



Beliren Yetişkinlik Döneminde Din Algısının Anlam Arayışı Üzerindeki Etkisine Yönelik Bir Derleme

A Review on the Effect of Religious Perception on the Search for Meaning in Emerging Adulthood

Bera KILIÇ ^a

Melike İLERİSOY ^b

Öz

Anlam ihtiyacı, tüm insanlarda ortak bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu ihtiyaç ve beraberinde gelen sorgulayışlar, temel bir güdü olarak nitelendirilse de her bireyde ve yaşta farklı düzeyde mevcuttur. Söz konusu sorgulamaların ağırlık gösterdiği evrelerden biri, 18-29 yaş aralığını kapsayan beliren yetişkinlik dönemidir. Beliren yetişkinlik dönemi, bireyin kendisine ve çevreye yönelik yeni keşif ve farkındalıklar yaşaması bakımından önemli bir süreçtir. Bu süreçte bireyi çevreleyen çeşitli kanallar da keşif sürecine eşlik etmektedir. Bunlardan biri ise din olgusudur. Din, inanan bireylere, anlam arayışı ve söz konusu keşif sürecinde rehberlik etmektedir. Anlam keşifleri ile olan ilişkileri sebebiyle bu araştırma, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin din algıları ve varoluşsal boyuttaki anlam arayışı ilişkisini ele almıştır. Literatür incelendiğinde, bireylerin din algıları ve dine olan yaklaşımlarının anlam arayışı noktasında bireye yardımcı olduğu görülmüştür. Bu duruma bireylerin iç güdümlü dini yaklaşımları, olumlu tanrı inancı gibi çeşitli faktörlerin de aracılık

^a Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, Uygulamalı Psikoloji, pskberakilic@gmail.com, ORCID ID: 0009-0001-0806-686X

^b Dr. Öğretim Görevlisi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, milerisoy@ticaret.edu.tr, ORCID ID: 0000-0001-9466-0410

Bu makaleye atıf için / To cite this article: Kılıç, B. & İlerisoy, M. (2025). Beliren Yetişkinlik Döneminde Din Algısının Anlam Arayışı Üzerindeki Etkisine Yönelik Bir Derleme. Toplum ve Kimlik Dergisi, 2(2), 229-257. Doi:10.5281/zenodo.16621235

ettiği görülmüştür. Bunun yanında dini algı ve hayatı anlamlandırma düzeyinin ise psikolojik iyi oluş ve başa çıkma mekanizmalarını olumlu anlamda etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Böylece bu derleme söz konusu kapsamda literatürdeki temel eğilimleri tespit ederek alana yönelik teorik bir çerçeve sunmayı hedeflemektedir. Bu doğrultuda sunduğu çerçeve ile araştırmanın, beliren yetişkinlerin varoluşsal sorgulayışlarına yönelik yapılacak sonraki çalışmalara da katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Beliren yetişkinlik dönemi, anlam arayışı, din algısı, varoluşsal yaklaşım.

Abstract

The need for meaning is a common and fundamental structure inherent in all human beings. Although this need and the accompanying existential inquiries can be considered a basic drive, they manifest at varying levels across individuals and developmental stages. One of the life stages in which such inquiries intensify is emerging adulthood, encompassing the age range of 18 to 29. This period is characterized by an increased sense of self-discovery and awareness of one's surroundings. During this process, various influences accompany the individual in their journey of exploration—one of which is religion. Religion often serves as a guide for believers in their quest for meaning and existential understanding. Given the strong connection between meaning-seeking and religious perspectives, this study addresses the relationship between religious perception and existential meaning-seeking among emerging adults. A review of the literature reveals that individuals' religious perceptions and approaches to religion often play a supportive role in their search for meaning. Factors such as intrinsic religiosity and a positive image of God are found to mediate this relationship. Moreover, it is concluded that the levels of religious perception and existential meaning-making positively contribute to psychological well-being and coping mechanisms. Accordingly, this narrative review aims to provide a theoretical framework by identifying key trends in the existing literature. It is anticipated that this framework will offer valuable insights for future research addressing the existential inquiries of emerging adults.

Keywords: Emerging adulthood, search for meaning, religious perception, existential approach.

1.Giriş

İnsan, varoluşundan bu yana netlik ve kesinlik barındırmayan her mekanizmayı çözümleme ve somutlaştırma ihtiyacı duymuştur. Bu doğrultuda nesnelere, mekânlara, diğer canlılara ve genel anlamıyla dünyaya ilişkin keşifler yapmıştır. Böylece edilgen bir yapıdan çıkıp etken bir konuma ulaşarak dünya hakkında kontrol sahibi olma gayretinde bulunmuştur. Bu durum, anlamlandırma ve bilişsel açıdan doyum isteğine hizmet etmektedir. Bireyin, etrafındakileri anlayıp yorumlama çabası içine girmesi ise bilişsel kontrol hissini pekiştirmektedir. Buna karşın çözümleyemediği noktada kontrol hissini kaybederek kaygı duymakta, böylece varoluşsal anlamda boşluğa sürüklenmektedir (Doğanay, 2023).

Bireyin merak ve keşif arzusunu tetikleyen oluşumlar, dış dünyadaki mekanizmalar kadar kişinin zihnini meşgul eden yapıları da içermektedir. Çeşitli boyutlarda tanımlanabilen bu yapılardan biri de hayatı anlamlandırma basamağıdır. Merak güdüsü doğrultusunda yanıt arayan birçok canlı olmasına karşın hayatı anlamlandırma adına sorgulama içerisinde olan tek varlık insandır (Bahadır, 1999). Bu sorgulayışın kökleri, insanın varoluşuna kadar dayanmakla beraber gelişimsel dönemler perspektifinde ise soyut düşünme evresinde baş göstermektedir. Nitekim bu uzun soluklu yanıt arama yolculuğunda insan, hayatın anlamına dair net bir yanıt elde edememiş, aksine meydana çıkan yeni sorularla sorgulamayı devam ettirmiştir (Sezen, 2009).

Anlam, dış dünyaya yönelik şeylerin bireyin zihninde sembolize olmuş tanımları olarak ele alınmaktadır. Hayata ilişkin anlam bazında değerlendirildiğinde ise evrende var olan somut ve soyut tüm yapıların, kişinin zihninde mevcut bir inşasını içermektedir. Bu doğrultuda anlam arayışı ifadesi, bireyin hayatında yer edinen çok temel bir güdü olarak ele alınmaktadır (Karslı, 2020). Anlam, yalnızca durumların mana olarak karşılığı değil paralel yaşayışlara ve benzer örüntülere ilişkin zemin oluşturmaları bakımından da fayda sağlayan bir mekanizmadır. Böylece kişinin zihninde, sonraki sorgulayışları için bir ön metin barındırıp sebeplere ilişkin idrak, algı ve yorumlama kabiliyeti de sağlamaktadır. Bu yorumlama ve yaklaşım tarzı ise bireyin karakterini ve kişiliğini önemli ölçüde etkilemektedir. Dolayısıyla birey için olaylardan ziyade bunlara yüklediği anlam daha önemli bir basamakta yer almaktadır (Liu, Di, Shi ve Ma, 2022).

Anlam arayışı kavramı, kişi bazında birçok farklı ihtiyaca hizmet ettiğinden kuramsal açıdan varoluşçu yaklaşımın da temel kavramlarından olmuştur. Böylece ölüm, özgürlük,

sorumluluk, varoluşsal yalıtım, anlamsızlık ve hayatı anlamlandırma gibi çeşitli terimleri bünyesinde barındırmaktadır. Bunlardan biri olan anlamlandırma çabasının yanıtı kalmasıyla ortaya çıkan anlamsızlık kavramı, bireyin varoluşsal bakımdan birçok temel sorgulayışına kapı aralayan ve bireye sıkıntı veren bir yapıdır. Kişi, hayatın gerçekten anlam barındırıp barındırmayacağından başlayarak anlamın neyi getirdiği, anlama ilişkin yanların ne olduğunu keşfe başlamaktadır. Bunun yanında bireyde mevcut olan anlam kavramı ile hayatın anlamına ilişkin edindiği verinin örtüşüp örtüşmemesi de doyum veya sıkıntı verecektir (Ayhan, 2020).

Çeşitli alanlarda baş gösteren ve soyut düşünme basamağından temel alan bu anlamlandırma mekanizması, beliren yetişkinlik olarak adlandırılan ortalama 18-29 yaş aralığını kapsayan gelişimsel dönemde ağırlık kazanmaktadır (Arnett, 2000). Arnett (2000) tarafından tanımlanmış olan beliren yetişkinlik kavramı, ergenlik ve yetişkinlik dönemi arasında bir tampon görevi üstlenmektedir. Bu doğrultuda birey, ergenlik döneminde yaşadığı çalkantılı süreci belirli oranda bir kenara bırakmış ve döneme yüklenen aşamaların büyük bir kısmını yerine getirmiştir. Buna karşın yetişkinliğe yüklenen gereklilikleri ise henüz gerçekleştirememiş, bir kısmını gerçekleştirmiş veya gerçekleştirme çabası içine girmiştir. Bu durum, bireyin kaygı düzeyi üzerinde de önemli etkiye sahip olmaktadır (Doğan ve Cebioğlu, 2011).

Bu doğrultuda, beliren yetişkinlik döneminde anlam oluşturma süreçlerinin yarattığı kaygı, üniversite öğrencileri bağlamında ele alınıp hayatta bir anlam kazanmış olmak ile amaç edinmek arasında bir ilişkinin mevcut olduğu görülmüştür (Demirbaş, 2016). Bunun yanında üniversite son sınıf öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ve psikolojik iyi oluşları hakkında yapılmış Erguvan (2015)'in çalışmasında, dönem içerisinde gelecek kaygısının yüksek düzeyde yaşandığı görülmüştür. Benzer şekilde ergenlik dönemindeki ve beliren yetişkinlik yaş aralığındaki bireyleri ele alan başka bir çalışma, 20 yaş ve üstü bireylerdeki gelecek kaygısı ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin artış gösterdiğini bulgulamıştır (Bayram, Özkamalı, ve Çiftçi, 2021). Tayfun ve Korkmaz (2016) ise üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada, katılımcıların gelecek kaygılarının özellikle işsiz kalmaya yönelik artış gösterdiğini görmüşlerdir.

Beliren yetişkinler, yaşadıkları arada kalmışlık hali içerisinde yalnızca dönemin sorumluluklarını gerçekleştirme çabası değil aynı zamanda zihinsel süreçler bakımından da büyük değişimler yaşamaktadırlar. Böylece geleceğe yönelik kaygıları artış göstermekte ve

karşı karşıya kaldıkları belirsizlik durumlarıyla baş etmeye çalışmaktadırlar. Bu değişimler büyük bir sorgulayış sancısına yol açmakta olup beliren yetişkinlik dönemini, hayatı anlamlandırma bağlamında da önemli bir basamak haline getirmektedir (Regnoli, Tiano ve Rosa, 2024).

Anlam arayışına yönelik sorgulayışlara yanıt veren mekanizmalardan biri de din olgusudur. Din, bireyin yaratıcıya inanarak onun belirlediği kurallar bütününe tabi olması ve kutsal olanın rızasını kazanma gayretini içermektedir. Böylece söz konusu çaba, hayatın ve eylemlerin tümüne sirayet etmektedir. Beliren yetişkinlik dönemi aralığındaki birey için dini inanç, ergenliğin ilk dönemlerinden farklı olarak çevresel ve sosyal yapıların dayattığı bir yapı olmaktan çıkıp bilinçli bir tercih haline gelmektedir. Bir başka ifadeyle beliren yetişkinlikte dini inanç, kişi tarafından eleştirel bir sistemden geçerek içselleştirilmiş bağlılıklar bütününe dönmektedir. Buna göre kişi, dışsal uyaranların etkisinden sıyrılarak iç otorite ve bireysel inanç etrafında şekillenen bir din algısına doğru evrilmektedir (Özgüven ve Arı 2023). Varoluşçulukla olan ilişkisi bakımından din zemini, özellikle hayatı anlamlandırma ve yorumlama noktasında önemli bir işlev barındırmaktadır. Bu doğrultuda özgürlük, sorumluluk, ölüm gibi ifadeleri bünyesinde barındırması açısından ele alındığında da kavramsal benzerlikler içerdiği görülmektedir (Aydın, 2017). Bu noktada, dini inanç yapısının bireyin anlam arayışına katkı sunma biçimi, özellikle beliren yetişkinlik döneminin barındırdığı gelişimsel dinamiklerle birlikte ele alınmalıdır.

Gelişimsel dinamikler çerçevesinde ele alınan dönemlerin her biri, kendi yaş aralığına göre tamamlanması gereken aşamalar ve normlara ilişkin beklentiler barındırmaktadır. Bu basamaklardan biri olan beliren yetişkinlik dönemi ise son zamanlarda literatür bağlamında oldukça sık karşılaşılan gelişimsel kavramlardan biridir. Alan yazın çerçevesinde ele alındığında beliren yetişkinlik dönemi, içerisinde barındırdığı çalkantılı aşamalar dolayısıyla ergenlik ve yetişkinlik arasında sıkışmışlık duygusunun ağır bastığı bir evre olarak tanımlanmaktadır (Çalık Var ve Temiz, 2020). Böylece birey, çeşitli kaygı mekanizmaları barındıran bu süreçte, temel bir sorgulayış olan anlam konusunda da sancılı bir görevle karşı karşıya kalmaktadır. Bu doğrultuda varoluşçu yaklaşımın değindiği hayatı anlamlandırma kavramı ışığında, bireydeki temel sorunlardan biri olan anlam arayışının ele alınması önem arz etmektedir.

Literatür bazında incelendiğinde beliren yetişkinlik dönemi, gelişimsel bağlamda henüz yakın zamanda çalışılmakta olduğundan araştırmaların sınırlı temalar üzerinde şekillendiği, dini perspektifteki çalışmaların ise dini algı kavramından ziyade dindarlık üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Bu açıdan dindarlık kavramı, bireyin ibadet noktasında kutsal ile olan ilişkisini ele alırken dini algı ise bu eylemlerin biliş boyutuna odaklanmaktadır. Bu doğrultuda söz konusu derleme çalışmasının amacı, hayatı anlamlandırma çabasında olan beliren yetişkinleri, varoluşsal yaklaşım ve din algısı bakımından ele almaktır. Çalışma, bireylerin dine ilişkin tutumları, dini kodlayışları ve birey bazında dini gelişim süreçlerini vurgulayarak varoluşçuluğun da kavramlarından olan anlam sorununun, bu bağlamdaki karşılığını görmeyi amaçlamaktadır.

2. Yöntem

Bu çalışma, beliren yetişkinlik dönemindeki bireyin anlam arayışı ve din algısı arasındaki ilişkiyi varoluşsal yaklaşım çerçevesinde, kavramsal bir zeminde değerlendirmek amacıyla yapılmış narratif derleme türündedir. Derleme yöntemi, çalışılan konuya yönelik kuramsal bir bütünlük sağlayarak literatürü değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Literatür çerçevesinde anlam arayışı, din algısı ve ilişkili olarak beliren yetişkinlik döneminin nasıl ele alındığına yönelik kuramsal ve bütüncül bir değerlendirme ihtiyacı görülmektedir. Bu kapsamda konuya ilişkin alan yazın kapsamlı şekilde incelenerek temel yaklaşımlar, yapılan çalışmalar ve bulgular belirlenerek anlatı türünde değerlendirilmiştir. Bu açıdan konu çerçevesinde mevcut alan yazını anlatı biçiminde işleyerek teorik ve kavramsal bağlamda açıklamayı amaçlamaktadır. Bu yönüyle özellikle literatür kapsamında yakın zamanlı olarak bahsedilen temel konuları ve bunlara ilişkin boşlukları ele alma bakımından önemli bir yöntemdir.

Çalışma çerçevesinde literatüre ilişkin tarama, Google Scholar, APA PsycInfo, EBSCOhost, TR Dizin, DergiPark, ULAKBİM gibi yaygın olarak kullanılan akademik veri tabanlarında gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda araştırma sürecinde anahtar kelimeler Türkçe ve İngilizce karşılıklarıyla birlikte kullanılmıştır. Böylece beliren yetişkinlik/emerging adulthood, anlam arayışı/meaning in life, varoluşçuluk/existentialism, din algısı/religious perception gibi kavramlar aracılığıyla literatür zeminine ulaşılmıştır.

Çalışma, 1980-2024 yılları arasındaki yayımlanmış akademik makaleler ve kuramsal kaynakları kapsamaktadır. İncelenen akademik makalelerden 31 çalışma, derleme kapsamında değerlendirilmeye dahil edilmiştir. Bunun yanında kavramsal çerçevenin

oluşması adımlarında ise alanın klasik kuramsal kaynaklarına yer verilmiştir. Ele alınan kaynaklar, kuramsal bir bütünlük ile anlatı türünde değerlendirilmiştir.

3. Beliren Yetişkinlik Dönemi

İnsan, doğumdan ölüme kadar sürekli bir gelişim ve değişim içerisindedir. Bu değişim biyolojik, psikolojik ve sosyal birçok alanı içine almaktadır. Bireyin bir parçası olduğu toplumsal yapı, benzer yaş aralığına sahip kişilere, benzer davranış örüntüleri yükleyen normları oluşturmaktadır. Bu toplumsal roller, çeşitli sorumlulukları beraberinde getirmekte, yüklenen sorumluluklar ve beklentiler ise sosyolojik zemine göre değişiklik göstermektedir. Bu bakımdan evlilik, aile kurma, kendi ayakları üzerinde durabilme ve iş edinebilme gibi çeşitli görevlerin yüklendiği yaş aralıkları da farklılık göstermektedir. Bu dönemlerden biri de 18-29 yaş aralığını kapsayan beliren yetişkinlik dönemidir (Arnett, 2000). Ergenlik ve yetişkinlik dönemi arasında tanımlanan bu gelişimsel basamak, bireye ne ergenlik dönemindeki aileye bağlı olma ne de yetişkinlik dönemindeki özerklik niteliklerini yüklemektedir (Hendry ve Kloep, 2010). Gelişimsel basamaklar ele alındığında, yalnızca toplumun söz konusu döneme biçtiği roller değil aynı zamanda bireyin kendisi için koyduğu hedefler de belirleyici olmaktadır. Böylece toplum, üniversite mezuniyeti, iş edinme, evlenme ve hayatın sorumluluğunu üstlenip aileden ayrılma noktasında beklenti dizileri içerisindeyken bireyin kendisiyle alakalı da benzer veya farklı hedefleri söz konusudur. Kişiler bu geçiş aşamasında kendilerine ve hayatlarına daha çok odaklanmakta, önlerine çıkan seçenekleri daha dikkatli şekilde değerlendirmekte, genel anlamıyla bir kimlik keşfine girişler de iki önemli gelişimsel dönem arasında sıkışmışlık duygusu yaşamaktadırlar (Atak ve Çok, 2010).

Arnett (2000), beliren yetişkinlik dönemini beş adım ile vurgulamaktadır. Bunlardan ilk ikisi kişinin kendine odaklanması ve kimliğine ilişkin keşiflerde bulunmasıdır. Bu aşama, bireyin önceki mekanizmalarını yenileyerek yeni bir kendini tanıma sürecine girmesi ve özüne daha çok dönmesiyle ilişkilidir. Diğer adım, bireyin kendini sıkışmış hissetmesidir. Bu basamak, ergenlik ve yetişkinlik arasında, sorumluluklar ve duygusal yük bağlamında yaşanan arada kalmışlık olarak ifade edilmektedir. Bir başka adım olan seçenekleri değerlendirme evresinde birey, önceki inançları, seçtiği yolları ve hedeflerini gözden geçirmektedir. Böylece yetişkinlik dönemini etkileyecek bu süreçte, sağlam ve emin adımlar atmaya çalışmaktadır. Bu yönüyle evre, yeni fırsatlarla dolu ve kişinin kendini yeniden keşfettiği bir

basamak olarak tanımlanabilir. Son basamak, bireyin hayatındaki değişiklikleri ele almaktadır. Bu adım bireye, tüm keşif ve odaklanmalarının sonucunda, benliğine ilişkin yeni yollar ve fırsatlar sunmaktadır (Atak, 2011).

Beliren yetişkinlik dönemi yalnızca gerçekleştirilmesi gereken aşamalar bağlamında değil, bireyin içsel süreci bakımından da önem arz etmektedir. Bu doğrultuda yeniden gözden geçirilerek ele alınan mekanizmalardan biri ise kimlik keşfine yöneliktir (Nice ve Joseph, 2022). Böylece birey, kendine ilişkin yeniden yapılandırmaya giderken aynı zamanda dış dünya ve kendisi dışındakileri anlamlandırma bakımından da zihnini meşgul etmektedir (Düşgör ve Dönmez, 2022). Buna karşın bireyin kendisine ve değiline yönelik sorgulayışlarının bir kısmının cevapsız kalmış olması, yetişkinlik adına öğrendiği bir başka bulgudur. Bu bakımdan kişi, belirsizlikten kurtulmaya olan gayreti ve bilinmezi somutlaştırma çabası ile kendiliğini çözümlemeye çalışmaktadır. Bu çaba ise “Kimim?” veya “Var olma amacım ne?” gibi başka sorularla karşılık bulmaktadır (Onur, 2000).

Bu çalkantılı ve kaygı verici gelişimsel dönem, bireyi belirsizlikle muhatap etmekte ve birey, var olan zeminsiz bağlamda ayakta kalabilmek için derin sorgulamalarla meşgul olmaktadır. Bu bakımdan stres yaratan durum, yaşanan olaydan ziyade belirsizliğin kendisidir (Çavdar, Boyacıoğlu ve Lannegrand, 2024). Beliren yetişkinlerin belirsiz durumlara yönelik tahammülsüzlükleri ve mutluluk düzeyleri ilişkisini ele alan Sarıçam (2014), iki değişken arasında negatif yönlü bir ilişki tespit etmiştir. Bu bakımdan bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük seviyelerinin, mutluluk seviyelerini olumsuz açıdan etkilediği görülmüştür. Belirsizliğe tahammülsüzlük, kaygı ve karar verme düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Ulu ve Yaka (2020) ise belirsizliğe tahammülsüzlüğün, sürekli kaygı seviyesi üzerinde etkili bir unsur olduğunu bulgulamıştır. Benzer bir çalışmada belirsizlik ile iyi oluş arasındaki ilişki, duygu düzenlemeye yönelik güçlük ve arada kalmışlık hissinin aracı değişken etkisi çerçevesinde ele alınmıştır. Bu bakımdan, hayatın belirsizlik barındırmasına tahammül edemeyen bireylerin, duygu düzenleme konusunda yetersiz kalarak arada kalmışlık hissi ile mental olumsuzluk durumuna düştükleri görülmüştür (Akçıl, Erdinç, Karaduman ve Akyıl, 2024).

Literatür bağlamında incelendiğinde, çeşitli yaş grupları ele alınarak bireylerin beliren yetişkinlik dönemine ilişkin özelliklerinden hangilerini, ne düzeyde yansıttıkları çalışılmıştır. Çalışma, kimlik arayışı, yeni seçenekler, istikrarsızlık ve bireysel yönelim gibi unsurların 18-23 yaş grubundaki bireylerde öne çıktığını göstermiştir. Aynı araştırmacıların

bir başka çalışmasında ise üniversite öğrencileri veya mezunlarının, daha genç bireylere kıyasla, kimlik arayışı seviyelerinin daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Bu bireylerin, diğer yaş gruplarına göre daha fazla kararsızlık yaşadığı ve gelişimsel basamaklar arasında bir geçiş süreci içinde olduklarını daha yoğun hissettikleri de belirtilmiştir (Reifman, Arnett ve Colwell, 2007). Bir başka çalışmada bireyin anlam arayışı ve dini başa çıkma ilişkisini gözden geçiren Kulu (2019), katılımcılardan üniversite öğrencisi olanların, lise öğrencisi olanlarla kıyaslandığında anlam arayışı seviyelerinin daha yüksek düzeyde görüldüğünü bulgulamıştır. Çalışmada, beliren yetişkinlik dönemi kapsamındaki üniversite öğrencilerinin içerisinde bulundukları arayış, bu yaş aralığındaki kişilerin hayatı anlamlandırmaya ilişkin sorgulayışlarının yoğunluk kazandığını göstermiştir. Benzer şekilde Bahadır (1999) çalışmasında, katılımcıların yaşının artış göstermesiyle anlamı sorgulama düzeylerinin de artış gösterdiği sonucuna ulaşmıştır.

Sorgulayışların en kapsamlı olanı ise hayatı anlamlandırma basamağı olarak tanımlanmaktadır. Hayatı anlamlandırma ve genel ifadeyle anlam arayışına yönelik merak, insanlık tarihi kadar eski olmasının yanında bireye nesnel bir yanıt vermeyi olanaksız kılan oldukça soyut bir yapıdır (Wang ve Li, 2021). Köklerini felsefe, sosyoloji ve psikoloji gibi birçok alandan alan varoluşçuluk, anlam arayışını temel bir basamak sayarak yaklaşımı bunun üzerine inşa etmektedir (Tülüce, 2022). Varoluş esaslı bir diğer olgu olan din ise benzer şekilde hayatı anlamlandırma ve asıl amaca uygun şekilde yaşama sistemi üzerine kurulu, ödül-ceza sistemine dayalı bir kutsal mekanizma olarak aynı havuza dâhil olmaktadır. Böylece din ve dini algı ifadeleri, beliren yetişkinlerin anlam edinimi açısından birbirini etkileyen yapılar olarak görülmektedir (Özgüven ve Arı, 2023). Bu anlam edinimi, psikolojik iyi oluşu etkilemesi bakımından önemli bir kavramdır. Birey, anlam keşfinin sağladığı psikolojik iyi oluş doğrultusunda, hayata dair amaç edinme ve kendini kabul etme boyutlarında da gelişim göstermektedir (Alandete, Lozano, Nohales ve Eva, 2013).

4. Hayatı Anlamlandırma ve Varoluşçuluk

Soyut ve belirsiz her unsuru tehdit olarak yorumlayan insan, belirsizlik barındıran her kanalı çözümlemeye ve somutlaştırmaya çalışmaktadır. Bu çabanın nesnesi, kimi zaman çevresel materyaller olabilirken kimi zaman da zihinsel süreçler ve soyut mekanizmalar olabilmektedir. Bu yapılardan biri olan hayatın kendisine ilişkin merak, en temel sorgulayışlardan biri olarak nitelendirilmektedir. Kişi, çevresinde olup bitenleri, varoluş sebebi ve amacı gibi birçok bağlamda düşünmekte ve sorgulamaktadır. Sorgulayışlar ve

ardından anlamlandırma gayretinin nihayeti olan yorumlamalar, bireyin hayat algısı ve sonraki yaşam olaylarına olan yaklaşımını da etkilemektedir. Böylece bir nevi karakter inşası sağlayan anlamlandırma, yaşam boyu devamlılık barındırmaktadır (Tanrıverdi ve Ulu, 2018).

Anlam, tanımlanmamış ve somutlaştırılmamış bir yapıyı var etmek demektir. Varoluşu gerçekleştiremeyip içerisinde bulunduğu durum ve çevresinde gelişen yapılara anlam yükleyememek, bireyde yoğun bir kaygı ve gerilime yol açmaktadır (Crumbaugh ve Maholick, 1964). Bu kaygı, kendine ve çevreye yönelik savunmasız hissetme ve kontrolü kaybetme düşüncesini de beraberinde getirmektedir (Abdullah ve Ulu, 2018). Bununla birlikte psikolojik iyi oluş, hayatı anlamlandırma bakımından ele alındığında, bireyin sağlık açısından riskli davranışlar sergilemesine yönelik koruyucu rolü dikkati çekmiştir (Brassai, Piko ve Steger, 2011). Optimizm ve iyi oluş bakımından hayatı anlamlandırma değerlendirildiğinde ise hayatın anlamı ile optimizmin, yaşam doyumu ve psikososyal sorunlar üzerinde belirleyici bir unsur olduğu gözlemlenmiştir (Ho, Cheung ve Cheung, 2010).

Hayatı anlamlandırma, aynı zamanda birçok farklı eksen ve yapıyı da etkilemektedir. Birey, deneyimlediklerini, hayatı anlamlandırma çerçevesinden yorumlayacağı gibi, anlamlandırma biçimleri de bireyin önceki deneyimlerine bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. Bu doğrultuda olaylardan ziyade olayları yorumlayış biçimi, bireysel çerçevede odaklanması gereken bir mevzudur. Hayatı anlamlandırma, kuramsal olarak varoluşçuluğun da üzerinde önemle durduğu bir konudur (Brassai, Piko ve Steger, 2011). Varoluşçu düşünce, anlam merkezli bir bakış açısını benimseyerek bireyin sübjektif deneyimlerine önem veren bir yaklaşım olarak, çalışmanın temelini oluşturmaktadır (Blackham, 1951/2005). Bu bakımdan devam eden bölümde, varoluşçuluğun fikirsel zemini ve bu zeminde temellenmiş kavramlar ele alınacaktır.

Varoluşçuluk, kökleri Sokrates'e kadar uzanan ve 20. yüzyılı etkileyen bir yaklaşımdır. Geliştiği tarihsel bağlamda, anlamın kaybıyla beraber toplumsal katmanlardaki düzen, sarsıntıya uğramıştır. Böylece genel çerçevede topluma hâkim olan bir güvensizlik görülmüştür. Bu durum, felsefe, sosyoloji, edebiyat ve psikoloji gibi pek çok alanda varoluşçuluğun ele alınması neticesini doğurmuştur (Cheng, 2023).

Varoluşçu yaklaşım, Kierkegaard, Heidegger, Sartre, Rollo May ve Yalom gibi isimler tarafından şekillendirilmiştir. Kierkegaard, varoluşu devamlılık arz eden bir süreç şeklinde

ifade ederken Heidegger, kişinin dünyada “öteki” ile var olduğundan bahseden dasein kavramını öne sürmüştür (Magill, 1952/1971). Sartre ise özgürlük ve sorumluluk kavramları ile şekillenen bir insan profili çizerek kişinin edilgen değil, kararlarından sorumlu bir varlık olduğunu vurgulamıştır (Sartre, 1946/1996). Bunun yanında Rollo May ise kişinin kendi varlığını idrak etme aşamasını özgürlükle ilişkilendirerek, varoluş bilincinin kişiliğin inşasında belirleyici rol oynadığını ifade etmiştir (May 1983, akt.; Çetin, 2019). Varoluşçu kuramın sunduğu bu çerçeve, bireyin özgürlük, sorumluluk, ölüm ve anlamsızlık gibi temel meselelerle yüzleşmesini sağlamakta, aynı zamanda manevi yöneliminin bu meseleler karşısında bireye nasıl bir yön sunduğunu değerlendirme açısından teorik bir zemin sağlamaktadır.

Yaklaşım, varoluşu bir fiil değil, esas gerçeklik olarak değerlendirmektedir. Her ne kadar tüm canlılar bir varlık barındırıyor olsalar da varoluş, yalnızca yaşamayı değil yaşamının sorumluluğunu alarak sürecin devamlılığına yönelik, aktif ve sürekli bir katılımı da içermektedir. Bu bakımdan, kendiliği hakkında kritik sorgulamalar yapıp sorumluluğunu almak konusunda temel farkındalık düzeyine erişmeyen insan, varoluşa yönelik de bir idrake sahip değildir. Bu noktada varoluşçu yaklaşım, özellikle “öz” ve “varoluş” kavramları üzerinde durmaktadır. Buna göre birey, bu iki yapıyı esas almaktadır. Öz, temel yapıda bulunan, değişmeyen ve devamlılığa sahip bir sistem iken varoluş ise evrende oluşu ifade etmektedir (Foulquie, 1951/1995). Varoluş, özden önce gelerek özü oluşturmaktadır. Bu açıdan özünü oluşturmak ve benliğini inşa etmek bakımından birey, özgür olarak nitelendirilmektedir. Dolayısıyla insanı diğer canlılardan ayıran en önemli farklılık, özü ile iletişim halinde olmasıdır. Varoluşçuluk, bireyi ve öz ile kurulan biricik ilişkiyi esas alan temel kavramlar üzerine şekillenmektedir. Her kavram, varoluşu gerçekleştirmek ile ilgili olup aynı zamanda kaygı ve gerilim de yaratmaktadır (Colette, 1994/2006).

Köklerini bu felsefi temelden alan varoluşçu yaklaşımın psikolojik perspektifi de benzer şekilde, kişinin varoluşuyla yüzleşmesine ve karşılaştığı içsel çatışmaların temel kaynaklarına odaklanmaktadır. İnsan hem bilinçli bir varlık olma hem de ahlaki değerler ve duygular gibi özelliklerle donatılması sebebiyle varlığının anlamını ve yerini sürekli sorgulamak durumundadır (Debats, 1999). Bu içsel sorgulama, hayatta karşılaşılan sınırlar ve belirsizliklerle barışık olmayı öğrenmeyi zorlaştırabilmektedir. Varoluşsal çatışmalar, kişinin hem kendini hem de dünyayı anlamlandırma çabasının bir yansımasıdır. Bu bakımdan bireyin var olmasının getirileri, dünyada varlık göstermesi, beraberinde gelen

kaygılar ve yaratılışından edindiği nitelikler önem arz etmektedir (Yalom, 1980/1999). Böylece varoluşçu psikoloji de bireyin kendi yaşamının anlamını bulması, özgürlüğünün farkına varması ve sorumluluklarını kabul etmesine yardımcı olmaktadır. Bu yaklaşım bireyi, derinlemesine anlamaya, içsel dünyalarına dokunmaya ve yaşamın evrensel temalarına dair farkındalık yaratmaya yöneltmektedir. Varoluşçu psikoterapi, bireyin kendi varlığını anlamlandırmasına, duygusal ve zihinsel anlamda büyümesine olanak tanımaktadır. Bunu ise yaklaşımın ortaya serdiği kavramlar üzerinden ele almaktadır (Corey, 1990).

Bu kavramlardan ilki olan ölüm, kişinin kendine özgü ölüm tanımıyla anlam kazanmaktadır. Burada önemli olan, bireyin ölüm şekli, zamanı, yeri gibi özellikler değil ölümün yaşamdaki değiştirici rolü ve kişinin ölüme yüklediği anlamdır. Birey, acılardan, kayıplardan ve zorluklardan anlam edinebildiği gibi, ölümden de bir anlam deseni inşa edebilmektedir. Bu noktada yaşamı anlamlı ve sınırlı kılan ölümün kendisi olduğundan, ölüm ve yaşam kavramları birbiri içine geçmiş mekanizmalar olarak tanımlanmaktadır. Böylece bireyin yaşamı üzerinde en etkili yapılardan biri olması, yüzleşmek ve kaçmak noktasında kimi zaman patolojiye neden olabilmesi açısından ölüm olgusu, en temel kaygı kaynağı olarak ele alınmaktadır (Yalom, 1980/1999).

Varoluşçu yaklaşımın değindiği ölüm kavramı, bir başkasının değil kişinin kendi ölümü hakkındadır. Bireyin yaşamını tehdit eden bu olgunun, kendi varlığını yaşamaya yönelik bir fırsat sunması, kişinin ölümün sorumluluğunu üstlenmesini zorunlu kılmaktadır. Bu açıdan kavram, ölümün kaçınılmazlığı veya ölüm sırasında yaşanacak sıkıntıyı değil, ölümün mevcut hayatı ne boyutta etkilediği ve bu sonluluğun işlevini ele almaktadır (Bollnow, 1947/2004). Böylece ölüm, kaygı yaratan bir unsur olsa da aynı zamanda kişiyi hayata bağlayarak varoluşuna ilişkin sorgulayışlarına neden sunmaktadır. Böyle bir farkındalık ise bireye, daha anlamlı ve faydalı yaşama yönelik motivasyon vermektedir (Malpas ve Solomon, 1998/2006).

Varoluşçuluk, özgürlük bakımından ele alındığında, Nietzsche'ye göre bir şeyleri yapma olasılığına ve imkanına sahip olmak değil o şeyi gerçekleştirmektir. Yani hayat, bir oluşum ve gerçekleştirme süreci olarak tanımlanmaktadır (Nietzsche, 1878/2003). Frankl, şartları beliremiyor oluşuna rağmen bireyin, yorumlama ve tepki verme, yani seçme özgürlüğüne dikkat çekmiştir. Ona göre özgürlüğün başlangıcı da bu noktadır. Söz konusu özgürlük alanı, zorluklarla mücadele ederken aynı zamanda bireye yardımcı olacak geniş bir saha da tanımaktadır (Frankl, 1946/2009). Rollo May ise özgürlüğü, alınan kararlar ve sorumluluklar

çerçevesinde tanımlamaktadır. Ruhsal açıdan gerilime sebep olan bu karar verme aşamaları, temelde bireyin kendi kimliğine ilişkin algısının şekillenmesinde de etkili bir unsur olmaktadır (May, 1993/1997).

Böylece eş zamanlı ele alınan sorumluluk ise bireyin yaşamı ve duygularının idrakinde olması olarak nitelendirilmektedir. Bu açıdan bireyin sorumluluğu kadar, farkındalığı da vurgulanmaktadır. Bunun yanında insanın sorumlu olmasının yalnızca kendi davranışlarını kapsamadığı, ötekini de ihtiva eden daha geniş bir alanı işaret ettiği belirtilmiştir. Sınırlarını çizirken kendisi dışındaki alanı da genişletip daraltan kişi, bu bakımdan sorumluluk perdesi ile diğerlerini de örtmektedir (Yalom, 1980/1999).

Kierkegaard (1980), bireyin özgürlüğünü sorumluluk ve ahlaki eylemler ile mümkün kılarken Sartre, kişinin kimlik algısını etkileyen özgürlük kavramının sorumlulukla zorunlu ilişkisine dikkat çekmektedir (Sartre, 1945/2012). Bu doğrultuda birey, sorumlu oluşuyla yaratıcı bir rol üstlenmekte, kendisiyle ilgili durumlara yönelik bir farkındalıkla da kendi özünü oluşturmaktadır. Farkındalık, bireyin kendi hayatına, duygularına, acılarına ve benzer kanallara yönelik idrakini içermektedir (Sartre, 1943/2009). Benzer şekilde May de sorumlu olduğu seçimleri hayata geçirmeyen bireyin özgürlüğüne gölge düşeceğini belirtmektedir (May, 1953/1997).

Varoluşçulukta değinilen bir diğer yapı ise yalıtımdır. Yalıtım, bireyin çevresinden ve kendinden zaman zaman soyutlanması ve bu soyutlanmanın temelinde, varoluş ile ilgili geniş bir anlamın yatması açısından ele alınmıştır. Bu bakımdan kavram, birey ve öteki arasındaki doldurulamaz mesafe olarak değerlendirilmiştir. Varoluşsal yaklaşım, bireyi hem kişilerarası düzlemin bir parçası hem de bundan ayrı bir yapı olarak değerlendirmektedir. Böylece insanın bu yalıtımı edinebilmesi için ötekiden ayrılması ve yalnız olması gerekmektedir (Fromm, 1941/1999). Nihayetinde, varoluşunun başlangıcında mevcut olan yalıtılmışlık halinin başka bir evrede de bireyi kuşatacağına yönelik kaygı yaratması, kişinin yalıtım ve yalnızlıkla yüzleşmesini gerekli kılmaktadır (Yalom, 1980/1999).

Değinilen kavramlardan bir diğeri olan anlamsızlık, bireyin temel sorgulayışlarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Kavram, şeylerin karşılığı, manası ve tutarlılıklarını ifade ettiği gibi anlam çerçevesinde edinilen amacı da içermektedir (Reker, Peacock ve Wong, 1987). Varoluşçuluk, dünyaya gelişimizin bir anlam ve amaç barındırdığını ifade etmektedir. Yalom (1980/1999)'a göre birey, kendi anlam sistemini keşfetmeli veya ortaya çıkarmalıdır.

İnsan, kendi anlam ve amacından uzak bir düzen ortaya koyduğunda anlamsızlık duygusu baş göstermektedir. Bu durum, Frankl (1946/2009)'ın ifadesiyle varoluşsal boşluğa sebep olarak bireyin hayatını olumsuz anlamda etkilemektedir. Varoluşsal boşluk ile karşı karşıya kalan birey ise bu anlamsızlık çukurunu görmezden gelerek söz konusu huzursuzluktan kaçmaya ve bunu bastırmaya çalışacaktır.

Bu bakımdan özünü kendi niteliklerine göre yaşatabilmesi için bireyin anlam sorununu, edindiği yanıtlarla çözüme kavuşturması gerekmektedir. Bunun yanında kişi, anlama yönelik inanç sistemlerinin, yaşamı genel olarak kapsayıp kapsamadığı noktasında da gerilim içerisine girmektedir. Hayata anlam veren birey, bu doğrultuda bir amaca da sahip olmaktadır. Bu durum, hayatın anlamlılığını sürdürmek veya bu anlam edimini pekiştirmeye hizmet etmektedir (Yalom, 1980/1999).

Bireyin hayatı anlamlandırması, varoluşçuluk bakımından pek çok arka plana sahiptir. Bunlardan biri din mekanizmasıdır. Din, kişinin kutsal olana bağlılık duyarak ona kulluk etmesidir. Bu bağlamda inanç esas alındığında birey, eylemi yerine getirme sorumluluğunu üstlenir ve böylece dinin temeli oluşur. İnançlı bir birey, yaşamındaki her olayı dini gerekliliklerle şekillendirir. Bu, yalnızca günlük hayatın sıradan olayları üzerinde değil, aynı zamanda hayatı anlamlandırma ve yorumlama biçiminde de belirleyici rol oynamaktadır. Sonuç olarak inanan birey, tüm yaşamını dini perspektifle şekillendirerek eylemlerini de 'Yaratıcı' ya kulluk ve ibadet bağlamında değerlendirebilir. Böylece çeşitli açılardan gelişim gösteren dini algı, bireyin hayata bakışını şekillendiren önemli bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (Bahadır, 2002). Din algısının gelişim basamakları çerçevesinde değişen nitelikleri aşağıdaki bölümde ele alınmış, devamında ise söz konusu olgunun anlam arayışı ile olan ilişkisi açıklanmıştır.

5.Din Gelişimi

İnsanın inanma güdüsü, çok eski dönemlerden bu yana bireyin içerisinde barındırdığı bir yapı olarak mevcuttur. Bu yönüyle birey bazında temellerinin ne zaman inşa edildiği ve gelişim süreci, birçok araştırmacı tarafından merak edilen bir konu olagelmıştır. Söz konusu merak unsuru, genel hatlarıyla din psikolojisinin şemsiyesi altında toplanıp birçok kuramın çıkış noktası olmuştur. Bu bağlamda bireyin dini aidiyetini ve algısını etkileyen çevresel ve psikolojik pek çok faktörden bahsedilmektedir. Atılan dini zemin, barındırdığı pozitif ve negatif uyaranlara bağlı olarak dinin algılanış biçimini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu

bakımdan bireyin dini ne şekilde referans aldığı, sonraki süreçlerde din ile olan ilişkisini ve deneyimini şekillendirmektedir (Karaca, 2016).

Bu sürece değinen araştırmacılardan Allport, inancın bir ihtiyaç boyutu olduğunu kabul etse de bu durumun genetik aktarım ve biyolojik bir yapının unsuru olmadığını, ancak çevresel değişkenlerden etkilenmenin bir getirisi olduğunu savunmaktadır. Bu bakımdan sosyal yapının dini gelişim ve algı üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir (Allport, 1967). Benzer şekilde Bandura da sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde durumu, model alma ve taklit etme şeklinde ele almıştır (Bandura, 2001). Çevresel yapıların etkili olduğunu savunan kuramların yanında, inanç ihtiyacının daha derin kodlarla işlenmiş olduğunu savunan yaklaşımlar da bulunmaktadır. Jung (1966), insanın Tanrı'yı ve kutsalı bulma noktasında bilinçdışı bir motivasyona sahip olduğunu belirtmektedir. Elkind (1970) ise dinin bilişsel gelişim süreçlerinde ortaya çıkan yapıları içeren içkin bir mekanizma olduğunu vurgulamıştır.

Piaget'nin bilişsel gelişim kuramı çerçevesinde ele alındığında dini gelişim, çevreye yönelik somut keşiflerin yoğun olduğu, yaşamın ilk yıllarında ağırlık kazanan merak duygusundan temel almaktadır. Bu ise soyut işlem aşamasıyla birlikte sonraki gelişimsel basamaklarda, bireyin dini algı boyutuna erişmesi şeklinde yorumlanmaktadır. Bununla beraber Karaca (2016)'ya göre soyut işlem evresinden sonra yer edinmiş olan zihinsel kodlamalar, pek çok bağlamda ve bu bağlamların birbiriyle etkileşimi göz önünde bulundurularak değerlendirilmelidir. Böylece dini algı ve kazanımların, bireyin ait olduğu gruba duyduğu bağlılığı artırma ve kabul görme ihtiyacı doğrultusunda şekillendiği belirtilmektedir. Bu durum, bireyin dini kimlik ve algısının oluşumuna da zemin hazırlamaktadır (Karaca, 2016).

Din olgusu, farklı insanlarda, farklı gelişimsel ve bilişsel süreçlerde kök salmıştır. Bu yönüyle yorumlama ve bakış açısı sunma özellikleri bakımından bilişsel çeşitlilik sağlayan bir yapı olarak değerlendirilmektedir. Algılama ve yorumlayış açısından ele alındığında birçok yaklaşım, bireyin yaşadığı olaylardan ziyade bu olayları nasıl yorumladığının çok daha önemli olduğunu belirtmektedir. Bu açıklamanın modern temsilcilerinden biri olan bilişsel davranışçı yaklaşım da bireyin olumsuz duygu ve düşüncelerinden kaynaklanan hatalı yorumlayışlarının, algıları üzerindeki etkilerine odaklanmaktadır. Böylece bireyin otomatik düşüncelerinin, davranışlarını ne düzeyde etkilediği önemli görülmektedir (Hofmann, Asmundson ve Beck, 2013). Bu perspektifte Beck ve Ellis, ise ABC formülasyonuna değinerek kişinin, olaya ilişkin yorumunun mahiyeti noktasına vurgu

yapmışlardır. Yaşantılar ve yorumlar ABC şeklinde kodlanmıştır. A noktası yaşanan olay, B unsuru bireyin bu olaya ilişkin yorumu ve C basamağı ise bu doğrultuda verilen yanıt olarak değerlendirilmektedir. Bu çerçevede, bireyin dini yaşantısı ve buna yönelik yorumu, benzer deneyimler karşısında verecekleri yanıt ve olayları kodlayışlarını etkilemektedir (Ellis,1991).

6.Din Algısı ve Anlam Arayışı İlişkisi

Bireyin soyut düşünme evresinden itibaren dünyayı yorumlayışı ve anlamlandırma biçimi değişiklik göstermektedir. Yaşadıklarını ve çevresini öncekinden farklı bir muhakeme mekanizması ile ele alan birey için bu kazanım önem arz etmektedir. Söz konusu gelişimsel evrede temellenen soyut düşünme becerisi, kişiye hayatı anlamlandırma noktasında farklı bir düşünme yapısı ve dolayısıyla farklı bir bakış açısı kazandırmaktadır (Erikson, 1963).

Soyut düşünceyi kapsayan bir başka bağlam ise din olgusudur. Din, emredilen kurallara ve yasaklara riayet etmeyi içeren, inanan bireyin yaşamının tüm alanlarında kendini gösteren, sosyal ve bilişsel mekanizmalarda varlığını sürdüren bir inanç sistemidir. Kişide din yapısının yer edinmesi, geleneksel ve sosyal pek çok alt sisteme dayanmaktadır. Böylece aynı dine inanan insanların dine ilişkin yorumları ve algılayışları çeşitlilik kazanabilmektedir. Bu bakımdan dinin “ne” olduğundan ziyade “nasıl algılandığı” bireyin inanç, ibadet ve teslimiyet boyutlarını etkilemektedir. Söz konusu zeminin oluşması ise bahsedilen kültürel arka planın içerisindeki aile ve akran çevresi gibi çeşitli sosyal bağlamlardan etkilenmektedir (Meydan ve Aydın, 2020).

Dini tecrübe açısından ele alındığında William James de benzer şekilde, esas noktanın teolojik kavramlar değil, bireyin bu kutsallıklardan kendine çıkardığı pay, hisleri ve deneyimleri olduğunu belirtmektedir (Forsyth, 1985/2017). Böylece bu inanç dizgesinin içselleşmesi, hayatın çeşitli alanlarında etkisini gösterdiği gibi, hayatı anlamlandırma bağlamında da belirginleşmektedir. Benzer şekilde Allport, dini tecrübeye yönelik bu durumu, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık olarak ele almıştır. İç güdümlü dindarlık basamağına dâhil olan birey için inanç, hayatın birçok boyutunu kapsamakta ve birçok alana sirayet etmektedir. Din, insana bir varoluş atfetmektedir. Bu atıf, kimliğin bir parçası veya kendisi haline gelebilmektedir. Buna karşın dış güdümlü dindarlık boyutundaki birey için ise din, bir araç niteliğindedir. Bu doğrultuda iç güdümlü dindarlık kapsamındaki bireyin hayatı anlamlandırırken, dış güdümlü dindarlara göre dini kıstasları daha çok referans aldıkları ifade edilmektedir (Allport, 1967).

Bireyin içselleştirdiği inanç sistemi, hayatı anlamlandırma çabası başta olmak üzere diğer tüm sorgulayışlar üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Bu yönüyle din, bireyin sosyal hayatıyla iç içe geçtiği ölçüde, günlük davranışlarını da etkisi altına alarak kimliğin bir parçası veya tümüyle kimliğin kendisi haline gelebilmektedir. Özetle varoluşçuluk penceresinden bakılan yaşam döngüleri, din olgusu üzerine temellenen anlam oluşturma süreçlerinde de etkisi belirgin bir unsurdur (Kobyas, 2015).

Literatür bazında ele alındığında Taşkın ve Angın (2024)'ın genç yetişkin bireylerde maneviyat ve sıkıntıya katlanma düzeyi kapsamında yürüttükleri araştırmada, katılımcıların maneviyat düzeylerinin artmasıyla, sıkıntılara katlanma düzeylerinin de artış gösterdiği görülmüştür. Çalışma kapsamında maneviyat, aşkın bir varlığa bağlanmak şeklinde ele alınarak, bu durumun birey için bir başa çıkma sistemi sunduğuna değinilmiştir. Pargament ve arkadaşlarının çalışmasında din ve dini uygulamaların, kişinin baş etme gücünü artırdığı ifade edilmiştir. Böylece dinin bireye, sınırlarını belirlemek, güvence sağlamak ve çeşitli alanlarda rehberlik etmek bakımından yardımcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Pargament, Ensin, Falgout ve Olsen, 1990). Bunun yanında Horozcu (2010), maneviyat ve dindarlık kavramlarına değinerek, her iki kavramın da aynı mekanizmaya bağlı olduğunu belirtmiştir. Bu kapsamda, din çatısı altında düşünme, eyleme geçme ve tutumda bulunmanın, bireylerin hem psikolojik hem de beden sağlığına olumlu bakımdan etki ettiğini ifade etmiştir.

Din algısı ve anlam arayışı konusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde Yüksel (2021), kutsalın, bireyin hayatında farklı biçimlerde yer edinmesinin yanı sıra, hayatı anlamlandırma konusunda sorduğu sorulara da yanıt verdiğini vurgulamıştır. Bu durumun ise kişinin, anlama yönelik yaşadığı boşluğu doldurmaya yardımcı olduğunu belirtmiştir. Kırac (2013)'ın anlam ve dindarlık ilişkisi bağlamında gerçekleştirdiği araştırmada ise dini yaklaşım, Allport'un tanımladığı iç ve dış güdümlü dindarlık kavramları ile ele alınmıştır. Böylece iç güdümlü dini yaklaşım düzeyi yüksek bireylerde, anlama ilişkin seviyenin daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Dini eğitim ve bireylerde dine yönelik algı ile yaşamı anlamlandırma açısından incelendiğinde çalışma, iki değişken arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır (Yüksel, 2020). Daaleman (2019), inanç mekanizmalarının varoluşsal bağlamda oluşturduğu anlam duygusunun, bireyin sağlığını olumlu yönde etkilediğini göstermiştir. Benzer biçimde Park (2005)'in yürüttüğü çalışmada ise bireyin din algısı ve anlama yönelik keşfi arasında bir ilişki görülmüştür. Kulu (2019) da ilişkili olarak ergen bireylerde din algısı ve anlam arayışına yönelik bir çalışma yürütmüştür.

Çalışma bulgularına göre, sosyal çevre ve dini yaşayış arasında ilişki olduğu görülmekle birlikte dini motivasyon ve sosyal çevre yapıları arasında da bir etkileşim olduğu görülmektedir. Bunun yanında bireylerin öznelleştirilmiş inanç sistemleri ile hayatın anlam ve amacı noktasının da ilişkili olduğu görülmüştür.

Bir başka açıdan Zavalı (2023), üniversite öğrencilerinin din algısına yönelik çalışmada, katılımcıların geleneksel dinî inanç sisteminin tüm unsurlarını benimsememelerine ve kurumsal dini yapılarla sınırlı bir ilişki kurmalarına rağmen, bireysel düzeyde dini değerlere yönelik içsel yönelimlerinin sürdüğünü belirtmiştir. Bu kapsamda anlam arayışlarının da söz konusu etki altında devamlılık taşıdığını vurgulamıştır. Bu durum, katılımcıların kişisel düzeyde dini bir bağlılık ve ilişki kurma çabalarını, tatmin edici bir manevi çerçeve içerisinde sürdürdüklerine işaret etmiştir. Karlı (2020)'nın üniversite öğrencilerinde hayatın anlamına yönelik bakış açıları ve dini yaklaşımları ekseninde yürüttüğü araştırmada, katılımcıların hayatta anlam bulma düzeyleri ile dini tutum ve içsel dini motivasyon seviyeleri arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bunun yanında Muz (2009), bilişsel anlamlandırma noktasında dinin önemli bir kaynak olduğu, bu doğrultuda dine yüklenen olumlu tutumların da bireyi, bedensel ve psikolojik bakımdan pozitif yönde etkilediğini belirtmiştir.

Değerler ve hayatın anlamı bağlamında ele alındığında üniversite öğrencileri ile yapılan Baş ve Hamarta (2015)'nin çalışmada, katılımcılara yönelik çeşitli alt başlıklarda değer yapıları belirlenmiştir. Bu bakımdan bireylerin değerleri ile hayatı anlamlandırma ilişkileri arasındaki bağlantı incelenmiştir. Çalışmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ve değerler düzeyi arasında pozitif ve negatif yönlü olmak üzere mevcut bir ilişki olduğu, iki yapının birbirini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Buna benzer şekilde Chamberlain ve Zika (1988), yaptıkları çalışmada hayatın anlamının çok boyutlu olduğunu ve bunların amaçlılık, değerler, kişisel başarı gibi unsurlarla sağlanacağından bahsetmiştir. Aydın (2017)'in üniversite öğrencileriyle yürüttüğü, dini tutumlar ve yaşamın anlamı ilişkisini ele alan çalışmada, iki yapı arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bununla birlikte, bireylerin pozitif Tanrı imgesine sahip olmalarının ve içsel dini yönelimlerinin yüksek olmasının, yaşamın anlamına dair algılarını olumlu yönde etkilediği görülmüştür. Ayrıca psikolojik iyi oluş ve dindarlık arasındaki yapıyı ele alan Anuştekin ve Kuşat (2024) ise iki kavram arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu belirtmiştir.

7. Sonuç ve Değerlendirme

İnsan ömrü, çeşitli aşamalar ve her yaş aralığına atfedilen görevler bakımından farklı gelişimsel sınıflandırmalara ayrılmıştır. Bu sınıflandırmalardan biri de beliren yetişkinlik dönemidir. 18-29 yaş aralığını kapsayan bu gelişimsel dönem, bireyin ergenlik ve yetişkinlik arasında yaşadığı bir geçiş evresi olarak ifade edilmektedir. Bu bakımdan kişi ne ergenlik döneminde olduğu kadar aileye bağlı, ne de yetişkinlikte olduğu kadar bağımsız bir haldedir. Bu gerilim durumu, bireyin yalnızca ayakları üstünde durduğu noktalarda değil çeşitli zihinsel ve duygusal süreçlerde de etkisini göstermektedir (Arnett, 2000).

Beliren yetişkinlik dönemindeki birey, bu geçiş aşamasında kendiliği hakkında çözümlediğini düşündüğü konuları yeniden gündemine alma, karşısına çıkan farklı fırsat ve seçenekleri değerlendirme ve öz keşfini sürdürme hali içerisinde. Bu bakımdan birey, kimliğin yeniden inşası olan sancılı ve gergin bir dönemi tecrübe etmektedir (Atak, 2011). Söz konusu zihinsel süreçlerden biri de hayatı anlamlandırma boyutudur. Beliren yetişkinler, etraflarında olup bitene ve varlıklarına ilişkin soru işaretleri yaşadıkları noktalarda hayatı anlamlandırma göreviyle muhatap olmaktadır (Aydın, 2017).

Bireyin dünyaya gelme amacına, kendisi dışındaki şeylere ilişkin tanımlamalara, özgürlük, sorumluluk, anlam, yaşam ve ölüm gibi kavramlara yönelik düşüncelere yanıt arama gayreti çözümsüz kaldığında, anlamsızlık hissi baş göstermektedir. Bu soyut yapılar ise varoluşçuluk çatısı altında toplanmaktadır. Varoluşçuluk, adıyla müsemma olduğu üzere öze ve anlama ilişkin temel yaklaşımlarıyla ön plana çıkmaktadır. Bu doğrultuda tanımlamalar ve sınırlandırmalardan uzak, bireyin olayları anlamlandırma ve yorumlama biçimini biricik görerek, fenomenolojik bir bakış açısını benimsemektedir (Dilan ve Kayıklık, 2022).

Varoluşçuluğun bireyin varlığına yaptığı vurgu, somut bir yer kaplamaktan öte, kendi dışındakilerle varlığını sürdürmesi anlamını da taşımaktadır. Bu bakımdan birey, fiziksel dünyada, diğer insanlarla birlikte ve içsel yaşantı boyutunda bir var oluş sürdürmektedir. Böylece farklı katmanlarda varlığını sürdürerek var oluşunun da sorumluluğunu almaktadır. Sorumluluğunu alıp özünün ve varlığının farkında olmak ise ideal olan farkındalık boyutuna yaklaşmak anlamına gelmektedir (Ayhan, 2020).

Varoluşçuluk ile ortak bir paydada buluşan bir diğer yapı ise din olgusudur. Bireyin anlam ve amaç arayışlarındaki biriciklik ve öznel değerler, dinde de benzer bir işleve sahip olmaktadır. Aynı dine inanan kişilerde dahi, dini hayatlarına entegre ederken ortaya

koydukları anlamlandırma süreçlerinde büyük farklılıklar gözlenmektedir. Diğer bir ifadeyle dini yaşayış, hayatı yorumlama noktasında her bireyde farklı bir anlamsal zemine yer açmaktadır. Dini yaşantı, ibadet boyutundan ziyade dine yönelik algı bakımından ele alındığında ise literatürde, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık kavramları öne çıkmaktadır (Allport, 1966).

İç güdümlü dindarlık boyutundaki birey için dini arka plan, hayatın her boyutuna sirayet etmektedir. Böylece gerçekleştirilen eylemler ve diğer olgular kapsamında dini yaşantılara gönüllü bir katılım sergileyerek sıradan olaylara işlevsellik kazandırmaktadır. Buna karşın kimi zaman sosyal bağlamda yalnız kalmamak için gruba katılım göstererek üstlenilen dini yaşantı, bireyin hayatında içsel anlamda büyük bir yer kaplamadığı için anlamlandırma boyutunda da önemli bir değişken olarak görülmemektedir (Allport, 1967).

Literatür kapsamında yapılan çalışmalar ele alındığında beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin anlam arayışları konusunda dini algılarının etkili bir unsur olduğu görülmüştür. Bu durumun, dini algının yönüne ve boyutuna göre değişkenlik gösterebildiği sonucu çıkarılmıştır. Bu bakımdan hayatı anlamlandırma mekanizmalarına olumlu yönden hizmet etmesi ve işlevsellik arz etmesi açısından din algısının olumlu seyir izleyerek iç güdümlü bir sistemin ürünü olması önemli görülmektedir. Bu bağlamda, anlam arayışında dinin işlevsel bir rol üstlenebilmesi, bireyin dini algısını biçimlendiren çok boyutlu etkenlerin daha yakından incelenmesini gerektirmektedir.

Değinilen dini gelişim kuramları, bireyin dine ilişkin algısının şekillenmesinde etkili pek çok unsur ve değişken olduğunu ortaya koymuştur. Bu değişkenler, bireyin sosyal yapısını kapsadığı gibi bilişsel ve psikolojik sahayı da içerisine almaktadır. Tüm potansiyel uyaranlar bağlamında ele alındığında, bireyin çeşitli bağlamlar aracılığıyla edindiği dini algı, hayatı anlamlandırma açısından mevcut olan tüm kavramlara yaklaşımını da etkilemektedir.

Olumlu dini algı ve içselleştirilmiş dini düşünce yapıları açısından değerlendirildiğinde inanan birey, dış dünyayı dini bir arka plan çerçevesinde deneyimlemekte, hayatı yorumlama ve anlamlandırması da bu doğrultuda şekil kazanmaktadır. Dolayısıyla varoluşçuluğun değindiği ölüm, özgürlük ve sorumluluk gibi temel kavramlar da söz konusu zeminde işlenmektedir. Böylece din ile kavramsal yönden ortaklıklar barındıran anlam arayışı sürecinin, bireye hazır veriler sunarak fayda sağladığı düşünülmektedir. Bunun yanında din algısının baş etme, anlam ve amaç edinme gibi kanallarıyla psikolojik ve fizyolojik iyi oluşu da etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışma, anlam arayışı içerisinde olmanın ağırlık kazandığı beliren yetişkinlik dönemindeki bireyleri, dini bir perspektifle açıklamaya çalışması bakımından önem arz etmektedir. Bu doğrultuda bireyin, bu dönem içerisinde yaşadığı kaygının çeşitli boyutları etkilemesi ve anlamlandırma çabası bağlamında din olgusu ele alınmıştır. İnancın, beliren yetişkinlerin anlam arayışı sürecinde ne şekilde aracı olduğu incelenerek bireyde yer edinme sürecine değinilmesi önemli görülmüştür. Literatür incelendiğinde, dini boyut bağlamında yapılan çalışmaların birçoğunun algıya değil dindarlığa yönelik olduğu görülmektedir. Bu bakımdan çalışma, bireyin din algısını ele alarak anlam boyutunu daha bireysel bir alana taşımaktadır.

Bir diğer açıdan incelendiğinde, iç güdümlü dindarlık düzeyi ve olumlu tanrı inancının bireyin hayata ilişkin anlam edinimi konusunda pozitif yönde bir rol oynadığı görülmüştür. Bu bakımdan gelişimsel süreç içerisinde inşa edilen dini tutumun içselleştirilmesinin, özellikle beliren yetişkinlik dönemindeki kaygıyı azaltacağı düşünülmektedir. Anlam arayışına yönelik yoğun kaygı yaşayan beliren yetişkinlerin, huzursuzluk yaratan varoluşsal boşluğa bir karşılık bulabilmeleri, farkındalık kazanmaları ve bu doğrultuda anlama ilişkin bir amaç edinmelerinin, süreci daha az sancılı kılacağı sonucuna varılmıştır.

Çalışma kapsamında alan yazındaki din algısına yönelik önceki çalışmaların sınırlılığı dolayısıyla algı kapsamında, literatüre büyük oranda erişilememiş ve dini gelişim süreçlerinin din algısı açısından detaylandırılmamış olması, bu çalışmanın sınırlılıklarındandır. Konu bağlamında yapılacak sonraki çalışmaların dini bakış açısını, özellikle algılama basamağına odaklanarak sürdürülmesi, konuya farklı süreçlerle yaklaşmak bakımından önemli görülmektedir. Bununla beraber dini gelişim basamağına ağırlık verilerek beliren yetişkinlik dönemindeki din algısının gelişimine de değinilmesi, konu açısından daha kapsamlı bir sonuç edinmek adına önerilmektedir.

Kaynakça

- Akçıl, S., Erdiñ, B., Karaduman, E. & Akyıl, Y. (2024). The Serial Mediating Role of Difficulties in Emotion Regulation and Entrapment between İntolerance of Uncertainty and Mental Well-Being. *Ege Eğitim Dergisi*, 25(3), 186-197. <https://doi.org/10.12984/egeefd.1510661>
- Allport, G. (1966). The Religious Context of Prejudice. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 5(3), 447-457.

- Allport, G. W. (1967). *The Individual and his Religion: A Psychological Interpretation*. New York: The Macmillan Co.
- Alandete, J. G., Lozano, B. S., Nohales, P. S. & Eva, R. M. (2013). Predictive Role of Meaning in Life on Psychological Well-Being and Gender-Specific Differences. *Acta Colombiana de Psicología*, 16(1), 17-24.
- Anuştekin, M. N. & Kuşat, A. (2024). Ergenlerde Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Bilimname*, (52), 133-161. <https://doi.org/10.28949/bilimname.1477718>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe Aşamalı Geçiş: Beliren Yetişkinlik Tek Bir Ana Yol Mu? *İlköğretim Online*, 10(1), 51-67.
- Atak, H. & Çok, F. (2010). A New Period in Human Life: Emerging Adulthood. *Journal of Childhood and Adolescence Mental Health*, 17(1), 39-50.
- Aydın, C. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Dini Tutum ile Hayattaki Anlam Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 89-108. <https://doi.org/10.15869/itobiad.333802>
- Ayhan, D. (2020). Varoluş Kaygısı ve Çalışma: Varoluşçuluk Bakış Açısıyla Bir Gözden Geçirme. *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 71-77. <https://doi.org/10.31463/aicusbed.668880>
- Bahadır, A. (1999). Hayatın Anlam Kazanmasında Psikososyal Faktörler ve Din. Doktora Tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Bahadır, A. (2002). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. (1. Baskı.). İstanbul: İnsan Yayınları.
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. *Annual Review of Psychology*. (52), 1-26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Baş, V. & Hamarta, E. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Değerler ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.

- Bayram, F., Özkamalı, E. & Çiftçi, S. (2021). Tercih Sürecindeki Üniversite Adaylarının Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Bilişsel Esneklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(77), 98-120. <https://doi.org/10.17755/esosder.735689>
- Blackham, H. J. (2005). *Altı Varoluşçu Düşünür*. (E. Uşşaklı Çev.). Ankara: Dost Kitabevi. (Orijinal yayın tarihi 1951).
- Bollnow, O. F. (2004). Ölüm Meselesi. M. Beyaztaş (Çev.). *Varoluş Felsefesi : Kierkegaard-Hiedegger-Jaspers* (1. Baskı, s. 77-85 içinde). Ankara: Efkar Yayınları. (Orijinal eserin yayın tarihi 1947, 1. Baskı).
- Brassai, L., Piko, B. F. & Steger, M. F. (2011). Meaning in Life: Is it a Protective Factor For Adolescents' Psychological Health? *Int J Behav Med*, 18(1), 44-51. [doi: 10.1007/s12529-010-9089-6](https://doi.org/10.1007/s12529-010-9089-6).
- Chamberlain, K. & Zika, S. (1988). Measuring Meaning in Life: An Examination of Three Scales. *Personality and Individual Differences*, 9(3), 589-596. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(88\)90157-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(88)90157-2)
- Cheng, M. (2023). An Analysis of Sartre's Existentialism. *Philosophy Journal*, 2(1), 100-104. <https://doi.org/10.23977/phij.2023.020117>
- Colette, J. (2006). *Varoluşçuluk*. (1. Baskı). (I. Ergüden, Çev.). Ankara: Dost Kitabevi. (Orijinal eserin basım tarihi 1994, 1. Baskı).
- Corey, G. (1990). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Crumbaugh, J. C. & Maholick, L. T. (1964). An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(196404\)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1097-4679(196404)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U)
- Çalık Var, E. & Temiz, R. (2020). Beliren Yetişkinlerin Yaşam Görüşünün Varoluşçu Bakış Açısıyla İncelenmesi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 19-33.

- Çavdar, A., Boyacıoğlu, İ. & Lannegrand, L. (2024). Algılanan Belirsizlik ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkiler: Kültürlerarası Bir İnceleme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(1), 275-295. <https://doi.org/10.16953/deusosbil.1376044>
- Çetin, Ö. (2019). Rollo May Psikolojisinde Kişilik. *Rollo May Psikolojisinde Din ve Kişilik* (1. Baskı, s. 95-139 içinde). İstanbul: İz Yayıncılık.
- Daaleman, T. P. (1999). Belief And Subjective Well-Beingin Outpatients. *Journal of Religion and Health*, 38(3), 219-227.
- Debats, D. L. (1999). Sources of Meaning: An Investigation of Significant Commitments in Life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(4), 30-57. <https://doi.org/10.1177/0022167899394003>
- Demirbaş, N. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Yaşamda Anlam ve Yaşam Amaçları Arasındaki İlişki. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 6(1), 133-141. <https://doi.org/10.13114/MJH.2016119294>
- Dilan, H. & Kayıklık, H. (2022). Manevi Danışmanlıkta Varoluşçu Psikoterapi Tekniği. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, (6), 39-66. <https://doi.org/10.56432/tmdrd.1191589>
- Doğan, A. & Cebioğlu, S. (2011). Beliren Yetişkinlik: Ergenlikten Yetişkinliğe Uzanan Bir Dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14(28), 11-21.
- Doğanay, S. (2023). Üniversite Öğrencilerinin İnanç Gelişimlerine ve Anlam Arayışlarına Yönelik Nitel Bir Çalışma. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10(1), 47-66. <https://doi.org/10.17859/pauifd.1252438>
- Düşgör, B. & Dönmez, A. (2022). Geç Ergenlikte Ayrılık ve Depresif Sorunsal: Projektif Bir Çalışma. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 9(2), 379-403. <https://doi.org/10.31682/ayna.956380>
- Elkind, D. (1970). The Origins of Religion in The Child. *Review of Religious Research*, 12(1), 35-42. <https://doi.org/10.2307/3510932>
- Ellis, A. (1991). The Revised ABC's of Rational-Emotive Therapy. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 9, 139-172.

- Erguvan, F. M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri ile Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: W, W. Norton & Company.
- Forsyth, J. (2017). *Psikolojik Din Kuramları*. (1. Baskı). (N. Karslı, Çev.). Kayseri: Kimlik Yayınları. (Orijinal eserin yayın tarihi 1985, 1. Baskı).
- Foulquie, P. (1995). *Varoluşçunun Varoluşu*. (2. Baskı). (Y. Şahan, Çev.). İstanbul: Toplumsal Dönüşüm Yayınları. (Orijinal eserin yayın tarihi 1951, 1. Baskı)
- Frankl, V. E. (2009). *İnsanın Anlam Arayışı* (3. Baskı). (Ö. Yılmaz, Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayınları. (Orijinal eserin yayın tarihi 1946.).
- Fromm, E. (1999). Özgürlük Psikolojik Bir Sorun Mu? S. Budak (Çev.). *Özgürlükten Kaçış*. (6. Baskı, s. 15-34). Öteki Ajans.
- Meydan, H. & Aydın, S. (2020). Üniversite Gençliğinin Kurumsal ve Öznel Dindarlığa Bakışı ve Etkileyen Faktörler Üzerine Nitel Bir Araştırma. *BEÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(2), 299-323. <https://doi.org/10.33460/beuifd.726749>
- Heidegger, M. (2004). Oradaki Varlığın Bir Hazırlayıcı Çözümlemesi Görevinin Açıklaması. (A. Yardımlı, Çev.). *Varlık ve Zaman* (1. Baskı, s. 73-78 içinde). Ankara: İdea Yayınevi. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1927).
- Hendry, L. B. & Kloep, M. (2010). How Universal is Emerging Adulthood? An Empirical Example. *Journal of Youth Studies*, 13(2), 169-179. <https://doi.org/10.1080/13676260903295067>
- Ho, M. Y., Cheung, F. M. & Cheung, S. F. (2010). The Role of Meaning in Life and Optimism in Promoting Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 658-663. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.008>
- Hofmann, S. G., Asmundson, G. J. & Beck, A. T. (2013). The Science of Cognitive Therapy. *Behavior Therapy*, 44(2), 199-212. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2009.01.007>

- Horozcu, Ü. (2010). Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal*, 7(1), 209-240.
- Jung, C. G. (1966). *Psychology and Religion*. New Haven, Connecticut and London, England: Yale University Press.
- Karaca, F. (2016). *Dini Gelişim Psikolojisi*. İstanbul: Kişisel Yayınlar.
- Karşlı, N. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Hayatın Anlamı ve Dindarlık İlişkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (48), 169 - 201
<https://doi.org/10.17120/omuifd.718108>
- Kierkegaard, S. A. (1980). *The Concept of Anxiety*. New Jersey: Princeton University Press.
- Kierkegaard, S. A. (1990). *Korku ve Titreme : Diyalektik Lirik*. E. Düzen (Çev.). İstanbul: Ara Yayıncılık. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1843, 1. Baskı).
- Kıraç, F. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu. *Mukaddime*, (7), 165-178. <https://Doi.Org/10.19059/Mukaddime.39321>
- Kobyay, M. (2015). Din Sosyolojisinde Dini Davranış Kuramları. *Dergiabant*, 3(5), 50 - 63.
- Kulu, F. (2019). Ergenlik Döneminde Dini Başa Çıkma ve Anlam Arayışı. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Liu, Y., Di, S., Shi, Y. & Ma, C. (2022). Meaning in Life and adolescent Self-Control: Effect of Perceived Social Support and its Gender Differences. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-10. <https://Doi.Org/10.3389/Fpsyg.2022.1087668>
- Magill, F. (1971). İlim Dışı Eklenti - Sören Kierkegaard. F. N. Magill (Ed.) ve Mutal (Çev.). *Egzistansiyalist Felsefenin Beş Klasığı* (1. Baskı, ss. 29-44 içinde). İstanbul: Hareket Yayınları.
- Malpas, J. & Solomon, R. C. (2006). Ölüm ve Felsefe. J. Malpas & R. C. Solomon (Ed.) ve N. Küçük (Çev.). *Ölüm ve Felsefe* (1. Baskı, S. 15-21 içinde). İstanbul: İthaki Yayınları. (Orijinal Eserin Yayın Tarihi 1998).
- May, R. (1997). *Kendini Arayan İnsan*. A. Karpaz (Çev.). İstanbul: Kuraldışı Yayınları. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1953, 1. Baskı).

- Muz, S. (2009). Bilişsel Terapi ve Dinî Başa Çıkma. Yayınlanmamış (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Nice, M. L. & Joseph, M. (2022). The Features of Emerging Adulthood and Individuation: Relations and Differences by College-Going Status, Age, and Living Situation. *Emerging Adulthood*, 11(2), 271-530. <https://Doi.Org/10.1177/2167696822111654>
- Nietzsche, F. (2003). *İnsanca, Pek İnsanca*. (1. Baskı). (C. Atila, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1878).
- Onur, B. (2000). *Gelişim Psikolojisi : Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*. (5. Baskı). İstanbul: İmge Kitabevi.
- Özgüven, A. C. & Arı, Y. (2023). Üniversite Gençliğinin Din Algısı (Eskişehir Örneği). *Darulhadis İslami Araştırmalar Dergisi*, (4), 143-155.
- Pargament, K. I., Ensin, D. S., Falgout, K. & Olsen, H. (1990). God Help Me: (I): Religious Coping Efforts As Predictors Of The Outcomes To Significant Negative Life Events. *American Journal of Community Psychology*, 18(6), 793-824. <https://Doi.Org/10.1007/BF00938065>
- Park, C. L. (2005). Religion As a Meaning-Making Framework in Coping With Life Stress. *Journal of Social Issues*, 61(4), 641-867. <https://Doi.Org/10.1111/J.1540-4560.2005.00428.X>
- Regnoli, G. M., Tiano, G. & Rosa, B. D. (2024). Serial Mediation Models of Future Anxiety and Italian Young Adults Psychological Distress: The Role of Intolerance of Uncertainty and Non-Pathological Worry. *Eur J Investig Health Psychol Educ*, 14(6), 1834-1852. <https://Doi.Org/10.3390/Ejihpe14060121>
- Reifman, A., Arnett, J. J. & Colwell, M. J. (2007). Emerging Adulthood: Theory, Assessment and Application. *Journal of Youth Development*, 2(1). <https://Doi.Org/10.5195/Jyd.2007.359>
- Reker, G. T., Peacock, E. J. & Wong, P. T. (1987). Meaning And Purpose in Life and Well-Being: A Life-Span Perspective. *Journal Of Gerontology*, 42(1), 44-49. <https://Doi.Org/10.1093/Geronj/42.1.44>

- Sarıçam, H. (2014). Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Mutluluğa Etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(8), 1-12.
- Sartre, J. P. (1996). *Varoluşçuluk*. (12. Baskı). (A. Bezirci, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1946).
- Sartre, J. P. (2009). Özgürlük ve Sorumluluk. (T. Ilgaz & G. Ç. Eksen, Çev.). (1. Baskı, S. 687-692). *Varlık ve Hiçlik : Fenomenolojik Ontoloji Denemesi*. İstanbul: İthaki Yayınları. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1943).
- Sartre, J. P. (2012). *Özgürlük Yolları 2 : Yaşanmayan Zaman*. (5. Baskı). (G. Devrim, Çev.). İstanbul: Can Sanat Yayınları. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1945).
- Sezen, A. (2009). Günümüz İnsanın Anlamsızlık Sorunu Bağlamında Frankl ve Fowler'da Bireyin Anlam Arayışı. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 7(14), 189-201.
- Tanrıverdi, A. & Ulu, M. (2018). Lise Öğrencilerinde Hayatın Anlam ve Amacı ile Değer Yönelimleri Arasındaki İlişki. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1198 - 1234. <https://Doi.Org/10.30627/Cuilah.469850>
- Taşkın, B. & Angın, N. Y. (2024). Genç Yetişkinlerde Maneviyat ve Sıkıntıya Dayanma, "Erzurum Örnekleme". *Akif*, 54(2), 234-257. <https://Doi.Org/10.51121/Akif.2024.65>
- Tekin Tayfun, A. N. & Ve Korkmaz, A. (2016). Üniversite Öğrencilerinde İşsizlik Kaygısı: Süleyman Demirel Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(17), 534-558. <https://Doi.Org/10.20875/Sb.91461>
- Tülüce, H. A. (2022). Bireysellik ve Toplumsallık Bağlamında Modern Bireyin Anlam Arayışı. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 305 – 312. <https://Doi.Org/10.32329/Uad.1081255>
- Ulu, Ş. T. & Yaka, B. (2020). Kaygı, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Karar Verme Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(1), 89-100. <https://Doi.Org/10.12984/Egeefd.661965>
- Wang, L. L. & Li, J. (2021). Association Between the Search for Meaning in Life and Well-Being in Chinese Adolescents. *Applied Research in Quality Of Life*, 16, 2291–2309. <https://Doi.Org/10.1007/S11482-021-09913-X>

Yalom, I. (1999). *Varoluşçu Psikoterapi*. (1. Baskı). (Z. Babayiğit, Çev.) İstanbul: Kabalcı Yayınevi. (Orijinal Eserin Basım Tarihi 1980).

Yüksel, Z. (2020). Gençliğin Anlam Arayışına Din Eğitiminin Katkısının İncelenmesi. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 376 - 395.

Yüksel, İ. (2021). Varoluşsal Anlam Arayışı ve Kutsalın Etkisi. *GAB Akademi*, 1(1), 65-88.

Zavalsız, M. (2023). Gençlerin Dine Bakışı: Üniversite Örneklemi Üzerine Bir Saha Araştırması. *Türk Din Psikolojisi Dergisi*, (8), 11-43.
<https://doi.org/10.59379/tdpd.1274362>

Yazarların Katkı Oranı

Yazarlar çalışmaya eşit katkıda bulunmuştur.

Çıkar Çatışması Beyanı

Yazarlar çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmektedirler.

Destek ve Teşekkür Beyanı: Çalışma için destek alınmamıştır.

Etik Onay: Bu makale insan veya hayvanlar ile ilgili etik onay gerektiren herhangi bir araştırma içermemektedir.