlıkla hareket ederek kendini duaya ve ibadete vermiştir. Camide Kur'an dinlemiş, açıklamasını öğrenmiştir. Bela ve musibet konusunda yalnız olmadığını, Allah tarafından bunların seçkin ve sevilen kullara bir sınama vesilesi yapıldığını anlamıştır.

3.3.1.10. Boşanma Sürecinde Mutsuzluk ve Dini Başa Çıkma

Katılımcı 10 (bundan sonra K10), kadın, 30 yaş, lisans mezunu, memur olarak çalışmaktadır. K10, eşi ile 10 yıl önce severek evlendiğini, kısa bir nişanlılık dönemi yaşadıklarını, düğünden iki yıl sonra kızının dünyaya geldiğini, bir ay önce eşinden

fiilen ayrıldığını, ailesinin yanına yerleştiğini, kızının eşinin yanında kaldığını belirtmiştir. K10'un olay öyküsü şöyledir;

Eşimle 17 yaşında iken tanıştım ve birbirimizi severek evlendik. Eşimle aramızda herhangi bir problem yoktu. Zamanla aramızda anlaşmazlıklar oluştu ve aramızdaki sevgi bitti. Evlilik ile ilgili sorunlar beş yıl önce aşıktan yaşanmaya başladı. Kavga ve tartışmalar had safhaya çıktı. Bunlar daha çok onun alkol kullanmasından, ev ile ilgilenmemesinden, bana karışmasından ve beni kıskanmasından kaynaklanıyordu. Ben üç dört sefer evi terk ederek ailemin yanına yerleştim. Ayrılıklarımız birkaç ay sürebiliyordu. Her seferinde gelip beni ikna ediyordu. Kusurlu davranışlarını yapmayacağına dair bana söz veriyordu. Ama o davranışlarını düzeltmiyor, sözünde durmuyordu. Alkole devam ediyordu. Bana karışmaktan da geri durmuyordu. Ona inancım kalmadı. Bir keresinde yüksek topuklu ayakkabı giydiğim için bana sokak ortasında hakaret edip şiddet uyguladı. Güya yüksek topuklu ayakkabı giyen kadınlar kötü yolluymuş ve gizliden gizliye başka erkeklere kendilerini belli etmek istiyorlarmış. Buna benzer tartışmalar ve şiddet hep olageldi. En sonunda yine evi terk ettim ve ailemin yanına yerleştim. Barışmak için yanıma geldi. Ben barışmayı kabul etmedim. Ayrılık ve boşanma kararım bu sefer kesindi. Kendimi mutsuz, yalnız hissediyordum. Ailem benim kararımı destekledi. Dava açtım artık benim için geri dönüşü yok. Allah'tan yaşadığım çevrede boşanmış kadınlara olumsuz bakmıyorlar. Kadın olsam da kendi ayaklarımın üzerinde duracağımı biliyorum. Çalışmaya devam ediyorum.

Çok dindar bir çevrede yetişmedim. Aksine sosyalist bir çevrede büyüdüm. Fatiha'yı dahi bilmezdim. Ancak bu süreçte iş yerinde bir arkadaşım dini anlamda bana yol gösterici oldu. O, dindar bir insandır. Ben yaşadıklarımı sorgularken ve mutsuz hissederken onun dini tavsiyeleri benim için aydınlatıcı oldu. Bana birkaç tavsiyede bulundu. Her şeyin Allah'ın elinde olduğunu ve bir programa göre cereyan ettiğini ve bu programın adının da kader olduğunu söyledi. Kader programının içerisinde bazı noktalarda seçimin Allah tarafından bize bırakıldığını söyledi. Çünkü ben bazen kendimi suçlayıcı davranabiliyordum. Evi terk etmekle kötü kadın mı oldum, yuvamı ben mi dağıttım, niçin mutsuzum diye sorguluyordum. Bu arkadaşım bana Mevlana'nın kitabını hediye etti. Oradaki hikâyelerden çok etkilendim. Okudukça dine olan ilğim arttı ve her şey daha anlamlı hale geldi. Allah var gam yok. Gayret edip bazı sureleri ezberledim. Düzenli olmasa da namaz kılmaya başladım. Hayatımı düzene koymasın için Allah'a dua ettim. Mutsuzluk beni çok yıpratmıştı. Şimdi kendimi daha iyi hissediyorum diyebilirim. Bütün bunlar beni rahatlatmış diyebilirim.

Kıskançlık, daha önce işaret edildiği üzere, eşler arasında önemli bir çatışma nedenidir (Kumanlı Güneş & Özen, 2011, ss. 12-14). Olumsuz bir duygu ve stresördür. Eşinin kıskançlıkları ve kötü muamelesi nedeniyle K10, evliliğini bitirme kararı almıştır. K10'nun evliliği Collange'ın (1997: 64) belirtmiş olduğu anormal (nevrotik) bir evlilik

ilişkisi görünümündedir. K10'nun eşi, onun aktardığına göre yerli yersiz kıskançlık gösterip ona saldırmıştır. Bütün bunlar K10'a mutsuzluk getirmiş, K10'nun evliliğini sorgulamasına neden olmuş, onu anlam arayışına itmiştir. Bu anlam arayışı, boşanma sürecinde iyice açığa çıkmış ve o, dindar birisi olmadığı halde yaşadığı ruhsal bunalımı aşmak için dine yönelmiştir. Zira Dini Dönüşüm dini başa çıkmanın önemli bir boyutudur. Başa gelen musibetler bireyi yeni bir yol arayışına itebilir. Birey bu süreçte din odaklı bir yaşam kurma arayışına girebilir (Aytan, 2012, s. 31). K10'nun aradığı manevi destek, bir iş arkadaşından gelmiştir. Okuduğu tasavvuf hikâyeleri onu etkilemiş ve o dini başa çıkma davranışlarını yoğunlaştırmıştır. Dua ve ibadete yönelmiştir. Sonuçta K10, dini başa çıkma çabaları ile boşanma sürecinde belirgin hale gelen mutsuzluğunun üstesinden gelmeye çalışmış ve olumlu sonuçlar elde etmiştir.

3.3.2. Genel Değerlendirme

Dini başa çıkma açısından boşanma sürecindeki bireylerin ruhsal ve dini belirlenimleri, yukarıda açıklanan on ayrı vaka ile anlatılmaya ve anlaşılmaya çalışılmıştır. Genel bir değerlendirme yapılacak olursa, öncelikle her bir vakanın kendine has ve öznel olduğunu belirtmek gerekir. Teorik kısımda kategorize edilen tüm konuların örnek olaylarda kaotik ve karmaşık bir şekilde yer aldığı gözlenmiştir. Yani bir evliliğin sonlanmasında birden fazla gerekçe ve duygu olduğu ve bunların iç içe geçtiği görülmüştür. K3 ve K7 örneğinde olduğu gibi bir evlilikte boşanma gerekçesi ekonomik sorunları, ihmali, şiddeti ve aldatmayı bir arada içerebilmektedir. K9 örneğinde olduğu gibi son derece depresif ve kompleks duyguları içerebilir. Yine de boşanmanın psiko-sosyal bir süreç olduğu nitel araştırma sonucunda net bir şekilde açığa çıkmıştır. Bu süreç evliliğin başlangıcından sonlanmasına kadar devam edebildiği gibi resmi boşanmadan yıllar sonra dahi etkisini gösteren bir süreçtir. Bu ruhsal anlamda olabileceği gibi çocuk varlığı üzerinden somut bir şekilde de olabilir.

Depresyon, anksiyete ve stres açısından ele alınacak olursa, nitel araştırmaya konu olan örneklemde boşanma süreçleri K6 örneği hariç son derece stresli ve çekişmeli bir görünüm arz etmektedir. Örnek olaylar, boşanmanın niçin en stresli olaylar içerisinde üst sıralarda yer aldığını açıklar niteliktedir. Örneklem özelinde stresin temel göstergesi ve sebeplerinden bazıları şunlardır; çekişme, bunalım (K1, K3, K4, K7, K8, K9, K10), öfke (K1, K2, K3, K9), tehdit altında hissetme (K2, K4), şiddet, işkence ve kötü

muamele (K2, K3, K4, K7, K9, K10), aldatma (K1, K2, K3, K7, K8), sömürü (K3), zorla evlendirilme (K2, K5), çocukların alıkonması ve gösterilmemesi (K2, K8) vs.

Bununla birlikte örneklem grubundakiler bu süreçte yaşadıkları depresif duygularını bazen açık bazen de kapalı bir şekilde ifade etmişlerdir. Örneğin K2: “...stresli hissetmiyorum aksine biraz rahatlamış gibiyim ama üzgünüm, çocuklarım için üzgünüm, böyle bir kaderim olduğu için üzgünüm...” , K3: “...Bazen ağladım bazen bunaldım...” K5: “ ... Bu olaylar karşısında çok üzüldüm halen üzgünüm...” K10: “... Allah var gam yok...” demektedir. Diğer sorunlarla birlikte depresif duygular bazen psikiyatrik tedaviyi gerektirecek sonuçlar doğurmuştur. Örneğin; evlilik sorunları K7’yi o derece üzmüş ve yıpratmıştır ki, o intihara teşebbüs etmiştir.

Anksiyete boyutuyla değerlendirilecek olursa çoğu katılımcı benzer şekilde kaygılarını ifade etmiştir. Örneğin; hissettiği kaygılar neticesinde K8 varoluşsal bir bunalım yaşamış, K9 ise açıkça geleceği için endişe duyduğunu ifade etmiştir. Boşanmayı en az stres ile karşılayan K6 dahi çocuğu için endişelenmiş ve bir strateji geliştirme gereği duymuştur.

Depresyon, anksiyete ve stres birbiri ile ilişkilidir. Nicel araştırma sonuçları bu teorik bilgiyi desteklemiştir. Nitel sonuçlar ise çok daha açık bir şekilde bu olumsuz duyguların boşanma sürecindeki bireyler tarafından bir arada yaşandığını göstermiştir. Depresyon, stres ve kaygının en somut göstergesi vücut üzerindeki etkisidir. Bu noktada K8 ve K9’un aktardığı bilgiler son derece önemlidir. K9 üzüntüden mide spazmı geçirdiğini söylemiştir. K8, sigaraya başladığını ve günde üç paket sigara içtiğini, yemek yiyemediğini ve yediklerini çıkardığını belirtmiştir. Yaşanan olumsuz duyguların, hissedilen endişenin, ruhsal gerilimin, üzüntünün, bu somut göstergelerin ötesinde etkileri ve gözlenemeyen boyutları da vardır. Şurası açıktır ki; bu süreç onları varoluşsal bir sorgulamaya, bir anlam arayışına itmiştir. Çoğu katılımcı bunu açıkça ifade etmiştir. Örneğin K7, “bunları hak edecek ne yaptım, neden benim başıma bunlar geliyor, neden normal ve mutlu bir yuvam yok” diye düşünmüştür. K9, “bunları hak edecek ne yaptım” demiştir. Yıkıldığını ve mahvolduğunu tasavvur etmiş, bütün bunların anlamını sorgulamıştır.

Bu noktada ise bütün bu süreçlerin dini boyutu ve katılımcıların dini başa çıkma davranışları açığa çıkmıştır. En yalın hali ile hatırlanacak olursa dini başa çıkma zor zamanlardaki bir anlam arayışıdır. Bu nedenle katılımcıların dinden bahsetmeye başladığı zaman ister istemez anlam arayışlarını dile getirmeleri manidardır ve bir anlamda teorinin ispat edilmesidir. Zor zamanlarda, kendilerini aşan durumlarda, olayın üstesinden gelmekte zorlandıklarında bireyler ister istemez bu tür sorgulamalara girmekte ve kendilerinden üstün bir kuvvetten yardım alma gereği duymaktadırlar. Bu arayış, katılımcıların davranışlarında aşkın, Kadir-i Mutlak bir Tanrıya yönelmek, dua etmek, haline şükretmek şeklinde tezahür etmiş, bazılarını yakın çevreden ve yetkililerden manevi destek arayışına itmiştir. Kimi adalet, kimi kurtuluş istemiştir. Kimi diyanete müracaat etmiş, kimi ise din kardeşinden yardım görmüştür. Ancak hepsinin ortak yönü ruhsal bir rahatlama ve hafifleme olmuştur. Katılımcıların çoğu stres dolu boşanma sürecinde yaşadıkları onca olumsuz durumla mücadele etmek için dini başa çıkma davranışlarını aktif bir şekilde kullanmışlardır. Dini başa çıkma açısından bu davranışlar olumludur ve onların ruhsal sorunlarını hafifletici etkiye sahiptir. Buna karşın katılımcılar olumsuz dini başa çıkma davranışlarında da bulunmuştur. Beddua etme, affetmeme, ceza odaklı düşünme vs.

Yer yer değinildiği gibi dini başa çıkma davranışları çok farklı dinamiklerden beslenmekte ve karmaşık bir görünüm arz etmektedir. Saf bir şekilde bulunmayan bu davranışlarda kişinin karakteri, dindarlığı, Tanrı tasavvuru, yaşı, cinsiyeti, eğitimi, yetiştiği çevre etkili olmaktadır. Ayrıca dini başa çıkma davranışları tüm kategorik ayrımlarına rağmen bir arada bulunmakta, bazen biri diğerine göre daha çok tercih edilse de zamanla değişime de uğrayabilmektedir. Her halükarda kişiye özgü bir tarz oluşturmaktadırlar. K3, K5 ve K9 vakıaları bunlar için iyi birer örnektir.

Cinsiyet açısından ele alınacak olursa nicel araştırmada olduğu gibi kadınların erkeklere göre daha yoğun dini başa çıkma davranışları sergilediği söylenebilir. Kadınlar daha çok kurtulma psikolojisi ile hareket etmektedirler ve onlar daha çok zulme maruz kalmış gibi gözükmektedirler. Bu da onların anlam arayışını daha çok perçinlemiş, dine yönelmelerini daha kolaylaştırmış olabilir. Ayrıca erkeklere göre onların daha duygusal ve duyarlı varlıklar olduğu düşünülürse dine yönelerek anlam ve teselli bulmuş olmaları da muhtemeldir. Olumlu dini başa çıkma açısından ise yine kadınlar daha pozitif bir

görünüm arz etmiştir. K3 örneği hariç kadın katılımcılar erkeklere göre daha olumlu bir dini başa çıkma süreci yönetmiştir denilebilir. Erkekler ise K8 hariç kadınlara göre daha olumsuz dini başa çıkma davranışları göstermiştir.

Eğitim boyutuyla düşünülürse katılımcıların, K6, K9 ve K10 hariç eğitim seviyesi düşüktür. Eğitim ve dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişki; “eğitim seviyesi düştükçe dini başa çıkma davranışları artar, eğitim seviyesi arttıkça dini başa çıkma davranışları azalır” şeklinde idi. K6, bunun için uygun bir örnek teşkil ederken K9 ve K10 buna aykırı bir örnek teşkil etmiştir. Buradaki fark onların dindarlık boyutu ile ilgili olabilir. Nitekim K9 kendini dindar bir birey olarak tanımlarken, K6 kendisini dindar bir birey olarak tanımlamamaktadır. Ancak ikisinin de eğitim düzeyi yüksektir. Dolayısıyla buradan çıkarılacak sonuç, dini başa çıkma davranışları değerlendirilirken dindarlık boyutu daha birincil bir önemi haizdir. Evet eğitim dini başa çıkma davranışlarında etkilidir ancak dindarlık daha etkili bir faktör olarak gözükmemektedir. Aynı şekilde bu argüman yaş, yaşanılan çevre, gelir durumu için de ileri sürülebilir. Yani diğer faktörlerle birlikte düşünüldüğünde Pargament’in de belirttiği gibi dini başa çıkma, dindarlar için daha belirgin bir öğedir (Pargament, 2003, s. 56).

Ancak K10, hem dindarlık boyutunda hem de eğitim boyutunda aykırı bir örnek teşkil eder. O, K6 gibi eğitilidir ve kendisini dindar bir birey olarak tanımlamamaktadır. Ancak o yine de dine yönelmiş ve aktif bir dini başa çıkma göstermiştir. Onun dini başa çıkma hikâyesi tıpkı K7’de olduğu gibi bir ihtida sürecini, bir dine dönüş öyküsünü anımsatmaktadır. (Burada K7’nin eğitim seviyesinin diğerlerine göre daha düşük düzeyde olduğu da kaydedilmelidir.) Eğer dini başa çıkma davranışları bir ihtida öyküsü, bir dine dönüş sürecini ifade ediyorsa o zaman dindarlık ya da burada zikredilen diğer değişkenlerin dışında başka dinamiklerin etkin olduğu bir dönüşüm sürecinin yürürlükte olduğu iddia edilebilir. Bu tür bir süreçte; yaşanılan stres, yaşamdaki kritik anlar, dini arayış içerisinde kendini hissetme, dine dönüş vesile olan ve kendisiyle duygusal bağ kurulan samimi bir arkadaş etkilidir. Ayrıca bu tür bir yönelim bireyin yeni bir kimlik kazanmak istemesinin tezahürü şeklinde de yorumlanabilir (Köse, 2012, ss. 159-170).

Sonuçta ortaya çıkan bütün bu tablo bir arada değerlendirildiğinde boşanma sürecindeki katılımcılar her biri özgün birer örnek oluşturmakla beraber çoğunlukla dini başa çıkma

davranışlarını kullanmış, bu şekilde yaşanan olumsuzlukların üstesinden gelmeye çalışmışlardır. Bu davranışlar genellikle bir bunaltının ardından anlam arayışı ile yoğunlaşmıştır. Açığa çıkmıştır ki bu süreçte bireyler, maddi ve manevi problemlerle uğraşmak durumunda kalmakta, bunalmakta ve bir anlam arayışına girmektedirler. En seküleri (K6) ya da dinden en uzağı (K10) dahi bu süreçte vicdani sorgulamalar yaptıklarını ifade etmiştir. Bazen anlam arayışı manevi destek arayışını da beraberinde getirmiştir. Böylelikle boşanma sürecindeki katılımcıların olumlu ve olumsuz tüm boyutları ile dini başa çıkma davranışlarına sıklıkla müracaat ettikleri ve olumlu dini başa çıkma davranışlarının onları ruhsal olarak rahatlattığı, üzüntülerinin ve kaygılarının giderilmesi noktasında onlara yardımcı olduğu, olumsuz dini başa çıkma davranışlarının ise aksine onların öfkesini ve bunaltısını arttırdığı ortaya çıkmıştır.

SONUÇ

Boşanma sürecinde bireylerin dini başa çıkma davranışlarını konu edinen bu çalışmada, “sosyo-demografik faktörler ile dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişki”, “boşanmaya dair özellikler ile dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişki”, “öznel dindarlık algısı ile dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişki”, “depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişki” incelenmiştir.

Boşanma sürecindeki katılımcıların dini başa çıkma davranışları genel olarak değerlendirildiğinde katılımcıların yüksek bir ortalamaya (x: 3.51) sahip olduğu, yani bu davranışları sıklıkla kullandıkları bulgulanmıştır. Yüzdelerle ifade edilecek olursa; katılımcıların %67,7’si yüksek düzeyde, %16,9’u çok yüksek düzeyde, %11,9’u orta düzeyde dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir. %3,4’ise çok az sıklıkla bu davranışlara başvurduğunu belirtmiştir. Ortaya çıkan tabloda dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmeyen hiçbir katılımcı yoktur. Yüksek ve çok yüksek düzeyler bir arada değerlendirilirse katılımcıların %84,7’sinin sıklıkla dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği anlaşılmıştır.

Boşanma sürecindeki katılımcıların olumlu ve olumsuz dini başa çıkma davranışlarına bakıldığında katılımcıların olumlu dini başa çıkma ortalamalarının (x: 4.04) olumsuz dini başa çıkma ortalamalarına (x: 1,87) göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Katılımcıların; olumlu dini başa çıkma davranışlarını yüksek düzeyde (%92,4); olumsuz dini başa çıkma davranışlarını ise çoğunlukla düşük düzeyde (%55,9) kullandığı belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre; araştırmanın “boşanma sürecindeki bireyler olumsuz dini başa çıkma davranışlarından ziyade olumlu dini başa çıkma davranışlarına daha sık müracaat ederler” şeklindeki alt hipotezi doğrulanmıştır. Bu veri, daha önceki kesitsel bulgularla uyumludur. Zira daha önce belirtildiği üzere kesitsel bulgular, boşananların daha çok olumlu dini başa çıkma yöntemlerini kullandıklarını işaret etmektedir (Krumrei vd., 2011, s. 974).

Nicel araştırma verilerinden elde edilen bulgular ve hipotezlerin test edilmesi sonucunda genel anlamda; boşanma sürecindeki katılımcıların sosyo-demografik özellikleri, boşanmaya dair verileri ve öznel dindarlık düzeyleri onların dini başa çıkma davranışları ile yakından ilişkilidir. Aynı değişkenler onların depresyon, anksiyete ve

stres düzeyleri ile de ilişkilidir. Boşanma sürecindeki katılımcılardan kendini yüksek düzeyde dindar hissedenlerin dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı düşük seviyedekilere göre daha fazladır. Ayrıca kendini az dindar hissedenlerin daha fazla stres seviyesine sahip olduğu belirlenmiştir. Benzer bir şekilde ibadetlerini yerine getirmedigini söyleyenlerin ibadetlerini daha fazla yerini getirdigini söyleyenlere göre yüksek düzeyde anksiyeteye sahip olduğu bulunmuştur. Yani boşanma sürecindeki katılımcılardan kendini az dindar hissedenler stres ile ilişkili; az ibadet yaptığını söyleyenler ise anksiyete ile ilişkili bulunmuştur. Boşanma sürecindeki katılımcıların depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ile olumlu dini başa çıkma davranışları arasında negatif, olumsuz dini başa çıkma davranışları arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Tüm bu sonuçlar kısaca özetlenecek olursa;

Elde edilen sonuçlara göre cinsiyet açısından dini başa çıkma davranışları bakımından boşanma sürecindeki kadın katılımcıların erkek katılımcılardan daha yüksek ortalamalara sahip olduğu bulunmuştur. Boşanma sürecindeki kadın katılımcıların erkek katılımcılardan daha fazla dini başa çıkma davranışlarına başvuruyor olması dini başa çıkmanın tüm boyutlarında gözlenmekle beraber özellikle “Allah'a Yönelme” ve “Hayra Yorma” boyutunda kendini anlamlı derecede göstermiştir. Boşanma sürecindeki kadın katılımcılar erkek katılımcılara göre daha fazla Allah'a yönelme ve süreci hayra yorma davranışları göstermektedirler. Dolayısıyla araştırmada H2 hipotezine bağlı olarak geliştirilen ve alt hipotez olarak ileri sürülen "boşanma sürecindeki kadınların dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı erkeklerden fazladır" şeklindeki hipotez doğrulanmıştır. Olumsuz dini başa çıkma söz konusu olduğunda ise cinsiyet bakımından anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir; bu nedenle “boşanma sürecindeki kadınlarla karşılaştırıldığında erkekler daha sık olumsuz dini başa çıkma davranışlarına müracaat ederler” şeklindeki alt hipotez reddedilmiştir.

Yaş, söz konusu olduğunda ise boşanma sürecindeki katılımcılar arasında dini başa çıkma davranışlarının olumlu dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında homojen bir görünüm de olduğu ortaya çıkmıştır. Olumsuz dini başa çıkma, “Manevi Hoşnutsuzluk” ve “Şerre Yorma” boyutlarında ise anlamlı farklılaşmaların olduğu, genç kuşakta yer alan 18-24 yaş grubundakilerin, üst yaş gruplarına göre daha fazla olumsuz dini başa çıkma ve manevi hoşnutsuzluk davranışları sergilediği belirlenmiştir. 40-45 yaş

grubundakilerin ise bir alt grupta yer alan 35-39 yaş grubundakilere göre anlamlı derecede daha fazla şerre yorma davranışları gösterdikleri tespit edilmiştir.

Eğitim seviyesine göre katılımcıların dini başa çıkma davranışları değerlendirildiğinde ise olumsuz dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında örneklemin homojen bir görünüm arz ettiği, dini başa çıkmanın genelinde, olumlu dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında yer alan “Allah’a Yönelme” ve “Dini Dönüşüm” boyutlarında ise ilkökul mezunlarının üst eğitim grubundakilere göre anlamlı derecede daha fazla bu davranışlara müracaat ettiği görülmüştür. Dolayısıyla H2 hipotezine bağlı olarak geliştirilen “boşanma sürecindeki bireylerden eğitim düzeyi düşük olanlar eğitim düzeyi yüksek olanlara göre dini başa çıkma davranışlarına daha sık müracaat ederler” alt hipotezi doğrulanmıştır.

Gelir durumuna göre dini başa çıkma davranışları analiz edildiğinde olumsuz dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında örneklemin homojen bir görünüm arz ettiği, dini başa çıkmanın genelinde, olumlu dini başa çıkma ve bunun alt boyutlarında yer alan “Allah’a Yönelme”, “Hayra Yorma”, “Dini Yalvarma” ve “Dini Dönüşüm” boyutlarında düşük gelir grubundakilerin yüksek gelir grubundakilere göre anlamlı derecede daha fazla bu davranışlara müracaat ettiği belirlenmiştir.

Yaşanılan çevre baz alındığında genel itibari ile söylenecek olursa köyde yaşayan katılımcılar şehir merkezinde yaşayanlara göre daha sık dini başa çıkma davranışlarına müracaat etmektedir, bu fark olumlu dini başa çıkma ve “Allah’a Yönelme”, “Hayra Yorma” ve “Dini Dönüşüm” boyutlarında barizleşmiştir. Dolayısıyla “boşanma sürecindeki bireylerden kırsalda yaşayanlar kentte yaşayanlara göre dini başa çıkma davranışlarına daha sık müracaat ederler” şeklindeki alt hipotez doğrulanmıştır.

Boşanma süreci ile ilişkili özelliklerle birlikte katılımcıların dini başa çıkma davranışları değerlendirildiğinde; katılımcılardan kaçarak evlenenler görücü usulü ile evlenenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha fazla dini başa çıkma davranışı göstermektedir. Olumlu dini başa çıkma, “Allah’a Yönelme”, “Dini Yakınlaşma” ve “Dini Dönüşüm” boyutlarında benzer bir görünüm oluşmuştur. Yani evlenme yöntemi ve dini başa çıkma arasında istatistikî bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla H3 hipotezi evlenme yöntemi bağlamında doğrulanmıştır.

Olumsuz dini başa çıkma ve alt boyutlarında ise katılımcılar arasında evlenme yöntemine göre bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir.

Evlilik süresi kısa olan katılımcıların daha fazla evlilik süresine sahip olanlara göre istatistikî olarak anlamlı derecede daha az dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği, olumlu dini başa çıkma ve alt boyutlarında benzer anlamlı farklılaşmaların olduğu bulunmuştur. Olumsuz dini başa çıkma ve alt boyutlarında ise evli kalma süresine göre katılımcılar arasında bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Fiili ayrılık süresine göre katılımcıların dini başa çıkma davranışları incelendiğinde; 3 yıldan fazla fiili ayrılık süresine sahip olanların alt grupta yer alan fiili ayrılık süresine sahip katılımcılara göre daha az dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği bulunmuştur. İstatistiki olarak anlamlı derecede ortaya çıkan bu farklılaşma olumlu dini başa çıkma ve “Allah’a Yönelme” boyutunda kendini göstermiştir. Dolayısıyla fiili ayrılık süresi uzadıkça dini başa çıkma davranışlarına müracaat etme sıklığı azalır” şeklindeki araştırmanın alt hipotezi doğrulanmıştır. Ancak olumsuz dini başa çıkma ve alt boyutlarında böyle bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Dava türü dikkate alındığında; “Dini Yalvarma”, “Dini Dönüşüm”, “Manevi Hoşnutsuzluk” ve “Dini İstikamet Arayışı” boyutları hariç diğer boyutlarda ve dini başa çıkmanın genelinde anlamlı farklılaşmalar ortaya çıkmıştır. Buradan hareketle boşanma dava türüne göre genel anlamda dini başa çıkma davranışları farklılaşmıştır; çekişmeli dava türü olan katılımcıların anlaşmalı dava türü olan katılımcılara göre daha az olumlu dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği, olumsuz dini başa çıkma davranışlarına ise daha fazla müracaat ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Dindarlık açısından değerlendirildiğinde yapılan varyans analizinde katılımcıların dini başa çıkma davranışlarının öznel dindarlık ve ibadet düzeyine göre farklılaştığı öznel dindarlık ve ibadet seviyesi yüksek olanların daha düşük seviyedekilere göre daha fazla dini başa çıkma davranışı gösterdiği tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılaşma olumlu dini başa çıkma boyutunda da kendini göstermiştir. Ancak olumsuz dini başa çıkma boyutunda anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Böylece H4 hipotezi (boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı dolayısıyla depresyon anksiyete stres düzeyleri, öznel dindarlık ve ibadet algıları ile

ilişkilidir) hipotezi ve buna bağlı geliştirilen “katılımcılardan dindarlık algısı yüksek olanlar yani kendini daha dindar hissedenler ve daha fazla ibadet ile meşgul olduğunu söyleyenlerin dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı daha fazladır” alt hipotezi doğrulanırken, “katılımcılardan dindarlık algısı yüksek olanlar yani kendini daha dindar hissedenler ve daha fazla ibadet ile meşgul olduğunu söyleyenler olumsuz dini başa çıkma davranışlarına daha az başvururlar” alt hipotezi reddedilmiştir. Yani katılımcılar için olumlu dini başa çıkma dindarlığa göre değişim gösterirken olumsuz dini başa çıkma için böyle bir farklılaşma söz konusu değildir.

Boşanma sürecindeki katılımcıların ruhsal göstergeleri olarak kabul edilen depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri açısından değerlendirildiğinde ve ortalama puanlar dikkate alındığında katılımcıların genel görünümünü normal seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Depresyon, anksiyete ve stres birbirleri ile ilişkili olgulardır. Bu genel kabul, katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin birbiri ile ilişkisinde de açıkça gözlenmiştir. Boşanma sürecindeki katılımcılar için depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin anlamlı bir şekilde birbiri ile doğru orantılı bir artış ya da azalış gösterdiği tespit edilmiştir.

Katılımcıların bazı sosyo-demografik ve boşanmaya ilişkin özellikleri ile onların depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise depresyon ve stres düzeyleri bakımından erkekler ve kadınlar arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir ancak kadınların ortalama puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Diğer taraftan kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılaşmanın anksiyete düzeyinde ortaya çıktığı bulgulanmıştır. Yani kadın katılımcıların erkeklerden istatistikî olarak anlamlı derecede daha yüksek anksiyete düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yaş değişkenine göre depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri incelendiğinde 18-24 yaş grubundakilerin en yüksek ortalama puanlara sahip olduğu, genel görünüm olarak depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin 30-40 yaş arasında azaldığı 40 yaşından sonra ise arttığı görülmüştür. 40-45 yaş arasındakiler 30-40 yaş aralığındakilere göre anlamlı derecede daha fazla depresyon puanına sahiptir. Yani boşanma sürecindeki katılımcılardan 40-45 yaş aralığındakiler 30-40 yaş arasındaki katılımcılara göre istatistikî olarak anlamlı derecede daha fazla depresif olduğu bulunmuştur.

Evlilik süresine göre depresyon anksiyete ve stres düzeyleri incelendiğinde katılımcılar arasında anlamlı bir farklılaşma ortaya çıkmamıştır. Dolayısıyla “depresyon anksiyete ve stres düzeyi evlilik süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşır” alt hipotezi reddedilmiştir. Diğer taraftan çekişmeli dava süreci içerisinde olduğunu söyleyen katılımcıların anlaşmalı dava sürecindekilere göre anlamlı derecede daha fazla depresyon, anksiyete ve stres seviyesine sahip olduğu bulunmuştur. Böylece "çekişmeli davalarda depresyon anksiyete ve stres düzeyi anlaşmalı davalara göre daha yüksektir" alt hipotezi doğrulanmıştır. Boşanma gerekçesi dikkate alındığında ise anksiyete düzeyinde anlamlı farklılaşmalar oluşmuştur. Buna göre boşanma gerekçesi aldatma olan katılımcılar şiddetli geçimsizlik gerekçesi olanlara göre daha fazla anksiyete düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların öznel dindarlık seviyeleri dikkate alındığında “çok az dindarım” diyenlerin depresyon anksiyete ve stres seviyesi bakımından yüksek ortalamalara sahip olduğu, anlamlı farklılaşmanın stres boyutunda ortaya çıktığı, kendini oldukça dindar hissedenlerin kendini daha az dindar hissedenlere göre daha az stres düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların öznel ibadet algıları dikkate alındığında ise hiç ibadet etmediğini söyleyenler daha çok ibadet ettiğini söyleyenlere göre istatistikî olarak anlamlı derecede daha fazla anksiyete seviyesine sahip olduğu görülmüştür. Ortaya çıkan anlamlı sonuçlarla birlikte "boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı dolayısıyla depresyon anksiyete ve stres düzeyleri, öznel dindarlık ve ibadet algıları ile ilişkilidir" temel hipotezine bağlı olarak test edilen "katılımcılardan dindarlık algısı yüksek olanlar yani kendini daha dindar hissedenler ve daha fazla ibadet ile meşgul olduğunu söyleyenlerin dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı daha fazladır ve bu kişilerin depresyon anksiyete ve stres düzeyleri düşüktür" alt hipotezinin kısmen doğrulandığı, stres ve anksiyete boyutlarında bu tür anlamlı ilişkilerin olduğu ancak depresyon boyutunda bu hipotezin doğrulanmadığı görülmüştür.

Araştırmanın “boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarının onların depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ilişkisi nedir” temel problemi doğrultusunda elde edilen veriler ışığında yapılan analizler sonucunda;

Dini başa çıkmanın geneli için konuşulacak olursa dini başa çıkma ile depresyon ve anksiyete arasında negatif yönde bir korelasyon olmakla birlikte bunlar anlamlı düzeyde değildir fakat dini başa çıkma ile stres arasında anlamlı bir negatif ilişki ($r: -.213, p<.05$) vardır, yani stres ve dini başa çıkma arasında ters orantılı, zayıf bir korelasyon bağı mevcuttur.

Olumlu dini başa çıkma ile depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkiye bakıldığında ise her üç boyutta da anlamlı bir korelasyonun bulunduğu ve bunun yönünün negatif olduğu tespit edilmiştir. Yani olumlu dini başa çıkma ile depresyon ($r: -.320, p<.01$), anksiyete ($r: -.265, p<.01$) ve stresin ($r: -.377, p<.01$) anlamlı bir biçimde ters orantılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Olumsuz dini başa çıkma ile depresyon ($r: .295, p<.01$), anksiyete ($r: .416, p<.01$), ve stres ($r: .293, p<.01$), arasında ise anlamlı pozitif korelasyonlar ortaya çıkmıştır. Yani olumsuz dini başa çıkma ile depresyon, anksiyete ve stres arasında doğru orantılı bir ilişki söz konusudur. Burada diğerlerinden farklı olarak dikkat çekici nokta, olumsuz dini başa çıkma ve anksiyete arasındaki korelasyondur. Bulgular olumsuz dini başa çıkma ile anksiyete arasında orta şiddette pozitif bir korelasyonun varlığını göstermektedir.

Ortaya çıkan sonuçlara göre “boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışları, depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ile ilişkilidir” H1 hipotezine bağlı olarak geliştirilen "boşanma sürecindeki bireylerin depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ile olumlu dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı ters orantılıdır" ve "boşanma sürecindeki bireylerin depresyon anksiyete ve stres düzeyleri ile olumsuz dini başa çıkma davranışlarına başvurma sıklığı doğru orantılıdır" şeklindeki alt hipotezler doğrulanmıştır.

Boşanma sürecinde ortaya çıkan dini başa çıkma ile depresyon anksiyete ve stres arasındaki ilişki düşünüldüğünde; boşanan kişilerin bu süreçte dini başa çıkma davranışlarının olumlu ya da olumsuz olması, olan biteni hayra mı yoksa şerre mi yordukları, dini açıdan hangi uyum mekanizmalarını kullandıkları hem dini başa çıkma ve hem de ruh sağlığı açısından ehemmiyetlidir.

Nitekim depresyondan acı çekenler için dinin ve dini başa çıkmanın önemli bir kaynak olduğu, bu kişilerden manevi destek verme ve gözetme, hayra yorma, işbirliği gibi olumlu dini başa çıkma yöntemleri kullananların daha iyi bir ruh sağlığına sahip olduğu gösterilmiştir. Buna karşın erteleme, şerre yorma, manevi hoşnutsuzluk gibi olumsuz dini başa çıkma yöntemlerini kullananlarda depresif belirtilerinin artmış olduğu kaydedilmiştir. Bu bulgular farklı örneklem grupları (örneğin yaşlılar, hastalar vs.) ile yapılan diğer çalışmalarda ve meta-analizlerle (117 bağımsız çalışma ve 98975 kişi) desteklenmiştir (Klaassen vd., 2006, s. 114).

Bu çalışmada ise zayıf düzeyde kalsa da boşanma sürecindeki bireylerde depresyon ve dini başa çıkma davranışları arasındaki ilişkinin varlığı gösterilmiştir. Kaldı ki olumlu dini başa çıkma ile depresyon arasındaki negatif ilişki ($r: -.320, p<.01$), olumsuz dini başa çıkma ile depresyon arasındaki pozitif ilişki ($r: .295, p<.01$) alt boyutlar da dahil olmak üzere açıkça kendini göstermiştir. Bu bulgular, Webb'in (2008) çalışmasıyla ve ülkemizde yapılan dini başa çıkma odaklı diğer çalışmalarla uyumludur. Örneğin; Ayten tarafından dinî başa çıkmanın alt boyutları ile depresif eğilimler arasındaki ilişki analiz edilmiş, sonuçta olumlu dinî başa çıkmanın, depresif eğilimleri tetikleyen olumsuz düşünmeyi ve kötümserliği engelleyici olduğu vurgulanarak dini başa çıkmanın hayra yorma boyutunda depresif eğilimlerin azaldığı, buna mukabil manevî hoşnutsuzluk, kişilerarası dinî hoşnutsuzluk, şerre yorma ve dinî dönüşüm boyutlarında depresif eğilimlerin arttığı bulgulanmıştır (Ayten, 2012, s. 132).

Başta çıkma sürecinde bireyler, eğer “Allah'ın kendisini terk ettiğini”, “dualarının kabul olmadığını” düşünüp ve “Allah'a kızma” şeklinde “manevî hoşnutsuzluğunu” dile getiriyorlarsa; “Allah'ın kendisini cezalandırdığını” tasavvur edip olan biteni “şerre yoruyor”; “din adamları ve dindarlardan uzaklaşıyor” ve “gittiği yolun yanlış olduğunu düşünüp yeni bir yol arayışına giriyorsa” kendini üzgün hissetme, umutsuzluk, her şeyden sıkılma, suçluluk duygusu, kararsızlık, yorgunluk hissi gibi depresif belirtilerin artacağı kaydedilmiştir. Diğer taraftan eğer bireyler bu süreçte olan biteni “Allah'ın imtihanı olarak görüyor”, “sabrın sonu selamettir” ve “her şeyde bir hayır vardır” diyor ve “yaşadıklarının kendisini olgunlaştıracağını” düşünüyorsa, depresif belirtilerin azalacağı not edilmiştir (Ayten, 2012, s. 132).

Kaygı söz konusu olduğunda da katılımcıların dini başa çıkma davranışları benzer sonuçlar göstermektedir. Boşanma sürecindeki katılımcılarda olumlu dini başa çıkma davranışları ile anksiyete düzeyleri arasında ($r: -.265, p<.01$) istatistikî negatif bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Olumsuz dini başa çıkma davranışları ve anksiyete düzeyleri arasında ise pozitif ilişki gözlenmekle beraber, bu ilişkinin orta düzeyde ($r: .416, p<.01$) olduğu bulgulanmıştır. Diğer taraftan olumsuz dini başa çıkmanın tüm alt boyutlarında anksiyete ile olan pozitif ilişki belirgindir. Bu belirginlik boşanma sürecinde olumsuz dini duygu ve düşünceler, olan biteni şerre yorma, manevi destek bulamadığını düşünme gibi davranışların kapsayıcı bir şekilde endişe ve kaygı düzeyi ile paralel ve yakından ilişkili olduğunu düşündürmüştür. Dini başa çıkma, bireyin kaygıdan kaynaklanan psikolojik çatışmalarını azaltmaya ya da yok etmeye yönelik dinsel davranışları olarak düşünülebilir (Altıntaş, 2014, s. 32). Gerek kaygı ile dindarlık arasındaki ilişkiye dair yapılan çalışmalarda ve gerekse kaygının tedavisinde dini başa çıkmanın etkisi üzerine yapılan araştırmalarda dinin ve dinsel öğelerin olumlu yönde etkisi ampirik olarak ispatlanmıştır (Ayten, 2018, ss. 26-29) ve boşanma sürecindeki bireylerde de bu yönde bulgular elde edilmiştir.

Araştırmada bir diğer dikkat çekici sonuç, katılımcıların olumlu dini başa çıkmanın “Dini Yakınlaşma” boyutunun diğer boyutlara kıyasla depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile daha çok ilişkili olmasıdır. Bu veri, diğer boyuttaki davranışlarla karşılaştırıldığında istatistikî olarak daha fazla öne çıkmaktadır. Dini Yakınlaşma boyutu, bireyin sorunlarla karşılaştığında arkadaş ve yakınlarından dua istenmesini, din görevlileri ile konuşulmasını, manevî bir gücün bir parçası olarak düşünmeyi ve sadaka dağıtmayı kapsamaktadır (Ayten, 2012, ss. 29-32). Dolayısıyla boşanma sürecindeki katılımcıların yakın çevre ve yetkin kişilerden manevi destek bulması, diğer dini başa çıkma davranışlarına kıyasla onların depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile daha çok ilişkili olabilir. Buna mukabil, olumsuz dini başa çıkmanın “Kişiler Arası Dini Hoşnutsuzluk” boyutu ile katılımcıların depresyon ($r: .274, p<.01$), anksiyete ($r: .349, p<.01$) ve stres ($r: .336, p<.01$) düzeylerinin ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu boyut, zor zamanlarda dindarlardan ve din adamlarından uzaklaşmayı din kardeşlerinden yardım alamadığını düşünme gibi davranışları yansıtmaktadır (Ayten, 2012, ss. 29-32). Dolayısıyla boşanma sürecindeki katılımcıların yine yakın çevre ve yetkin kişilerden manevi anlamda destek görmemesi diğer boyuttaki olumsuz dini başa çıkma

davranışlarına kıyasla depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile daha çok ilişkili olduğu savunulabilir. Bu nedenlerden dolayı ruh sağlığı (depresyon, anksiyete ve stres) ile ilişkisi bağlamında boşanma sürecindeki bireylerin yakın çevre ve manevi destek arayışına ilişkin dini başa çıkma davranışlarının önemli olduğu ve öne çıktığı, bunun ayrıca araştırılması gereken bir konu olabileceği düşünülmüştür.

Nicel araştırma sonuçlarına göre boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışları ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi konu edinen bu çalışmada; bütün bu öğelerin birbiri ile ilişkili olduğu, katılımcıların olumsuz dini başa çıkma davranışlarından ziyade olumlu dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettiği, olumlu dini başa çıkmanın depresyon, anksiyete ve stres ile negatif bir ilişkiye sahip olduğu, olumsuz dini başa çıkmanın ise depresyon, anksiyete ve stres ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğu ve tüm bu ilişkilerin anlamlı düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır.

Dini başa çıkma açısından boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışları ile ruhsal göstergeleri nitel araştırma bulgularıyla da anlatılmaya ve anlaşılmaya çalışılmıştır. Teorik kısımda kategorize edilen tüm konuların örnek olaylarda kaotik ve karmaşık bir şekilde yer aldığı gözlenmiştir. Her bir vakanın kendine has ve öznel olduğu değerlendirilmiştir. Nitel araştırma ile incelenen örnekler nicel verilerden elde edilen bilgileri destekler niteliktedir. Bununla birlikte nicel bulgularda boşanma sürecindeki değişkenler arasındaki ilişkisellik, nitel verilerde ise nedensellik açık bir biçimde ortaya çıkmıştır. Nitekim depresyon, anksiyete ve stres açısından ele alınacak olursa, nitel araştırmaya konu olan örnekleme boşanma süreçleri çoğunlukla son derece stresli ve çekişmeli bir görünüm arz etmekle beraber örnek olaylar, boşanmanın niçin en stresli olaylar içerisinde üst sıralarda yer aldığını ve psiko-sosyal bir süreç olarak değerlendirilmek zorunda olduğunu açıklar niteliktedir. Nitel sonuçlar açık bir şekilde olumsuz duyguların boşanma sürecinde bir arada yaşandığını ve bireylerin bunu farklı ve karmaşık dini başa çıkma tarzları ve türleri ile karşıladıklarını, dolayısıyla boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışlarının basitçe ortaya çıkmadığını, analiz edilmeye ve derinlemesine incelemeye muhtaç olduklarını, bütün bunların onların ruhsal sağlığı ile ilgili olduğunu açığa çıkarmıştır.

Her biri özgün bir örnek oluşturmakla beraber boşanma sürecindeki katılımcılar, çoğunlukla dini başa çıkma davranışlarını kullanmış, bu şekilde yaşanan

olumsuzlukların üstesinden gelmeye çalışmışlardır. Bu davranışlar genellikle bir bunaltının ardından anlam arayışı ile yoğunlaşmıştır. Açığa çıkmıştır ki bu süreçte bireyler, maddi ve manevi problemlerle uğraşmak durumunda kalmakta, bunalmakta ve bir anlam arayışına girmektedirler. En seküleri ya da dinden en uzağı dahi bu süreçte vicdani sorgulamalar yaptıklarını ifade etmiştir. Bazen anlam arayışı manevi destek arayışını da beraberinde getirmiştir. Katılımcıların çoğunlukla olumlu dini başa çıkma davranışlarına müracaat ettikleri, bu davranışların genelde Allah'a yönelme ve dua etme şeklinde ortaya çıktığı ve katılımcılar tarafından çoğunlukla aktif bir şekilde kullanıldığı tespit edilmiştir.

Nitel araştırmaya konu olan katılımcılar olumlu dini başa çıkma davranışlarında bulduklarında ruhsal olarak rahatladıklarını, kaygılarından kurtulduklarını, üzüntülerini yendiklerini bizzat ifade etmiştir. Özellikle bu davranışlar, Dini Yakınlaşma ve Dini Dönüşüm boyutları ile yaşandığında katılımcılar hem ruhsal hem de manevi anlamda somut, gözlemlenebilir bir değişim sürecine girmekte ve bu süreçten son derece olumlu ve hayati kazanımlar elde etmektedirler. Aksi durumlarda yani olumsuz dini başa çıkma davranışları ile bu süreç yaşanır olumsuz duyguların devam ettiği, bunaltının ve öfkenin arttığı görülmüştür.

Burada ifade etmek gerekirse nicel araştırmada kendisini belli etmeyen daha doğrusu değinilemeyen kişilik değişkeni nitel araştırmada net bir şekilde kendisini hissettirmiştir. Bu noktada boşanma sürecindeki bireylerin kişilik özelliklerinin onların dini başa çıkma davranışlarını anlama ve açıklamada önemli bir etmen olduğu ve kişilik değişkeninin dâhil edildiği çalışmalara ihtiyaç duyulduğu görülmüştür.

KAYNAKÇA

- Abalı, S. (2006). *Boşanmak İçin Başvuran Kadınların Evlilikteki Cinsel Yaşamlarını Boşanma Nedeni Olarak Görme Durumları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Abugideiri, S. E. (2015). Aile İçi Şiddet. İçinde S. Ahmed & M. M. Amer (Ed.), V. Yorgun (Çev.), *Müslümanlar için Psikolojik Danışma Kültüre ve Dine Duyarlı Ruh Sağlığı Müdahaleleri* (ss. 309-328). Ankara: Nobel.
- Acar, H. (2014). *Kuran Kurslarında Devam Eden Kadınlar Arasında Dindarlık Biçimleri, Dini Başa Çıkma Faaliyetleri ve Psikolojik İyi Hali* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Akgül Sarpkaya, O. (2012). Boşanmış Kadınların Yaşam Deneyimlerine Sosyolojik Bakış. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 15(2), 2-43.
- Akın, A., & Çetin, B. (2007). The Depression Anxiety and Stress Scale (DASS): The Study of Validity and Reliability. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(1), 260-268.
- Akyüz, E. (1978). Boşanmanın Çocuk Üzerindeki Etkileri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 1-6.
- Albayrak, A. (2007). Albayrak, A. (2007). Dindarlık Tipleri Açısından Dua Formları. *Marife*, 7(2), 189-201.
- Alper, Y. (1999). *Bütün Yönleriyle Depresyon*. İstanbul: Gendaş.
- Altıntaş, S. (2014). *Depresyon ile Dinsel Başa Çıkma Arasında İlişki Üzerine Bir Çalışma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Amato, P. R. (1994). The Impact of Divorce on Men and Women in India and the United States. *Journal of Comparative Family Studies*, 25(2), 207-221.
- Amato, P. R., & Previti, D. (2003). People's Reasons for Divorcing: Gender, Social Class, the Life Course, and Adjustment. *Journal of Family Issues*, 24(5), 602-626. <https://doi.org/10.1177/0192513X03254507>
- Anastasova, R. A. (2014). *Understanding the Role of Religion in Coping after Trauma: Resilience, Post-traumatic Growth and Difference in Coping Mechanisms* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Tilburg Üniversitesi, Tilburg.
- Anderson, M. J., Marwit, S. J., Vandenberg, B., & Chibnall, J. T. (2005). Psychological and Religious Coping Strategies of Mothers Bereaved by the Sudden Death of a Child. *Death Studies*, 29(9), 811-826. <https://doi.org/10.1080/07481180500236602>
- Argyle, M. (2000). *Psychology and Religion: An Introduction*. New York: Routledge.

- Argyle, M., & Beit-Hallahmi, B. (2015). Cinsiyet ve Evlilik. İçinde A. Coşkun (Ed.), E. Ürkmez (Çev.), *İslami Sosyal Bilimler Felsefesi*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Arıcı, A. (2005). *Ergenlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Arıkan, Ç. (1996). *Halkın Boşanmaya İlişkin Tutumları Araştırması*. Ankara: Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları.
- Aristoteles. (1975). *Politika*. (M. Tuncay, Çev.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Arslantürk, Z., & Amman, M. T. (2013). *Sosyoloji Kavramlar Kurumlar Süreçler Teoriler* (9. Baskı). İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Arslantürk, Z., & Arslantürk, E. H. (2010). *Uygulamalı Sosyal Araştırma*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- ASPB. (2013). *Türkiye Aile Yapısı Araştırması Tespitler, Öneriler (TAYA 2013)* (Araştırma Raporu). Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- ASPB. (2014). *Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması (TBNA 2014)* (Araştırma Raporu). Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- ASPB. (2015). *Türkiye'de Evlilik Tercihleri* (Araştırma Raporu). Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- Ateş, R. (2004). Evlilikte İlk Yıllar, Çatışmalar ve Güç Kavramı. İçinde H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik Okulu* (ss. 67-77). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Atkinson, R. C., Atkinson, R., Smith, E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). *Psikolojiye Giriş*. (Y. Alogan, Çev.) (6. Baskı). Ankara: Arkadaş Yayınları.
- Ayan, S. (2010). *Aile ve Şiddet*. Ankara: Ütopya Yayınevi.
- Aybey, S. (2015). Aile ve Dini Rehberlik Bürolarına Gelen Sorular Işığında Kadınların Boşanma Nedenleri (Ege Bölgesi Örneği). *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29(8), 104-126.
- Aydın, F. (2018). *Yahudilik* (3. Baskı). İstanbul: Mahya Yayıncılık.
- Aydın, K. B. (2010). *Stresle Başa Çıkma* (2. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aydın, Mahmut. (2010). *Ana Hatlarıyla Dinler Tarihi*. İstanbul: Ensar Yayınları.
- Aydın, Mustafa. (2013). Toplumsal Yapı ve Kurumlar. İçinde İ. Çapçioğlu & H. Beşirli (Ed.), *Sosyolojiye Giriş* (ss. 113-134). Ankara: Grafiker Yayınları.

- Aydoğmuş, A. Sosyal Medya, Boşanmalar ve Aldatmalar. <https://www.teknolojioku.com/guncel/gunun-yazisi-sosyal-medya-bosanmalar-ve-alduatmalar-5a28f83018e540630d1d8910> Ulaşım tarihi 16 Aralık 2018.
- Ayten, A. (2012). *Tanrı'ya Sığınmak*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ayten, A. (2013). Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13(3), 7-31.
- Ayten, A. (2018). *Din ve Sağlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.
- Ayten, A., Göcen, G., Sevinç, K., & Öztürk, E. E. (2012). Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12(2), 45-79.
- Ayten, A., & Yıldız, R. (2016). Dindarlık, Hayat Memnuniyeti İlişkisinde Dinî Başa Çıkmanın Rolü Nedir? Emekliler Üzerine Bir Araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 16(1), 281-308.
- Bacanlı, H. (2000). *Gelişim ve Öğrenme* (3. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Bahadır, A. (2011). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din* (2. Baskı). İstanbul: İnsan Yayınları.
- Bakırcıoğlu, R. (2012). *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Bal, H. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (2. Baskı). Isparta: Fakülte Kitabevi.
- Balcı Arvas, F. (2016). *Psikoloji Din ve Mutluluk*. Bursa: Emin Yayınları.
- Balkanlıoğlu, M. A. (2012). Alevi-Sünni Evliliklerinin Aile İlişkileri ile Çocuk Yetiştirme Üzerine Etkileri ve Sosyal Damgalama. *Türk Kültürü ve Hacı Bektaş Velî Araştırma Dergisi*, (62), 163-182.
- Baltaş, Z., & Baltaş, A. (1990). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baran, M. (2013). *Kadınlara Verilen İletişim Çatışmaları Eğitiminin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Bardakoğlu, A. (1991). Hukuki ve Sosyal Açıdan Boşanma. İçinde *Türk Aile Ansiklopedisi* (C. 1, ss. 199-206). Ankara: TC Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları.
- Batan, S. N. (2016). *Yetişkinlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Dini Başa Çıkmanın Yaşam Doyumuna Etkileri* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Batson, C. D., Schoenrade, P., & Ventis, W. L. (2017). *Din ve Birey*. (A. Kuşat & A. Taştan, Çev.). Kayseri: Kimlik Yayınları.

- Battal, A. (2008). *Boşanma Sebepleri Bilimsel Araştırma Projesi Uygulama Sonuçları (Nihai Rapor)* (Araştırma Raporu). İstanbul: Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü ve Akademik Dayanışma Araştırma ve Geliştirme Vakfı.
- Bay, P. S., Beckman, D., Trippi, J., Gunderman, R., & Terry, C. (2008). The Effect of Pastoral Care Services on Anxiety, Depression, Hope, Religious Coping, and Religious Problem Solving Styles: A Randomized Controlled Study. *Journal of Religion and Health*, 47(1), 57-69. <https://doi.org/10.1007/s10943-007-9131-4>
- Baynal, F. (2018). Boşanma Sonrası Başa Çıkmada Dini ve Manevi Etkilerin İncelenmesi. *Bilimname*, (35), 253-282.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression Causes and Treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T., & Emery, G. (2006). *Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler*. (V. Öztürk, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Becker, G. S. (1993). *A Treatise on the Family*. Massachusetts: Harvard University Press.
- Bell, N. K., Harris, S. M., Crabtree, S. A., Allen, S. M., & Roberts, K. M. (2018). Divorce Decision-Making and the Divine. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(1), 37-50. <https://doi.org/10.1080/10502556.2017.1375330>
- Berman, W. H., & Turk, D. C. (1981). Adaptation to divorce: Problems and coping strategies. *Journal of Marriage and the Family*, 43(2), 179-189. <https://doi.org/10.2307/351428>
- Betzig, L. (1989). Causes of Conjugal Dissolution: A Cross-cultural Study. *Current Anthropology*, 30(5), 654-676. <https://doi.org/10.1086/203798>
- Blackburn, I. M. (1996). *Depresyon ve Başaçıkma Yolları* (2. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Blomquist, J. M. (1986). Exploring Spiritual Dimensions: Toward a Hermeneutic Divorce. *Pastoral Psychology*, 34(3), 161-172. <https://doi.org/10.1007/BF01759963>
- Bloom, B. L., Hodges, W. F., & Caldwell, R. A. (1983). Marital Separation: The First Eight Months. İçinde E. J. Callahan & K. A. McCluskey (Ed.), *Life-Span Developmental Psychology Nonnormative Life Events* (ss. 217-239). New York: Academic Press.
- Bohannon, P. (1970). The Six Stations of Divorce. İçinde P. Bohannon (Ed.), *Divorce and After* (ss. 33-62). New York: Doubleday and Company Inc.
- Bowlby, J. (2013). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.) (2. Baskı). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

- Bowlby, J. (2014). *Ayrılma*. (M. Günay, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2015). *Kaybetme*. (N. Nirven & N. Diner, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Boz, H., Yılmaz, Ö., & Arslan, A. (2016). *Türkçe Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği Kısa Form Geçerlilik Güvenilirlik Çalışması (Dass 21)*. Program adı: EITOC – II. Eurasia International Tourism Congress, Konya.
- Briscoe C, & Smith J. B. (1975). Depression in Bereavement and Divorce: Relationship to Primary Depressive Illness: a Study of 128 Subjects. *Archives of General Psychiatry*, 32(4), 439-443. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1975.01760220051006>
- Brosan, L., & Todd, G. (2016). *Stres*. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Brown, T. A., Chorpita, B. F., Korotitsch, W., & Barlow, D. H. (1997). Psychometric Properties of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in Clinical Samples. *Behaviour Research and Therapy*, 35(1), 79-89. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(96\)00068-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00068-X)
- Bruce, M. L., & Kim, K. M. (1992). Differences in the Effects of Divorce on Major Depression in Men and Women. *American Journal of Psychiatry*, 149(7), 914-917. <https://doi.org/10.1176/ajp.149.7.914>
- Bulut, I. (1983). Parçalanmış Aileden Gelen Çocukların Davranış Özellikleri Hakkında Bir İnceleme. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu Dergisi*, 1(1-2), 79-110.
- Butter, E. M., & Pargament, K. I. (2003). Development of a Model for Clinical Assessment of Religious Coping: Initial Validation of the Process Evaluation Model. *Mental Health, Religion & Culture*, 6(2), 175-194. <https://doi.org/10.1080/1367467021000038183>
- Byadgi, S. T., Yadav, V. S., & Hiremath, U. (2014). Styles of Conflict Management Among Dual Earner Couples. *Karnataka Journal of Agricultural Sciences*, 27(1), 63-66.
- Byrd, R. C. (1991). Positive Therapeutic Effects Of Intercessory Prayer in A Coronary Care Unit Population. *Southern Medical Journal*, 81(7), 826-829.
- Ceylan, U. A. (2018). *Ölümlülük Bilincinin Dini Başa Çıkma, Tanrı Algısı, Ölüm Kaygısı ve Psikolojik İyi Olma İle İlişkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Chapman, L. K., & Steger, M. F. (2008). Race and Religion: Differential Prediction of Anxiety Symptoms by Religious Coping in African American and European American Young Adults. *Depression and Anxiety*, 27(3), 316-322. <https://doi.org/10.1002/da.20510>

- Chiriboga, D. A., & Cutler, L. (1978). Stress Responses among Divorcing Men and Women. *Journal of Divorce*, 1(2), 95-106.
- Chiriboga, D. A., & Krystal, S. (1985). An Empirical Taxonomy of Symptom Types Among Divorcing Persons. *Journal of Clinical Psychology*, 41(5), 601-613. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198509\)41:5<601::AID-JCLP2270410504>3.0.CO;2-9](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198509)41:5<601::AID-JCLP2270410504>3.0.CO;2-9)
- Cirhinlioğlu, F. G. (2010). *Din Psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Cirhinlioğlu, Z., Ok, Ü., & Cirhinlioğlu, F. G. (2013). *Dindarlık Ruh Sağlığı ve Modernite*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- CİSED. <http://www.cised.org.tr/basin/328/cised-aldatma-turlerini-acikladi> Ulaşım tarihi 16 Ağustos 2017.
- Clarke-Stewart, C.-S., & Brentano, C. (2006). *Divorce: Causes and Consequences*. New Haven and London: Yale University Press.
- Cleek, M. G., & Pearson, T. A. (1991). Demographic Subgroup Contributions to Divorce Cause Constellations. *Journal of Divorce & Remarriage*, 15(1-2), 33-49. https://doi.org/10.1300/J087v15n01_04
- Coleman, M., Ganong, L., & Leon, K. (2006). Divorce and Postdivorce Relationships. İçinde A. L. Vangelisti & D. Perlman (Ed.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (ss. 157-176). USA: Cambridge University Press.
- Collange, C. (1997). *Boşanma Salgını*. (S. Akten, Çev.) (2. Baskı). Ankara: Doruk Yayıncılık.
- Collingwood, R. G. (1999). *Doğa Tasarımı*. (K. Dinçer, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Costa Jr., P. T., Somerfield, M. R., & McCrae, R. R. (1996). Personality and Coping: A Reconceptualization. İçinde M. Zeidner & N. S. Endler (Ed.), *Handbook of coping: Theory, research, applications*. (ss. 44-61). Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Cronqvist, A., Klang, B., & Bjorvell, H. (1997). The Use and Efficacy of Coping Strategies and Coping Styles in a Swedish Sample. *Quality of Life Research*, 6(1), 87-96. <https://doi.org/10.1023/A:1026425730325>
- Curun, F. (2006). *Yüklemeler, İletişim Çatışmaları, Cinsiyet ve Cinsiyet Rolü Yönelimi İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Curun, F. (2014). Yüklemeler, İletişim Çatışmaları ve Cinsiyet Rolü Yöneliminin Evlilik Doyumuna Etkileri. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 1023-1040.
- Cüceloğlu, D. (2011). *İnsan ve Davranışı* (22. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Çağrııcı, M. (2008). Sabır. İçinde *İslam Ansiklopedisi* (C. 35, ss. 337-339). Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Çağrııcı, M. (2012a). *Anahatlarıyla İslam Ahlakı*. İstanbul: Ensar Yayınları.
- Çağrııcı, M. (2012b). Tevekkül. İçinde *İslam Ansiklopedisi* (C. 41, ss. 1-2). Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Çayıroğlu, Y. (2016). Modern Zamanlarda Ailevî Çözülmenin Psiko-Sosyal Dinamikleri. *Mehir Aile Dergisi*, (3), 11-40.
- Çelen, M. (2011). *Türkiye’de Boşanma Olgusu ve Boşanma Çeşitleri*. Program adı: Ulusal Aile Sempozyumu-Sebeup ve Sonuçlarıyla Boşanma Olgusu, Adana.
- Çevik Demir, Ş. (2013). *Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Çufta, M. (2014). *Kanser Hastalığı ile Başa Çıkma Dini İnanç ve Tutumların Rolü* (Kosova Örneği) (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Dein, S. (2014). Din Maneviyat ve Depresyon: Tetkik ve Tedavi için Öneriler. *EKEV Akademi Dergisi*, 18(58), 739-750.
- Demirkan, S. Y., Ersöz, A. G., Şen, R. B., Ertekin, E., Sezgin, Ö., Turğut, A. M., & Şehitoğlu, N. (2009). *Boşanma Nedenleri Araştırması* (Araştırma Raporu). Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü.
- Dilmaç, B., Ekşi, F., & Şimşir, Z. (2016). Psikolojik Danışma Deneyimi Yaşayanların Dini Başa Çıkma Psikolojik İyi Olma ve Affetme Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler: Bir Model Önerisi. İçinde A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz (Ed.), *Manevi Rehberlik ve Danışmanlık I* (ss. 169-186). İstanbul: Dem Yayınları.
- Doğan, M. (2014). Dinlerde ve İslam Kültüründe Sabır. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (5), 93-130.
- Doğan, M. (2017). Karakter Gücü Olarak Sabır ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 134-153.
- Dokur, M., & Profeta, Y. (2014). *İlişki Denklemi Aileler ve Çiftler* (4. Baskı). İstanbul: Goa Yayıncılık.
- Duran, Ş., & Hamacı, Z. (2010). Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programının Romantik İlişkiler Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Çatışma İletişim Tarzları Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 6(23), 87-99.
- Ekşi, H. (2001). *Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.

- Elkin, M. (1977). Postdivorce Counseling in a Conciliation Court. *Journal of Divorce*, 1(1), 55-65. https://doi.org/10.1300/J279v01n01_06
- Emery, R. E. (2013b). *Cultural Sociology of Divorce: An Encyclopedia*. USA: SAGE Publications.
- Emery, R. E. (2013a). *Evlilik, Boşanma ve Çocukların Uyumu*. (E. O. Gezmiş, Çev.). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Emmons, R. A., & Kneezel, T. T. (2005). Giving Thanks: Spiritual and Religious Correlates of Gratitude. *Journal of Psychology and Christianity*, 24(2), 140-148.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2004). *The Psychology of Gratitude*. New York: Oxford University.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-854. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.844>
- Engels, F. (2003). *Ailenin Özel Mülkiyetin ve Devletin Kökeni*. Ankara: Eriş Yayınları.
- Ergin, H. (2004). Eşler Arası İletişim Çatışmaları. İçinde H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik Okulu* (ss. 177-201). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erkan, E. (2014). Türkiye’de Dindarlığın Tespiti ile İlgili Çalışmalar ve Tahkikî Dindarlığın Ölçülmesiyle İlgili Öneriler. *EKEV Akademi Dergisi*, 18(60), 125-140.
- Eryücel, S. (2013). *Yaşam Olayları ve Dini Başa Çıkma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Eysenck, H. J. (1980). Personality, Marital Satisfaction, and Divorce. *Psychological Reports*, 47(3, Pt 2), 1235-1238. <https://doi.org/10.2466/pr0.1980.47.3f.1235>
- Fagan, P. F., & Churchill, A. (2012). The Effects of Divorce on Children, 1-48.
- Feder, A., Ahmad, S., Lee, E. J., Morgan, J. E., Singh, R., Smith, B. W., Charney, D. S. (2013). Coping and PTSD Symptoms in Pakistani Earthquake Survivors: Purpose in life, Religious Coping and Social Support. *Journal of Affective Disorders*, 147(1), 156-163. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.10.027>
- Feher, S., & Maly, R. C. (1999). Coping with Breast Cancer in Later Life: The Role of Religious Faith. *Psycho-Oncology*, 8(5), 408-416. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-1611\(199909/10\)8:5<408::AID-PON409>3.0.CO;2-5](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-1611(199909/10)8:5<408::AID-PON409>3.0.CO;2-5)
- Ferah, N. (2013). *Suçta Sürüklenen 12-18 Yaşlar Arası Ergenlerde Şiddetin Din Psikolojik Tahlili (Sakarya Örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

- Ferah, N. (2014). Bireysel Psikoloji ve Din. *Toplumbilimleri Dergisi*, 8(15), 195-208.
- Feyzioğlu, S., & Kuşçuoğlu, C. (2011). Tek Ebeveynli Aileler. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 7(26), 97-110.
- Fichter, J. (2002). *Sosyoloji Nedir*. (N. Çelebi, Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (4. Baskı). London: SAGE Publications.
- Foster, R. J. (1992). *Prayer Finding The Heart's True Home*. USA: HarperCollins.
- Francis, L. J. (1997). The Psychology of Gender Differences in Religion: A Review of Empirical Research. *Religion*, 27(1), 81-96. <https://doi.org/10.1006/reli.1996.0066>
- Freud, S. (1994). *Psikanalize Giriş Dersleri*. (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki Yayınevi.
- Freud, S. (2012). *Totem ve Tabu*. (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Gander, M. J., & Gardiner, H. W. (2004). *Çocuk Ergen Gelişimi*. (B. Onur, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Gazali, E. H. (1981). *İhyâ-i Ulûm-id-dîn III*. (A. Arslan, Çev.). İstanbul: Arslan Yayınları.
- Geçtan, E. (1995). *Psikanaliz ve Sonrası* (6. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gerber, M. M., Boals, A., & Schuettler, D. (2011). The Unique Contributions of Positive and Negative Religious Coping to Posttraumatic Growth and PTSD. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(4), 298-307. <https://doi.org/10.1037/a0023016>
- Giddens, A. (2012). *Sosyoloji*. İstanbul: Kırmızı Yayınları.
- Gilbert, P. (2016). *Depresyon*. (N. Yener, Çev.). İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Glock, C. Y. (1998). Dindarlığın Boyutları Üzerine. İçinde Y. Aktay & drl. M. E. Köktaş (Drl.), M. E. Köktaş (Çev.), *Din Sosyolojisi* (ss. 250-267). İstanbul: Vadi Yayınları.
- Gomez, F. <https://jeanmartainnaturopath.com.au/wp-content/uploads/2016/10/Dass21.pdf> Ulaşım tarihi 04 Mart 2017.
- Göcen, G. (2012). *Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Gökçe, B. (1978). Evlilik Kurumuna Sosyolojik Bir Yaklaşım. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (1), 7-21.

- Gökmen, A. (2018). *Yas ve Dini Başa Çıkma: Klinik Bir Örneklem Değerlendirmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.
- Gray, G. M. (1978). The Nature of the Psychological Impact of Divorce upon the Individual. *Journal of Divorce*, 1(4), 289-301.
- Greenberg, R. L. (2007). Depresyon. İçinde D. R. L. Leahy (Ed.), H. Hacak, M. Macit, & F. Özpilavcı (Çev.), *Bilişsel Terapi ve Uygulamaları* (2. Baskı, ss. 105-107). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Gross, J. J., & Callahan, M. F. (2006). *Money and Divorce The First 90 Days and After*. USA: Sphinx Publishing.
- Guttman, J. (1993). *Divorce in Psychosocial Perspective: Theory and Research*. New York: Psychology Press.
- Güler Aydın, Ö. (2015). Yaşamı Sürdürmede ve İntiharı Önlemede Dindarlık ile İlgili Değişkenlerin Rolü. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(40), 466-475.
- Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 68-79.
- Gün, E. (2012). *Stresle Başa Çıkma Bilişsel Süreçler ve Dindarlık Üzerine Bir İnceleme* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Günay, H. M. (2014). Nüşûz. İçinde *İslam Ansiklopedisi* (C. 33, ss. 303-304). Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Günay, Ü. (2010). *Din Sosyolojisi* (9. Baskı). İstanbul: İnsan Yayınları.
- Günayer Şenel, H. (2004). Eş Seçimi Kararı. İçinde H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik Okulu* (ss. 53-66). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gürses, İ. (2017). *Dindarlık ve Kişilik* (2. Baskı). Bursa: Emin Yayınları.
- Haley, J. (1988). *İletişim Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi*. (A. Uzunöz, Çev.). Ankara: Çark Kitabevi Yayınları.
- Harrison, M. O., Koenig, H. G., Hays, J. C., Eme-Akwari, A. G., & Pargament, K. I. (2001). The Epidemiology of Religious Coping: A Review of Recent Literature. *International Review of Psychiatry*, 13(2), 86-93. <https://doi.org/10.1080/09540260124356>
- Hendrick, S. S. (2009). *Yakın İlişkiler Psikolojisi*. (A. Dönmez, A. Büyükşahin, N. Taluy, I. Başer, & M. Güler, Çev.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2011). The Short-form Version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct Validity and Normative Data in a

Large Non-clinical Sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), 227-239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>

- Heo, G. J., & Koeske, G. (2013). The Role of Religious Coping and Race in Alzheimer's Disease Caregiving. *Journal of Applied Gerontology*, 32(5), 582-604.
- Hetherington, E. M., Cox, M., & Cox, R. (1979). Play and Social Interaction in Children Following Divorce. *Journal of Social Issues*, 35(4), 26-49.
- Holahan, C. J., Moos, R. H., & Schaefer, J. A. (1996). Coping, Stress Resistance, and Growth: Conceptualizing Adaptive Functioning. İçinde M. Zeidner & N. S. Endler (Ed.), *Handbook of Coping* (ss. 24-43). New York: John Wiley & Sons.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Hood, R. W., Hill, Peter C., & Spilka, Bernard. (2009). *The Psychology of Religion: An Emprical Approach* (4. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Hortaçsu, N. (1991). Evlilik ve Boşanma Nedenlerine Verilen Önemi Etkileyen Faktörler Olarak Değerlendirme Yaklaşımı, Cinsiyet ve Medeni Durum. *Aile ve Toplum Dergisi*, 1(1), 35-40.
- Hortaçsu, N. (2015). *Zamanda Aile Ailede Zaman*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Hüsrevoğlu, M. (2010). *İslam'da Evlilik ve Boşanma*. Kayseri: Arznet Yayıncılık.
- İçli, G. (1997). Aile Araştırmalarında Yöntem ve Yaklaşım. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (3), 59-66.
- İlgar, Ş. (2004). Evlilik Birlikteliğinin Bozulması-Boşanma. İçinde H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik Okulu* (ss. 227-239). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- İmamoğlu, A. (2012). *Psikolojik ve Ahlaki Açından Çocuk Suçluluğu*. İstanbul: Işık Akademi.
- İmamoğlu, A., & Yavuz, A. (2011). Üniversite Gençliğinde Dini İnanç ve Umutsuzluk İlişkisi. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13(23), 205-244.
- Işık, Z. (2013). *Ebeveyni Ölen Yetişkinlerde Dinî Başa Çıkma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- İşmen, A. E. (2004). Aile Yaşam Döngüsü. İçinde H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik Okulu* (ss. 19-39). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- James, W. (2017). *Dinsel Deneyimin Çeşitleri İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme*. (İ. H. Yılmaz, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

- Jocklin, V., McGue, M., & Lykken, D. T. (1996). Personality and Divorce: A Genetic Analysis. *Journal of personality and social psychology*, 71(2), 288-299.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Günümüzde İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş* (12. Baskı). İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kalmijn, M., & Uunk, W. (2007). Regional Value Differences in Europe and the Social Consequences of Divorce: A Test of the Stigmatization Hypothesis. *Social Science Research*, 36(2), 447-468. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.06.001>
- Kaplan, Y. S. (2012). Enforcement of Divorce Judgments in Jewish Courts in Israel: The Interaction Between Religious and Constitutional Law. *Middle East Law and Governance Journal*, 4(1), 1-68.
- Karaca, F. (2014). *Yabancılaşma ve Din Dinsel Yabancılaşmanın Sosyal Psikolojik Analizi* (2. Baskı). İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Karagöz, S. (2010). *Otistik Çocukların Anne Babalarında Anlamlandırma ve Dini Başa Çıkma*. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Karahan, A. S. (2012). *Boşanma Sonrası Yaşama Uyum* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karakaş, A. C. (2014). *Gerçeklik Terapisi Yönelimli Dini Başa Çıkma Psiko eğitim Programının Affetme Esnekliği, Empati ve Stresle Başa Çıkma Üzerindeki Etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Kaslow, F. W. (1980). Stages of divorce: A Psychological Perspective. *Villanova Law Review*, 25(4), 718-751.
- Kaya, F. (2014). *Zihinsel Engelli Çocuklara Sahip Ailelerde Problem Çözme ve Dini Başa Çıkma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Kayıklık, H. (2003). İçerik ve Kazanım Açısından Din Psikolojisi. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3(1), 83-102.
- Kayıklık, H. (2011). *Tasavvuf Psikolojisi* (2. Baskı). Ankara: Akçağ Basım Yayım.
- Keskin, G. S. (2013). *Travmatik Bir Yaşantı Olarak Boşanma: Aile İçi Şiddet, Travmatik Stres ve Sosyal Desteğin Travma Sonrası Büyüme ile İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kessler, H. (2014). Giriş. İçinde H. Kessler (Ed.), Y. Özkardeşler Şallı (Çev.), *Evlilik Terapisi* (ss. 13-36). İstanbul: Prestij Yayınları.
- Kessler, S. (1975). *The American Way of Divorce: Prescriptions for Change*. Chicago: Nelson-Hall.

- Khan, Z. H., Watson, P. J., & Chen, Z. (2011). Differentiating Religious Coping From Islamic Identification in Patient and Non-patient Pakistani Muslims. *Mental Health, Religion & Culture*, 14(10), 1049-1062. <https://doi.org/10.1080/13674676.2010.550040>
- Kierkegaard, S. (2013). *Evliliğin Estetik Geçerliliği*. (İ. Kapaklıkaya, Çev.) (3. Baskı). İstanbul: Araf Yayınları.
- Kindi, Y. b. İ. (2017). *Üzüntüden Kurtulma Yolları*. (M. Çağrııcı, Çev.) (3. Baskı). Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Klaassen, D. W., McDonald, M. J., & James, S. (2006). Advance in The Study of Religious and Spiritual Coping. İçinde P. T. P. Wong, & L. C. J. Wong (Ed.), *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (ss. 105-132). New York: Springer.
- Koç, M. (2005). Din Psikolojisi Açısından Ergenlik Döneminde Dua ve İbadet Psikolojisinin Gelişimi. *EKEV Akademi Dergisi*, 9(25), 75-88.
- Koç, M. (2016). *Manevi-(Psikolojik) Danışmanlık Müslüman-Türk Diasporası Örneği* (2. Baskı). Bursa: Emin Yayınları.
- Koenig, H. G. (2005). *Faith and Mental Health: Religious Resources for Healing*. Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Korkmaz, Ç. Y. (2014). *Evlilik Birliğinin Temelinden Sarsılmış Olması Nedeniyle Boşanma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Köse, A. (2012). *Neden İslam'ı Seçiyorlar?* İstanbul: İz Yayıncılık.
- Krohne, H. W. (1996). Individual Differences in Coping. İçinde M. Zeidner & N. S. Endler (Ed.), *Handbook of Coping* (ss. 381-409). New York: John Wiley & Sons.
- Krumrei, E. J. (2009). *A Longitudinal Analysis of the Role of Religious Appraisals and Religious Coping in Adults' Adjustment to Divorce* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Bowling Green State University, USA.
- Krumrei, E. J., Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2011). Spiritual Stress and Coping Model of Divorce: A Longitudinal Study. *Journal of Family Psychology*, 25(6), 973-985. <https://doi.org/10.1037/a0025879>
- Kucuroğlu, Z. (2011). *Boşanmanın Kişisel Sonuçları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kula, N. (2002). Deprem ve Dini Başa Çıkma. *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(1), 234-255.
- Kula, N. (2005). *Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma*. İstanbul: Dem Yayınları.

- Kumanlı Güneş, A., & Özen, Ö. (2011). İlişki Sorunları ve Boşanma. İçinde A. Zara (Ed.), *Yaşadıkça* (ss. 11-31). Ankara: İmge Kitabevi.
- Kurt, A. (2009). Dindarlığı Etkileyen Faktörler. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1-26.
- Kurt, A. (2012). Aile ve Din. İçinde N. Akyüz & İ. Çapçioğlu (Ed.), *Din Sosyolojisi* (ss. 387-399). Ankara: Grafiker Yayınları.
- Küçükcan, T. (2011). *Toplumun, Kültür Politikaları ve Medyanın Kültürel Süreçlere Etki Algısı Araştırması* (Proje Raporu). Ankara: SETA.
- Küçükcan, T., & Köse, A. (2006). *Doğal Afetler ve Din*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Laing, R. D. (2012). *Aile Politikaları ve Diğer Denemeler*. (Y. Profeta, Çev.). İstanbul: Goa Yayıncılık.
- Lambert, N. M., Fincham, F. D., Braithwaite, S. R., Graham, S. M., & Beach, S. R. H. (2009). Can Prayer Increase Gratitude? *Psychology of Religion and Spirituality*, 1(3), 139-149. <https://doi.org/10.1037/a0016731>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Psychological Stress and The Coping Process*. New York: Springer.
- Le Gall, A. (2012). *Anksiyete ve Kaygı*. (İ. Yerguz, Çev.). Ankara: Dost Kitabevi.
- Levin, J. S., & Chatters, L. M. (1998). Research on Religion and Mental Health: An Overview of Empirical Findings and Theoretical Issues. İçinde H. G. Koenig (Ed.), *Handbook of Religion and Mental Health* (ss. 33-51). California: Academic Press.
- Levinger, G. (1976). A Social Psychological Perspective on Marital Dissolution. *Journal of Social Issues*, 32(1), 21-47. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1976.tb02478.x>
- Lévi-Strauss, C. (2012). *Yapısal Antropoloji*. (A. Kahiloğulları, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Lôo, H., & Lôo, P. (1993). *Depresyon*. (A. Öz, Çev.). İstanbul: İletişim Yayıncılık.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The Structure of Negative Emotional States: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Mahoney, A. (2013). The Spirituality of Us: Relational Spirituality in the Context of Family Relationships. İçinde K. I. Pargament (Ed.), *APA Handbooks in Psychology: APA Handbook of Psychology, Religion and Spirituality* (ss. 365-389). Washington DC: American Psychological Association.

- Mahoney, A., & Cano, A. (2014). Introduction to the Special Section on Religion and Spirituality in Family Life: Delving into Relational Spirituality for Couples. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 583-586. <https://doi.org/10.1037/fam0000030>
- Mahoney, A., Krumrei, E. J., & Pargament, K. I. (2008). Broken Vows: Divorce as a Spiritual Trauma and Its Implications for Growth and Decline. İçinde S. Joseph & P. A. Linley (Ed.), *Trauma, Recovery, and Growth: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress* (ss. 105-124). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Mahoney, A., & Tarakeshwar, N. (2013). Evlilikte ve Gündelik Hayat ve Aile Krizlerindeki Ebeveynlik. İçinde D. R. F. Paloutzian & D. C. L. Park (Ed.), F. Z. Belen (ev.), *Din Psikolojisi ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları* (ss. 361-401). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Malinowski, B. (1989). *İlkel Toplumlarda Cinsellik ve Baskı*. (H. Portakal, ev.). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Marks, L. (2005). How does Religion Influence Marriage? Christian, Jewish, Mormon, and Muslim Perspectives. *Marriage & Family Review*, 38(1), 85-111. https://doi.org/10.1300/J002v38n01_07
- Marshall, G. (2005). *Sosyoloji Sözlüğü*. (O. Akinbay & D. Kömürcü, ev.). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Mastekaasa, A. (1995). Marital Dissolution and Subjective Distress: Panel Evidence. *European Sociological Review*, 11(2), 173-185. <https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.esr.a036355>
- Mavili Aktaş, A. (2009). *Evlilik ve Sadakatsizlik*. Ankara: Kanguru Yayınları.
- Mavili Aktaş, A. (2016). *alıştay ereve Konuşması*. Program adı: İstanbul Aydın Üniversitesi Toplumsal Araştırmalar Uygulama ve Araştırma Merkezi Türkiye Boşanma alıştayı, İstanbul.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The Grateful Disposition: a Conceptual and Empirical Topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112-127.
- McCullough, M. E., Tsang, J.-A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in Intermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 295-309. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.295>
- Mehmedoğlu, A. U. (2004). *Kişilik ve Din*. İstanbul: Dem Yayınları.
- Meisenhelder, J. B., & Marcum, J. P. (2004). Responses of Clergy to 9/11: Posttraumatic Stress, Coping, and Religious Outcomes. *Journal for the*

Scientific Study of Religion, 43(4), 547-554. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2004.00255.x>

- Meisenhelder, J. B., & Marcum, J. P. (2009). Terrorism, Post-traumatic Stress, Coping Strategies, and Spiritual Outcomes. *Journal of Religion and Health*, 48(1), 46-57. <https://doi.org/10.1007/s10943-008-9192-z>
- Menaghan, E. G. (1985). Depressive Affect and Subsequent Divorce. *Journal of Family Issues*, 6(3), 295-306. <https://doi.org/10.1177/019251385006003003>
- Meriç, Ü. (1989). İleri Endüstri Toplumlarında Aile Kurumu Üzerine Bir Araştırma. *Sosyoloji Dergisi*, 3(1), 147-174.
- Meyer, M. S., Altmaier, E. M., & Burns, C. P. (1992). Religious Orientation and Coping with Cancer. *Journal of Religion and Health*, 31(4), 273-279. <https://doi.org/10.1007/BF00981229>
- Muhcu, S. (2015). *Ortopedik Engellilik ve Dini Başa Çıkma (Trabzon Örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hitit Üniversitesi, Çorum.
- Nathanson, I. G. (1995). Divorce and Women's Spirituality. *Journal of Divorce & Remarriage*, 22(3-4), 179-188. https://doi.org/10.1300/J087v22n03_11
- Nazlı, S. (2016). *Aile Danışmanlığı* (12. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Neuman, w. L. (2013). *Toplumsal Araştırma Yöntemleri Nitel ve Nicel Yaklaşımlar I.* (S. Özge, Çev.) (6. Baskı). Ankara: Yayınodası Yayıncılık.
- Nichols, M. P. (2013). *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler.* (O. Gündüz, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Oğul, M. (2004). Bilişsel Yaklaşım Göre Kontrol Algısı ve Stresle Başa Çıkma. *Türk Psikoloji Bülteni*, 10(34-35), 159-164.
- Oman, D., & Thoresen, C. E. (2013). Din ve Maneviyat Sağlığı Etkiler mi? İçinde D. R. F. Paloutzian & D. C. L. Park (Ed.), Ö. Çetin (Çev.), *Din Psikolojisi ve Maneviyat Psikolojisi Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları* (ss. 295-342). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Ozankaya, Ö. (1975). *Toplumbilim Terimleri Sözlüğü*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Öngider, N. (2013). Boşanmanın Çocuk Üzerindeki Etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(2), 140-161.
- Özatça, A. (2009). *Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Aile İşlevleri* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Özdemir, F. (2016). *Palyatif Bakım Alan Hastaların Yakınlarının Yaşadıkları Psikososyal Sorunlar ile Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin*

İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul.

- Özelçi, R. K. (2011). Televizyonun İşlevselliği Yönünden Yeni Bir Yargılama Mercii: Sanal Mahkemeler “Aile Mahkemesi” Ve “Gereği Düşünüldü” Adlı Tv Programlarına İlişkin Etik Değerlendirmeler. İçinde *Medya – Kültür İlişkisinde Etik* (ss. 589-598). Elazığ: Fırat Üniversitesi İletişim Fakültesi.
- Özgül, M. (2017). *Dini Başa Çıkma İle Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları İlişkisi Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi* (3. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özlem, D. (2004). *Etik -Ahlak Felsefesi-*. İstanbul: İnkilap Kitabevi.
- Öztürk, M. (2011). *İslam Öncesi Arap Toplumunda Ahval-i Şahsiyye Hukuku*. Program Adı: 8. Türkiye Tefsir Akademisyenleri Buluşması Kur’ân’ın Anlaşılmasına Katkısı Açısından Kuran Öncesi Mekke Toplum Sempozyumu, İstanbul.
- Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2008). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* (11. Baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping Theory Research Practice*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I. (2003). God Help Me: Advances in the Psychology of Religion and Coping. *Archive for the Psychology of Religion*, 24(1), 48-63.
- Pargament, K. I. (2007). *Spirituality Integrated Psychotherapy Understanding and Addressing the Sacred*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I., Ano, G. G., & Wachholtz, A. B. (2013). Başa Çıkmanın Dini Boyutu: Teori, Araştırma ve Uygulamadaki Gelişmeler. İçinde D. R. F. Paloutzian & D. C. L. Park (Ed.), Ç. D. Balaban (Çev.), *Din Psikolojisi ve Maneviyat Psikolojisi Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları* (ss. 377-408). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Pargament, K. I., & Brant, C. R. (1998). Religion and Coping. İçinde H. G. Koenig (Ed.), *Handbook of Religion and Mental Health* (ss. 111-128). California: Academic Press.
- Pargament, K. I., Ensing, D. S., Falgout, K., Olsen, H., Reilly, B., Van Haitsma, K., & Warren, R. (1990). God help me: (I): Religious Coping Efforts as Predictors of the Outcomes to Significant Negative Life Events. *American Journal of Community Psychology*, 18(6), 793-824. <https://doi.org/10.1007/BF00938065>

- Pargament, K. I., Kennell, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W. (1988). Religion and the Problem-solving Process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27(1), 90-104. <https://doi.org/10.2307/1387404>
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519-543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1)
- Pargament, K. I., Olsen, H., Reilly, B., Falgout, K., Ensing, D. S., & Van Haitsma, K. (1992). God Help Me: II. The Relationship of Religious Orientations to Religious Coping with Negative Life Events. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 31(4), 504-513. <https://doi.org/10.2307/1386859>
- Pargament, K. I., Zinnbauer, B. J., Scott, A. B., Butter, E. M., Zerowin, J., & Stanik, P. (1998). Red Flags and Religious Coping: Identifying Some Religious Warning Signs Among People in Crisis. *Journal of Clinical Psychology*, 54(1), 77-89.
- Parker, J. D. A., & Endler, N. S. (1996). Coping and Defense: A Historical Overview. İçinde M. Zeidner & N. S. Endler (Ed.), *Handbook of Coping* (ss. 3-23). New York: John Wiley & Sons.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues. A Handbook and Classification*. Washington DC: APA Press ve Oxford University Press.
- Pırtık, Ş. (2013). *Boşanmış ve Tam Aileden Gelen Okul Öncesi Çocukların Sosyal Beceri ve Akran Tepkilerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Pinsof, W. M., & Lebow, J. L. (2005). *Family Psychology: The Art of The Science*. New York: Oxford University Press.
- Pirutinsky, S., Rosmarin, D. H., Pargament, K. I., & Midlarsky, E. (2011). Does Negative Religious Coping Accompany, Precede or Follow Depression among Orthodox Jews? *Journal of Affective Disorders*, 132(3), 401-405. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.03.015>
- Porter, L. S., & Stone, A. A. (1995). Are There Really Gender Differences in Coping?: A Reconsideration of Previous Data and Results From A Daily Study. *Journal of Social And Clinical Psychology*, 14(2), 184-202.
- Porter, L. S., & Stone, A. A. (1996). An Approach to Assessing Daily Coping. İçinde M. Zeidner & N. S. Endler (Ed.), *Handbook of Coping* (ss. 133-150). New York: John Wiley & Sons.
- Puffer, E. S., Skalski, L. M., & Meade, C. S. (2012). Changes in Religious Coping and Relapse to Drug Use Among Opioid-Dependent Patients Following Inpatient

Detoxification. *Journal of Religion and Health*, 51(4), 1226-1238.
<https://doi.org/10.1007/s10943-010-9418-8>

- Ragıp El-İsfahani. (2012). *Müfredat Kur'an Kavramları Sözlüğü*. (A. Güneş & M. Yolcu, Çev.) (3. Baskı). İstanbul: Çıra Basın Yayın.
- Rank, O. (2014). *Doğum Travması* (2. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.
- Razî, E. B. (2015). *Ruh Sağlığı et-Tibbu'r-rûhânî*. (H. Kahraman, Çev.) (3. Baskı). İstanbul: İz Yayıncılık.
- Riskind, J. H. (2007). Genelleşmiş Aksiyete Bozukluğu. İçinde D. R. L. Leahy (Ed.), H. Hacak, M. Macit, & F. Özpilavcı (Çev.), *Bilişsel Terapi ve Uygulamaları* (2. Baskı, ss. 141-167). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Roskies, E. (2009). Savaş ya da Kaç Tepkisi: Strese Gösterilen İlk Tepkiler. İçinde N. H. Şahin (Ed. & Çev.), *Stresle Başa Çıkma Olumlu Bir Yaklaşım* (4. Baskı, ss. 21-23). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Rosmarin, D. H., Pargament, K. I., Krumrei, E. J., & Flannelly, K. J. (2009). Religious Coping among Jews: Development and Initial Validation of the JCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 65(7), 670-683.
- Ross, D. (2011). *Aristoteles*. (Ahmet Arslan, Çev.). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Rousseau, J. J. (2011). *İnsanlar Arasındaki Eşitsizliğin Kaynağı*. (R. N. İleri, Çev.). Ankara: Say Yayınları.
- Sağır, Z. (2014). *Suriyeli Mültecilerde Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Saleh, M. A. (2013). *Türk ve Irak Hukukunda Genel Sebeplere Dayanarak Boşanma ve Sonuçları* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Salim, E. (2017). *Boşanma Sürecindeki Bireylerde Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma: Isparta Örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Salman, N., & Uzunboylu, H. (2011). *Eşlerin Boşanma Nedenleri ve Eğitimi*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Salmon, C. A., & Shackelford, T. K. (2007). Towards an Evolutionary Psychology of The Family. İçinde C. A. Salmon & T. K. Shackelford (Ed.), *Family Relationship an Evolutionary Perspective* (ss. 3-15). New York: Oxford University Press.
- Sarikaya, B., & Şeren, Z. (2017). İnsan Sorumluluğu ve Fiillerine Etkisi Bağlamında Sabır ve Tevekkül Kavramları. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 6(12), 68-88.

- Saygılı, S. (1999). *Strese Son*. İstanbul: Türdav Basım Yayım.
- Sayıl, I., Berksun, O. E., Palabıyıkoglu, R., Devrimci Özgüven, H., Soykan, Ç., & Haran, S. (2000). *Kriz ve Krize Müdahale*. Ankara: Ankara Üniversitesi Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi Yayınları.
- Sezen, A. Kadına Yönelik Aile İçi Şiddetin Boşanma Davalarına Yansıması. http://www.bilka.org.tr/kadina-yonelik-aile-ici-siddetin-bosanma-davalarin_6810.html Ulaşım tarihi 21 Haziran 2018.
- Sezen, L. (2005). Türkiye’de Evlenme Biçimleri. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, (27), 185-196.
- Sharma, B. (2011). Mental and emotional impact of divorce on women. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 37(1), 125-131.
- Sherkat, D. E., & Reed, M. D. (1992). The Effects of Religion and Social Support on Self-esteem and Depression Among the Suddenly Bereaved. *Social Indicators Research*, 26(3), 259-275. <https://doi.org/10.1007/BF00286562>
- Skirbekk, G., Gilje, N., Akbaş, E., & Mutlu, Ş. (2013). *Antik Yunan’dan Modern Döneme Felsefe Tarihi* (5. Baskı). İstanbul: Kesit Yayınları.
- Smart, L. S. (1977). An Application of Erikson’s Theory to the Recovery from Divorce Process. *Journal of Divorce*, 1(1), 67-79.
- Smith, B. W., Pargament, K. I., Brant, C., & Oliver, J. M. (2000). Noah Revisited: Religious Coping by Church Members and the Impact of the 1993 Midwest Flood. *Journal of Community Psychology*, 28(2), 169-186. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6629\(200003\)28:2<169::AID-JCOP5>3.0.CO;2-I](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6629(200003)28:2<169::AID-JCOP5>3.0.CO;2-I)
- Smith, T. B., McCullough, M. E., & Poll, J. (2003). Religiousness and Depression: Evidence for a Main Effect and the Moderating Influence of Stressful Life Events. *Psychological Bulletin*, 129(4), 614-636.
- Solak, H. S. (2012). *Fobik ve Omurilik Felçlisi Yetişkinlerde Dini* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Sönmez, V., & Alacapınar, F. G. (2011). *Örneklendirilmiş Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Spanier, G. B., & Casto, R. F. (1979). Adjustment to Separation and Divorce: An Analysis of 50 Case Studies. *Journal of Divorce*, 2(3), 241-253. https://doi.org/10.1300/J279v02n03_02
- Strack, S., & Feifel, H. (1996). Age Differences Coping and the Adult Life Span. İçinde M. Zeidner & N. S. Endler (Ed.), *Handbook of Coping* (ss. 485-504). New York: John Wiley & Sons.

- Sucu, İ. (2007). *Boşanmış Kadınların Boşanma Nedenleri ve Boşanma Sonrası Toplumsal Kabulleri (Sakarya Örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Sürerbiçer, F. S. (2008). *Boşanmış Bireylerin Deneyimlerine Göre Evlilik Eğitimi Gereksinimi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Szewczyk, L. S., & Weinmuller, E. B. (2006). Religious Aspects of Coping with Stress Among Adolescents from Families with Alcohol Problems. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(4), 389-400. <https://doi.org/10.1080/13694670500212182>
- Şahin, D. (2009). Kişilik Bozuklukları. *Klinik Gelişim Psikiyatrisi*, 22(4), 45-55.
- Şahin, N. H. (2009). Stres Nedir Ne Değildir. İçinde N. H. Şahin (Ed.), *Stresle Başa Çıkma Olumlu Bir Yaklaşım* (4. Baskı, ss. 1-14). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Şentepe, A. (2009). *Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dini Başa Çıkma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Şentepe, A. (2016). *Ruh Sağlığı Belirtilerinin Yordayıcısı Olarak Affetme ve Dindarlık İlişkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Şentürk, Ü. (2008). Aile Kurumuna Yönelik Güncel Riskler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(14), 7-31.
- Tarakeshwar, N., Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2003). Initial Development of a Measure of Religious Coping Among Hindus. *Journal of Community Psychology*, 31(6), 607-628. <https://doi.org/10.1002/jcop.10071>
- Tarhan, N. (2005). *Kadın Psikolojisi*. İstanbul: Nesil Yayınları.
- Tarhan, N. (2010). *Son Sığınak Aile*. İstanbul: Nesil Yayınları.
- TDK (Türk Dil Kurumu).
http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GT.S.5c16a3860a65e6.34834893 Ulaşım tarihi 16 Aralık 2018.
- Temiz, Y. E. (2014). *Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Thomas, E., & Savoy, S. (2014). Relationships Between Traumatic Events, Religious Coping Style, and Posttraumatic Outcomes. *Traumatology: An International Journal*, 20(2), 84-90. <https://doi.org/10.1037/h0099380>
- Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (2010). *Thomas–Kilmann Conflict Mode Instrument Profile and Interpretive Report*. USA: CPP Inc.

- Tirmizi, E. İ. (1975). *Sünen* (C. 5). İstanbul: Çağrı Yayınları.
- Topbaş, F., & Kurt, S. (2007). İşsizlik ve İntihar İlişkisi: 1970-2005 VAR Analizi. *ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(7), 30-43.
- Topçuoğlu, A. A. (2010). Yahudilik-Hıristiyanlık ve İslâm Hukuku'na Göre Nikâh Akdine Etkisi Bakımından Din Farklılığı. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(2), 79-120.
- Topuz, İ. (2003). *Dini Gelişim Seviyeleri İle Dini Başaçıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Türkarıslan, N. (2007). Boşanmanın Çocuklar Üzerine Olumsuz Etkileri ve Bunlarla Başetme Yolları. *Aile ve Toplum Dergisi*, 11(3), 99-108.
- TUİK (Türkiye İstatistik Kurumu, Evlenme ve Boşanma İstatistikleri). <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24642> Ulaşım tarihi 2 Mart 2019.
- Uçan, Ö., Yazar, H., & Sayıl, I. (2006). Bir Boşanma Olgusunun Dört kurama Bağlı Olarak Değerlendirilmesi. *Kriz Dergisi*, 14(2), 23-29.
- Uyar, S. (1999). *Boşanmış Bireylerin Evlilik Süreci ve Bugüne İlişkin Psikolojik Sorunları Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Ankara.
- Uysal, V., Göktepe, A. K., Karagöz, S., & İlerisoy, M. (2017). Dinî Başa Çıkma ile Umut, Hayat Memnuniyeti ve Psikolojik Sağlık Arasındaki Etkileşim Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (52), 139-160.
- Velidedeoğlu, H. V. (1976). *Ailenin Çilesi Boşanma*. İstanbul: Çağdaş Yayınları.
- Walczak, Y., & Burns, S. (1999). *Boşanma ve Çocuk Üzerine Etkileri*. (İ. Ersevım, Çev.). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Wallace, R. A., & Wolf, A. (2015). *Çağdaş Sosyoloji Kuramları*. (L. Elburuz & M. R. Ayas, Çev.) (6. Baskı). Ankara: Doğu Batı Yayınları.
- Walsh, F. (2009). *Spiritual Resources in Family Therapy* (2. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Wang, H., & Amato, P. R. (2000). Predictors of Divorce Adjustment: Stressors, Resources, and Definitions. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 655-668.
- Watkins, P. C. (2004). Gratitude and Subjective Well-Being. İçinde R. A. Emmons & M. E. McCullough (Ed.), *The Psychology of Gratitude* (ss. 167-192). New York: Oxford University Press.

- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the Good Life Toward a Psychology of Appreciation*. New York: Springer.
- Webb, A. P. (2008). *A Religious Coping Model of Divorce Adjustment* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). The University of Texas, USA.
- Webb, A. P., Ellison, C. G., McFarland, M. J., Lee, J. W., Morton, K., & Walters, J. (2010). Divorce, Religious Coping, and Depressive Symptoms in a Conservative Protestant Religious Group. *Family Relations*, 59(5), 544-557.
- Weber, H., & Laux, L. (1990). Bringing the Person Back into Stress and Coping Measurement. *Psychological Inquiry*, 1(1), 37-40. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0101_11
- Weinberg, M., Gil, S., & Gilbar, O. (2013). Forgiveness, Coping, and Terrorism: Do Tendency to Forgive and Coping Strategies Associate With the Level of Posttraumatic Symptoms of Injured Victims of Terror Attacks? *Journal of Clinical Psychology*, 70(7), 693-703. <https://doi.org/10.1002/jclp.22056>
- Weinglass, J., Kressel, K., & Deutsch, M. (1978). The Role of the Clergy in Divorce. *Journal of Divorce*, 2(1), 57-82. https://doi.org/10.1300/J279v02n01_05
- Williams, R. Adulterous WhatsApp Messages Cited in Nearly Half of Italian Divorces <https://www.telegraph.co.uk/technology/news/11222696/Adulterous-WhatsApp-messages-cited-in-nearly-half-of-Italian-divorces.html> Ulaşım tarihi 16 Aralık 2018.
- Wilt, J. A., Stauner, N., & Exline, J. J. (2018). Religion, Spirituality, and Well-being. İçinde J. E. Maddux (Ed.), *Subjective well-being and life satisfaction*. (ss. 337-354). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Witvliet, C. V. O., Phipps, K. A., Feldman, M. E., & Beckham, J. C. (2004). Posttraumatic Mental and Physical Health Correlates of Forgiveness and Religious Coping in Military Veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 17(3), 269-273. <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000029270.47848.e5>
- Wong, P. T. P., Wong, L. C. J., & Scott, C. (2006). Beyond Stress and Coping. The Positive Psychology of Transformation. İçinde *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (ss. 1-28). New York: Springer.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. L. (2000). Surrender to God: An additional coping style? *Journal of Psychology and Theology*, 28(2), 149-161.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. L. (2004). A Multivariate Theory of God Concept, Religious Motivation, Locus of Control, Coping, and Spiritual Well-being. *Journal of Psychology and Theology*, 32(4), 318-334.
- Yaman, E., & Temiz, Y. E. (2014). Dua Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 12(28), 193-219.

- Yapıcı, A. (2007). *Din ve Ruh Sağlığı Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi.
- Yavuz, K. (2013). *İnancın Psikolojisi*. Ankara: Boğaziçi Yayınları.
- Yenğin, D. (2010). *Dijital Oyunlarda Şiddet Kavramı: Yeni Şiddet* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldırım, N. (2004). Türkiye’de Boşanma ve Sebepleri. *Bilig/Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*, (28), 59-81.
- Yılmaz, İ. (2014). İslam Aile Hukukuna Göre İnternet Ortamında Nikâh Akdinin (Evlernen Sözleşmesinin) Kuruluşu. *İslam Hukuku Araştırmaları Dergisi*, (23), 59-103.
- Yılmaz, Ö., Boz, H., & Arslan, A. (2017). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (DASS21) Türkçe Kısa Formunun Geçerlilik-Güvenilirlik Çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (FESA)*, 2(2), 78-91.
- Yolcuoğlu, İ. G. (2014). *Stres Yönetiminde Uсталık*. İstanbul: Nar Kitabevi.
- Yöndem, Z. D. (2006). *Kişilik Dinamikleri ve Stresle Baş Etme*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (2007). *Değişen Toplumda Aile ve Çocuk* (7. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yüksek, A. (2014). İslam Aile Hukukunda Boşama Yetkisi ve Kadının Boşanması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(32), 340-354.
- Zaumseil, M., Schwarz, S., von Vacano, M., Sullivan, G. B., & Prawitasari-Hadiyono, J. E. (2014). *Cultural Psychology of Coping with Disasters The Case of an Earthquake in Java, Indonesia*. New York: Springer.
- Zeybekoğlu, Ö. (2009). Sosyal Problem Boyutuyla Aile. İçinde N. Adak (Ed.), *Sosyal Problemler Sosyolojisi* (ss. 35-65). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Zukerman, G., Korn, L., & Fostick, L. (2017). Religious Coping and Posttraumatic Stress Symptoms Following Trauma: The Moderating Effects of Gender. *Psychology of Religion and Spirituality*, 9(4), 328-336. <https://doi.org/10.1037/rel0000075>

EKLER

EK-1A

1.Cinsiyet: 1-Erkek() 2-Kadın()

2.Yaş:

3.Eğitim durumu

Okur-yazar değil () İlkokul Mezunu()

Lise Mezunu () Lisans ()

Yüksek Lisans ()

4.Meslek

.....

5.Gelir Durumu

0-800TL() 800-1600TL() 1600-

2400TL() 2400 ve üstü ()

6.Hangisi ikamet ettiğiniz yeri tanımlıyor?

Şehir Merkezi() İlçe() Köy()

7.Evlilik

Süresi.....

8.Ayrılık

Süresi.....

9. Boşanma Davası Türü

Anlaşmalı () Çekişmeli ()

10. Çocuk Sayısı

.....

11. Evlenme Usulü

Görücü Usulü () Tanışma/Flört ()

Kaçarak ()

Diğer.....

.....

12.Boşanma Nedeni

() Aldatma

() Ekonomik Geçimsizlik

() Kötü muamele

() Şiddetli geçimsizlik

Diğer.....

.....

13. Kendinizi genel anlamda dindarlık bakımından değerlendirmeniz istenirse aşağıdaki seçeneklerden hangisi sizi tarif eder?

Hiç dindar değilim ()

Çok az dindarım ()

Orta düzeyde dindarım ()

Oldukça dindarım ()

Tamamen dindarım ()

14. İbadetler bakımından genel anlamda kendinizi değerlendirmeniz istenirse aşağıdakilerden hangisi sizi tarif eder?

İbadetlerimi hiç

yapmıyorum/yapamıyorum ()

İbadetlerimi biraz

yapıyorum/yapabiliyorum ()

İbadetlerimi orta düzeyde

yapıyorum/yapabiliyorum ()

İbadetlerimi çoğunlukla

yapıyorum/yapabiliyorum ()

İbadetlerimi tamamıyla

yapıyorum/yapabiliyorum ()

EK-1B Dini Başa Çıkma Ölçeği

1. Günahlarım için tevbe ettim/ediyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
2. Yaptığım kötü şeylerden dolayı Allah'tan af diledim/diliyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
3. Öfkemin ve kızgınlığımın azalması için Allah'tan yardım istedim/istiyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
4. Daha az günah işlemeye çalıştım/çalışıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
5. Allah'a daha yakın olmaya çalıştım/çalışıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
6. Allah'ın beni doğru yoldan ayırmaması için dua ettim/ediyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
7. Allah'ın her an benimle olduğunu hissettim/hissediyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
8. İbadetlere yöneldim/yöneliyorum..	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
9. Mevlâ neylerse güzel eyler dedim/diyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
10. Sabrın sonu selamettir dedim/diyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
11. Başıma gelenleri, Allah'ın bir imtihanı olarak gördüm/görüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
12. Her şeyde bir hayır vardır diye düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
13. Başıma gelenlerin beni manevî olarak olgunlaştıracağını düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
14. Din adamlarından uzaklaştım/uzaklaşıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
15. Etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaştım/uzaklaşıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
16. Din kardeşlerimin bana destek olmadığını düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
17. Her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvardım/yalvarıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
18. Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele ettim/ediyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
19. Sorunlarımı halletmesi için Allah'a dua ettim/ediyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
20. Arkadaşlarımdan ve yakınlarımdan bana dua etmelerini istedim/istiyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()

21. Din görevlileriyle konuştum/konuşuyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
22. Hayatımın büyük manevî bir gücün parçası olduğunu düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
23. Sadaka dağıttım/dağıtıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
24. Gittiğim yolun yanlış olduğunu düşünerek yeni bir yol arayışına girdim/girmek üzereyim.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
25. Dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalıştım/çalışıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
26. Başıma gelenleri Allah kimseye vermesin dedim/diyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
27. Allah'ın beni sevip sevmediğini sorguladım/sorguluyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
28. Allah'ın beni terk ettiğini düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
29. Dualarımı kabul etmediği için Allah'a kızdım/kızıyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
30. Yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
31. Allah'ın beni cezalandırdığını düşündüm/düşünüyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
32. Başıma gelenlerden sonra Allah'ın bana yeni bir fırsat vermesini diledim/diliyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()
33. Allah'ın hayatta bana yeni bir gaye vermesini diledim/diliyorum.	Hiç ()	Nadiren ()	Bazen ()	Çoğunlukla ()	Her zaman ()

EK-1C DASS 21

1	Gevşeyip rahatlamakta zorluk çektim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
2	Ağzımda kuruluk olduğunu fark ettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
3	Hiç olumlu duygu yaşayamadığımı fark ettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
4	Soluk almada zorluk çektim (örneğin fizik egzersiz yapmadığım halde aşırı hızlı nefes alma, nefessiz kalma gibi).	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
5	Bir iş yapmak için gerekli olan ilk adımı atmada zorlandım.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
6	Olaylara aşırı tepki vermeye meyilliyim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
7	Vücudumda (örneğin ellerimde) titremeler oldu.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
8	Sinirsel enerjimi çok fazla kullandığımı hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
9	Panikleyip kendimi aptal durumuna düşüreceğim durumlar nedeniyle endişelendim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
10	Hiçbir beklentimin olmadığı hissine kapıldım.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
11	Kışkırtılmakta olduğumu hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
12	Kendimi gevşetip salıvermek zor geldi.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
13	Kendimi perişan ve hüzünlü hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
14	Herhangi bir şekilde geciktirildiğimde (asansörde, trafik ışıklarında, bekletildiğimde) sabırsızlandığımı hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()

15	Panik haline yakın olduğumu hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
16	Neredeyse her şeye karşı olan ilgimi kaybettiğimi hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
17	Birey olarak değersiz olduğumu hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
18	Alınan olduğumu hissettim .	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
19	Fizik egzersiz söz konusu olmadığı halde kalbimin hareketlerini hissettim (kalp atışlarımın hızlandığını veya düzensizleştiğini hissettim).	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
20	Geçerli bir neden olmadığı halde korktuğumu hissettim.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()
21	Hayatın anlamsız olduğu hissine kapıldım.	Hiçbir zaman ()	Bazen ve ara sıra ()	Oldukça sık ()	Her zaman ()

ÖZGEÇMİŞ

Nimet FERAH, 1979 Erzurum doğumludur. İlköğretimini Ankara Yenikent İlköğretim Okulunda, lise öğrenimini Yenimahalle Anadolu Meslek Lisesi Elektronik Bölümünde bitirmiştir. Lisans eğitimini 2004 yılında Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Bölümünde tamamlamıştır. Yine aynı yıl içinde Aydın Çine Altınabat İlköğretim Okuluna atanmış, yaklaşık bir yıl öğretmen olarak görev yapmıştır. 2005 yılında ise Aydın Aile Mahkemesinde pedagoğ olarak görev yapmaya başlamıştır. Buradaki uzmanlık görevini aile ve çocuk mahkemelerinde eş zamanlı olarak yerine getirmiş, diğer mahkemelerde ise çocuklarla ilgili davalarda bilirkişilik yapmıştır. 2006-2007 yıllarında vatani görevi nedeni ile memuriyetine 1 yıl ara vermiş, askerlik vazifesi sırasında Göksun ve Maraş Askerlik Şubelerine vekâleten başkanlık yapmıştır. Askerlik vazifesinin ardından tekrar görevine dönmüştür. 2013 yılında Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans programını "Suça Sürüklenen Ergenlerde Şiddetin Din Psikolojik Tahlili (Sakarya Örneği)" isimli tez çalışması ile bitirmiştir. Aynı yıl Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı Din Psikolojisi Bölümünde doktora programına başlamıştır. Sakarya Çocuk Mahkemesindeki görevine devam eden Ferah, evli ve bir çocuk babasıdır. Yazarın yayımlanmış üç makalesi, bir kitap bölümü ve bir de kitap tanıtımı vardır. Ayrıca Adalet Bakanlığı ve Unesco işbirliği çerçevesinde geliştirilen "Önce Çocuklar" isimli projede kursiyer ve katılımcı olarak yer almış ve "Sosyal Çalışma Görevlileri El Kitabı"na katkı sağlamıştır.