

## Ergenlerde Anlamsızlık İle İlgili Problemlere Dinin Etkisi Üzerine Değerlendirmeler

İbrahim GÜRSES\*

Yasin KURUÇAY\*\*

---

**Özet:** İnsan hayatının en kritik dönemlerinden biri olan ergenlik dönemi hayata anlam verme çabalarının zirveye çıktığı dönemdir. İçinde bulunduğumuz çağda yabancılaşma, intihar, güvensizlik, mutsuzluk ve güvensizlik gibi sorunlar ergenlerin hayatlarını olumsuz etkilemektedir. Bu sorunların tümü anlamsızlık duygusuna bağlıdır. Anlamsızlık hayatın doğal akışını bozan ve yukarıda ifade edilen birçok soruna neden olan bir duygudur. Bu dönemde ergenler tüm yaşamlarına rengini verecek temel bir değer ve kaynak arayışına girerler. Din ergenlerin anlamsızlığa bağlı sorunlarına çözümler sunmaktadır. Dinin hayatı anlamlı kılan ilkeleri ve değerleri, ergenlerin daha anlamlı ve huzurlu yaşamasına katkı sağlamaktadır. Bu çalışmada dinin bu konulardaki çözüm önerileri ve ortaya koyduğu anlam kaynakları ele alınmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, Anlam, Anlamsızlık, Mutluluk, Din, Dindarlık

### The Effect Of Religion Related To The Problems With Meaninglessness On Adolescents

**Abstract:** Adolescence, one of the most critical moments of human life, is the peak of efforts to give meaning to life. In this age, problems such as alienation, suicide, mistrust and unhappiness negatively affect the lives of adolescents. All of these problems depend on the sense of meaninglessness. Meaninglessness is a feeling that disturbs the natural flow of life and causes many problems that are over expressed. During this period, adolescents enter a search for a basic value and resource that will effect all their life. Religion produces solutions to the problems related to the meaninglessness. Religion's principles and values that makes life more meaningful having a contribution to live more meaningful and peaceful of adolescents. In this study, the solution that is proposed with religion are discussed and the sources of religious meaning are examined.

**Key words:** Adolescence, Meaning, Meaninglessness, Happiness, Religion, Religiosity

---

\* Doç. Dr., Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, ibrahimgurses@hotmail.com

\*\* Uzm. Psi. Dan. U. Ü. Din Psikolojisi Doktoranı, yasinrehber@hotmail.com

## Giriş

Dünya nüfusunun yaklaşık üçte birini ergenler oluşturmaktadır. Çağımızda toplumun tüm kesimlerini etkileyen krizlerin en derin belirtileri de ergenler üzerinde gözlemlenmektedir. Ergenlik hayata anlam verme çabasının zirveye çıktığı bir dönemdir. Ergenler bir takım sorunlarla ve sorumluluklarla karşı karşıya kaldıklarında bu dünyanın çocukluğunda yaşadığı ve hayal ettiği dünya olmadığını görür. Bu durum ergenlere, kendini ve hayatı bir bütün olarak sorgulama imkânı sağlar. Genç için bu sorgulama süreci, aynı zamanda anlam arayışı sürecidir.

İnsan davranışlarının temel kaynaklarından ve belirleyici ilkelerinden biri de dini ve ahlaki değerlerdir. Dini değerler insanlardaki duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki çelişkileri azaltarak hayatın anlam bütünlüğüne katkı sağlamaktadır. Din kişilerin anlam arayışlarını, içinde buldukları toplumsal değer sistemiyle uyumlu olmalarına katkı sağlayarak gerçekleştirmektedir. Dindarlık insanın yaşamına amaç veren, acıları ve sıkıntıları anlamlı kılan, sarsıcı yaşam olayları ile başa çıkmayı sağlayan bir kişilik özelliğidir. Yapılan araştırmalar manevi kişilikte olan insanların diğerlerine göre daha anlamlı ve mutlu bir hayat yaşadığını göstermektedir. Türkiye’de gerek psikoloji gerekse din psikolojisi alanında anlam, ergenlik ve dindarlık ilişkisini araştıran çalışmaların neredeyse yok denecek kadar az olması çalışmamızın önemini göstermektedir. Bu çalışma söz konusu perspektifin oluşmasına ve ergenlerin anlam arayışı süreçlerini daha iyi anlamaya katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Bu makalede ergenlik döneminde, anlamsızlığa bağlı problemlere dinin sağladığı katkılar ele alınmaktadır. Bunu yaparken anlamlı bir yaşamın temel göstergeleri olan mutluluğa, değer merkezli bir hayat algısına, umut ve güven duygusuna sahip olmaya dinin pozitif etkileri ortaya konulmaya çalışılmaktadır.

## 1. ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlik (adolescence) insan hayatının çocukluk ile yetişkinlik dönemlerinin arasında yer alan zor ve kritik bir dönemdir. Ergen sözcüğü, Latince “büyümek, olgunlaşmak” anlamına gelen “adolescere” fiilinin kökünden türemiştir ve bir durumu değil, çocukluktan cinsel olgunluğa ulaşılan ve bir birey olarak kendi kimliğini kazanmayı kapsayan bir süreci ifade etmektedir.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Aurence Steinberg, *Ergenlik*, çev. Figen Çok, İmge Kitapevi, Ankara 2007, s. 21; Haluk Yavuzer, *Çocuk Psikolojisi*, Remzi Kitapevi, İstanbul 1999, s. 277.

Ergenliğin hangi yaşları kapsadığı ülkeye ve bilim insanlarına göre değişiklik göstermekle beraber ortalama olarak 12-22 (kızlarda 11-20, erkeklerde 12-22) yaşları arası ergenlik dönemi olarak kabul edilir.<sup>2</sup> Bu süreç 25 yaşına kadar uzayabilmektedir.<sup>3</sup>

Ergenlik dönemindeki en belirgin değişiklikler dış görünüşteki fiziksel gelişmelerdir. Biyo-fizyolojik değişikliklerin önemli bir bölümü, ergenliğin hemen öncesindeki erinlik döneminde meydana gelmektedir. Kızlarda 11, erkeklerde 12-13 yaş civarında başlayan bu evrede hipofiz bezinin büyüme hormonlarını salgılamasıyla hem bedensel gelişme hem de cinsel anlamda olgunlaşma başlamaktadır.<sup>4</sup>

Ergenlikte bilişsel gelişim, düşünme, sorgulama, akıl yürütme, karşılaştırma becerileri ile hafıza ve dildeki değişim ve gelişmeleri kapsar.<sup>5</sup> Ergenlik dönemiyle birlikte somut işlemler döneminde olan çocuklar artık soyut işlemler dönemine geçerler. Dilin ve kelime dağarcığının gelişmesi ergenleri kendi kavramlarıyla düşünme, olayları kendi zihinsel süzgeçlerinden geçirme ve farklı sonuçlar ortaya koyma becerilerine götürür.<sup>6</sup>

Ergenlik dönemi pek çok değişikliğe sebep olduğu gibi ahlaki anlamda da gelişme ve değişmeye neden olur. Çocuklukta onaylama ve taklit yoluyla olduğu gibi kabul edilen toplumsal değerler, ergenlikle beraber sorgulanmaya başlanır. Gençler bu değerlerin bir kısmını benimsemeye devam ederken, bir kısmını reddeder. Bir kısmını da revize ederek kendine özgü bir ahlak ve değer sistemi oluşturur.

Ergenler zihinsel gelişime paralel olarak dini anlamda da gelişim göstermektedirler. Ergenlik dönemi bir taraftan dini arayış, yönelim ve ilgilerin ciddi biçimde arttığı, diğer yandan da dini ilke ve kurallara karşı şüphe ve tereddütlerin yoğunlaştığı bir zaman dilimidir.<sup>7</sup> Dinin ergenlik dönemindeki şüphelere karşı ortaya koyduğu kavramsal çerçeveler, hayatın anlamına ve hayatın diğer alanlarına yönelik ortaya koyduğu ilkeler gençleri etkileme özelliğine sahiptir. Ergenlik döneminde kimlik kazanma süreci aynı zamanda anlamsızlıklarla başa

<sup>2</sup> Özcan Köknel, *Zorlanan İnsan*, Altın Kitaplar, 3. Baskı, İstanbul 1993, s. 34.

<sup>3</sup> Atalay Yörükoğlu, *Gençlik Çağı, Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları*, Özgür Yayınları, İstanbul 2000, s. 13,14.

<sup>4</sup> Yavuzer, *Çocuk Psikolojisi*, s. 266.

<sup>5</sup> Hans Steiner, Shirley Feldman, "Genel Prensipler ve Özel Problemler" (Irvin Yalom, *Ergen Terapisi* içinde), Prestij Yayınları, İstanbul 2008, s. 20.

<sup>6</sup> Yavuzer, *Çocuk Psikolojisi*, s. 267.

<sup>7</sup> Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi*, TDV Yayıncılık. Ankara 2013.s. 267-273.

çıkma süreci, kaybedilen anlamı arama ve koruma süreci olarak önem taşımaktadır. Genç bu dönemde kendine ben kimim sorusunu sorar ve bu sorunun cevabını bulduğunda hayatı daha mutlu ve anlamlı geçer.<sup>8</sup>

Ergenlik dönemi zihinsel ve dini gelişime paralel olarak hayata anlam verme çabalarının yoğun olarak yaşandığı, yaşamın amacı, Tanrı'nın varlığı gibi konulara olan ilgilerin arttığı bir dönemdir.<sup>9</sup>

Din ergenlerin kimlik ve kişilik gelişimine birçok açıdan olumlu katkılar sağlamaktadır. Din insanlarda psikolojik bir koruma ve destekleme görevi gören, kişinin benliğiyle ve toplumla uyumunu kolaylaştıran, kişiye olumlu ve iyimser bir kişilik oluşturmasında destek olan bir öğedir. Din insana hayatın tüm alanlarında anlama ulaşması için yardım eder ve destek olur. Din kişiliği tek bir merkez etrafında toplayıp bölünüp parçalanmaya, zayıflayıp dağılmaya karşı korur.<sup>10</sup>

## 2. DİN VE DİNDARLIK

Din kavramının üzerinde anlaşmaya varılmış genel-geçer bir tanımı yoktur. Dünyada yüzlerce farklı din olması, aynı dine inanan insanların dinleri ile ilgili farklı yorum ve düşüncelere sahip olması, dinin sosyal, kültürel ve siyasi koşullar ile etkileşen bir boyutunun olması gibi faktörler dinin tanımlanmasını zorlaştırmaktadır.<sup>11</sup>

Din hem bireyi hem de toplumu etkileyen sosyo-kültürel bir kurum olarak ve insanın günlük hayatındaki duygu ve davranışlara etki eden yapı olarak karşımıza çıkmaktadır.<sup>12</sup> Din kelimesi Arapçada ceza, mükâfat, hüküm, hesap, itaat, boyun eğme, ibadet, adet, hâl, şeriat, kanun, yol, mezhep, millet gibi anlamlara gelmektedir. Tarihsel süreçte de din kavramı dünya ve ahiret yaşamını kapsayan inanç, uygulama ve ilkeler bütünü olarak anlaşılmuştur.<sup>13</sup>

---

<sup>8</sup> Hayati Hökelekli, *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, DEM Yayıncılık, İstanbul 2006, s. 15.

<sup>9</sup> Luella Cole, John Morgan, B., *Çocukluk ve Gençlik Psikolojisi*, çev. Belkıs Halim Vassaf, MEB Yayıncılık, İstanbul 2001, s. 377.

<sup>10</sup> İbrahim Gürses, *Dindarlık ve Kişilik*, Emin Yayıncılık, Bursa 2010, s. 12.

<sup>11</sup> Günay Tümer, Abdurrahman Küçük, Mehmet Alparslan, *Dinler Tarihi*, Berikan Yayınevi, Ankara 2012, s. 19-23.

<sup>12</sup> Ali Ulvi Mehmedoğlu, *Dindarlarda ve Dindar Olmayanlarda Kişilik Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma*, (Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi), İstanbul 1999, s. 16.

<sup>13</sup> Mehmet Erkol, *Din-Dindarlık Kavramları ve Sosyolojik Bir Yöntem Olarak Dindarlık Ölçekleri*, (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi), Konya 2004, s. 12-13.

Yüzyıllarca insan ve toplum hayatını ciddi etkilemiş olan dinin, insan ve toplum hayatını etkileme derecesi modern zamanlar ile birlikte ciddi ölçüde azalmıştır. Bunun sonucunda dünya ergenler için belirsizliklerle dolu kaygan bir zemin haline gelmiştir.<sup>14</sup> Bu belirsizlik ergenlerin hayata bakışını olumsuz etkilemiş, birçok psikolojik ve toplumsal soruna neden olmuştur. Bu sorunlar ergenlerin hayati sorgulamalarına ve yeni arayışlara girmelerine neden olmuştur. Modern hayatın kendine özgü hızı ve yaşam alışkanlıkları ergenlerde manevi ve psikolojik açıklara neden olmuştur. Bu sürecin sonunda dünyada yaşanan köklü değişim ve krizler pek çok yerde dindarlığa ve dine olan ilgiyi arttırmıştır. Bu gelişmelerin sonucunda bilim dünyasında pozitivist bilim anlayışının göz ardı ettiği konuların da incelenmesi gerektiği anlayışı gelişmeye başlamıştır.<sup>15</sup> Süreç içerisinde bireylerin din ve Tanrı ile olan ilişkileri de araştırılmaya başlanmıştır. Çünkü din ergenlerin hayatlarına dair anlamlar sunan, tüm hayatın iyi bir şekilde geçirilmesini sağlayan öneri ve ilkeler sunan bir semboller sistemidir.<sup>16</sup> Emmons, Fowler, Gorsuch, Hood, Koenig, Larson, Malony, Pargament, Shafranske, Spilka, Wulff gibi birçok araştırmacı psikoloji ve psikiyatride dini-manevi etkilerin çalışmalarına katılması ve önemsenmesi gerektiğini savunmuşlardır.<sup>17</sup>

### 3. ANLAM KAVRAMI VE ANLAM ARAYIŞI

Düşünce tarihinde anlam kavramı ahlaki-etik bir bağlamda ele alınmış, iyi, mutlu ve erdemli yaşam ile ilgili bir bağlamda incelenmiştir. Anlam kavramını ilk olarak Herakleitos (İ.Ö.540-475) *logos* kavramı aracılığıyla kullanmıştır. Logos kavramı “*anlam, söz, ölçü ve oran*” gibi anlamlara gelmektedir.<sup>18</sup> Anlam kavramını doğrudan yaşam ile ilgili olarak kullanan düşünür ise Sokrates’tir. Sokrates hayatın anlamını bilgece yaşamda, kendini tanımada ve kendini bilmede bulur.<sup>19</sup>

Anlam hayatın yaşamaya değer olup olmadığıyla, insanca yaşamayla, yüce amaçlar için yaşamakla ilgilidir. Anlamak bir şeyin özünü bütünlüğü içinde

<sup>14</sup> Anthony Giddens, *Modernliğin Sonuçları*, çev. Ersin Kuşdil, Ayrıntı Yayıncılık, 3. bsk. İstanbul 2004, s. 100-110.

<sup>15</sup> Gürses, Dindarlık ve Kişilik, s. 17.

<sup>16</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 69.

<sup>17</sup> Kaynakça bölümünde ilgili çalışmalar bulunmaktadır.

<sup>18</sup> Walter Kranz, *Antik Felsefe*, çev. Suad Y. Baydur, Sosyal Yayıncılık, İstanbul 1994, s. 57.

<sup>19</sup> Sokrates, *Sokrates’in Savunması*, çev. Teoman Aktürel, Remzi Kitabevi, İstanbul 2004, s. 13-14.

kavramak, onda kendimizden bir şey bulmak ve kendimizi kendi dışımızda keşfetmektir.<sup>20</sup>

Baumeister'e göre, anlam psikolojinin ana konusudur.<sup>21</sup> Anlam bireysel ve öznel bir kavramdır. İnsanlar karşılaştığı her sorunu anlamasını sağlayacak genel bir anlam sistemine ihtiyaç duyarlar. Çünkü her insan yaşadığı olayları, karşılaştığı sorunları ve içinde bulunduğu koşulları, kendi duyguları, zihinsel ilkeleri ve inançları doğrultusunda anlamlandırır. Dolayısıyla ne kadar insan varsa o kadar anlam vardır denebilir.<sup>22</sup> V. Frankl'ın kurduğu *Logoterapi* yaklaşımına göre, insan anlam ötesi bir varoluşa eğilimi olan dini tabiatlı bir varlıktır Bu nihai anlam aynı zamanda dini inancı da ifade eder. Bu anlamı tam olarak kavramak ancak inanç ile mümkündür.<sup>23</sup>

Anlam arayışı, insanların hayatlarını daha iyi duruma getirmek ve sorunlarından kurtulmak için yaptıkları değiştirme, yönetme ve yeniden düzenleme faaliyetlerinin tümünü ifade eder. Ergenlik dönemi anlam arayışının ve mutlu olma arzusunun en üst düzeyde olduğu dönemdir.<sup>24</sup>

#### 4. ANLAMSIZLIK SORUNU VE DİNDARLIK

##### 4.1. Anlamsızlık Sorunu

Anlamli bir hayat, yaşamı anlamlı kılacak ideallerin ve amaçların olmasını ifade eder. Anlamsızlık ise insanın uğruna yaşayacağı bir şeyin olmaması durumudur. Modern hayatta imkânların bolluğuna karşın ergenlerin büyük çoğunluğu, kendilerini anlamsızlık duygusundan kurtaramamışlardır. İmkânların ve olanakların neden olduğu uyarıcı bombardımanı ergenlerin anlama ulaşmasına engel olmaktadır.

Varoluşçu psikiyatrist Yalom, günümüzde pek çok kişinin hayatta anlam ve amaç bulamamaktan şikâyet ettiğini ifade etmiştir.<sup>25</sup> Frankl'a göre anlamsızlık

---

<sup>20</sup> Saffet Kartopu, *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, (Y. Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi), Adana 2006. s. 19.

<sup>21</sup> Roy F. Baumeister, Michael J. MacKenzie and, *Meaning in Life: Nature, Needs, and Myths*. 1991, s. 357-358.

<sup>22</sup> Alfred Adler, *Yaşamın Anlam Ve Amacı*. çev. Kamuran Şipal, Say Yayıncılık, İstanbul 1998, s. 7.

<sup>23</sup> Victor E Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, Okuyan Us Yayıncılık, İstanbul 2016, s. 140

<sup>24</sup> Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisine Giriş*, Dem Yayıncılık, İstanbul 2012, s. 59-62; Dennis Prager, *Mutluluk Ciddi Bir Sorundur*. çev. Orhan Tuncay, Alkım Yayıncılık, İstanbul 1998, s. 125.

<sup>25</sup> İrvin, D, Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*. çev. Babayigit, Zeliha İ., Kabalıcı Yayınevi, İstanbul 1999, s. 659.

insan varoluşunun temel kaygılarından biridir. Çünkü anlam ve amaç olmadan insanca yaşamak mümkün değildir.

Frankl'a göre anlamsızlık iki şekilde karşımıza çıkar. Birincisi varoluş vakumu ikincisi ise varoluş nevrozudur. Varoluş vakumu can sıkıntısı, anlamsızlık ve boşluk duygusu olarak yaşanır. Bu durumda kişiler ne yaptığını ve yapacağını tam olarak bilemeyen, karamsar bir durumda bulunurlar. Bu iki anlamsızlık çeşidi çağımıza damgasını vurmuştur. Ona göre çağımızın kitlesel nevrozu olan varoluşsal boşluk nihilizmi, nihilizm de anlamsızlığı doğurur.<sup>26</sup>

Anlamsızlık farklı semptomlarda ve örtük durumlarda kendini gösterir. Frankl bir çalışmasında 20 alkolikten 18'inin yaşamı anlamsız ve amaçsız bulunduğunu ifade etmiştir.<sup>27</sup> Depresyon, bağımlılıklar ya da takıntılar da anlamsızlığın göstergelerindedir.<sup>28</sup>

## 4.2. Anlamsızlığın Neden Olduğu Temel Sorunlar ve Bu Sorunlara Dinin Katkısı

### 4.2.1. Yabancılaşma

Yabancılaşma anlamsızlığın en önemli sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır. Yabancılaşma insanların duygu, düşünce ve davranışları üzerindeki kontrolü kaybetmelerini, kendi iç dünyalarına ve topluma uyum sağlayamamalarını, kendi kültürüne özgü düşünme ve hissetme özelliklerini yitirmelerini ifade etmektedir. Marks'ın işçinin emeğinin, kendisine haksız bir şekilde dönmesi anlamında kullandığı<sup>29</sup> yabancılaşma kavramı, Latince'deki "öteki, diğeri, başkası" anlamına gelen "alienationem" kelimesinden türemiştir.<sup>30</sup> Yabancılaşma, insanın kendi özünden, ürününden, tabii ve toplumsal çevresinden koparak, onların egemenliği altına girmesi, kimlik kaybı, kişilik parçalanması, değerleri kaybetme ve kuralsızlık gibi durumları da içermektedir.<sup>31</sup>

<sup>26</sup> Victor E Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, Okuyan Us Yayıncılık, İstanbul 2016, s. 120-143.

<sup>27</sup> Victor E Frankl, *Duyulmayan Anlam Çığılığı*, çev. Selçuk Budak, Öteki Yayınları, Ankara 1999, s. 22.

<sup>28</sup> Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s. 115-118; Engin Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, Metis Yayıncılık, İstanbul 2013, s. 130.

<sup>29</sup> Karl Marks, Friedrich Engels, *Komünist Manifesto*, 2.bs., Bilim ve Sosyalizm Yayıncılık, Ankara 1970, s. 51.

<sup>30</sup> Sibel Özbudun Demirer, Temel, Markus, George, *Yabancılaşma Ve... Ütopya* Yayınevi, Ankara 2007, s. 16.

<sup>31</sup> Hayati Hökelekli, *Çocuk, Genç, Aile Psikolojisi ve Din*, Dem Yayıncılık, İstanbul 2009, s. 158.

Yabancılaşma, tümüyle maddi yönde gelişmiş tarihteki tek medeniyet olan Batı medeniyetinin gelişme süreci ile paralellikler göstermektedir.<sup>32</sup> Bugün yaşamın tüm önemli alanları meta mantığıyla yönetilmekte, her şeyin tüketildiği modern toplumda ergenler de gittikçe tükenmektedirler.<sup>33</sup> Washington Bellevue'deki Doğu Yakası Ruh Sağlığı Merkezi'ne yardım talebiyle başvuranlar arasında, 30 yaş öncesi gruptakilerin daha fazla anlamsızlık ve amaçsızlık hissetmeleri bu tükenişin göstergelerindedir.<sup>34</sup> Başka bir araştırmada sosyo-ekonomik durumu orta düzeyin üstünde olan öğrencilerin diğer öğrencilere göre daha fazla yabancılaşma yaşadıkları sonucuna ulaşılması da bu hipotezi desteklemektedir.<sup>35</sup> İngiltere'de yeni kurulan "Yalnızlıktan Sorumlu Bakanlık" bu gerçeğin trajik bir örneğidir.<sup>36</sup>

#### 4.2.2. Ölüm, İntihar ve Umutsuzluk

Hayata ve ideallerine bağlanan bir genç, ölümü düşünmeye başladığında bir gün her şeyin biteceğini, dolayısıyla hiçbir şeyin anlamlı olmadığını, her şeyin boş olduğunu düşünebilir.

Yapılan araştırmalara göre ergenlik döneminde başlıca ölüm nedenlerinden birisinin trafik kazaları, diğerinin de intihar olayları olduğu ortaya çıkmıştır.<sup>37</sup> İntihar olaylarının temel nedeni de gençlerin yerel ve küresel koşullar sonucunda yaşadığı ağır bunalım, anlamsızlık ve depresyondur.<sup>38</sup> Amerika'da intihara teşebbüs eden 60 öğrencinin % 85'i hayatın anlamsız olduğunu ifade etmiştir.<sup>39</sup> Benzer sonuçlar ülkemizde de görülmektedir. Mehmet Eskin tarafından "İntihar Girişim ve Düşüncesi" adıyla, Aydın, İzmir, İstanbul ve Ankara'da yapılan

<sup>32</sup> Rene Guenon, *Modern Dünyanın Bunalımı*, çev. Mahmut KANIK, Hece Yayıncılık, İstanbul 2005, s. 42.

<sup>33</sup> Jean Baudrillard, *Tüketim Toplumu Söylenceleri Yapıları*, çev. Hazal Deliceçaylı, Ferda Keskin. 5. Bs. Ayrıntı Yayıncılık, İstanbul 2012, s. 92.

<sup>34</sup> Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yayıncılık, İstanbul 2011, s. 34.

<sup>35</sup> Meral Filiz Pala, *Ortaöğretim Öğrencilerinin Okula Yabancılaşma Sorunu*, (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi), İstanbul: 2016, s. 54.

<sup>36</sup> İngiltere'de yaklaşık 9 milyon kişinin yalnızlık çektiği düşünülmektedir. <http://www.trthaber.com/haber/dunya/ingilterede-yalnizliktan-sorumlu-bakanlik-kuruldu-346815.html> (18.01.2018). <http://www.solitaryconfinement.org/UK-solitary-confinement> (18.01.2018). <https://www.nytimes.com/2018/01/17/world/europe/uk-britain-loneliness.html> (18.01.2018).

<sup>37</sup> Kasım Tathoğlu, "Sosyal Bir Gerçeklik Olarak İntihar Olgusu: Sosyal Psikolojik Bir Değerlendirme", *Abant İ.B.Ü. S.B.E. Dergisi*, Güz, c. 12, Yıl:12, sy. 2-12, Bolu 2012, ss. 133-155.

<sup>38</sup> Köknel, *Zorlanan İnsan*, s. 313.

<sup>39</sup> Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, s. 15.



bir araştırmada öğrencilerin yüzde 41,3'ünün kendisini öldürmeyi düşündüğü ortaya çıkmıştır.<sup>40</sup> Ankara'da gençlerin intihar etme gerekçelerini araştıran başka bir çalışmada gençlerin % 15'inin sebebini tanımlayamadıkları nedenlerle intihara teşebbüs ettiklerinin ortaya çıkması oldukça dikkat çekicidir.<sup>41</sup> Dolayısıyla anlam duygusu ile psikolojik bozukluk ve ölüm kaygısı belirtileri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olması, anlamsızlık ile intihar arasındaki ilişkiyi gözler önüne sermektedir.<sup>42</sup> Bu veriler gençlerin anlamsızlık sorunu yaşadıklarını göstermektedir.

Ölümü seçmek yaşamda bulunmayan anlamın, hayatına son vermek pahasına ölüme aranılmasından ibarettir. O halde gençliğin yaşamına değer katacak bir anlam sistemine ihtiyacı vardır. Her şeyin zıddıyla birlikte var olduğu bu dünyada hayat, ölüm ile birlikte bir anlam taşır. Hayata anlam verebilmek için ölüme de anlam verebilmek gerekir.<sup>43</sup>

Dinin dışındaki sistemler ölümü ve sonrasını açıklamakta yetersiz kalmaktadırlar. Din ahiret inancı ile insandaki sonsuz yaşam arzusunu sahiplenir ve yaşamı anlamlı kılan bir zemine oturtur. Ölüm dinde son değil yeni bir hayata açılan yolculuktur. Kur'an-ı Kerim ölümün bir yok oluş olmadığını, ölümden sonra sonsuz bir yaşam olduğunu söyler.<sup>44</sup> Ahiret inancı hayatın devamlılığını gösteren, iyi ya da kötü bütün beşeri eylemlerin bir karşılığının olduğunu ortaya koyan bir inançtır.<sup>45</sup> Kur'an'da kişinin yaptığı en ufak bir iyilik ya da en küçük bir kötülüğün karşılığını bulacağı ifade edilir.<sup>46</sup>

Anlamlı bir hayatın temel özelliklerinden biri geleceğe yönelik umutların canlı olması ve bu umutların insan davranışlarına yansımalarıdır. Umut, ölüm korkusunun yenilmesi ve bir anlamda ölümün öldürülmesi anlamına gelmektedir.

<sup>40</sup> Mehmet Eskin, "Ergen Ruh Sağlığı ve Sorunları ve İntihar Davranışıyla İlişkileri", *Klinik Psikiyatri Dergisi*, s. 3, 2000, s. 228-234.

<sup>41</sup> Çilem Bilginer vd. "İlaç İçerek İntihar Girişiminde Bulunan Gençler ve Koruyucu-Önleyici Hizmetlere Genel Bakış", *Düşünen Adam Dergisi*, İstanbul 2017, s. 245.

<sup>42</sup> Ferdi Kırac, *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık*, (Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi), Ankara 2007, s. 114,118.

<sup>43</sup> Adem Akıncı, *Hayata Anlam Vermeye Din Öğretiminin Katkısı*, (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi), Ankara 2002, s. 112.

<sup>44</sup> *Hacc Sûresi*, 22/5.

<sup>45</sup> Antoine Vergote, *Din, İnanç ve İnançsızlık*, çev. Veysel Uysal, Marmara Üniversitesi İlahiyat Vakfı Yayıncılık, İstanbul 1999, s. 60.

<sup>46</sup> *Zilzal*, 99/7-8.

Araştırmalar sorun ve bunalım durumlarında umut düzeyi yüksek kişilerin sorunlarla ve stresle başa çıkabildiğini,<sup>47</sup> dinin de umudu desteklediğini ortaya koymaktadır.<sup>48</sup> Din, hayatı dünya ve ahiret bütünlüğünde ele alarak umutsuzluğa ve anlamsızlığa çare olur.

Umut varolmayan bir şeyi yaratacak koşulsuz bir anlama inanmayı ifade eder.<sup>49</sup> Dolayısıyla umudun olduğu yerde din de vardır. Yaşanan her şey ölümle son bulduğu halde insanın yine de ölümsüzlüğü arzulaması dini inançlar sebebiyledir.<sup>50</sup>

Umutlu olmak sorunların düzeleceğine olan inancı ifade ettiği gibi bir yardım aracılığı ile olumsuz durumun olumluya doğru değişebileceğine dair inancı da ifade eder.<sup>51</sup> Bu noktada dinlerin Allah'ın / Tanrı'nın yardımıyla ilgili ilke ve kurallarının umudu besleyen en önemli dayanak olduğu ifade edilebilir. Allah insan doğasına bu olumlu kavramı koyarak ve destek vereceğini de vaat ederek insanın iyiliğini istemektedir.<sup>52</sup>

#### 4.2.3. Güvensizlik

Günümüzde psikolojik rahatsızlıkların pek çoğunun nedeni modern hayatın hız, değişim ve tüketim alışkanlıklarına ve kurgulanmış sistematığına karşı, bireycilik adına tek başına bırakılmış gençliğin yaşadığı yoğun kaygı ve güvensizlik durumudur. Araştırmalar bu bulguyu desteklemektedir. OECD'nin üye ülkelerde yaptığı 2017 araştırma verilerine göre Türkiye dâhil olmak üzere

<sup>47</sup> Abdullah Dağcı, *Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi*, (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi), Konya 2014, s. 26; Crystal. L. Park- Susan Folkman, "Meaning İn The Context Of Stress And Coping", *Review of General Psychology*, L (2), 1997, p.115-144; Charles Richard Snyder ve dğr. "Preferences of High and Low Hope People for Self Referential Input", *Cognition and Emotion*, 12, 1998, p.807-823.

<sup>48</sup> R.J., Miller Fehring, J.F.-Shaw J. "Spritual Well-Being, Religiosity, Hope, Depression and Other Mood States in Elderly People Coping with Cancer", *Oncology Nursing Forum*, 24, 1997, p.663-671; Mustafa Koç, *Yetişkinlik Döneminde Dindarlık İle Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki*, (Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi), Bursa 2008, s. 268.

<sup>49</sup> Abdülkerim Bahadır, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din*, ( Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi), Bursa, 1999, s. 54.

<sup>50</sup> Abdülkerim Bahadır, "Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din", *Selçuk Üniversitesi SBE Dergisi*, s. 6, Konya 2000a, s. 198.

<sup>51</sup> Işık Derebaşı, Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Ege Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Geliştirilmesi, (Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi), İzmir 1996, s. 3.

<sup>52</sup> Zümer Sûresi, 39/53; İnşirah Sûresi, 94/5,6.

ülkelerin güven puanlarında düşme vardır.<sup>53</sup> 2012 Dünya Değerler Atlası'na göre ülkemizin dünyada kişilerarası güvenin en düşük olduğu ülkelerden biri olduğu anlaşılmıştır. Aynı araştırmaya göre değerlerin ve güven duygusunun en düşük olduğu yerler batılılaşmanın da en yoğun olduğu ülkemizin Marmara ve Ege bölgeleridir. Ülkemiz dünyada birbirine güvenme açısından sondan üçüncü sırada yer almaktadır.<sup>54</sup> Başka bir araştırma sonucuna göre de gençlerin % 69'u insanları, % 35'i babalarını bile güvenilmez olarak görmektedir.<sup>55</sup> Araştırmalar gençler arasında güven probleminin geldiği noktayı göstermesi açısından düşündürücüdür. *Allah'sızlık* anlamsızlığa, anlamsızlık ta psikolojik problemlere ve toplumsal sorunlara neden olmaktadır.

Gençlere yapılabilecek en büyük iyiliklerden biri onlardaki kaybolan güven duygusunu giderecek, varlıklarını adayabilecekleri ve sonsuz bir şekilde bağlanabilecekleri bir güven kaynağı bulmaktır. Bu güven kaynağı, acı ve üzüntüyle dolu en karanlık anlarında bile insana güven ve emniyet sağlamalıdır.<sup>56</sup> Allah'a iman, iman esasları ve Allah'ın hayatı insanın esenliği için tanzim ettiğine yönelik ilahi plan inancı böyle bir güven kaynağı olabilir.<sup>57</sup> Gençlerin % 50'sinin dinin kendilerine huzur ve güven verdiğini ifade ettikleri tespit edilmiştir.<sup>58</sup>

Allah'ın olduğu bir dünyada yaşamın bir anlamı ve amacı kesinlikle vardır. Allah'ın olduğu bir dünyada hiçbir şey boş ve amaçsız yaratılmamıştır. Allah'ın olduğu bir dünyada acının da, kederin de, sevincin de, mutluluğun da bir karşılığı ve anlamı vardır.<sup>59</sup> Tevhit inancı varlığı ve hayatı Allah'ın bir amaç için yarattığı düşüncesiyle insana varlıkla ilgili bütünlük duygusu verir.<sup>60</sup> Böylece anlamsızlık sonucunda yaşanan varoluş bütünlüğü tevhit inancı ile tekrar sağlan-

<sup>53</sup> OECD, How is Life, 2016-2017. <http://www.oecdbetterlifeindex.org/> , [http://www.oecdbetterlifeindex.org/media/bli/documents/how\\_life-\(2017\).-sum-en.pdf](http://www.oecdbetterlifeindex.org/media/bli/documents/how_life-(2017).-sum-en.pdf), <http://www.oecdbetterlifeindex.org/countries/turkey/> - (11.01.2018).

<sup>54</sup> Ozan Örmeci, "Dünya Değerler Araştırması 2010-2014 Türkiye Verileri Analizi", *Uluslararası Politika Akademisi*, İstanbul 2016, s. 3.

<sup>55</sup> SEKAM, Sosyal, Ekonomik ve Kültürel Araştırmalar Merkezi, *Türkiye Gençlik Raporu*, İstanbul 2013, s. 82-83.

<sup>56</sup> Kartopu, *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, s. 61.

<sup>57</sup> Akıncı, *Hayata Anlam Vermeye Din Öğretiminin Katkısı*, s. 9.

<sup>58</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 113.

<sup>59</sup> *Al-i İmran*, 3/191, *Kıyamet*, 75/36.

<sup>60</sup> *Zariyat*, 51/56.

miş olur. İmanın kelime kökü, “güvende olmak”tır. Mümin Allah’a güveni sağlam olan kimsedir. Müminler ancak Allah'a güvenip dayanmalıdırlar ayeti<sup>61</sup> bunu ifade eder.

#### 4.2.4. Bağımlılıklar

Bağımlılıklar anlamsızlığın neden olduğu sorunlardan bir tanesidir. Bağımlılık; sigara, alkol, madde, internet, kumar, gıda, internet gibi birçok alt başlığı olan psikiyatrik bir sendromdur. Bağımlılık, zararlı madde kullanım dozunun ya da bağımlı olunan davranışın giderek artması, bırakmakta zorluk çekilmesi, bırakma durumunda yoksunluk belirtilerinin belirmesi, zararlarına rağmen kullanımın devam etmesi, bağımlı olunan alışkanlığı aramak ve kullanmak ile ilgili fazla zaman harcanması ve kullanımı kontrol edememesi olarak tanımlanmaktadır. Patolojik kumar bağımlılığı, seks bağımlılığı, internet ve oyun bağımlılığı gibi bağımlılık türleri gençler arasında gün geçtikçe artmaktadır.<sup>62</sup>

Gençler zaman geçtikçe haz veren, eğlenceli ve geçici işler ile uğraşmakta, hayatı sorgulama, anlama ve çözüm üretme ile ilgili uğraşlarla düşük düzeyde ilgilenmektedirler. 2016 yılında yapılan Milenyum Diyalog Raporuna göre gençlerin en fazla sinema (%92), müzik (%91) ve teknoloji (%89) ile ilgilenmesi bu gerçeği ortaya koymaktadır.<sup>63</sup>

Yeşilay'ın verilerine göre dünyada her yıl 6 milyon kişi, her 10 saniyede bir kişi sigaradan ölmektedir. Uyuşturucu kullananların yüzde 57'si alkol kullanmaktadır. Yılda 1 milyon 800 bin kişi doğrudan alkol bağımlılığı nedeniyle ve her yıl 3,5 milyon insan alkole bağlı nedenlerden dolayı hayatını kaybetmektedir. Ülkemizde de alkolü ilk tüketim yaşı 11'e kadar inmiştir. Cinayetlerin %85'i, ırza

<sup>61</sup> *Al-i İmran*, 3/160.

<sup>62</sup> APA, 2013, American Psychiatric Association, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-5, s:481-491; Pınar Eftekin, Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, (Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi), Kayseri, 2015, s. 25,29. YEŞİLAY, 2018. <http://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> (10.01.2018); YEŞİLAY, 2017a. <http://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> (10.01.2018); WHO,2018, [http://www.who.int/substance\\_abuse/activities/addictive\\_behaviours/en/](http://www.who.int/substance_abuse/activities/addictive_behaviours/en/) , <http://islamianaliz.com/haber/oyun-bagimligi-artik-akil-hastaligi-olarak-kabul-edilecek-62928#sthash.h80ZTW3e.ieiYUYGO.dpbs> , (30.01.2017). <http://www.bbc.com/news/technology-42541404> (30.01.2017).

<sup>63</sup> [https://www.ntv.com.tr/galeri/dunya/turk-genclerle-ilgili-carpici-arastirma,8\\_fAe-p-UqQMPOvpfWKCw/UgKbU-8akkq6ODaUHmhlDA](https://www.ntv.com.tr/galeri/dunya/turk-genclerle-ilgili-carpici-arastirma,8_fAe-p-UqQMPOvpfWKCw/UgKbU-8akkq6ODaUHmhlDA) (04.01.2018).

tecavüzlerin %50'si, şiddet olaylarının %50'si, trafik kazalarının %60'ı, kadına şiddet olaylarının %70'i alkol sebebiyle olmaktadır.<sup>64</sup>

Hayata anlam katan değerlerden yoksun olma bağımlılıkları tetiklemektedir. Araştırmalarda internet bağımlılık puanı yüksek olan öğrencilerin insani değerler puanının düşük olduğu tespit edilmiştir. Örneğin internete bağımlı ergenlerin %38'i bu nedenle yalan söylemektedir.<sup>65</sup>

Özgürlük ve erdemlilik, gençleri bağımlılıktan kurtarmada anahtar kavramlardır. Bağımlılıklardan kurtulmanın yolu özgür ve erdemli bir yaşam sürmektir. Bu nedenle ergenler için hayatı anlamlı kılacak bir özgürlük anlayışı acil ve hayati bir ihtiyaçtır. Ancak özgürlükten ne anlaşıldığı da son derece önemlidir. Batı düşüncesinde özgürlük; seçim yapabilme, mutlak kontrol, değerlerden ve dinden bağımsız olma ve bireysel tercihlerin koşulsuz olarak öncelikli olması anlamlarında kullanılmıştır.<sup>66</sup> Bu tür bir özgürlük anlayışı ergenleri, toplumları ve uygarlığı daha iyi bir noktaya getirmemiştir ve birkaç açıdan eleştiriye açıktır. Özgürlüğü serbestçe seçim yapabilmeye indirgeyen bu düşünce, sosyal ortamın ve arkadaş çevresinin gençler üzerindeki kaçınılmaz etkilerini göz ardı etmektedir. Ergenler tüm yaşamlarını kuşatan liberal yaşam alışkanlıklarından, arkadaşlarından ve içinde buldukları ortamlardan birçok konuda etkilenmektedir.

Batı düşünce sistematiğinde özgürlük denildiğinde daha çok isteklerini gerçekleştirirken ve seçim yaparken herhangi bir engelle karşılaşmamak anlaşılır. Oysa her istediğini yapmak, isteklerinin esiri olmak anlamına da gelebilir. Böyle bir özgürlük anlayışınınsa değeri yoktur. Modern çağın iletişim araçları da ergenlerin özgürlüğüne karşı gelişmiştir. İnsanların kendisinden bilgilendiği, dünya kamuoyuna haber taşıyan dört-beş ana merkez, ergenlerin zihinlerini istedikleri gibi yönlendirmekte ve programlanan zihinler özgürlüklerini birer birer kaybetmektedirler. Gençleri özgürleştiren her teknoloji aynı zamanda onların gardiyanı olup takip edilebilirliklerini ve yönlendirilebilirliklerini de arttırmaktadır.<sup>67</sup>

<sup>64</sup> Yeşilay, 2017b.

<sup>65</sup> Yeşilay, 2017b; İsa Kılınc, Şemseddin Gündüz, "Lise Öğrencilerinin Siber Duyarlılık, İnternet Bağımlılığı ve İnsani Değerlerinin İncelenmesi", *Trakya Üniversitesi Eğitim Fak. Dergisi*, c. 7, sy. 2, 2017, ss. 261-283.

<sup>66</sup> John Locke, *Eğitim Üzerine Düşünceler*, çev. Vehbi Hacıkadiroğlu, Morpa Kültür Yayıncılık, İstanbul 2004; Jean Jacques Rousseau, *Toplum Sözleşmesi*, çev. İsmail Yerguz, Say Yayıncılık, 2008, s. 72.

<sup>67</sup> Mücahit Gültekin, *Algı Yönetimi ve Manipülasyon*, Pınar Yayıncılık, İstanbul 2016, s. 121-122.

Etik anlamda özgürlük denildiğinde genelde ahlaktan ve her türlü dış etkiden bağımsız hareket etmek anlaşılır. Oysa yanlış eylemlerin -velev ki özgür bir eylem de olsa- insanı daha büyük bir esarete mahkûm ettiği görüldüğünde, bu fikrin de tutarsızlığı anlaşılır. Örneğin yanlış ve zararlı yemeklerde ısrar edersek sonunda sağlığımızı, mutluluğumuzu ve nihayet yaşamımızı kaybederiz. Ama doğru beslendiğimizde bedenimizin daha sağlıklı olduğunu görürüz. Bedenimizin yaratılış amaçlarına ne kadar uygun davranırsak o kadar sağlıklı oluruz. Aynı şekilde ruhumuzun, kalbimizin ve genelde varoluşumuzun yaratılış gayelerine uygun hareket etmekle de gerçek özgürlüğe ve mutluluğa ulaşmış oluruz.

Özgürlükten gerçekten mahrum olduğumuz an yaratılış amacımıza yani yapımıza uygun düşünce ve eylemlerden engellendiğimiz andır. Özgürlüğün altında yatan gerçek dürtü bizi esir eden değil, özgürleştiren hareketleri seçmemizi öngörür. Özgür olmak ancak yasa yolunu, yani gerçeklik yolunu seçmekle mümkündür. Bu seçim, arabasının birçok şekilde kullanılabilmesini, fakat en iyi kullanma şeklinin şoför mahallinde oturarak kullanma olduğunu bilen şoförün seçimine benzemektedir.<sup>68</sup>

Özgürlük kavramını din ve değerlerden koparmadığımızda, insanların ve toplumun iyiliği için gerekli olan bir bağlamda ele aldığımızda gerçek bir özgürlük tanımına ulaşabilmek mümkündür. Böyle bir özgürlük anlayışı ergenler için çözüm önerisi olabilir.

İslam düşüncesinde özgürlük, nefsi istek ve arzuların esaretinden kurtulup, Allah'a gönül rızasıyla kul olmakla eşdeğer görülmüştür.<sup>69</sup> Benzer şekilde Frankl da özgürlüğü arzularını gerçekleştirmek olarak değil, insan varoluşunu anlamlandıran bir "aşma" olarak görür. Kendini aşma kendini gerçekleştirmenin bir aşama sonrasındır ve daha üstündür. Frankl kendine mesafe koymanın, benmerkezci eğilimlerine boyun eğmemenin özgürlüğe açılan kapı olduğunu savunmuştur. Çünkü insan kendi sınırlarından kurtulamadıkça kendi ötesine ve aşkınlığa ulaşamaz.<sup>70</sup>

#### 4.2.5. Mutsuzluk

Mutluluk insanın anlam arayışının sonuçlarından biridir. Üniversite öğrencilerinde anlam duygusu yüksek çıktığında mutluluk ve yaşam doyumunun

<sup>68</sup> J.Donald Walters, *Modern Düşüncenin Krizi*, İnsan Yayıncılık, İstanbul 1995, s. 47.

<sup>69</sup> Ruveyda Özdemir, *Özgürlük Tanımları Ve İslam Düşüncesinde Özgürlüğün Nasıllığı*, (Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi), Denizli 2012, s. 3,55.

<sup>70</sup> Bahadır, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din*, s. 39.

da yüksek çıkması bu yargıyı teyit etmektedir.<sup>71</sup> Anlam mutluluğu olumlu etkilediği gibi anlamsızlık ta mutsuzluğa neden olur ve yaşam memnuniyetini olumsuz etkiler.

Türkiye’de son yıllarda gençlerin yaşam memnuniyetinde düşmeler olduğu tespit edilmiştir. Araştırmalara göre gençlerin % 30-35’i kendini mutsuz hissetmektedir. OECD’nin 50’yi aşkın ülkeyi incelediği Daha İyi Yaşam Endeksi 2016 sonuçlarına göre Türkiye sondan üçüncü sırada bulunmaktadır.<sup>72</sup>

Mutluluk dindarlık ile de yakın bir ilişkiye sahiptir. Dinin anlamlı bir hayata ve bunun bir sonucu olarak kişinin mutluluğuna da katkı sağladığı tespit edilmiştir.<sup>73</sup> Dinin insanlara mutluluk vermesinin iki temel sebebi vardır. Birincisi din insanların hayatındaki amacı ve anlamı için derin bir duygu verir. Bu sayede insanlar, “ben neredeyim, öldükten sonra mutlu olacak mıyım” gibi hayatın temel varoluşsal sorularına cevap bulur. İkincisi ise dini sosyal ortamlar insanların birleşmesini, aynı görüşleri paylaşmasını, destekleyici ilişki biçimlerini ve bunların sonucunda mutluluğunu sağlar.<sup>74</sup> Araştırma sonuçları bu gerçeği teyit etmektedir. Associated Press ve MTV’nin yaptığı bu araştırma, kendini dindar ya da çok dindar olarak tanımlayan 13-24 yaş arasındaki ergenlerin, dindar olmayanlardan çok daha mutlu olduğunu göstermiştir.<sup>75</sup>

Genelde dinler, özelde İslam dini insanları dünya ve ahiret hayatında mutluluğa ve huzura ulaştırmak için indirilmiştir. Dini ve manevi önderlerin çoğu-

<sup>71</sup> Dominique L Debats, “The Life Regard Index: Reliability and Validity, Psychological Reports”, 1990 p.27-34.

<sup>72</sup> TÜİK, Türkiye İstatistik Kurumu Yaşam Memnuniyeti Araştırması, 2003-2016. [http://www.tuik.gov.tr/MicroVeri/YMA\\_\(2015\)/ozet-tablolar/index.html](http://www.tuik.gov.tr/MicroVeri/YMA_(2015)/ozet-tablolar/index.html), (TÜİK, İstatistiklerle Gençlik 2016, 01.01.2018). <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24648> (04.01.2018); HABİTAT, Türkiye’de Gençlerin İyi Olma Raporu, 2017, <http://habitatdernegi.org/tr/dl/Habitat-GenclikRaporu.pdf> (01.01.2018).

<sup>73</sup> Patrick Glynn, *Kanıt / Post-Seküler Bir Dünyada İnanç ve Bilimin Uzlaşması*, çev. Ali Ayten vd., Gaye Kitabevi, İstanbul 2004, ss. 42-45; Tayyab Rashid, “Authentic Happiness” The Encyclopedia of Positive Psychology (Ed: Shane J. Lopez) içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 2009, pp.71-75.

<sup>74</sup> Gary E. Myers, “Merging the Horizons of Psychotherapeutic and Religious Worldviews: New Challenges for Psychotherapy in the Global Age”, *Mental Health, Religion and Culture*, c. 7, sy. 1., 2004.

<sup>75</sup> Hülya Güven, *Depresyon ve Dindarlık İlişkisi*, (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi), İstanbul 2008, s. 7.

nun yaşadığı huzurlu ve sakin hayatları bu gerçeğin yansımasıdır. Kur'an-ı Kerim'de insan ve toplum sorunlarına çözüm yolları üreten, insanları mutlu, huzurlu ve anlamlı bir dünyaya ulaştırmayı amaç edinen ayetler vardır.<sup>76</sup>

#### 4.2.6. Değerler Krizi

Günümüzde gençlik ve anlam üzerine konuştuğumuz zaman dikkat etmemiz gereken en önemli konulardan biri de değerler alanındaki yozlaşma ve gerilemedir. Değer kavramı, bir şeyin önemini belirlemeye yarayan soyut ölçü, bir şeyin değdiği karşılık, kıymet olarak tanımlanır.<sup>77</sup> Değer, bireyin kendi yaşamında neyin doğru, neyin yanlış olduğu konusundaki geliştirdiği inançları, arzu edilen ve edilmeyen yargıları olarak ifade edilir. Maslow'a göre insan nasıl gün ışığına kalsiyuma ya da sevgiye ihtiyaç duyuyorsa, anlayacağı ve o doğrultuda yaşamını sürdürmekten zevk alacağı bir değerler sistemine de ihtiyaç duyar.<sup>78</sup> Değerler, insanın aklını iyilikler yönünde kullanmasını sağlar. Zira insan varlıklar içerisinde değerlere sahip olan ve değerler üretebilen tek varlıktır.<sup>79</sup>

Araştırmalar değerlere sahip olmak ile anlamlı bir hayat yaşamının birbiri ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Değerler insanın hayatına kattığı anlamlardır. Bu nedenle anlam arayışının kendisi, hayata anlam katan değerlerin olması gerektiğini gösterir.<sup>80</sup> Frankl'e göre "anlam" ihtiyacı, ancak değerlere bağlanmakla, onları gerçekleştirmekle tatmin bulabilir. Ona göre değerlerin asıl kaynağı da Tanrı'dır.<sup>81</sup>

Hazza ve hızla odaklı batılı yaşam tarzının yaygınlaştığı günümüzde ergenler değerlerden yoksun bir yaşam sürdürdükleri için anlamlı ve mutlu yaşama bir türlü kavuşamamaktadırlar. 2012 yılındaki Dünya Değerler Araştırmasının

<sup>76</sup> Beyyine, 98/8, Casiye, 45/30.

<sup>77</sup> [http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&arama=gts&ke-lime=de%C4%9Fer&uid=12429&guid=TDK.GTS.5a50fd6c2b4072.41320889](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&ke-lime=de%C4%9Fer&uid=12429&guid=TDK.GTS.5a50fd6c2b4072.41320889) (01.01.2018).

<sup>78</sup> Abraham Maslow, *İnsan Olmanın Psikolojisi*. çev. Orhan Gündüz, Kuraldışı Yayıncılık, İstanbul 2001, s. 215-220.

<sup>79</sup> Süleyman H. Bolay, "İslam Medeniyete Hangi Değerleri Katabilir?" *Medeniyet ve Değerler Dergisi*, İstanbul 2013, s. 210.

<sup>80</sup> Kurt Baier, The meaning of life. In W. T. Blackstone (Ed.). *Meaning and existence: Introductory readings in philosophy* (pp. 795-811). New York 1971, Holt Rinehart and Winston, s. 809; Pınar Güler, *Felsefi Antropoloji Açısından Anlam Sorunu Ve Felsefi Danışmanlık*, (Y. Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi), İstanbul, 2012, s. 86.

<sup>81</sup> Abdülkerim Bahadır, "Psikoterapide Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Victor Frankl". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 9, 2000b, s. 193.



Türkiye bölümüne göre Türkiyeliler dünyada birbirine güvenme açısından son-  
dan üçüncü sırada yer almaktadır.<sup>82</sup>

Bilim varlığı ve olguları anlamak ve açıklamak için uygun bir araçtır. Ancak bilim insan hayatına anlam, amaç ve değer vermez. İnsan da anlamsız, amaçsız ve değersiz yaşayamaz. Din anlamları, amaçları ve değerleri bireye hazır halde sunarak ona anlamlı bir hayatın kapılarını açar. Bunun yanında din insana alternatif değer önerileri sunarak değer ve anlam arayışında insanı destekler. Değerler ile din arasında ayrılmaz bir bağ vardır. Çünkü din aynı zamanda bir değer koyma, değer biçme ve yaşama tarzıdır.<sup>83</sup> Günümüzde pek çok psikolojik rahatsızlığın sebebinin, ruhsal ve manevi ihtiyaçların göz ardı edilmesinin sonucunda olduğu bilinen bir gerçektir.<sup>84</sup> Bu nedenle belli değerlere sahip olmanın ve dine uygun bir yaşam sürmenin, daha iyi ve mutlu bir yaşam sürmede etkili olduğu anlaşılmıştır.<sup>85</sup> Değerlere uygun bir hayat yaşamak ergenlerin hayatını anlamlı kılan örüntülere ulaşmasını sağlamaktadır. Değerler eğitimi almanın öğrencilerin sosyal ve duyuşsal gelişmelerine, saygı ve sorumluluk gibi değerleri kazanmalarına, kişilik ve karakterlerine olumlu yansımaları olduğu tespit edilmiştir.<sup>86</sup>

İslam dini değer merkezli bir gençlik, değer merkezli bir dünya ve değer merkezli bir yaşam önermektedir. Kur'an'ı Kerim'de ve Hz. Muhammed'in sözlerinde ahlak ve değerlerle ilgili birçok ayet ve hadis vardır.<sup>87</sup> İslam'ın değer olarak ortaya koyduğu ilkeler insanların, toplumların, devletlerin ve tabiatın iyiliğine hizmet etmektedir.

<sup>82</sup> Örmeci, Dünya Değerler Araştırması, ss. 1-5.

<sup>83</sup> Mehmet S. Aydın, *Din Felsefesi*, Selçuk Yayıncılık, Ankara 1992, s. 24.

<sup>84</sup> Erich Fromm, *Psikanaliz ve Din*, çev. Elif Erten, Say Yayıncılık, İstanbul 2017, s. 13-16.

<sup>85</sup> Öznur Özdoğan, "İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji", *Ankara Üni. İFD*, 47/2, Ankara 2006, s. 139.

<sup>86</sup> Işıl Ateş Çöl, vd, "Alkol Bağımlısı Olan Hastalarda İçsel Farkındalığın Değerlendirilmesi", *Nöropsikiyatri Arşivi*, (2016). s. 53, sf.17-22; Tuba Çengelci, *İlköğretim Beşinci Sınıf Sosyal Bilgiler Dersinde Değerler Eğitiminin Gerçekleştirilmesine İlişkin Bir Durum Çalışması*, (Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi), Eskişehir 2010, s. 178; Bülent Dilmaç, *Bir Grup Fen Lisesi Öğrencisine Verilen İnsani Değerler Eğitiminin İnsani Değerler Ölçeği İle Sınanması*, (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi), Konya 2007, s. 92; Ayşe Öztürk Samur, *Değerler Eğitimi Programının 6 Yaş Çocuklarının Sosyal ve Duyusal Gelişimlerine Etkisi*, (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi), Konya 2011, s. 120; Ebru Uzunkol, *Hayat Bilgisi Öğretiminde Uygulanan Değerler Eğitimi Programının Öğrencilerin Özsayıgı Düzeyleri, Sosyal Problem Çözme Becerileri ve Empati Düzeylerine Etkisi*, (Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi), Ankara 2014, ss. 160-168.

<sup>87</sup> Nahl, 16/90, Araf, 7/199, Nisa, 4/36, Buhârî, Menâkıb 23.

## Sonuç

Modern hayatın neoliberal havuzunda hazzın depresyona, kariyerin ekonomik köleliğe, özgürlüğün cinsel ve ahlaki sömürüye, özgüvenin narsizme ve şiddete, bireyciliğin yabancılaşmaya neden olduğu gözlerden kaçmamalıdır. Bizim adımıza üretilen kavramlar sorgulanmalı ve inanç ve medeniyet değerlerimize dayalı yeni kavramlar, fikirler, projeler üretilmelidir.

Gençlik ahlaktan, erdemden ve dini değerlerden uzak kaldığı için boşluk ve anlamsızlık içindedir. Özgür olduğunu düşünürken sayısız objenin kölesi olduğunu fark etmeden yaşantısını sürdürmektedir. Yabancılaşma, kendi yaradılış gerçeğini reddeden insanın dünya içinde, şaşkın, hüznü, umutsuz bir şekilde azap çekmesidir. Günümüzde ergenlerin hayatı iyi ve kötü yönleriyle doğru bir şekilde açıklayan ve uğruna kendini adayabilecekleri, uygulanabilir bir anlam ve değerler sistemine gereksinimi vardır.

Tillich'in de ifade ettiği gibi gençler "bütün anlamlara anlam veren anlam"ı kaybetmişlerdir. Bu anlamın izleri genelde dinin özelde ise İslam inancı ve bu inançtan esinlenen fikirlerin ışığında yakalanabilir. Anlam arayışı insanın yapısına uygun bir süreç ise anlama ulaşmanın yolunun da insanın yapısına ve yaradılışına uygun bir yaşam sürmek olduğu söylenebilir.<sup>88</sup>

İnsani erdemlerin anlamlandırdığı evrende her şeyin kendine uygun manevi ve kozmik bir düzeni vardır. İnsan ancak bu düzenin bütünlüğüne (tevhide) uyarak gerçek özgürlüğüne kavuşabilir ve ancak bu şartla, bu yasalara uyduğu takdirde hayatın gerçek, insanca bir anlamı olabilir. Ancak böyle bir özgürlük felsefesi, insan olmanın ve hayatın gerçek anlamının anahtarını çağımızın çırpınan gençliğine sunabilir.

Bütün insanlar ister ilahi isterse beşeri olan birtakım şeyleri ilahi-kutsal kabul ederler. Bir şeye derin bir inanç ve bağlılık duyarlar. O halde inanma duygusunun Allah tarafından insana bir amaç için verildiği, yaşamı anlamlı kılacak en önemli yetilerden biri olduğu ifade edilebilir. Allah inanma ihtiyacını; kendine, dinine ve ortaya koyduğu değerlere uygun yaşaması için insana vermiştir.

İslam dini Allah'tan, doğaya, topluma ve aileye doğru bir bağlanmayı Tevhit-vahdet çizgisinde gerçekleştirerek gençlere katkı sağlayabilir. Dünya hayatının imtihan oluşu, ahiretin varlığı ve Allah'ın sonsuz kudret ve adalet sahibi

---

<sup>88</sup> Akıncı, *Hayata Anlam Vermeye Din Öğretiminin Katkısı*, s. 40.

oluşu<sup>89</sup> kişinin bütünleşik bir zihin dünyasına ve anlam haritasına sahip olmasını sağlar.

İnsan için din ne kadar değerliyse, din için de insan o kadar değerlidir. Allah insanı en üstün varlık olarak yaratmış, meleklerin dahi ona secde etmesini isteyerek<sup>90</sup> insanı varlık hiyerarşisinin en üstüne çıkarmıştır.<sup>91</sup> Allah, geceyi, gündüzü, güneşi, ayı, hatta bütün yeryüzündekileri insanın hizmetine sunmuştur.<sup>92</sup>

Kur'an-ı Kerim" "Onlar inanan ve Allah'ı anmakla gönülleri huzur bulan kimselerdir. İyi bilin ki gönüller, ancak Allah'ı anmakla huzur bulur"<sup>93</sup> ayeti ile bunalım, depresyon, kaygı ve anlamsızlık yaşayan gençliğe mutlu ve anlamlı bir hayatın ilahi ilkeler ile mümkün olduğunu söyler.

Psikoloji ruhun sağlığıyla, din ruhun kurtuluşuyla ilgilenir. Sağlıksız bir ruhla kurtuluşa erilemeyeceği gibi, kurtuluşa götürmeyen bir sağlıklılık ta anlamsız oluyor. O halde din ve psikoloji ele ele verip insanlığı bu dünyada huzura, öte dünyada ilahi kurtuluşa erdirebilirler.

### Kaynakça

- ADLER, Alfred, *Yaşamın Anlam ve Amacı*, çev: Kamuran Şipal, İstanbul: Say Yayıncılık, İstanbul 1998.
- AKINCI, Adem, *Hayata Anlam Vermeye Din Öğretiminin Katkısı*, Ankara Üniversitesi Doktora Tezi, Ankara, 2002.
- ALBAYRAK, Ahmet, *Ergenlerin Dini Gelişiminde Sevgi Ve Korku Motifinin Etkinliği*, Uludağ Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Bursa 1995.
- ALTUNTAŞ, Ersin, GÜLTEKİN, Mücahit, *Psikolojik Danışma Kuramları*, Alfa Aktüel Yayıncılık, Bursa 2004.
- APA, American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-5*, ss. 481-491, 2013.
- ATKINSON, Rita, L. v.d. *Psikolojiye Giriş*, çev. Yavuz Alogan, Ankara: Arkadaş Yayınevi, Ankara 2012.
- AYDIN, Mehmet S., *Din Felsefesi*, Selçuk Yayıncılık, Ankara 1992.

<sup>89</sup> *Ali İmran*, 3/186, *Bakara*, 2/28, 155, , *En'am*, 6/165, *Enbiya*, 21/47.

<sup>90</sup> *Bakara*, 2/30-34; *İsra*, 17/62.

<sup>91</sup> *Secde*,32/9; *Sad*, 38/72; *Hicr*, 15/29.

<sup>92</sup> *Nahl*, 16/12.

<sup>93</sup> *Râ'd*, 13/28.

- BAHADIR, Abdülkerim, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din*, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa, 1999.
- BAHADIR, Abdülkerim, "Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din", *Selçuk Üniversitesi SBE Dergisi*, s.6, ss:85-126, Konya 2000a
- BAHADIR, Abdülkerim, "Psikoterapide Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Victor Frankl". *U.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c.IX, sy. 9, Bursa 2000b.
- BAHADIR, Abdülkerim, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yayıncılık, İstanbul 2011.
- BAİER, Kurt, The meaning of life. In W. T. Blackstone (Ed.. Meaning and existence: Introductory readings in philosophy, Holt Rinehart and Winston, pp. 795-811, , New York 1971.
- BAŞ, Veysi, HAMARTA, Erdal, "Üniversite Öğrencilerinde Değerler ve Yaşamın Anlamı", *Değerler Eğitimi Dergisi*, Cilt 13, No. 29, 369-391, İstanbul 2015.
- BAUDRİLLARD, Jean, *Tüketim Toplumu Söylenceleri Yapıları*, çev. Hazal Deliceçaylı. Ferda Keskin. 5. bs., Ayrıntı Yayıncılık, İstanbul 2012
- BAUMEİSTER, Roy F., Michael J. MacKenzie and, "Meaning in Life: Nature, Needs and Myths", *Meaning in Positive and Existential Psychology* pp. 25-37, 1991.
- BİLGİNER, Çilem, vd. "İlaç İçerek İntihar Girişiminde Bulunan Gençler ve Koruyucu-Önleyici Hizmetlere Genel Bakış", *Düşünen Adam Dergisi*, ss. 243-250, İstanbul 2017.
- BOLAY, Süleyman, "İslam Medeniyete Hangi Değerleri Katabilir?" (*Medeniyet ve Değerler Dergisi* içinde, ss. 209-253, İstanbul 2013.
- COLE, Luella, MORGAN, John, B., *Çocukluk ve Gençlik Psikolojisi*, çev. Belkıs Halim Vassaf, MEB Yayıncılık, İstanbul 2001.
- CULLOUGH, MC., M. E.- Larson, D. B., "Religion and Depression: A Review of the Literature". *Twin Resarch*, c. II, sy. 2, 1999, akt. Yapıcı 2007.
- ÇENGELCİ, Tuba, İlköğretim Beşinci Sınıf Sosyal Bilgiler Dersinde Değerler Eğitiminin Gerçekleştirilmesine İlişkin Bir Durum Çalışması, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir 2010.
- ÇÖL, Işıl Ateş, SÖNMEZ, Mehmet Bülent, VARDAR, Mehmet Erdal, Alkol Bağımlısı Olan Hastalarda İçsel Farkındalığın Değerlendirilmesi, *Nöropsikiyatri Arşivi*, sy.53, ss. 17-22, İstanbul 2016.
- DAĞCI, Abdullah, *Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi*, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Konya 2014.
- DEBATS, Dominique, Louis, "The Life Regard Index: Reliability and Validity", *Psychological Reports*", 67(1), pp.27-34, 1990.
- DEREBAŞI, Işık, Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Ege Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Geleştirilmesi, Ege Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, İzmir 1996.
- DİLMAÇ, Bülent, Bir Grup Fen Lisesi Öğrencisine Verilen İnsani Değerler Eğitiminin İnsani Değerler Ölçeği İle Sınanması, Selçuk Üniversitesi Doktora Tezi, Konya 2007.
- DURSUN, Pınar, Yaşamın Anlamı, İyimserlik, Umut Ve Başa Çıkma Stilllerinin Öznel İyi Oluş Üzerindeki Rolü, ODTÜ Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2009.

- EFTEKİN, Pınar, Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Erciyes Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Kayseri 2015.
- EKŞİ, Aysel, *Çocuk, Genç, Anne Babalar*, Bilgi Yayıncılık, Ankara 1990.
- ERDAMAR, Gürcü, KURUPINAR, Abdülhamit, "Ortaöğretim Öğrencilerinde Görülen Madde Bağımlılığı Alışkanlığı ve Yaygınlığı: Bartın İli Örneği", *Sosyal Bilimler Dergisi* Cilt: XVI, sy. 1, ss. 65-84, 2014.
- ERİKSON, Erik H., *İnsanın 8 Evresi*, Okuyan Us Yayıncılık, İstanbul 2014.
- ERKOL, Mehmet, Din-Dindarlık Kavramları ve Sosyolojik Bir Yöntem Olarak Dindarlık Ölçekleri, Selçuk Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Konya 2004.
- ESKİN, Mehmet, "Ergen Ruh Sağlığı ve Sorunları ve İntihar Davranışıyla İlişkileri", *Klinik Psikiyatri Dergisi*, s.3, ss. 228-234, 2000.
- FEHRİNG, R.J., Miller, J.F. ve Shaw J. "Spritual Well-Being, Religiousity, Hope, Depression and Other Mood States in Elderly People Coping with Cancer", *Oncology Nursing Forum*, 24, pp. 663-671, 1997.
- FOWLER, James, W., Faithful Change. The Personal and Public Challenges of Postmodern Life. Nashville: Abingdon Press, 1996.
- FRANKL, Victor E, *Duyulmayan Anlam Çığılığı*. çev. Selçuk Budak, Öteki Yayınları, Ankara 1999.
- FRANKL, Victor E, *İnsanın Anlam Arayışı*, çev. Selçuk Budak, Okuyan Us Yayıncılık, İstanbul 2016.
- FROMM, Erich, *Psikanaliz ve Din*, çev. Elif Erten, Say Yayıncılık, İstanbul 2017.
- GEÇTAN, Engin, *Varoluş ve Psikiyatri*, Metis Yayıncılık, İstanbul 2013.
- GİDDENS, Anthony, *Modernliğin Sonuçları*, çev. Ersin Kuşdil, Ayrıntı Yayıncılık, 3. bsk., İstanbul 2004.
- GLYNN, Patrick, *Kanıt / Post-Seküler Bir Dünyada İnanç ve Bilimin Uzlaşması*, çev. Ali Ayten vd., Gaye Kitabevi, İstanbul 2004.
- GUENON, Rene, *Modern Dünyanın Bunalımı*, Hece Yayıncılık, İstanbul 2005.
- GÜLER, Pınar, *Felsefi Antropoloji Açısından Anlam Sorunu Ve Felsefi Danışmanlık*, Maltepe Üniversitesi, Y. Lisans Tezi, İstanbul 2012.
- GÜLTEKİN, Mücahit, *Algı Yönetimi ve Manipülasyon*, Pınar Yayıncılık, İstanbul 2016.
- GÜRSES, İbrahim, *Dindarlık ve Kişilik*, Emin Yayıncılık, Bursa 2010.
- GÜRSES, İbrahim, *Kölelik ve Özgürlük Arasında Din*, Arasta Yayıncılık, Bursa 2001.
- GÜRSES, İbrahim, "Din Eğitimi Kişilik İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *U.Ü. İlahiyat Fak. Dergisi*, Cilt XVI, sy. 2, ss. 79-122, Bursa 2007.
- GÜVEN, Hülya, *Depresyon ve Dindarlık İlişkisi*, Marmara Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2008.
- HABİTAT, *Türkiye'de Gençlerin İyi Olma Raporu*, 2017, <http://habitatdernegi.org/tr/dl/Habitat-GenclikRaporu.pdf> (01.01.2018)

- HÖKELEKLİ, Hayati, *Çocuk, Genç, Aile Psikolojisi ve Din*, Dem Yayıncılık, İstanbul 2009.
- HÖKELEKLİ, Hayati, "Günümüz Gençliğinin Kimlik ve Anlam Sorunu", *Diyanet Dergisi* Sayı233, s4-7, 2010.
- HÖKELEKLİ, Hayati, *Din Psikolojisine Giriş*, Dem Yayıncılık, İstanbul 2012.
- HÖKELEKLİ, Hayati, *Din Psikolojisi*, TDV Yayıncılık, Ankara 2013.
- HÖKELEKLİ, Hayati, *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, DEM Yayıncılık, İstanbul 2006.
- HÖKELEKLİ, Hayati, "Ergenlik Çağı Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi", *U.Ü. İlahiyat Fak. Dergisi*, s.y1 c.1 yıl.1., Bursa 1986.
- KARTOPU, Saffet, *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, Çukurova Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi, Adana 2006.
- KILINÇ, İsa, GÜNDÜZ, Şemseddin, "Lise Öğrencilerinin Siber Duyarlılık, İnternet Bağımlılığı ve İnsani Değerlerinin İncelenmesi", *Trakya Üniversitesi Eğitim Fak. Dergisi*, c. VII, sy. 2, ss. 261-283, Edirne 2017.
- KIRAC, Ferdi, *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık*, Ankara Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2007.
- KİMTER, Nurten, *Dini İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi*, Uludağ Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Bursa 1998.
- KOÇ, Mustafa, Yetişkinlik Döneminde Dindarlık İle Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki, Uludağ Üniversitesi Doktora Tezi, Bursa 2008.
- KOENIG, Harold, "İnancın İyileştirici Gücü", çev. Atalay Atabek, Russell Stannard Edt.. Yeni Bin Yılda Tanrı içinde, Gelenek Yayıncılık, İstanbul 2002.
- KÖKNEL, Özcan, *Zorlanan İnsan*, Altın Kitaplar, 3. Bsk.,
- KRANZ, Walter, *Antik Felsefe*, çev. Suad Y. Baydur, Sosyal Yayıncılık, İstanbul 1994.
- KURUÇAY, Yasin, *Varoluşçu Felsefede Angst Kavramı*, Uludağ Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Bursa 2001.
- LOCKE, John, *Eğitim Üzerine Düşünceler*, çev. Vehbi Hacıkadıroğlu, Morpa Kültür Yayıncılık, İstanbul 2004.
- MARKS, Karl, Friedrich Engels, *Komünist Manifesto*, 2. bs., Ankara Bilim ve Sosyalizm Yayıncılık, Ankara 1970.
- MASLOW, Abraham, *İnsan Olmanın Psikolojisi*, çev. Orhan Gündüz., Kuraldışı Yayıncılık, İstanbul 2001.
- MAY, Rollo, *Kendini Arayan İnsan*, çev. Ayşen Karpat, Kuraldışı Yayıncılık, İstanbul 1998.
- MEHMEDOĞLU, Ali Ulvi, Dindarlarda ve Dindar Olmayanlarda Kişilik Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma, Marmara Üniversitesi Doktora Tezi, İstanbul 1999.
- MYERS, Gary E., "Merging the Horizons of Psychotherapeutic and Religious Worldviews New Challenges for Psychotherapy in the Global Age", *Mental Health, Religion and Culture*, c. VII, s. 1., 2004.

- OECD, 2017, The Organisation for Economic Co-operation and Development, İktisadi İşbirliği ve Kalkınma Teşkilatı, Daha İyi Yaşam Endeksi, <http://www.oecdbetterlifeindex.org/> (11.01.2018.)
- OECD, How is Life, 2016-2017, <http://www.oecdbetterlifeindex.org/> (11.01.2018.)
- [http://www.oecdbetterlifeindex.org/media/bli/documents/how\\_life-2017.-sum-en.pdf](http://www.oecdbetterlifeindex.org/media/bli/documents/how_life-2017.-sum-en.pdf), (11.01.2018.)
- <http://www.oecdbetterlifeindex.org/countries/turkey/>, (11.01.2018.)
- ONG, Anthony, D, C.S. Bergeman, Lisa M.Edwards, November 2006.. "Hope as a source of resilience in later adulthood, Personality and Individual Differences", Volume 41, Issue 7, pp. 1263-1273.
- ÖRMECİ, Ozan, "Dünya Değerler Araştırması 2010-2014 Türkiye Verileri Analizi", *Uluslararası Politika Akademisi*, 2016.
- ÖZBUDUN, Sibel, Temel Demirer, Markus George, *Yabancılaşma Ve...*, Ütopya Yayınevi, Ankara 2007.
- ÖZDEMİR, Ruveyda, *Özgürlük Tanımları Ve İslam Düşüncesinde Özgürlüğün Nasıllığı*, Pamukkale Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Denizli 2012.
- ÖZDOĞAN, Öznur, "İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım Pastoral Psikoloji", *Ankara Üni. İ.F.Dergisi*, 47/2, ss. 127-141, Ankara 2006.
- PALA, Meral Filiz, *Ortaöğretim Öğrencilerinin Okula Yabancılaşma Sorunu*, İstanbul Aydın Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2016.
- PARGAMENT, Kenneth, I, "The Psychology of Religion and Spirituality? Yes Or No", *The International Journal for The Psychology of Religion*, 9, pp. 3-16, 1999.
- PARGAMENT, Kenneth, Ensing, David.S, Falgout, Kathryn, Olsen Annah vd. December, "God Help Me I. Religious Coping Efforts as Pretictors of The Outcomes to Significant Negative Life Events", *American Journal of Community Psychology*, 1990.
- PARGAMENT, Kenneth, I, *The Psychology of Religion and Coping*, The Guilford Press, New York London 1997.
- PARK, Crystal. L., & Folkman, Susan., "Meaning İn The Context Of Stress And Coping", *Review of General Psychology*, L. 2 , pp.115-144, 1997.
- PEKER, Hüseyin, *Din Psikolojisi* (5. Baskı), Çamlıca Yayıncılık, İstanbul 2011.
- PRAGER, Dennis, *Mutluluk Ciddi Bir Sorundur*, çev. Orhan Tuncay, Alkım Yayıncılık, İstanbul 1998.
- RASHİD, Tayyab, "Authentic Happiness" *The Encyclopedia of Positive Psychology* (Ed Shane J. Lopez içinde, Wiley-Blackwell Pub.), West Sussex/UK, pp.71-75, 2009.
- ROUSSEAU, Jean Jacques, *Toplum Sözleşmesi*, çev. İsmail Yerguz, Say Yayıncılık, Bursa 2016.
- SAMUR, Ayşe, Öztürk, Değerler Eğitimi Programının 6 Yaş Çocuklarının Sosyal ve Duyusal Gelişimlerine Etkisi, Selçuk Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi. Konya 2011.

- SCHOPENHAUER, Arthur, *Hayatın Anlamı*, çev. Ahmet Aydoğan, Say Yayıncılık, İstanbul 2010.
- SEKAM, Sosyal, Ekonomik ve Kültürel Araştırmalar Merkezi, *Türkiye Gençlik Raporu*, İstanbul 2013.
- SELÇUK, Mualla, *İnsanın Anlam Arayışı ve Vahiy, İslam'ın Işığında Kadın*, T.D.V. Yayıncılık, ss.181-202, Ankara 1998.
- SNYDER, Charles, Richard, "Conceptualizing, Measuring and Nurturing Hope", *Journal of Counseling and Development*, 73 1., pp. 355-360, Cansas 1995.
- SNYDER, Charles, Richard, Lapointe, Anne B., Crownson, J. J. Jr. ve Early, S., "Preferences of High and Low Hope People for Self Referential Input", *Cognition and Emotion*, 12, pp.807-823, 1998.
- SNYDER, Charles, Richard, Feldman D., Taylor, J.D. ve ark. "The Roles Hopefull Thinking in Preventing Problems and Enhancing Strengths", *Applied & Preventive Psychology*, 9, pp.249-270, 2000.
- SOKRATES, *Sokrates'in Savunması*, çev. Teoman Aktürel, Remzi Kitabevi, İstanbul 2004.
- STEİNBERG, Laurence, *Ergenlik*, çev. Figen Çok, İmge Kitabevi, Ankara 2007.
- STEINER, Hans FELDMAN, Shirley "Genel Prensipler ve Özel Problemler" Ergen Terapisi içinde, Prestij Yayınları, İstanbul 2008.
- ŞAHİN, Meryem, Affedicilik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Sakarya Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Sakarya 2013.
- TATLIOĞLU, Kasım, "Sosyal Bir Gerçeklik Olarak İntihar Olgusu Sosyal Psikolojik Bir Değerlendirme", *Abant İBÜni. S.B.E. Dergisi*, Güz, c. 12, Yıl: 12, sy. 2, ss. 133-155, Bolu 2012.
- TDK, Türk Dil Kurumu İnternet sayfası 2017a. [http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59baa06588afb5.58673382](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59baa06588afb5.58673382) (14.09.2017).
- TDK, 2017b. [http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59bec7a53d4f55.14943903](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59bec7a53d4f55.14943903) , (17.09.2017).
- TDK, 2018. [http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&arama=gts&kelime=de%C4%9Fer&uid=12429&guid=TDK.GTS.5a50fd6c2b4072.41320889](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&kelime=de%C4%9Fer&uid=12429&guid=TDK.GTS.5a50fd6c2b4072.41320889) (01.01.2018).
- TİLLİCH, Paul, *Olmak Cesareti*, çev. F.Cihan Dansuk, Okuyan Us Yayıncılık, İstanbul 2014.
- TÜİK İntihar İstatistikleri, İntihar Sayısı Ve Kaba İntihar Hızı 2001-2016. (11.01.2018). [https://www.google.com.tr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0ahUKewjsy4f47dLYAhUB-DiwKHWsOCFwQFggxMAI&url=http%3A%2F%2Fwww.tuik.gov.tr%2FPreIstatistikTablo.do%3Fistab\\_id%3D1594&usg=AOvVaw3f2vtBsocKVEaKZEFvak4z](https://www.google.com.tr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0ahUKewjsy4f47dLYAhUB-DiwKHWsOCFwQFggxMAI&url=http%3A%2F%2Fwww.tuik.gov.tr%2FPreIstatistikTablo.do%3Fistab_id%3D1594&usg=AOvVaw3f2vtBsocKVEaKZEFvak4z).
- TÜİK, Yaşam Memnuniyeti Araştırması, (2003-2016), (04.01.2018). [http://www.tuik.gov.tr/MicroVeri/YMA\\_\(2015./ozet-tablolar/index.html](http://www.tuik.gov.tr/MicroVeri/YMA_(2015./ozet-tablolar/index.html), <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24641>, (04.01.2018).



- [http://www.tuik.gov.tr/Kitap.do?metod=KitapDetay&KT\\_ID=11&KITAP\\_ID=15](http://www.tuik.gov.tr/Kitap.do?metod=KitapDetay&KT_ID=11&KITAP_ID=15)
- TÜİK, İstatistiklerle Gençlik 2016. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24648> (04.01.2018).
- TÜMER, Günay, KÜÇÜK, Abdurrahman, ALPARSLAN Mehmet, *Dinler Tarihi*, Berikan Yayınevi, Ankara 2012.
- UZUNKOL, Ebru, Hayat Bilgisi Öğretiminde Uygulanan Değerler Eğitimi Programının Öğrencilerin Özsaygı Düzeyleri, Sosyal Problem Çözme Becerileri ve Empati Düzeylerine Etkisi, Gazi Üniversitesi Doktora Tezi, Ankara 2014.
- VERGOTE, Antoine, *Din, İnanç ve İnançsızlık*, çev. Veysel Uysal, Marmara Üniversitesi İlahiyat Vakfı Yayıncılık, İstanbul 1999.
- VOLTAİRE, *Hoşgörü Üzerine İnceleme*, çev. Erkan Ataçay, Bilgesu Yayıncılık, İstanbul 2017.
- WALTERS, J.Donald, *Modern Düşüncenin Krizi*, İnsan Yayıncılık, İstanbul 1995.
- WHO,2018. [http://www.who.int/substance\\_abuse/activities/addictive\\_behaviours/en/](http://www.who.int/substance_abuse/activities/addictive_behaviours/en/)
- <http://islamianaliz.com/haber/oyun-bagimliliği-artık-akil-hastalığı-olarak-kabul-edilecek-62928#sthash.h80ZTW3e.ieiYUYGO.dpbs>
- <http://www.bbc.com/news/technology-42541404> (30.01.2017).
- WOHLGENNANT, Rudolf, *Has The Questions About The Meaning Of Life any meaning? Life and Meaning*, A Reader, Ed.Oswald Hanfling, Basil Blackwell Ad, Oksford, 1991.
- YALOM, İrvin, D, *Varoluşçu Psikoterapi*. çev. Babayigit, Z. İ., Kabalıcı Yayınevi, İstanbul 1999.
- YAVUZER, Haluk, *Çocuk Psikolojisi*, Remzi Kitapevi, İstanbul 1999.
- YEŞİLAY, 2017a.
- <http://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> (10.01.2018).
- YEŞİLAY, 2017b.
- <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/sigara-ve-tutun-bagimliliği>
- <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/alkol-bagimliliği>
- <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/madde-bagimliliği>
- <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/teknoloji-bagimliliği> (14.02.2018).
- YEŞİLAY, 2018.
- <http://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> (10.01.2018).
- YILMAZ, Eray, Yusuf Levent Şahin Halil İbrahim Haseski ve Osman Erol. "Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi Balıkesir İli Örneği". *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), ss. 133-144, Balıkesir 2014.
- YÖRÜKOĞLU, Atalay, *Gençlik Çağı, Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları*, Özgür Yayınları, İstanbul 2000.