İbni Tufeyl (1106-1185) 100
İbni Teymiye (1263-1328) 100
İbni Kayyim el-Cevziyye (1292-1350) 101
Okuma Parçası-2–Sevgi ve Nefret Psikolojisi 102
Kullanılan Kaynaklar ve İleri Düzey Okumalar 105
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM / DİN, DİNDARLIK VE MANEVİYAT 107
Din 108
Dindarlık 109
Dindarlığın Boyutları / Türleri 110
Dindarlığın Gelişimi 114
ÇOÇUKLARDAN TANRI'YA MEKTUPLAR 116
Dindarlığın Ölçülmesi 121
Maneviyat mı Dindarlık mı? 125
Okuma Parçası-3–Zehiri Yapan Dozdur:
Çocuğun Din Eğitiminde Denge 128
Kullanılan Kaynaklar ve İleri Düzey Okumalar 134
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM / DİNE DÖNÜŞ VE DİN DEĞİŞTİRME 137
Dine Dönüş 138
Din Değiştirme 139
Dinlerin Din Değiştirme Olayına Bakışı 141
Din Değiştirmeyi Etkileyen Faktörler 144
Din Değiştirme Evreleri 157
Din Değiştirme Tipleri (Motifleri) 159
Din Değiştirme Sonrası Değişim 164
Okuma Parçası-4–Üç Yusuf Bir İslâm 168
Kullanılan Kaynaklar ve İleri Düzey Okumalar 171
BEŞİNCİ BÖLÜM / PARAPSİKOLOJİ 173
Tarihçe 174
Parapsikolojik Olayların Çeşitleri 175
Psikofizyolojik Hadiseler 182
Okuma Parçası-5–Morpheus, Gandalf ve Ömer Çelakıl 186
Kullanılan Kaynaklar ve İleri Düzey Okumalar 189
ALTINCI BÖLÜM / BATIL İNANÇ VE
DAVRANIŞLARIN PSİKOLOJİSİ 191
Bâtıl İnanç ve Davranış Nedir? 193
Bâtıl İnanç ve Davranışların Sınıflandırılması 194
Bâtıl İnançlar Nasıl Oluşur? 195
Bâtıl İnançların Psiko-Sosyolojik Nedenleri 197
Bâtıl İnançlar ve Kişisel Özellikler 203
Modern Dünya ve Bâtıl İnançlar 205
Okuma Parçası-6–Türbeler: Bizim Hikâyemiz 209
Kullanılan Kaynaklar ve İleri Düzey Okumalar 214
SÖZLÜK 217

GİRİŞ

Sevde DÜZGÜNER

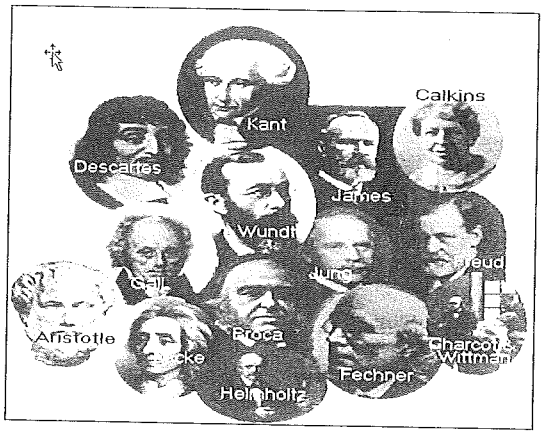
(4) Psikoloji ve Din + Din Psik. Yöntem

Kaynak:
Ali Köse ve Ali Ayten, Din Psikolojisi, Timas Yayı, İstanbul 2012

Psikoloji ve Din: Bir Dargın Bir Barışık Kardeşler

Din ile modern psikolojinin ilişkisi 1880'li yıllara dayanır. Bu yıllarda Aydınlanma Felsefesi'nin din üzerinde bıraktığı olumsuz etki, bazı antropologların dinin ilkel devirlerde ortaya çıkışına dair dine darbe vuran teorileri, insanı materyalist ve determinist açıdan ele alan, onun ruhsal yönünü ihmal eden felsefî anlayışların etkisi, dini dört bir yandan kuşatma altına almıştı. Bu kuşatılmışlık psikolojisi içinde Batı'da din tarafında yer alanlardan bir kısmı, insanın ruhsal yönünü incelemesi gerektiğini düşündükleri psikolojiyi kullanmanın bir çıkış yolu olabileceğini, dini tecrübeyi açıklamada psikolojiden yararlanabileceklerini düşündüler. Çünkü onlara göre psikoloji ruh bilimi demekti. Bunlardan meselâ din psikolojisinin kurucusu sayılan William James, *The Varieties of Religious Experience* (1902) isimli eserinde dinin tecrübî yönünü psikolojiyle temellendirmeye çalıştı; C. Miller psikanalitik bulguların dine yardım maksadıyla kullanılabileceğini ve psikanalizin determinist yönünün din ile aşılabileceğini düşündü; W. B. Selbie ise, dinin bir güdü (instinct) değil, bir duygu (sentiment) olduğunu, dolayısıyla bilinçdışıyla açıklanamayacağını savundu.

Ama bu görüşte olanlar azınlıkta idiler. Psikoloji ilmini şekillendirenlerin çoğu bilim-din çatışmasında bilimin yanında yer alarak dine karşı önyargılı bir tavır sergilediler. Sistematik psikolojinin yükselişi sırasında din popülaritesini kaybetmişti. Dine karşı tabiî bilimlerle başlayan bu tavır, sosyal bilimler ve psikoloji ile daha ciddi ve sistematik bir şekil aldı. Metafizik alanı yadsıyan seküler süreç psikolojiye de damgasını vurdu. Psikoloji dinî geleneğin bir



Modern Bilime şekil verenler

parçası olan ruhu tehdit etti. Çünkü psikoloji sekülerleşme sürecinin etkisindeydi. Modern bilime ve dolayısıyla psikoloji disiplinine de şekil veren bu süreç doğal olarak tabiatüstü alana düşmandı.

Sonuçta, Gordon Allport'un dediği gibi modern psikoloji "ruhsuz" olmaktan gurur duyan bir ilim haline geldi. Psikolojik teoriler, kişilere seküler anlam sistemleri sunarak dinin çöküşünden kaynaklanan boşluğu doldurmaya çalıştılar ve sonuçta din ile psikoloji birbirleriyle yarışan anlam sistemleri haline geldiler. Davranışçı ekolün psikolojiye hâkim olmasıyla da, dinî tecrübe akademik psikoloji tarafından tamamen dışlandı. Çoğu akademik çevreler din ile bilim arasındaki savaşın bilimin lehinde sona erdiğini, dolayısıyla dinin araştırılacak bir şeyinin kalmadığını düşündüler.

Daha önce ahlâk veya felsefe içinde bulunan ve insanı daha iyi bir varlık yapmak için onun ruhunu (özünü) anlamayı esas alan ve motivasyonu dinî-ahlâkî unsurlar olan 100-150 yıllık tarihiyle psikoloji, bugün artık bir ruh bilimi olmaktan çıkıp, beynin fonksiyonlarını ve insanın gözlemlenebilen davranışlarını inceleyen kuru bir bilim haline geldi. Fakat son zamanlarda dünya çapında görülen dine yönelme eğilimi psikolojinin dini inceleyen alanının, yani din psikolojisinin az da olsa önem kazanmasını sağladı. Ama din yine de olgusal ve tasvîrî bir anlayışla psikolojiye konu olma kaderinden kurtulamadı.

Modern psikoloji din ile olan ilişkisi dışında değerlendirilecek olursa, onun daha iyi bir insanı değil, daha başarılı bir insanı hedeflediği görülür. Psikolojiyi bu açıdan yargılayanlardan birisi ve belki de en önemlisi Erich Fromm'dur. Fromm (1997) bu konuda şöyle der:

> ...Klasik Yunan'da ya da Orta Çağlar'da yaşayanlar genelde bizlerden daha iyi insanlar değillerdi. Onların günlük davranışları bizimkilerden belki çok daha kötüydü. Ama buna rağmen onların dünyası, hayatı yaşamaya değer kılan şeyin, insanın günlük ekmeğini kazanmasının olmadığı temel görüşü ile yönlendiriliyordu. Hayatın kendi başına bir anlamı olmalıydı ve bu anlam, insanın olgunlaşması ve insanî güçlerinin gelişmesine bağlı olarak ortaya çıkıyordu. İşte psikolojiyi ilgilendiren şey de buydu.

Psikolojinin bu temayülünü görmek için bu disiplinin en etkin iki temel ekolü olan "güdü teorisi" ve "davranışçılık"a bir göz atmak yeterlidir. Bu iki ekolden *biri*, insanı dürtülerin, *diğeri* ise sosyal yapı ve şartların yönlendirdiğini savunur. Ama her ikisi de insanın *ne olduğu, ne istediği* ve *neyin onun yapısına uygun olduğu* sorularına yer vermez.

Psikanaliz ise, din fenomenini incelerken bir dinî sisteme inanan insanların kişilik ve karakter yapılarını hem bireysel hem de grupsal anlamda inceler. Temsil edilen ve savunulan dinî fikirlerle kişinin karakter yapısının ne derece uyuştuğunu bulmaya çalışır. Freud psikanalizi dinin insanlara sunduğu doktrinlerin gerçeği mi temsil ettiklerini, yoksa bunların sunî bir aklîleştirme sonucu mu var olduklarını araştırır. Bu açıdan psikanaliz, inancın insan tarafından doğru görülmesini yeterli bulmaz. Kişinin bu öznel kanaatinin güvenilir bir ölçüt olmadığını savunur. "Kişiyi bu 'doğruluk' kanaatine iten başka sebepler olmalıdır" mantığıyla hareket eder.

Görüldüğü üzere modern psikoloji din ile bir şekilde ilgilenmekte, kimi zaman da ilgilenmek zorunda kalmaktadır. 21. yüzyılın daha başları, bu ilginin ileride belki de bir zorunluluğa dönüşeceği sinyallerini vermektedir. Batı'da özellikle insanın manevi potansiyellerine odaklanan spiritüel akımların yükselişi, Hümanist Psikoloji ve Transpersonel Psikoloji alanında yapılan araştırmalar

ve son olarak dinlerin binlerce yıldır vurguladığı erdemleri psikolojinin verileriyle yorumlayan ve erdemlerin bireyin ruh dünyasındaki önemini inceleyen Pozitif Psikoloji yaklaşımı, psikolojiyi din alanına biraz daha yaklaştırmaktadır. Bunun karşılığında din alanı da psikolojinin verilerine kayıtsız kalamamaktadır. Ama bu karşılıklı ilgi veya ilişki taraflar arasında her zaman olumlu intibalar doğurmamaktadır. Bu nedenle bu ilişkiyi "bir dargın, bir barışık kardeşler" şeklinde tanımlamak yanlış olmaz. Çünkü Din ve Psikoloji kavramlarını yan yana koyarken birbirlerini her zaman benimsemeyen ama birbirlerine kayıtsız da kalamayan iki olgudan söz etmekteyizdir.

Psikolojinin Oluşum Sürecindeki Temel Ekoller

Yapısalcılık-Structuralism: 1879'da ilk psikoloji laboratuvarını açan Wilhelm Wundt (1832-1920) tarafından kurulmuştur. Yapısalcılara göre bilinci yapısal açıdan çözümleyerek ruhsal olayları daha iyi anlayabiliriz. Psikolojinin amacı, bilinç denilen bu karmaşık olayı çözümlemek, zihnin en yalın unsurlarını araştırmak ve bunlar arasındaki ilişkileri bulup formüle etmektir. Yapısalcılar,

Temel problem olarak zihin (beyin) nedir, yapısı nasıldır sorusuna cevap ararlar.

Wilhelm Wundt

Psikolojinin bilinçli davranışı araştırması gerektiğini düşünürler.

Düşünmenin, bilincin, duyguların ve diğer zihinsel durum ve aktivitelerin temel unsurları üzerinde yoğunlaşırlar.

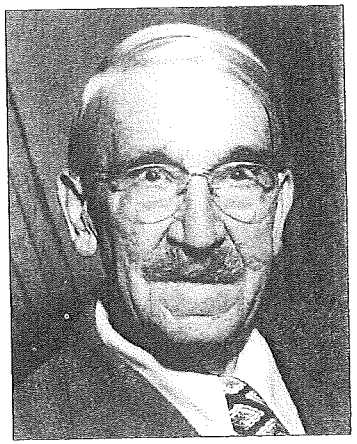
Zihnin yapısını araştırmak için iç gözlem (introspection) metodunu kullanırlar.

İçgözlem metodunda kişiye bir uyaran verilir (meselâ bir nesne veya kâğıt üzerine yazılmış bir

cümle) ve onunla ilgili tasvirler istenir. Mesela bir kitap yapısalcılar tarafından sadece bir kitap olarak tasvir edilemez. Onlara göre kitap unsurlarına bölünür: Rengi, kapağı, harflerinin şekli vb.

İşlevselcilik: Yapısalcılığın ortaya çıkışından yaklaşık 20 yıl sonra (1900), John Dewey (1859-1952) gibi isimler, bu ekolü psikolojiyi çok daraltmakla suçladılar. Din psikolojisinin kurucularından sayılan William James da bunlar arasındaydı. Onlara göre insan davranışını anlamak için sadece bilinç olaylarını çözümlemek yeterli değildir. Zihnin içyapısından çok onun faaliyetleri üzerinde durmak gerekir. Zihnin ne olduğu değil, ne yaptığı, fonksiyonları önemlidir. İşlevselciliğin en önemli özelliği eyleme ve yararcılığa dönük olmasıdır. Dolayısıyla işlevselcilik beden ve zihin arasında düalist bir görüşle ayırım yapma eğilimine karşı çıkmıştır. Bu ekolün en önemli ismi olan John Dewey ruhsal olayların sonuçları üzerinde durmuş, olguların kendi başlarına iyi veya kötü, doğru veya yanlış olamayacağını, bunların ancak organizmayı götürdükleri yöne göre değerlendirilmesi gerektiğini savunmuştur.

Gestalt Psikolojisi: Yapısalcılığa tepki olarak doğan bir başka psikoloji ekolü de Almanya'da ortaya çıkan Gestalt psikolojisidir. Gestalt Almanca'da "şekil", "örüntü", "biçim" anlamına gelir. Gestaltçiler ruhsal olayların bütününe ve tüm örgüsüne dikkat çektiler. Onlara göre yaşantılar bütün ve karmaşık olaylardır. Bunlar fiziksel, ruhsal, çevresel ve içsel birçok etmenin belli biçimde örgütlenmesinden meydana gelmektedir. Böylece meydana gelen *bütün* de içindeki öğelerin toplamından daha öte bir şey olup, kendine özgü nitelikler gösterir. Dolayısıyla sadece öğeleri incelemek bütün hakkında tam bir fikir vermez. Bir ev, tuğla, çimento, kereste yığınından ibaret değildir. Özetle Gestaltçiler,



John Dewey

Bir şeyi oluşturan parçalar üzerinde değil, bütün üzerinde yoğunlaşırlar.

Tek tek unsurları nasıl bir bütün olarak algıladığımız üzerinde dururlar.

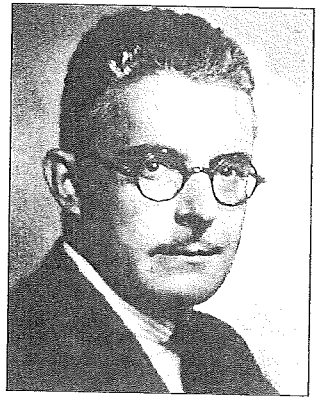
Bütün, unsurlarından daha anlamlı ve farklıdır.

Algının nasıl organize edildiği üzerinde dururlar.

Günümüzde Temel Psikolojik Yaklaşımlar

Biyolojik/Nörobiyolojik Yaklaşım: Davranışı yönlendiren mekanizma üzerinde durur. Temel inceleme alanı beyindir. Davranış biyolojik işleyişi yönünden incelenmelidir. Sinir hücrelerinin yapısından, belirli karakterlerin ebeveynden çocuklara nasıl tevarüs ettiğine, vücut fonksiyonlarının korku ve ümit duygusunu nasıl etkilediğine kadar biyolojik yapıyla ilgili alanı inceler. Bu yaklaşımı savunanlara göre kişinin salgı bezlerinin çalışması, kanın kimyasal yapısı, beslenme düzeni vb. davranışlarda etkilidir. Çevrede olan değişiklikler (hava basıncı, ısı, nem vb.) vücudun nöro-kimyasal yapısını etkiler ve davranışları yönlendirir. "Bahar yorgunluğu" buna örnek olarak verilebilir.

Psikanalitik/Psikodinamik Yaklaşım: Freud'un öncülük ettiği bu yaklaşıma göre davranış, iç güçler ve iç çatışmalarca motive edilir. Davranışı bilinçaltı yönlendirir; davranış içten gelen bir dürtü sonucunda ortaya çıkar. Bu dürtüler Freud'a göre iki temel kategoriye indirgenebilir: Cinsellik ve saldırganlık içgüdüleri. Dolayısıyla psikodinamik görüş ruhsal yaşamın biyolojik temeline de dikkat çekmiştir. Yani davranışların daima içten gelen biyo-psikolojik nedenleri vardır. Freud'a göre dil sürçmeleri, unutkanlıklar ve rüyalar gibi rastlantı sayılabilecek olaylarda bile bir anlam vardır.

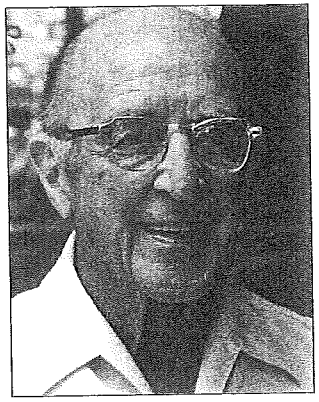

James Watson

Bilişsel/Cognitive Yaklaşım: Bilişsel psikoloji psikodinamik görüşün

aksine insanı pasif değil, algılayan, uyarıcıları şekillendiren ve anlamlandıran aktif bir varlık olarak görür. Dolayısıyla, algılama, bellek ve düşünme gibi zihinsel süreçler üzerinde durur. İnsan bu süreçleri kullanarak çevresi ve kendisi hakkında yeni bilgiler edinir. Bilişsel psikoloji nasıl algıladığımızı ve dış dünyayı içimizde nasıl temsil ettiğimizi anlamaya çalışır. Organizmada yer alan bilişsel sürecin özellikleri ile gözlenebilen davranışlar arasındaki ilişkiyi araştırır.

Davranışçı/Behaviorist Yaklaşım: İnsan zihninin işleyişini iç gözlem metodu ile inceleme eğilimine tepki olarak doğmuştur. Çünkü davranışçılara göre iç gözlem metodu görecelilik içermektedir. James Watson'ın (1920'lerde) zihinde olup biten düşünce ve duygularla hiç ilgilenmeden, gözlenebilen davranışı inceleme yöntemini önermesiyle ortaya çıkmıştır. Davranışçılar psikolojinin tek bilimsel yönteminin "gözlenebilen, ölçülebilen davranışları incelemek" olması gerektiğini savunurlar. B. F. Skinner davranışçılığı laboratuvara yansıtarak uyarıcı-tepki (davranış) psikolojisini davranışçılığın temeli haline getirmiştir. Uyarıcı-tepki psikolojisi organizmada olup biten biyolojik veya bilişsel süreçlerle ilgilenmez. Amacı çevrede oluşan uyarıcı koşullarla ortaya çıkan davranış arasındaki ilişkiyi incelemektir. Öğrenme süreci, çevredeki ödüllendirme şartlarıyla açıklanır. Bir diğer davranışçı olan Pavlov, bu konuda önemli araştırmalar yapmıştır. Davranışçılara göre, ruhsal olan her şey doğaüstü olup bilimsel sayılamaz.

Hümanist Yaklaşım: Gestalt ekolünden yararlanarak insanı merkeze alır. Carl Rogers (1902-1987), Abraham Maslow (1908-1970) ve Viktor Frankl (1905-1997) önemli temsilcilerindendir. İnsanı incelemede davranışçılar ve psikanalistlerden ayrılır. Davranışçılar ve psikanalistler insanı tepkide bulunan bir varlık olarak görürken, hümanist psikologlara göre insan kendi yaşantısı üzerine karar verebilen, davranışlarını kontrol edebilen, her an oluşum halinde olan bir varlıktır. Hümanist psikologlar, dav-

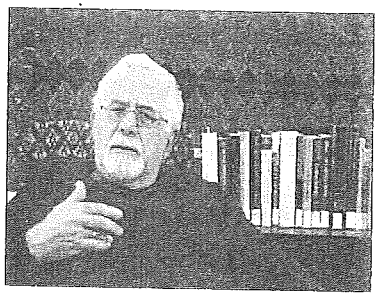

Carl Rogers

ranışçıların "salt bilimsel" anlayışı amaç edinmelerini eleştirirler. Onlara göre bilim amaç değil, ancak araç olabilir. Nihai amaç insanı anlamak olmalıdır. Varoluşçuluk felsefi görüşünü benimserler. Onlara göre,

> Her insanın duyuş, algılayış ve davranış biçimi farklıdır. İnsanın sadece "hayatta kalmak"tan öte amaçları vardır.
>
> İnsan, potansiyellerini gerçekleştirme sorumluluğunu duyan ve kendi öz doğasına, içsel yaşantılarına göre davranmak ve gelişmek isteyen bir varlıktır.
>
> İnsan ölümsüz değildir.
>
> İçinde yaşanılan an önemlidir.

Hümanist psikologlar, metodolojik bakımdan fenomenci (olgusalcı) yöntemi benimserler. Buna göre insanlar içinde bulundukları durumları kendilerine göre algılamakta ve buna göre davranmaktadırlar. Algılama olayında içsel faktörlerin rolü vardır. Özetle, hümanist yaklaşım otomatik biyolojik güçlerin, bilinçdışı süreçlerin veya çevrenin rolünü reddederek insanın hayat hakkında karar verme, davranışlarını kontrol etme ve kendini gerçekleştirme kapasitesine doğal olarak sahip olduğunu savunur.

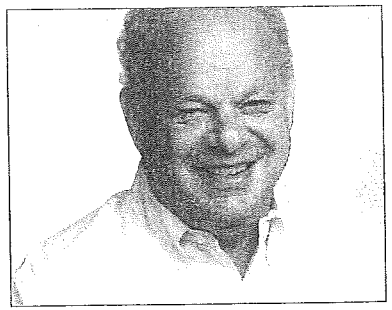
Transpersonel Yaklaşım (Ben-ötesi Psikoloji): Doğunun bilgeliği ile Batı'nın bilimi arasında sentez yapmayı amaçlar. William James, Carl Gustav Jung ve Erich Fromm gibi psikologlarda ilk örnekleri görülen bu yaklaşımın kurucusu, Abraham Maslow'dur. Bu ekol, davranışçılık, psikanaliz ve hümanist psikoloji ekollerinden sonra psikolojideki *dördüncü gücü* temsil eder. İnsanların bir bütünün (kozmoz) parçaları olduğu görüşünü savunan transpersonel yaklaşımın amacı, sezgisel ve rasyonel yaklaşımları birleştirerek, insanı daha bütüncül bir yaklaşımla açıklamaktır. Davranışçılıktaki deney ve psikanalizdeki rüyaların yerini meditasyon ve tefekkür teknikleri almıştır. Meditasyon ve tefekkür "ben ötesi"ne giden kral yoludur. Transpersonel psikoloji, bütünleştirici bilinç, üst düzey ihtiyaçlar, doruk deneyimler, merhamet, vecd, mistik tecrübe, Tanrısal öz, mutluluk, huşu, kendini aşma, ruh, kozmik uyum, meditasyon, ve maneviyat gibi konuları araştırmaktadır.



Robert Frager. *Bir zamanlar Transpersonel Psikoloji'nin başkanlığını da yapan Frager, tasavvuf psikolojisi üzerine yaptığı çalışmalarıyla meşhurdur.*

Günümüzde transpersonel psikoloji, Hint dinlerinin mistik anlayışları, batılı psikoloji ve felsefi düşünceleri, şaman kültürü, kelt kültürü, Amerikan Yerli Kültürü ve Tasavvuf kültüründen unsurlar taşımaktadır. Eğitim ve zihin sağlığı alanlarında transpersonel yaklaşımlardan faydalanılmaktadır. 1969'dan itibaren *Transpesonel Psikoloji Dergisi (Journal of Transpersonal Psychology)* yayınlanmaktadır. 1972'de *Transpersonel Psikoloji Derneği* kurulmuştur. James Fadiman, Frances Vaughan, Daniel Goleman, Robert Frager ve Stanislav Grof bu alandaki önemli isimlerdendir. Ülkemizdeki temsilcisi ise, psikiyatrist Mustafa Merter'dir.

Pozitif Psikoloji Yaklaşımı: Psikolojideki mevcut yaklaşımların insanın olumsuz yönleri üzerine yoğunlaşmasına bir eleştiri olarak doğmuştur. 1998 yılında Amerikan Psikoloji Derneği'nin başkanlığını yapan Martin Seligman bu yaklaşımın temellerini atmıştır. Pozitif psikoloji yaklşımını benimseyen psikologlar, psikolojinin özellikle dünya savaşları sonrasında ortaya çıkan sorunlara fazlaca yoğunlaşarak genelde insanın olumsuz yönleri üzerinde durduklarını ve hayatı yaşamaya değer kılan özelliklerle yeterince ilgilenmediklerini savunmaktadır. Seligman'a göre psikoloji sadece hastalığın, zayıflığın ve zararın değil, gücün ve erdemin de ilmidir. Pozitif psikoloji yaklaşımı, mutluluğu ve iyi oluşu temel hedef olarak belirler. İnsan hayatındaki problemlerin giderilmesi kadar iyi olan potansiyellerin de geliştirilmesini amaçlar. Erdemler ve değerler olmaksızın gerçek anlamda mutluluğa ve huzura ulaşılamaz. Bu yaklaşıma göre



Martin Seligman

dinlerin ve kadim kültürlerin de dile getirdiği altı temel erdemin *(hikmet, cesaret, insanlık, adalet, ılımlılık, maneviyat)* geliştirilmesi son derece önemlidir. Bu yaklaşıma göre, hayatın sürdürülebilir olması için yardımseverlik, diğerkamlık, affedicilik, vefa, alçakgönüllük ve empatinin büyük önemi vardır. İrade, dışsal şartlardan daha önemlidir. Pozitif psikoloji, insanın sadece problemli yönlerini gidermekle kalmaz, onun olumlu yönlerinin geliştirilmesini de hedefler. Bu yaklaşım, oldukça yeni olmasına rağmen hızla gelişmektedir. 2006'da *Pozitif Psikoloji Dergisi (The Journal of Positive Psychology)* yayın hayatına başlamıştır. Özellikle 2000 yılı sonrasında gerek psikoloji ve gerekse din psikolojisi alanında bu yaklaşıma bağlı olarak pek çok çalışma yapılmıştır. Türkiye'de yayınlanan, *Gerçek Mutluluk, Akış, Empati ve Din, Affedicililik ve Din* gibi çalışmalar, burada örnek olarak verebilir.

Psikolojide Temel Tartışma Konuları

1. Doğuştan Gelen-Fıtri ⇦⇦⇨⇨ Sonradan Kazanılan (Çevre)

Davranışlarımız (özelliklerimiz) doğuştan mı gelir, yoksa sonradan çevre tarafından mı kazandırılır? Bunlar birbirleriyle nasıl etkileşir? Psikolojide birçok bakış açısı bu konu ile ilgilenir. Ama gelişim psikolojisi bu konu üzerinde daha fazla durur. Çünkü gelişim psikolojisi insanların nasıl geliştiğini ve hayatları boyunca nasıl değiştiklerini inceler. Mesela biyolojik bakış açısına sahip bir gelişim psikologu tevarüs yoluyla gelen özellikler üzerinde dururken, davranışçı bir gelişim psikologu davranışın çevresel faktörleri üzerinde durur.

2. Davranışın Bilinçli Faktörleri ⇦⇦⇨⇨ Bilinçsiz Faktörleri

Davranışlarımız, bilincinde olduğumuz güçlerce mi, yoksa bilince çıkamayan güçlerce mi belirlenir? Psikodinamik yaklaşım sergileyen klinik psikologları normal dışı davranışlarımızı bilincinde olmadığımız faktörlerin yönlendirdiğini savunurken,

bilişsel yaklaşım sergileyenler normal dışı davranışlarımızın hatalı düşünme süreçlerince yönlendirildiği görüşündedirler.

3. Gözlenebilir Davranış ⇦⇦⇨⇨ İçsel Zihinsel Süreçler

Psikoloji hangi noktaya yoğunlaşmalı? Dışarıdan bir gözlemci tarafından gözlenebilen davranışa mı, yoksa gözlenemeyen düşünce sürecine mi? Özellikle davranışçı psikologlar gözlenebilen davranışın tek bilgi kaynağı olması gerektiği iddiasındadırlar. Ama bilişsel psikologlar zihinsel süreçlerin, yani insan zihninde olup bitenin dikkate alınması gerektiği görüşündedirler. Onlara göre davranış ancak böyle anlaşılabilir.

4. Seçenek Özgürlüğü ⇦⇦⇨⇨ Önceden Belirlenme

Davranışlarımız özgür irademizle mi belirlenir, yoksa irademizin kontrolü dışındaki faktörlerce mi? Özellikle normal dışı davranışlar üzerinde uzman olan psikologlar davranışlarımıza iradî seçimlerimizin hükmettiğini, onun için de normal dışı davranışlarımızdan sorumlu olmamız gerektiğini savunurlar. Diğer bazı psikologlar da kontrolümüz ötesindeki güçlerin kurbanı olduğumuzu düşünürler.

5. Bireysel Farklılıklar ⇦⇦⇨⇨ Evrensel Prensipler

Davranışlarımız kendimize ait özelliklerimizin bir neticesi midir, yoksa diğer insanlarla aynı biyolojik yapıyı ve tecrübeleri mi paylaşırız? Bu sorunun cevabı, insanların davranışlarındaki benzerlikleri bulmaya yöneliktir. Biyolojik yaklaşımlı psikologlar davranışın evrensel prensiplerini inceler. Bu psikologlar sinir sistemimizin nasıl işlediğini, hormonlarımızın bizi nasıl motive ettiğini araştırırlar, farklı şekillerde (ortamlarda) büyütülsek bile davranışlarımızın büyük bir kısmının ortak olduğunu savunurlar. Ama hümanist psikologlar her bireyin kendine mahsus, belirgin bir vasfı olduğunu savunurlar.

Bu beş noktada çatışma olması her zaman birinin tercih edilmesi anlamına değil, vurgunun birisine yapıldığı anlamına gelir.

Din Psikolojisi Bilimi: Konusu ve Yöntemi

Psikoloji, bireyin duygu, düşünce ve davranışını inceleyen bilimdir. Psikolojinin alt bilim dalı olan din psikolojisi ise, bireyin dini ve manevi alanla ilgili duygu, düşünce ve davranışlarını, bir başka ifadeyle dinin birey üzerindeki her türlü görünümünü ele alan bilim dalıdır. Bu çerçevede din psikolojisi, dinin kaynağı ve gerçekliğinden ziyade, bireyin hayatındaki yansımaları üzerinde durur. Bunu yaparken de bireyin dini ve manevi alanla olan olumlu ve olumsuz her türlü ilişkisini inceler. Dine inanan, giyim kuşamından yeme içme alışkanlıklarına kadar her konudaki kararlarında dine yer veren ve dinin kendisine huzur verdiğini söyleyenin durumu kadar herhangi bir dine inanmadığını, dolayısıyla dini ilkelere hayatında yer vermediğini hatta dinin karşısında olduğunu söyleyenin durumu da din psikolojisinin çalışma alanına girer. Kurumsal dine uygun olarak yaşayanların durumları kadar, dini ilkeleri kendi hayal güçleriyle karıştırarak yaşayanların durumuyla da ilgilenir.

Din ve maneviyatla ilgili bireyin her türlü ilişkisiyle ortaya çıkacak sonuçlar, din psikolojisinin konularını oluşturur. Din psikolojisinin temel konularından biri *inanç ve inançsızlık*tır. İnsanlar, neden yüce bir güce inanır veya bu gücü inkâr ederler? İnananların Tanrı tasavvurları nasıldır? Bebeklikten yaşlılığa kadar inanç nasıl bir gelişim seyreder? Ahirete, ruhun varlığına ve diğer dini unsurlara (cin, melek, cennet, cehennem vb.) kadar inancın bireydeki görünümleri nelerdir? Diğer önemli bir konu ise *dindarlık*tır. Bireyler dini hangi oranda hayatlarına yansıtırlar? Dini yaşama sürecinde hangi faktörler etkilidir? Dindarlığın temel unsurları olan dua ve ibadetin birey üzerindeki etkileri nelerdir? Dindarlığın hangi boyutu ne düzeyde yaşanmaktadır? Bireyler, günlük hayatlarında problemlerle başa çıkarken dini ve manevi unsurları ne düzeyde kullanırlar? Dindarlığın fiziksel ve ruhsal sağlığa etkileri nelerdir? *Dine dönüş ve din değiştirme* de başlangıçtan beri din psikolojisinin önemli konularından biri olmuştur. Bu çerçevede bireylerin hayatlarının belirli bir dönemine kadar ihmal ettikleri dine yönelmeleri veya farklı bir dine geçmeleri incelenir. Hangi psikolojik faktörler,

dine dönüş ve din değiştirme sürecinde etkilidir? Birey hangi psikolojik süreçlerden geçerek din değiştirir?

Din psikolojisi, psikolojinin kullandığı pek çok yöntemi kullanmaktadır. Din psikolojisinin kullandığı yöntem, düzenli ve objektif olarak bilgiye ulaşmayı sağlayan, tekrar edilebilirlik özelliği gösteren bilimsel bir yöntemdir. Bu çerçevede din psikolojisi alanında kullanılan dört temel yöntemden bahsedebiliriz:

(1) Deneysel Yöntem: Bu yöntemde deney yoluyla değişkenler arasındaki ilişkiler ele alınır. Oruç tutmanın sağlık üzerindeki etkileri, Kur'an okumanın, dua etmenin insan bedeni üzerindeki etkileri veya meditasyonun insan beyni üzerindeki tesirleri deney yöntemiyle araştırılabilir. Örneğin Ahmet Abdullah (2007), Kur'an dinlemenin psikolojik güvenlik duygusuna etkisini inceleyen deneysel bir araştırma yapmıştır. 73 kişilik deney grubuna 12 oturum (her oturum 45 dakika) boyunca Kur'an dinletmiştir. Daha sonra hem kontrol grubuna hem de deney grubuna psikolojik güvenlik ölçeği uygulamıştır. Araştırma neticesinde, Kur'an dinlemenin psikolojik güvenlik üzerinde olumlu etkisinin olduğunu tespit etmiştir. Deneysel yönteme, din psikolojisi alanında, özellikle ülkemizde, daha az başvurulmaktadır.

(2) Gözlem Yöntemi: Bu yöntemde birey başkalarının davranışlarını onları etkilemeden dışarıdan gözlemlediği gibi kendi iç dünyasında olan değişiklikleri de kendisi gözlemleyebilir. Birincisi dış gözlem ikincisi ise iç gözlem olarak adlandırılmaktadır. İç gözlem objektiflik açısında pek çok eleştiri almasına rağmen din psikolojisinde özellikle ilk dönemlerde kullanılmıştır. Örneğin William James bu yöntemin özellikle dini tecrübenin içeriğinin belirlenmesinde yararlı olacağını savunmuştur. Dış gözlem ise katılımlı ve katılımsız olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Katılımlı gözlemde araştırmacı, herhangi bir olay ya da durumun bireyler üzerindeki etkisini belirlerken kendisi de olaya dâhil olur ve bizzat tecrübe eder. Örneğin semanın veya zikrin insan üzerindeki etkilerini gözlemlemek isteyen araştırmacı, sema veya zikri yapan bir gruba iştirak ederek gözlemde bulunur. Katılımsız gözlemde ise, araştırmacı olaya dâhil olmaz, sadece haricen olayı ya da durumu izlemekle yetinir.

(3) Tarama Yöntemi: Örnekleme tekniğiyle yani araştırılmak istenen grubu temsil edecek küçük bir grup belirleyerek, büyük bir kitleye dair özelliklerin ölçülmesidir. Tarama yönteminde en çok tercih edilen teknikler anket ve mülakattır. Örneğin Türk halkının dindarlık düzeyinin veya yardım etme eğiliminin tespit edileceği bir araştırmada, nüfusun tamamına ulaşmak mümkün değildir. Bu nedenle Türkiye popülasyonunu temsil edecek sayıda ve nitelikte bir örneklem grubuna anket veya mülakat teknikleri uygulanarak bu grubun dindarlık veya yardım etme eğilimlerine dair veriler toplanır ve sonuçlar Türkiye popülasyonuna genellenir.

(4) Dokümantasyon Yöntemi: Özellikle doğrudan bilginin elde edilme imkânının olmadığı durumlarda herhangi bir konuyu araştırmak için ikincil verilerden, tarihi belgelerden, biyografi ve otobiyografilerden yararlanılabilir. Örneğin 18. yüzyıl Osmanlı toplumunda dini hayatı ele alan bir araştırma yapılmak istenirse, bu dönemdeki dini hayata dair tarih kitapları, seyahatnameler, hatıratlar, fetva kayıtları vb. incelenerek dönemin dini hayatına dair fikir edinilir.

Kullanılan Kaynaklar ve İleri Düzey Okumalar

Abdullah, Ahmed (2007). "Eser semâa'l-Kur'ani'l-Kerim alâ müstevâ'l-emni'n-nefsî"
[أثر سماع القرآن الكريم على مستوى الأمن النفسي], *Mecelle Câmia'l-İmam Muhammed bin Suûdi'l-İslâmîyye*, sy. 5.

Ayten, Ali (2009). "Affedicilik ve Din", *M. Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 37, 111-128.

Ayten, Ali (2010). *Din Psikolojisi: Dine ve Maneviyata Psikolojik Yaklaşımlar.* İstanbul: İz Yayıncılık.

Ayten, Ali (2010). *Empati ve Din: Türkiye'de Yardımlaşma ve Dindarlık Üzerine Psikososyal Bir Araştırma.* İstanbul: İz Yayıncılık.

Certel, Hüseyin (2003). *Din Psikolojisi.* İstanbul: Andaç Yayınları.

Csikszentmihalyi, Mihaly (2005). *Akış: Mutluluk Bilimi.* Ankara: HYB Yayıncılık.

Cüceloğlu, Doğan (1999). *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları.* 9. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Frager, Robert (2003). *Kalp, Nefs ve Ruh: Sufi Psikolojisinde Gelişim, Denge ve Uyum* (Çev. İ. Kapaklıkaya), İstanbul: Gelenek Yayınları.

Fromm, Erich (1997). *Hayatı Sevmek* (Çev. A. Köse), İstanbul: Arıtan Yayınları.

Grof, Stanislav (2002). *Geleceğin Psikolojisi* (Çev. S. Soner), İzmir: Ege Meta Yayınları.

Holm, Nils (2004). *Din Psikolojisine Giriş* (Çev. A. Bahadır), İstanbul: İnsan Yayınları.

Hökelekli, Hayati (1993). *Din Psikolojisi,* Ankara: T.D.V. Yayınları.

Hökelekli, Hayati (2010). *Din Psikolojisine Giriş,* İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Karaca, Faruk (2011). *Din Psikolojisi,* Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık.

Kayıklık, Hasan (2011). *Din Psikolojisi,* Adana: Karahan Yayınları.

Mehmedoğlu, Ali Ulvi (2004). *Kişilik ve Din.* İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.