

Doğal Afetlerde Gençlerde Dini İnanç ve Ruh Sağlığı İlişkisi

Doç. Dr. Abdullah İnce

Sakarya Üniversitesi

Tarih boyunca insanlar karşı karşıya kaldıkları doğal afetleri (deprem, sel, salgınlar vb.) anlamlandırma, yorumlama ve onlarla başa çıkmada dini inançlara başvurmuş ve böylece ruh sağlıklarını korumaya çalışmışlardır. Yapılan araştırmalar (Aydın ve Esen, 1997; Köse ve Küçükcan, 2006; Kartopu, 2013) doğal afetlerde ruh sağlığı ile ilişkisi bakımından Tanrı tasavvuru ve kader inancının ön plana çıktığını göstermektedir. Bu araştırmada doğal afet zamanında gençlerde dini inanç ile ruh sağlığı ilişkisi araştırılacaktır. Dini inancın kapsamı Tanrı tasavvuru ve kader inancı ile ruh sağlığının kapsamı da olumsuz ruh sağlığı (depresyon, kaygı ve stres) ve olumlu ruh sağlığı (hayat memnuniyeti, umut, iyimserlik ve mutluluk) ile sınırlanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak nitel veri toplama tekniklerinden yarı yapılandırılmış görüşme ve gözlem kullanılacaktır.

Doğal afetler hayatın normal akışını bozar, insanın hayatını kontrol etme imkanını elinden alır ve çok önemli toplumsal ve ruhsal problemler doğurur. Bireyler doğal afetler yaşadığında bunu açıklama ihtiyacı hisseder. Başa gelen felaketi açıklayamamak felaketin oluşturduğu ruhsal problemleri çözmeyi zorlaştırır. Bu sebeple doğal afetlerin oluşturduğu stres ve gerilimi aşarak normal yaşama dönmek için olayların anlamlandırılmasıdır. Araştırmalar, dini inançların, bireylerin doğal afetleri anlamlandırma ve açıklamada müracaat ettikleri önemli referans kaynakları olduğunu göstermektedir (Köse ve Küçükcan, 2006: 14, 19).

İnsanın gücünü aşan deprem gibi doğal afetlerin sadece fiziksel sebeplerle izah edilmesi insanları ruhsal olarak tatmin etmemiş ve bazı metafizik açıklama sistemlerine başvurulmuştur. Bu noktada başvuru alan açıklama biçimlerinin başında dini inanç gelmektedir. Bireylerin doğal afetlere yönelik dini yaklaşımını belirleyen merkezi unsur Tanrı tasavvurları ve buna bağlı olarak geliştirdikleri kader inançlarıdır. Bireyin sahip olduğu Tanrı tasavvuru ve kader inancı doğal afetleri algılama, açıklama ve ona yönelik tutumunu belirleme gücüne sahiptir. Bir çalışmada katılımcıların %43,3'ü depremi "ilahi yazgı", %22,2'si "ilahi gazap", %4,4'ü "sadece doğal bir hadise", %30'u da "Türkiye'nin deprem kuşağında olması" ile açıklamaktadır (Aydın ve Esen, 1997: 66). Kartopu'nun araştırmasında da afetlerin kaynağının ne olduğu sorusuna katılımcıların %65,4'ü "Her şeyin sahibi Allah'tır", %22,6'sı "Hatalarımızdır" ve %12'si "Tabiattır" cevabını vermiştir (Kartopu, 2013: 126-127).

Bir çalışmada deprem sonrasında ortaya çıkan durumla başa çıkma yaklaşımları iyimser yaklaşım, kaderci yaklaşım, çaresiz yaklaşım, sosyal destek arayışı ve kaçma olarak belirlenmiştir (Üner Alkan, 1998). Bu yaklaşımlar içinde iyimser yaklaşım, kaderci yaklaşım ve çaresiz yaklaşım bireylerin Tanrı tasavvuru ve kader anlayışı ile ilgili olan yaklaşımlardır. Bireylerin doğal afetlere yönelik inançları, özü itibarıyla toplumsal bir soruna dönüşmeyebilecek doğal afetleri, büyük bir toplumsal sorun haline getirebilir. Bu durumda tedbirsizlik başta olmak üzere doğal afetlere yönelik tutumlar, bu afetlerin toplumsal bir soruna dönüşmesine sebep olabilir (Horton vd., 1998: 2).

Projenin hedef kitlesini oluşturan gençlik biyolojik, psikolojik ve sosyolojik yönleri bulunan bir kavramdır. Birleşmiş Milletler, gençlik dönemini 15-24 yaşlar arası dönem olarak kabul etmektedir. Ancak bu tanımın bölgesel ve kültürel faktörlere bağlı olarak 25-30'lu yaşları içine alacak şekilde genişlediği belirtilmektedir (UNDP, 2014: 9). T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı da gençliğin biyolojik olmaktan ziyade sosyolojik olarak ele alınması gerektiğine vurgu yaparak,

gençlik tanımının toplumların sosyoekonomik gelişimleri, kültür ve geleneklerine göre değişebileceğini ifade etmektedir. Buna göre Türkiye’de gençlik politikalarının hedef grubu 14-29 yaş aralığında bulunan bireylerdir (Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi, 2018: 4). On Birinci Kalkınma Planı, Gençlik Çalışma Grubu Raporunda da (2018) gençlik dönemi 15-29 yaş grubu olarak tanımlanmıştır. Bu projenin hedef kitlesini oluşturan araştırma grubu 15-29 yaş grubudur.

Ergenlik ve gençlik döneminde bireylerin inanç ve değer dünyasında yaşadıkları sorgulamalar kaçınılmazdır (Vergote, 1981; Hökelekli, 1993). Doğal afetler esnasında bütün bireylerde ortaya çıkan sorgulama ve anlamlandırma sorunu gençlerde daha fazla etkili olur. Çünkü gençler yaşadıkları dönem gereği sorgulama ve dini kimliğini kurma aşamasındadır. Doğal afetler esnasında gençlerin inanç dünyalarındaki çatışmaların analiz edilmesi, onların hayatı anlamlandırma biçimlerini ortaya koymak bakımından elzem bir durumdur.

Literatürde Tanrı kavramı ile Tanrı tasavvuru genellikle birbirinden ayrıştırılır. Tanrı kavramı bilişsel ve teolojik Tanrı anlayışına tekabül ederken Tanrı tasavvuru bireyin Tanrı'yı duygusal olarak tecrübe etmesini ifade etmektedir. Tanrı'ya ilişkin farklı duygusal tecrübeleri dolayısıyla insanlar, birbirinden oldukça farklı Tanrı tasavvurlarına sahip olmuşlardır. İç ve dış gerçeklikler arasında köprü vazifesi gören farklı Tanrı tasavvurlarının aynı zamanda ruhsal sağlık üzerinde büyük etkisi bulunmaktadır. Söz gelimi, benlik duygusunu güçlendirme, endişeyi dindirme ve temel güveni destekleme gibi işlevleri olan "Pozitif (kontrol eden, her şeyden sorumlu olan, yardımsever, koruyan, kollayan, yaratan, diriltiren) Tanrı tasavvuru", sağlıklı ve normal bir ruhsal gelişimi sağlamaktadır. "Negatif (eleştirel, talep eden, cezalandıran, gazap eden, öç alan) Tanrı tasavvurları" ise ruh sağlığı üzerinde negatif etkilere sahiptir. Gerek Batı'da gerek ülkemizde yapılan araştırmaların birçoğunda yüksek öz-saygı ile pozitif Tanrı tasavvuru arasında, düşük öz-saygı ile negatif tasavvuru arasında doğru orantı bulunduğu görülmüştür. Savaş, deprem, yangın, sel ve kaza gibi olaylar karşısında yapılan olumlu veya olumsuz yüklemeler de pozitif ve negatif Tanrı tasavvurlarında farklılaşmaktadır (Mehmedoğlu, 2011: 29-45).

Kader inancı, kâinatta meydana gelen her bir olayın olağanüstü gücün bilgisi ve takdiri doğrultusunda gerçekleştiğine inanmayı ifade eder. İslâm dininin birincil kaynağı olan Kur'ân-ı Kerim'de insanın maruz kaldığı her musibetin meydana gelmeden önce yazılı olduğu ve buna inanmanın, kaybettiği şeylerden dolayı kişilerin aşırı üzülmemesini sağladığı ifade edilir (Hadid, 57/22-23). Kur'ân-ı Kerim'de ilâhî takdir inancı ile ruh sağlığı arasında kurulan bu olumlu ilişki dinî literatürde de detaylı bir şekilde açıklanmıştır (Fahredden Râzî, 1999: 29/467-468). Saha araştırmalarında da travmatik olaylarda, kader inancıyla sorunlarla başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki olumlu ilişki dikkat çekmektedir. Dindeki kader inancı sayesinde meydana gelen her bir olayda ilahi bir hikmetin bulunduğu inancı yerleşmekte, olaylara daha sağduyulu ve iyimser bir bakış açısıyla bakılması sağlanmaktadır. Diğer taraftan insan, deprem gibi kendisini olumsuz etkileyen durumları kadere yükleyerek duygusal çöküntüden kurtulmakta ve kendisi için dayanak noktası ve güvence oluşturan bu inanç sayesinde rahatlamakta, hayata yeniden bağlanmaktadır (Kartopu, 2019: 20, 31-32).

Ruh sağlığı için kuşatıcı bir tanımın yapılması zordur. Bu yüzden ruh sağlığı uzmanları daha ziyade ruh sağlığının belirtileri üzerinde durarak bir tanım yapmaya yönelmişlerdir. Loewenthal'e (2007) göre ruh sağlığı "kişide olumsuz anlamda ruhsal bir hastalığın olmaması buna karşın olumlu ruh sağlığı özelliklerinin bulunması halidir." Genel olarak ana akım psikoloji taraftarları daha ziyade ruh sağlığının kaygı, depresyon ve stres gibi olumsuz görünümü üzerinde durmuş ve bunların ölçülmesi ile ilgilenmişlerdir. Diğer yandan son dönemlerde ortaya çıkan pozitif psikoloji taraftarları ise ruh sağlığına ilişkin esenlik, mutluluk, iyi olma ve erdemler gibi olumlu göstergeler üzerinde durmuşlardır (Ayten, 2020).

Dini inanç ve ruh sağlığı ilişkisi din psikolojisi ve genel psikoloji alanında en çok çalışılan konulardan biridir. Bu bağlamda din ve ruh sağlığı ilişkisine yönelik pek çok değerlendirme yapılmıştır. Dinin hastalığa, saldırganlığa, duygusal dengesizliğe, umutsuzluğa, kötümserliğe sebep olabileceğine yönelik birtakım teoriler ileri sürüldüğü gibi dinin güven, anlam, kontrol, teselli, umut, hayat memnuniyeti ve mutluluk gibi olumlu ruh sağlığı özelliklerini desteklediği de vurgulanmaktadır.

Bireyler yıkıcı bir durumla karşılaştıklarında olaylara, şok, reddetme ve acı çekme-depresyon şeklinde birincil, suçluluk duyma, kararsızlık, kızgınlık duyma ve utanma-mahcup olma şeklinde ikincil ve son olarak ise pazarlık etme davranışı, uyum sağlama ve her şeye yeniden başlama şeklinde üçüncül tepkiler vermektedir. Bireylerin durum karşısında takındıkları tavırlar veya verdikleri tepkiler kendi kişisel özellikleri ile yakından ilgili olmakla beraber genellikle bu basamaklar bireylerin kabullenme sürecine kadar geçirdikleri aşamalar olarak belirlenmiştir (Darıca ve ark., 2011: 150–160). Bu proje ilgili yaklaşımda ortaya konan aşamalardan şok, reddetme ve acı çekme-depresyon aşamasına tekabül ediyor görünmektedir. Bu sebeple projede elde edilen veriler, bu teoride zikredilen diğer aşamaları da incelemeye katkı sağlayacak ve daha sonra yapılacak boylamsal araştırmalara altyapı oluşturacak veriler olarak değerlendirilmektedir.

Wands tarafından geliştirilen Yıkıcı/Katastrofik Kültürel Daldırma Modeli, bireyin gündelik bir yaşam sürerken kendini yıkıcı bir olayın neden olduğu ani yer değişimi ve bilinmemezlik içinde bulunduğu yeni yaşam kültürünün getirdiği zorlukları aşma deneyimlerini ele alan bir kuramdır. Wands çalışmaları sonucunda Yıkıcı Kültürel Daldırma adını verdiği modelin “Ani yer değişimi, ani bilinmemezlik ve üstesinden gelmeye çabalama” olmak üzere üç temelden oluştuğunu belirtmiştir (Wands, 2014). Wands’ın Yıkıcı Kültürel Daldırma modelinin kavramsal temeli, toplumsal olarak ani bir değişime neden olan Kahramanmaraş depreminin katastrofik/yıkıcı bir olay olarak görülebileceği bakış açısını çerçevelemektedir. Nitekim, afetler gibi yaşamı ciddi olarak tehdit eden ani durumlar, insanın varoluşsal bir yapısı olan hayatta kalmaya odaklanır ve insana hayatta kalma ve üstesinden gelme becerileri geliştirmeyi öğretir. Deprem afetini Yıkıcı Kültürel Daldırma modelinin merceğinden görmek, incelemek, ele almak ilgili literatürde yer verilmeyen bu tür olağan dışı durumlarda bireylerin ve toplumun deneyimlerini anlamaya ve çözüm üretmeye yeni bir perspektif sağlayacaktır.