

# PSİKOLOJİ ÇALIŞMALARI

Editör: Dr. Öğr. Üyesi Lütfiye KAYA CİCERALİ

# PSİKOLOJİ ÇALIŞMALARI

**Editör**

Dr. Öğr. Üyesi Lutfiye KAYA CİCERALI

**yaz**  
yayınları

2024

## PSİKOLOJİ ÇALIŞMALARI

Editör: Dr. Öğr. Üyesi Lutfiye KAYA CİCERALİ

---

### © YAZ Yayınları

Bu kitabın her türlü yayın hakkı Yaz Yayınları'na aittir, tüm hakları saklıdır. Kitabın tamamı ya da bir kısmı 5846 sayılı Kanun'un hükümlerine göre, kitabı yayınlayan firmanın önceden izni alınmaksızın elektronik, mekanik, fotokopi ya da herhangi bir kayıt sistemiyle çoğaltılamaz, yayınlanamaz, depolanamaz.

---

E\_ISBN 978-625-6104-16-7

Temmuz 2024 – Afyonkarahisar

Dizgi/Mizanpaj: YAZ Yayınları

Kapak Tasarım: YAZ Yayınları

YAZ Yayınları. Yayıncı Sertifika No: 73086

M.İhtisas OSB Mah. 4A Cad. No:3/3  
İscehisar/AFYONKARAHİSAR

[www.yazyayinlari.com](http://www.yazyayinlari.com)

[yazyayinlari@gmail.com](mailto:yazyayinlari@gmail.com)

[info@yazyayinlari.com](mailto:info@yazyayinlari.com)

## İÇİNDEKİLER

|                                                                                                                              |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>İşlevsiz Şemaların Çocuk Yetiştirme Üzerindeki Etkisi:<br/>Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ebeveyn<br/>Tutumları .....</b> | <b>1</b>  |
| <i>Lütfiye KAYA CİCERALİ, Edibe Sevde GÜNEŞ</i>                                                                              |           |
| <b>Dini YaşayıŖta Korku Kavramına Psikolojik Bir<br/>Yaklaşım.....</b>                                                       | <b>25</b> |
| <i>İlyas PÜR</i>                                                                                                             |           |

*"Bu kitapta yer alan bölümlerde kullanılan kaynakların, görüşlerin, bulguların, sonuçların, tablo, şekil, resim ve her türlü içeriğin sorumluluğu yazar veya yazarlarına ait olup ulusal ve uluslararası telif haklarına konu olabilecek mali ve hukuki sorumluluk da yazarlara aittir."*

# **İŞLEVSİZ ŞEMALARIN ÇOCUK YETİŞTİRME ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR VE EBEVEYN TUTUMLARI<sup>1</sup>**

**Lütfiye KAYA CİCERALI<sup>2</sup>**

**Edibe Sevde GÜNEŞ<sup>3</sup>**

## **1. GİRİŞ**

Şema organizmaya etki eden uyaranları tarayan, kodlayan, değerlendiren bir yapıdır (Beck, 1967). Beck'e göre şemaların kökeninde kişinin kendi deneyimlerini kategorize etmesi ve yorumlayabilmesi bulunmaktadır. Young (2003), Beck'in şema kavramsallaştırmasını ayrıntılandırarak erken dönem uyumsuz şemalar kavramı çerçevesinde şema kuramını ve şema terapi modelini geliştirmiştir.

Bu bölümde şema kuramı çerçevesinde erken dönem uyum bozucu şemalar ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için şema terapi modelinin tarihçesine, erken dönem uyumsuz şemaların özelliklerine, şema alanlarına, şemaların oluşumunu etkileyen

---

<sup>1</sup> Bu bölüm kısmen " Üç-altı Yaş Aralığında Çocuğu Bulunan Ebeveynlerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişki" isimli master tez çalışmasından üretilmiştir.

<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, lutfiye.cicerali@nisantasi.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8444-2847.

<sup>3</sup> M.A., İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, e\_sewde@hotmail.com, ORCID: 0009-0004-7503-2346.

faktörlere ardından çocuk yetiştirmede ebeveynin rolü ve önemine, son olarak da ebeveyn tutumlarına yer verilmiştir.

### **1.1. Şema Kavramı**

Şema terapisinin adını aldığı kavram Yunanca kökenli bir kelime olan *şema*'dır. Şema, karmaşık haldeki uyaranların ve deneyimlerin içinde bir düzen oluşturmaya çalışan kalıplar anlamına gelmektedir (Young vd., 2020, s. 17-25). Şema kavramı ilk kez Aaron Beck tarafından bilişsel terapi çerçevesinde, kalıcı bilişsel kalıplara dayanarak çevresel uyaranları yorumlamak ve kategorilere ayırmak için kullanılan zihinsel yapılar olarak tanımlanmıştır (Beck, 1967, 1979). Beck (1979) depresyon üzerine çalışmalar yürütürken, tedavi gören bireylerin bilişsel özelliklerini incelemiş ve bu kişilerin kendilerine ve yaşantılarına dönük olumsuz tutumlardan oluşan şemalara sahip olduklarını fark etmiştir. Esnek olmayan ve aşırı genellenmiş ifadeleri ile şemalar, birey gerginlik yaratan durumlarla karşılaştığında aktif hale gelmekte ve kişinin tepkilerini etkilemektedir (Kapçı ve Hamamcı, 2010, s.128). Beck'in ortaya koyduğu şema kavramı, Young ve arkadaşları (2003) tarafından detaylandırılıp geliştirilmiş ve şema terapi modeli ortaya konmuştur.

### **1.2. Şema Terapi Modeli**

Şema terapi, köken olarak bilişsel davranışçı terapiye dayanan, geleneksel bilişsel ve davranışçı terapisinin geliştirilip genişletildiği bir terapi yaklaşımıdır. Şema terapisinin geleneksel bilişsel davranışçı terapi yaklaşımlarından farkı, şema terapisinin kişide belirtilerini devam ettiren etkenlerin yanı sıra onların neden kısmı ile de ilgilenmesidir (Young, 2003).

Şema terapi güvenlik, özerklik, duyguları ve ihtiyaçları ifade etme özgürlüğü, oyun ile kişinin öz-denetimini oluşturma, kabul edilme, bakım ihtiyacı ve kendiliğindenlik gibi duygusal ihtiyaçları kabul etmekle işe başlar (Young vd., 2020, s.13). Kişilerin psikolojik yönden sağlıklı ve uyumlu şekilde gelişim

gösterebilmeleri için Young'ın kategorilere ayırdığı bu ihtiyaçların ifade edilmesi ve evrensel temel duygusal gereksinimlerin karşılanması gerekmektedir (Soygüt ve Çakır, 2009, s.145). Tüm bireylerin bahsi geçen duygusal ihtiyaçları olduğu gerçeği konuyu evrensel hale getirmektedir.

Şemalar değişime karşı dirençli yapılar olduğundan bireyde bilgiyi işleme işlevine otomatik ve bilinçsiz bir karakter kazandırmaktadır. Şema terapisinin amacı edinilen olumsuz şemaları değiştirmektir (Arntz, 1993, s. 421).

### **1.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar**

Şemalar kişinin yaşamı süresince işlenmeye ve gelişmeye devam eder. Şemalar bizi doğru olduğunu varsaydığımız şeylere süratle götüren ve karşımıza çıkan detayları işleme ihtiyacından tasarruf etmemize neden olan kestirme yollar olarak hizmet eder. Bazen şemalar ve kısa yollar, karşılaşılan durumu net olarak kavramamıza katkı sağlarken bazen de yolu kaybetmemize sebep olur. Şemalar, kendimiz ve dünya ile ilgili, doğru veya hatalı olsa da dengeli bir görüşü sürdürmemize yardımcı olurlar. Erken dönem uyumsuz şemalar bireyin kendisi ve diğerleri ile ilişkilerini konu alan, çocukluk veya gençlik dönemlerinde ortaya çıkan, hayat boyu gelişimi devam eden, belli bir derecede işlevselliği bozan duygusal ve bilişsel kalıplardır. Davranışlar, şemaların bir parçası değildir, aksine davranışlar şemalar tarafından harekete geçirilir. Erken dönem uyum bozucu şemaların oluşmasının sebebi, bireylerin erken dönemde ihtiyaçlarının ciddi ölçüde karşılanmaması ve erken dönemdeki örseleyici yaşantılarıdır. Erken dönem uyumsuz şemaların birincil kaynağı yakın aile içinde yaşanan sorunlardır (Rafaeli vd., 2020, s.8-20).

### **1.4. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri**

Bu tip şemalar iyileşmeyen duygusal yaralar olarak tanımlanabilir. Tıpkı bedensel yaralar gibi ona dokunulmadığı,

aktive edilmediği sürece şemalar bilincin dışında kalabilir. Bu sebepten çoğu insan şemalarının farkında değildir (Roediger, 2015, s.29).

Eski düşünce kalıpları, ansızın açılan ve içindekilerin kişinin üzerine döküldüğü çekmecelere benzetilebilir. Bu çekmeceler çocuklukta elde edilir ve yaşanan olumsuz deneyimler bu çekmeceleri açar. Kişinin şimdiki yaşamında çekmecedeki eski olaylara benzer deneyimler yaşamasıyla tetiklenen *şema gözlüğü*, onun tüm yaşamı nasıl görüp algılayacağını belirler. Duygularını tanımadıkça ve çekmecesini hakkında bilgi sahibi olmadıkça duygularının şimdiki sebebinin dış çevrede aramaya ve diğerlerini suçlamaya devam edecektir. Ancak eski çekmecelerini tanıdıktan sonra, duygularındaki kendine ait olan payı fark edebilir (Roediger, 2015, s.21).

Şemalar yalnızca olumsuz çocukluk yaşantılarından, travma olarak tanımlanan deneyimler sonucu oluşmamaktadır. Hiç çocukluk travmasına sahip olmayan bir birey bile erken dönem uyum bozucu şemalara sahip olabilir. Örnek vermek gerekirse, çocukluk yaşamı boyunca koruyucu ebeveynlere sahip olan, sürekli muhafaza edilmiş bir tutumla büyütülen bir bireyin çocukluk travması olmadan bile Bağımlılık/Yetersizlik şeması geliştirmesi olasıdır. Tüm şemaların kökeninde çocuklukta yaşanan toksik deneyimler olmasa da uyumsuz şemaların tamamı yıkıcıdır (Young vd., 2023, s.31).

### **1.5. Erken Dönem Uyumsuz Şema Kategorisi**

Young ve arkadaşları erken dönem uyum bozucu şemaları beş alana ayırmıştır. Bu beş alanın konusu farklı temel gereksinimlerin hayal kırıklığını ifade etmektedir (Roediger, 2020, s.27). Toplamda 18 adet olan şemalar temel olarak beş alan altında sınıflandırılmıştır. Türkçe forma ait, Soygüt ve arkadaşlarının yaptığı analizler sonucunda ise özgün içerikle örtüşen 5 şema alanı ve 14 şema elde edilmiştir.

Bu şemalar duygusal yoksunluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, ayrıcalıklılık/yetersiz Özdenetim, cezalandırılma kendini feda, yüksek standartlar, başarısızlık, kusurluluk, onay arayıcılık, sosyal izolasyon/güvensizlik, iç içe geçme/bağımlılık terk edilme ve karamsarlıktır. Özgün formdan farklı olarak geriye kalan 4 şema alanından biri olan bağımlılık, iç içe geçme şeması ile, haklılık/üstünlük, yetersiz Özdenetim şeması ile, güvensizlik/kötüye kullanılma, sosyal izolasyon ile, boyun eğicilik ise hem iç içe geçme hem de terk edilme şemaları ile birleştirilmiştir ve aynı boyutun altında yorumlanmıştır (Soygüt vd., 2009, s.82).

Daha kolay anlaşılması açısından Young'ın oluşturduğu şema alanlarının tablo hali aşağıda verilmiştir.

**Tablo 1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar**

| Şema Alanı                                         | Şemalar                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kopukluk ve Reddedilme</b>                      | Terk Edime /İstikrarsızlık<br>Güvensizlik/Kötüye Kullanılma<br>Duygusal Yoksunluk<br>Kusurluluk/Utanç<br>Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma |
| <b>Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma</b> | Bağımlılık/Yetersizlik<br>Hastalık ve Zararlar Karşısında<br>Dayanıksızlık<br>İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik<br>Başarısızlık           |
| <b>Zedelenmiş Sınırlar</b>                         | Haklılık/Büyüklik<br>Yetersiz Öz-Denetim / Özdisiplin                                                                                  |
| <b>Başkalarına Yönelimlilik</b>                    | Boyun Eğme<br>Kendini Feda<br>Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık                                                                         |
| <b>Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık</b>        | Olumsuzluk/Karamsarlık<br>Duyguların Bastırılması<br>Yüksek Standartlar /Aşırı<br>Eleştiricilik<br>Cezalandırıcılık                    |

**Kaynak:** (Young vd., 2003).

## **1.6. Şemaların Oluşumunu Etkileyen Faktörler**

### **1.6.1. Çekirdek Duygusal İhtiyaçlar**

Eken dönem uyumsuz şemalar çocuklukta çekirdek duygusal ihtiyaçların karşılanmaması sebebi ile oluşur. Bazı kişilerin daha güçlü ihtiyaçları olsa da genel olarak bu ihtiyaçlar evrenseldir. Young ve arkadaşlarına göre insanların beş tip çekirdek duygusal ihtiyacı bulunmaktadır.

Bunlar,

- Başkalarına güvenli bağlanma (Bakım ve kabul edilme, güvenlik, istikrar)
- Özerklik, yeterlilik, kimlik algısı
- İhtiyaç ve duyguları ifade özgürlüğü
- Kendiliğindenlik ve oyun
- Makul sınırlar ve özdenetimdir (2023, s.34).

### **1.6.2. Mizaç**

Şemalar erken çocukluk dönemindeki yıkıcı yaşantılar ve mizaç arasındaki etkileşimden kaynağını alır (Altun, 2019, s.28). Şemaların gelişimine katkı sağlayan mizaç, doğuştan gelir. Bireyin duygusal yapısı olarak tanımlanabilen mizaç, kişinin olaylara nasıl tepki verdiğini belirler. Çocuğun mizacı, ebeveyninin ona karşı davranışını kısmen de olsa etkilemektedir. Mizaç, bireyin karşılaştığı yaşam deneyimlerine karşı tepkisinin belirleyicisidir. Aynı ailede, aynı ebeveyne sahip iki ayrı çocuk aynı olayda farklı tepkiler vererek bambaşka davranışlar sergileyebilir (Young ve Klasko, 2019, s.48-50). Bu nedenle erken dönem uyumsuz şemaların gelişmesi için negatif ebeveynlik tutumlarına eşlik eden değişken bir mizaç da gereklidir (Macik, 2020, s.10).

Bu hususların yanında bireyin yaşam deneyimlerini mizacı doğrultusunda nasıl yorumladığı da ayrıştırıcı bir etkindir (Çakırca, 2020, s.9). Bireyin geçmiş yaşantılarını daha iyi

anlamak ve başa çıkamama hissini hafifletmek için kişinin mizaç özellikleri iyi değerlendirilmelidir. Zayıf ve dengesiz mizaç özellikleri şemaların kalıcılığı için olumsuz bir etken iken, kararlı mizaç özellikleri koruyucu faktör etkisi yapmaktadır (Macık, 2020, s.11).

### **1.6.3. Erken Dönem Yaşantıları**

Erken dönem yaşantıları birey için sadece yaşanan zamanda kalarak son bulmamakta, bunların etkisi yetişkinlik dönemindeki psikolojik iyi oluş ve işlevsellik üzerinde de devam etmektedir (Akyıl, 2019, s.29). Erken çocukluk döneminde yaşanan toksik deneyimler, erken dönem uyumsuz şemaların kökenini oluşturur. Yetişkin kişilerin şemalarını aktive eden yaşantılar, aile, okul ya da akranları ile çocukluklarında yaşadıkları dramaları tetiklemiştir. Young ve arkadaşlarına göre, şema edinimini besleyen dört tür erken yaşam deneyimi vardır.

Bunlar,

- İhtiyaçların toksik engellenişi
- Örselenme ve kurban edilme
- İyi olan şeylerden çok fazla deneyimleme
- Seçici içselleştirmedir (2023, s.35-36).

Sonuç olarak, çocuğun bakım veren ile güvenli bağlanamaması, mizacı ve bağlanma figürleri ile yaşadığı olumsuz deneyimler, erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında önemli etkiye sahiptir. Bağlanma figürü ile yaşanan olumsuz yaşantılar, dikkati anne baba tutumlarına yöneltmektedir (Gör vd., 2017, s.206).

### **1.7. Çocuk Yetiştirmede Ebeveynin Rolü ve Önemi**

Bebek dünyaya geldiğinde fiziksel olarak diğerlerine muhtaç ve çaresiz olmasına karşın sosyal beceriler bakımından çaresiz değildir. Bazı sosyal beceriler ile dünyaya gelen yeni doğan, yeni sosyal becerilerini fiziksel koordinasyondan daha

hızlı öğrenerek edinir. Çocuğun dünyasındaki en önemli şey diğer bireylerdir. O nedenle bebeklerin sosyalliği, ileriki yaşamlarında ihtiyaç duyacakları bireysel ilişkilerinin ve bağılıklarının temelini oluşturur (Hayes, 2013, s.18). Çocuk doğar doğmaz çevresini hissedene ve varoluşu ile alakalı iki soruyu soran bir canlıdır: Güvende miyim? ve olduğum gibi kabul ediliyor muyum? Sağlıklı ailelerde büyümeyen çocuklar kendilerini güvende hissetmezler (Cüceloğlu, 2021, s.107). Bireyin çevresindeki en önemli etken ailesidir. Aile çocuğun erken dönem dünyasının şekillendiricisidir. Akran ve okul gibi etkenler zamanla şemaların oluşmasını etkileyen faktörler arasına eklense de, asıl birincil unsur daima ailedir (Young ve Klasko, 2019, s.49-50). Sonuç olarak, çocuklarının kişilik gelişimlerinde en büyük paya sahip olan ebeveynlerin, çocukları ile iletişimlerinde konusunda kendilerini geliştirmeleri ve gerekli donanıma sahip olmaları oldukça önemlidir (Bilgili, 2020, s.3).

### **1.8. Ebeveyn Tutumları**

Bireyin yaşantı ve deneyimlerinden etkilenecek oluşan *tutum*, kişinin tavır ve davranışlarını yönlendirir. Bireylerin yaşam yolculuğunda mikrodan makroya değişken boyutlarda ve farklı derinlikte izler bırakan faktörlerden bir diğeri de ebeveynlerinin onlara yönelik tutumlarıdır. Bu olgu farklı kuramlarca ve birçok araştırma bulgusu ile ortaya konulmuştur (Aypay ve Altınsoy, 2023, s.587) .

Ebeveyn tutumu, anne babaların çocuklarına sıcaklık ve destek sunma biçimleri olarak da tanımlanabilir. Ebeveyn tutumları anne-baba-çocuk üçgenindeki etkileşimden ortaya çıkan davranışların bütünüdür. Ebeveynlerin kendi ebeveynlerinden gördükleri ebeveynlik biçimleri, eğitim seviyesi ve çevre gibi etmenler ebeveyn tutumlarını etkileyen değişkenler olarak sıralanabilir (Canabakan-Koç, 2015, s.26).

Ebeveyn tutumlarını sevgi ve disiplin kavramlarının temelinde değerlendirmek mümkündür. Çünkü ebeveynler çocuk yetiştirirken sevgi ve disiplinin hangi noktasında yer alıyor ise ebeveynlik tarzları o şekilde biçimlenir. Söz konusu düzlemde, çocuğunun gelecek yaşamı üzerinde önemli derecede belirleyici rol oynayan anne-babanın yetiştirme tutumu, uçlara yaklaştıkça sağlıksızlaşır ve problemler başlar (Yılmaz, 2019, s.25). Olumsuz ebeveynlik tutumları, bilinçsiz ihmalden, açık istismara kadar geniş bir yelpazeye sahip olabilir (Sójtá ve Strzelecki, 2023, s.1).

Anne babalar çocuklarının davranışlarını olumlu yönde şekillendirmek adına çeşitli yaklaşımlar sergilemektedirler. Ebeveynlerin çocuk yetiştirmede kullandıkları ve ebeveyn tutumları olarak adlandırılan bu genel tavır, kavram olarak Baumrind (1971) tarafından “otoriter, demokratik ve izin verici” şeklinde üç faktörle tanımlanmıştır. Baumrind’in yaklaşımını temel alarak yapılan sonraki araştırmalarda ise ebeveynlik tarzlarının dört ana kategoride ele alınmasının daha doğru olduğu görülmüş ve bunlara “ihmalkâr” ebeveyn tutumu da eklenmiştir. Zaman içinde çeşitli araştırmacılar tarafından dört başlık altında toplanan ebeveyn tutumları aşağıdaki gibidir.

### **1.8.1. Otoriter Ebeveynlik**

Otoriter ebeveynlerin çocuk yetiştirmedeki amacı Yörükoğlu’nun deyimi ile “Çocuğu kendi tasarladığı kaba göre yoğurmaktır.” Kurallara harfiyen uyması beklenen çocuk sürekli bir denetim altındır. En küçük hataları bile görmezden gelinmez. Hatalarını düzeltme konusunda cezaya da başvurabilen ebeveynlerin amacı çocuğu yola getirmektir. Ayıplanma, suçlanma, utandırılma, şiddet ve baskıya maruz kalma, disiplin adı altında çocukların karşı karşıya kaldıkları olumsuz yaşantılardır (Yörükoğlu, 2014, s.200).

Otoriter ebeveyn tarzına sahip ebeveynler:

- Çocuk üzerinde aşırı kontrolcüdür.
- Nasıl hareket edecekleri ve davranacaklarına dair çocuklarına sürekli direktif verirler.
- Karşılıklı tartışma ortamı yerine tek taraflı kurallar vardır ve tartışma teşvik edilmez.
- Ebeveynin verdiği kararlara ve kurallara koşulsuz itaat istenir.
- Çocuklarına karşı olumlu duygularını ve sevgilerini belli edemezler ve sıcak davranamazlar. Verilen sevgi genellikle koşullu sevgidir (Meggitt, 2013, s.27).

### **1.8.2. Demokratik Ebeveynlik**

En sağlıklı ve en başarılı ebeveyn yaklaşımı olarak kabul edilen demokratik tutumda, çocuğa karşı destekleyici, her daim hoşgörülü ve güven ortamı sunan bir yaklaşım mevcuttur. Bu tutumun en belirleyici özelliği çocuğa karşı koşulsuz sevgidir. Çocuklarının özgüven gelişimlerini destekleyerek, kendi kendine yetebilen bir birey olma yolunda attıkları her adımı ebeveynleri onaylar. Bu tutuma sahip ebeveynler çocukları ile karşılıklı hoşgörü, anlayış ve sevgi içerisinde dengeli bir iletişim kurar ve çocuklarına rol model olurlar (Çağdaş ve Seçer, 2015, s.135).

Demokratik ebeveynlikte:

- Kuralları koyarken, kuralların neden önemli olduğu ve kuralları koyma sebepleri çocuklara açıklanır.
- Çocukların kendi yaptıkları davranışların sonuçlarını görerek, kendi hatalarından ders çıkararak öğrendikleri doğal öğrenme süreci desteklenir.

- Çocukta istendik davranışın oluşması için ikna edici akıl yürütme yöntemi kullanılır. Farklı görüşte olsa dahi çocuk dinlenir ve bakış açısı dikkate alınır.
- Çocukların bağımsızlıkları her daim desteklenir.
- Anne-baba çocuklarına karşı her daim sevgi dolu ve kuşatıcıdır (Meggitt, 2013, s.28).

Demokratik ailede büyüyen çocukların özelliklerini ise maddeler halinde özetleyebiliriz:

- Çocuk ailesi içerisinde birey olarak söz alma hakkına sahiptir.
- Aile ortamında koşulsuz kabul gören çocuklar ebeveynlerine sevgi ile bağlıdır.
- Ailesi ile sürekli iletişim ve etkileşim halindedir (Uykan, 2019, s.23).

### **1.8.3. İzin Verici-Hoşgörülü Ebeveyn Tutumu**

Ebeveynleri tarafından aşırı derecede şımartılan, sürekli hoşgörülü davranılan ve çevresi tarafından çok nadiren olumsuz muameleye maruz kalan çocuklar yeterince iyi olma duygusu geliştiremeyebilirler. Erken deneyimlerinde çok fazla iyi şey alan çocuğun kimlik duygusu ihlal edilir (Haugh vd., 2016, s.114). İzin verici-hoşgörülü ebeveyn tutumunu benimseyen ailelerin çocuk merkezli aileler olduğu söylenebilir. Bu tarz ailelerde yetişen çocuklar, talepkâr, şımarık ve bağımsız olur (Tekin, 2016, s.13). Sınırları olan bir ailede büyümedikleri için bu çocuklar kurallara uymakta zorluk çeker. İstedikleri şekilde yaşama eğilimleri vardır. Aile ortamında gördükleri hoşgörü ve önceliği toplumdaki diğer insanlardan da beklemektedirler (Akça, 2012, s.3). Kendilerine bunlar sunulmadığı zaman da şaşkınlık yaşayabilirler. Herhangi bir baskıya, zorlamaya ve kontrole maruz kalmayan bu çocukların özgüven sahibi olmaları ve

kendilerini rahatça ifade edebilmeleri bu ebeveyn tutumu ile yetişen çocukların olumlu kazanımlarıdır (Sak vd., 2015, s.984).

#### **1.8.4. İzin Verici-İhmalkâr Ebeveyn Tutumu**

İzin verici-ihmkâr anne-babaların çocukları ile iletişimleri minimum çaba ve minimum süre üzerine kuruludur (Afat, 2013, s.159). Çocuklarına yeteri kadar ilgi gösterme ve onları kontrol etme konusunda yetersiz olan bu ebeveynlerin, çocuklarından herhangi bir beklentileri ve onları koşulsuz kabulleri yoktur. Bu tutumun, izin verici-hoşgörölü ebeveyn tutumu ile ortak özelliği çocuğu denetleme konusunda yetersiz olunmasıdır. Ancak, ebeveynlerin bu tutumdaki çocuğa karşı ilgi ve sevgi eksiklikleri, iki tutumu birbirinden ayıştırmaktadır (Yılmaz, 2000, s.161). İhmalkâr ebeveynler, çocuklarına hiç kural koymazlar. Bunun sonucunda çocuklar, kendilerini reddedilmiş ve yalnız hissedebilirler (Tekin, 2016, s.13).

İzin verici-ihmkâr tarz ebeveynler,

- Psikolojik yönden çocuklarına uzaktırlar.
- Çocukları ile iletişimleri sıcak değildir.
- Çocuklarından beklenti seviyeleri oldukça düşüktür.
- Uç vakalarda çocuğu reddetme görülebilir (Meggitt, 2013, s.28).

#### **1.9. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ebeveyn Tutumlarına Yönelik Yapılan Araştırmalar**

Otoriter ebeveynler, çocuklarına yüksek taleplerde bulunur ve düşük düzeyde duyarlılık gösterirler. Genellikle disiplin odaklı olan bu ebeveynler katı kurallar uygular. Bu tür bir ebeveynlik, çocuklarda kusurluluk/utanç, başarısızlık ve boyun eğicilik gibi şemaların gelişmesine yol açabilir. Çocuklar, kendi değerlerini sorgular, yeteneklerinden şüphe eder, kendi tercihlerini geliştiremez ya da ifade edemez, yaşamın kendi

projeleri olması gerektiğini anlamaz ve sürekli olarak başkalarının isteklerine boyun eğler.

Otoritatif ebeveynler ise yüksek duyarlılık ve yüksek talep dengesi kurabilenlerdir. Bu stil, çocukların özgüvenini, duygusal dayanıklılığını ve sosyal yeteneklerini geliştirir. Bu ebeveynlik tarzı genellikle önemli maladaptif şemaların gelişmesini engeller ve çocukların sağlıklı bir psikolojik yapıya sahip olmalarını sağlar. Çocuklar hem bir toplumsal yapıdaki kuralları öğrenir, öz-kontrol geliştirir, hem de kendi seçenekleri olduğunun bilincinde iradi davranışlara hazırdır.

İzin verici ebeveynler, çocuklarına yüksek düzeyde duyarlılık gösterirken, düşük taleplerde bulunurlar. Bu tarz, çocuklarda haklılık/üstünlük, yetersiz özdenetim ve bağımlılık/yetersizlik gibi şemaların gelişmesine neden olabilir. Çocuklar, kendi sorumluluklarını alamaz, sürekli yardım bekler ve kurallara uymakta zorlanırlar.

İhmal edici ebeveynler, düşük duyarlılık ve düşük talepkarlık davranışları gösterdiklerinden bunların çocuklarında terk edilme/istikrarsızlık, duygusal yoksunluk ve sosyal izolasyon gibi şemalar gelişebilir. Bu çocuklar, duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağına inanır ve sosyal ilişkilerde zorluk yaşarlar. Erken dönem uyum bozucu şemalar ve ebeveyn tutumlarına ilişkin yapılan araştırmalar aşağıda aktarılmıştır.

Kömürcü (2014), erken dönem uyum bozucu şemalar ve ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler ve psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada ebeveynlik tarzları ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiyi ele almıştır. *Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık* şema alanlarının ait olma ihtiyacını, kontrol ihtiyacını, benlik değeri ihtiyacını yordamadığına dair bulgular

elde edilmiştir. Elde edilen diğer bulgulara göre ise, Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik, Kötümser/Endişeli ebeveynlik ve Cezalandırıcı ebeveynlik biçimi ile kontrol ihtiyacı arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur.

Haugh ve arkadaşları (2016), çocuğa karşı kötü muamelede bulunmanın, çocuğun kişiliğini olumsuz yönde etkilediği ve erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna neden olduğunu öne süren şema kuramını daha kapsamlı incelemek amacı ile bir çalışma yürüttüler. Çalışmalarının amacı algılanan ebeveynlik tarzlarının depresif belirtiler üzerindeki dolaylı etkisini erken dönem uyum bozucu şemalar aracılığıyla değerlendirmek idi. Erken dönem uyum bozucu şemaların depresif belirtilerin deneyimlenmesine dolaylı yoldan etkisi olduğunun öne sürüldüğü bu çalışmada, bu dolaylı etkinin kısmen bireyin kişiliğine bağlı olduğu sonucuna varılmıştır.

Erken uyumsuz şemalar, ebeveyn tutumları, mizaç, sınırdan ve kaçınan kişilik özelliklerinin evrimi ve karşılıklı bağımlılık arayışı konusunda yapılan başka bir çalışmada ise, Young'ın *şemaların, kişilik bozukluklarının ve özelliklerinin gelişimine ilişkin teorisini* doğrulayan sonuçlara varılmış ve aile tutumlarının önemli olduğu ve üzerinde çalışmaya değer olduğu belirtilmiştir (Macik, 2018).

Ölmez'in (2019) ergenlerde algılanan ebeveyn tutumu ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, çalışma grubu olarak ergenler ele alınmıştır. Çalışmaya 15- 18 yaş aralığındaki 100 ergen katılmıştır. Ebeveyn tutumları ve ergenlerin erken dönem uyum bozucu şemalarının karşılaştırıldığı bu çalışmada, algılanan demokratik ebeveyn tutumlarının zedelenmiş otonomi şema alanı ile negatif yönde ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Ergenlerin ifade ettiği otoriter ebeveyn tutumunun bütün şema alanları ile pozitif yönde anlamlı ilişkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Zedelenmiş otonomi ve

reddedilmişlik şema alanlarının, ergen bireylerin algıladığı ebeveyn tutumlarını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Lim ve Barlası'nın (2019), zehirli erken çocukluk deneyimlerinin depresyona etkisi üzerine yaptığı araştırma sonucunda elde edilen bulgular, duygusal, fiziksel istismarın ve ihmalin aşırı koruyucu ya da otoriter ebeveyn ile yetişmenin, reddedilmenin ve düşük bakımın depresyon üzerindeki etkisini desteklemektedir.

Yapılan diğer bir çalışmada ise, İççe Geçme/Bağımlılık ve Duyguları Bastırma, Anksiyete ve İçedönüklük, Başarısızlık ve Kendini Feda Etme, Kızgınlık ve Saldırganlık, Yüksek Standartlar ve Sosyal Yetkinlik alt boyutlarının, 3-6 yaş çocuklarının davranış sorunlarına etkisini anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna varılmıştır (Altunçanak, 2020).

Çocukluk çağı psikolojik travmaya sahip annelerin ebeveyn tutumları ile kapsayıcılık işlevleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacı ile gerçekleştirilen bir diğer araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre, çocukluk döneminde travma yaşayan annelerin ebeveyn tutumlarının bu yaşantılardan etkilediği görülmüştür. Yapılan analizlerin sonucunda, annelerin maruz kaldığı duygusal istismar ile demokratik tutum, aşırı koruyucu tutum ve izin verici ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmezken, duygusal istismar ile otoriter ebeveyn tutumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Erol, 2021).

Bruysters ve Pillington 2022 yılında, ergenlik ve yetişkinlikte aşırı koruyucu ebeveynlik deneyimleri ve erken dönem uyumsuz şemaları inceledikleri araştırmanın sonucunda aşırı korumacı ebeveynlik stilini bozulmuş özerklik ve performans alanındaki şema gelişimi ile ilişkilendirmiştir. Erken çocukluk döneminde özerklik ve bağımsızlık ihtiyaçlarının engellenmesi ile aşırı koruyucu ebeveyn tutumu arasında bir ilişki

olduğu gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, ilgili verilerin şema modeli ile ebeveyn tarzları arasındaki ilişkiyi destekler nitelikte olduğu anlaşılmaktadır.

Aşağıda Diana Baumrind'in ebeveynlik stillerinin Jeff Young'ın erken dönem maladaptif şemalarından hangilerine yol açabileceğini gösteren, bu bölümde ele alınan teorilere mantıksal olarak uygun hipotetik bir tablo oluşturulmuştur:

**Tablo 2. Teorilere Göre Ebeveynlik Stillerinin Oluşturabileceği Maladaptif Şemalar**

| Ebeveynlik Stilleri<br>(Diana Baumrind) | Tanım                                                                                                            | İlişkili Maladaptif Şemalar<br>(Jeff Young)                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Otoriter<br/>(Authoritarian)</b>     | Bu stil, katı, kontrol edici ve genellikle cezalandırıcıdır. Düşük duyarlılık ve yüksek talepkarlık görülür.     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kusurluluk/Utanç (Defectiveness/Shame)</li><li>• Başarısızlık (Failure)</li><li>• Boyun Eğicilik (Subjugation)</li><li>• Güvensizlik/Kötüye Kullanılma (Mistrust/Abuse)</li></ul>                                                            |
| <b>Otoriter<br/>(Authoritative)</b>     | Bu stil, sıcak, destekleyici ve yapılandırılmıştır. Yüksek duyarlılık ve yüksek talepkarlık görülür.             | <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Önemli maladaptif şemaların gelişmesi olası değildir.</i></li><li>• Yüksek benlik saygısı ve dayanıklılığı teşvik eder.</li><li>• Dengeli gelişimi destekler.</li></ul>                                                                   |
| <b>İzin Verici<br/>(Permissive)</b>     | Bu stil, hoşgörülü ve az kural veya beklenti ile karakterizedir. Yüksek duyarlılık ve düşük talepkarlık görülür. | <ul style="list-style-type: none"><li>• Haklılık/Üstünlük (Entitlement/Grandiosity)</li><li>• Yetersiz Özdenetim /Özdisiplin (Insufficient Self-Control/Self-Discipline)</li><li>• Bağımlılık/Yetersizlik (Dependence/ Incompetence)</li></ul>                                       |
| <b>İhmal Edici<br/>(Neglectful)</b>     | Bu stil, ilgisizlik ve destek eksikliği ile karakterizedir. Düşük duyarlılık ve düşük talepkarlık görülür.       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Terk Edilme/İstikrarsızlık (Abandonment/Instability)</li><li>• Duygusal Yoksunluk (Emotional Deprivation)</li><li>• Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma (Social Isolation /Alienation)</li><li>• Kusurluluk/Utanç (Defectiveness/Shame)</li></ul> |

## **2. EBEVEYNLİK STİLİYLE BAĞLANTILI OLARAK ÇOCUKLARDA OLUŞABİLECEK ŞEMALAR, GELECEKTE KARŞILAŞILABİLECEK SORUN VE ÇÖZÜM YOLLARI**

Kötü yetiştirilen çocuklar, genel toplum için birçok sorunun kaynağı olabilir. Bu sorunlar arasında suç oranlarının artması, mental sağlık problemlerinin yaygınlaşması, sosyal uyumsuzluklar ve iş gücü verimliliğinin düşmesi sayılabilir. İhmal edilen veya otoriter ebeveynler tarafından yetiştirilen çocuklar, isyan etme veya dikkat çekme arayışında olabilirler. Bu da norm dışı dışavurumsal davranışlarının belirgin olmasına ve suça karışma oranlarının artmasına yol açabilir (Kaya Cicerale & Cicerale, 2018). Kusurluluk/utanç, duygusal yoksunluk veya sosyal izolasyon gibi şemalar, depresyon, anksiyete ve diğer mental sağlık sorunlarına yol açabilir (Lim ve Barlas, 2019; Tariq vd., 2021). Bağımlılık/yetersizlik, başarısızlık, haklılık/üstünlük, yetersiz özkontrol ve disiplin şemalarına sahip bireyler, sosyal ilişkilerde ve iş ortamlarında uyum sağlamakta zorlanabilirler.

Aynı şekilde evlilik hayatında büyüklenmeci şemalar aldatma gibi çeşitli zorluklara neden olabilir (Büyük ve Kaya Cicerale, 2021). İş yeri çalışmalarında da özellikle haklılık/üstünlük, güvensizlik/istismar ve onay/tanınma arayışı şemaları belirgin olanlarda Dark Triad denen Machiavellizm, narsisizm ve psikopati ile bağlantılı davranışların bu şemaları belirgin olmayanlardan daha sık görüldüğü ortaya konmuştur (Judith Ray ve Fritzson, 2024). Benzer formlarda, diğer olumsuz şemaların tetiklediği sonuçlar da toplumsal uyumu ve iş verimliliğini olumsuz etkileyebilir.

Bu sorunlarla başa çıkabilmek için çeşitli çözüm yolları ve stratejiler geliştirilebilir. Bunlardan ilki *eğitim ve farkındalık programlarıdır*. Ebeveynlere yönelik eğitim programları

düzenlenerek, otoritatif ebeveynliğin önemi vurgulanabilir. Bu programlar, ebeveynlerin çocuklarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurmalarını ve onların duygusal ihtiyaçlarını anlamalarını sağlayabilir. İkinci strateji, *psikolojik destek ve terapileri* içerir. Erken dönem maladaptif şemaların fark edilmesi ve üzerine çalışılması için psikolojik destek hizmetleri sunulmalıdır. Şema terapisi gibi özel terapi yöntemleri, çocukluk döneminde gelişen olumsuz şemaların değiştirilmesinde etkili olabilir. Üçüncü strateji *okul temelli müdahaleler* olabilir. Okullarda rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetlerinin güçlendirilmesi, çocukların duygusal ve sosyal gelişimlerine katkı sağlayabilir. Öğretmenlerin ve okul personelinin, öğrencilerin duygusal ihtiyaçlarını fark edebilmesi ve onlara destek olabilmesi için eğitim alması önemlidir.

Son iki strateji ise *toplumsal destek ve müdahaleler* ve *hukuki/politik düzenlemeleri* kapsar. Toplum genelinde ailelerin desteklenmesi için sosyal hizmetler ve toplum merkezlerinden faydalanılabilir. Bu merkezler, ebeveynlere danışmanlık hizmetleri sunarak, onların çocuk yetiştirme konusundaki bilgi ve becerilerini artırabilir. Aile ve çocuk refahını artırmak amacıyla hukuki ve politik düzenlemeler de unutulmamalıdır. Ebeveynlik izinlerinin artırılması, ailelerin ekonomik olarak desteklenmesi ve çocukların korunmasına yönelik yasaların güçlendirilmesi, çocukların daha sağlıklı ortamlarda büyümesine katkı sağlayabilir.

### 3. SONUÇ

Ebeveynlik, çocukların duygusal, sosyal ve bilişsel gelişiminde kritik bir rol oynar. Diane Baumrind'in ebeveynlik stilleri teorisi, otoriter, otoritatif, izin verici ve ihmal edici olmak üzere dört ana stil sunar. Bu ebeveynlik stilleri, çocukların kişilik gelişimini ve gelecekteki davranışlarını derinden etkiler. Öte

yandan, Jeff Young'ın erken dönem maladaptif şema teorisi, çocukluk döneminde şekillenen ve bireylerin hayatları boyunca süren düşünce ve davranış kalıplarını açıklar. Bu bölümde, bahsedilen geri plana dair kavramsal altyapı, ebeveynlik stillerinin şemalar üzerindeki etkileri, kötü yetiştirilen çocukların gelecekte eşleşeceği sorunlar ve bu sorunlara yönelik çözüm yolları incelenmiştir.

Çalışmalar yaşama ve korunma hakkı ile dünyaya gelen her çocuğun, anne-babası tarafından maruz bırakıldığı tutum ve davranışlar dolayısıyla erken dönem uyumsuz şemalar geliştirebildiğine işaret etmektedir. Sağlıklı bir toplum için ilk basamağın aile olduğu unutulmamalı, anne-babalar çocuklarını yetiştirirken, yalnızca kendi çocuklarını değil, toplumun geleceğini de inşa etmekte olduklarını unutmamalıdır. Ebeveynler çocuklarının dünyaya, çevrelerine, kısacası diğerlerine karşı güvende hissetmelerini istiyorlarsa çocuklarına gerekli olumlu ortamı sunmalı ve çocukları ile güvenli bağlanmayı oluşturmalıdır.

Otoritatif ebeveynlik tarzının, sağlıklı ve uyumlu bireyler yetiştirme konusunda en etkili yöntem olduğu görülmektedir. Kötü yetiştirilen çocuklar, gelecekte toplumun karşılaşılabileceği suç oranlarında artış, işyeri üretkenliğinin azalması ve çalışan verimsizliği, bireylerarası çatışma, ailenin çöküşü gibi birçok sorunun kaynağı olabilir. Bu sorunlarla başa çıkabilmek için eğitim, psikolojik destek, okul temelli müdahaleler, toplumsal destek ve hukuki düzenlemeler gibi birçok alanda önlem alınması gerekmektedir. Bu şekilde, gelecekte daha sağlıklı ve uyumlu nesiller yetiştirme olasılığı artacaktır.

## KAYNAKÇA

- Afat, N. (2013). Çocuklarda üstün zekanın yordayıcısı olarak ebeveyn tutumları. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, (20). 155-168.
- Akça, R.P. (2017). Ana- babaların çocuk yetiştirmede aşırı koruyucu olmaları. *Akademik Bakış Dergisi*, (29).3-86.
- Akyıl, A. (2019). *Çocukluk çağı travmaları, bilişsel duygu düzenleme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi: Diyarbakır ve Mardin Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Altunçanak, S. (2020). *Okul öncesindeki öğrencilerin sosyal beceri ve davranış sorunlarının yordayıcısı olarak annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altun, N. (2019). *Kadınlarda toplumsal cinsiyet rollerine göre çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1-103.
- Beck, A.T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Hoeber.
- Beck, A.T., Rush, A. J., Shaw, B.F., & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy for Depression*. New York: GuilfordPress.
- Büyük, A. ve Kaya Ciceralli, L. (2021). Evli bireylerin aldatma eğilimi ile büyülenmeci narsisistik kişilik özellikleri

- arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(42), 5230-5249. <https://doi.org/10.26466/opus.936933>
- Bruysters, N.Y.F., & Pilkington, P.D. (2022). Overprotective parenting experiences and early maladaptive schemas in adolescence and adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 30, 1-233.
- Canabakan-Koç N. (2015). *Okul öncesi dönem adaptasyon sürecinde ayrılık anksiyetesi bozukluğu geliştirmiş 48-66 aylık çocuklarda ebeveyn tutumlarının etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya Ciceralli, L., & Ciceralli, E.E. (2018). Parental influences on youth delinquency. *Journal of Criminal Psychology*, 8 (2), 138-149. <https://doi.org/10.1108/JCP-03-2017-0018>
- Cüceloğlu, D. (2021). *Geliştiren anne-baba*. İstanbul: Kronik Kitap.
- Çağdaş, A. ve Seçer, Z. (2015). *Anne baba eğitimi*. Eğiten Kitap Yayıncılık: Ankara.
- Çakırca, F. (2020). *Kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ile öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erol, S. (2021). *Çocukluk çağı ruhsal travması olan annelerin ebeveyn tutumları*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B. ve Şenkal, İ. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(10), 197-217.

- Hughes, K., Bellis, M.A., Hardcastle, K.A., Sethi, D, Butchart, A, Mikton, C, Jones, L, & Dunne, M.P. (2017). The effect of multiple adverse childhood experiences on health: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet. Public health*, 2 (8), 356-366.
- Hayes, N. (2013). *Psikolojiyi anlamak*. İstanbul: Optimist Yayınları.
- Kapçı, E.G. ve Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13(3).
- Kömürcü, B. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lim, C.R. & Barlas, J. (2019). The effects of toxic early childhood experiences on depression according to Young schema model: A scoping review. *Journal of Affective Disorders*. 246,1-13.
- Macik, D. (2018). Early maladaptive schemas, parental attitudes and temperament, and the evolution of borderline and avoidant personality features—the search for interdependencies. *Psychiatria i Psychologia Kliniczna*, 18 (1), 12-18.
- Meggitt, C. (2013). *Çocuk gelişimini anlamak*. İstanbul: Optimist Yayın ve Dağıtım.
- Sak, R., Şahin Sak, İ. T., Atli, S. & Şahin, B. K. (2015). Okul öncesi dönem: Anne-baba tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (3), 972-991.
- Ölmez, Ö. (2019). *Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumu ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*.

Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P & Young J. E. (2020). *Şema terapi ayırıcı özellikler*. İstanbul: Psikonet Yayınları.

Judith Ray, S., Fritzson, K. (2024). Working in the dark? Exploring the relationship between the dark triad and early maladaptive schemas. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s43076-024-00374-3>

Roediger, E. (2020). *Yaşam tuzakları için şema terapi*. İstanbul: Psikonet Yayınları.

Sójta, K. & Strzelecki, D. (2023). Early maladaptive schemas and their impact on parenting: do dysfunctional schemas pass generationally? A systematic review. *Journal of Clinical Medicine*, 12, 1263.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi* .20(1): 75-84

Tariq, A., Reid, C., & Chan, S. W. Y. (2021). A meta-analysis of the relationship between early maladaptive schemas and depression in adolescence and young adulthood. *Psychological medicine*, 51(8),1233-1248. <https://doi.org/10.1017/S0033291721001458>

Tekin, Z. B. (2016). *Ebeveyn tutum biçimlerinin 11-18 yaş aralığındaki ergenlerin depresyon, kaygı ve kendilik algıları üzerine etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Uykan E. (2019). *Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek

Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Okul Öncesi Öğretmenliği Programı, İstanbul.

- Yıldırım, T. (2013). *3-6 yaşında olup anaokuluna giden çocukların annelerinde algıladıkları ebeveynlik biçimleri ile çocuk yetiştirme tutumları ve erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, H. (2019). İyi ebeveyn, çocuğu için her zaman her şeyi yapan ebeveyn değildir: Algılanan Helikopter Ebeveyn Tutum Ölçeği (AHETÖ) geliştirme çalışması. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 3-31.
- Yılmaz, A. (2000). Anne-Baba Tutum Ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 7(3), 160-172.
- Young, J.E. & Klosko, J.S. (2019). *Hayatı yeniden keşfedin*, İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2023). *Şema terapi*, İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Yörükoğlu, A. (2014). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Özgür Yayınları.

# DİNİ YAŞAYIŞTA KORKU KAVRAMINA PSİKOLOJİK BİR YAKLAŞIM

İlyas PÜR<sup>1</sup>

## 1. GİRİŞ

Korku duygusu çağlar boyunca insanlığın en önemli problemlerinden biri olmuştur. İnsanlar kendilerine yabancı olan ve bilinmeyen şeylerden çekinip korkarlar. Maslow'un (1970) ihtiyaçlar hiyerarşisinde de güvende olma ihtiyacı en temel ihtiyaçlardan biridir. Bu ihtiyaç sebebiyle bireyler güvende olmak isterler. İnsanlar ilk çağlarda depremler, yangınlar, sel felaketleri gibi doğal afetlerle karşı karşıya kalmışlar ve bu afetlerden korunamamışlardır. Dolayısıyla bu insanlar büyük korkular yaşamışlardır. Günümüzde de bilimsel ve teknolojik ilerlemeler sayesinde insanlar bu doğal afetlerden kısmen korunmuşlarsa da dünya çapında nüfusun artmasıyla birlikte bu defa kaynaklar tükenme yoluna gitmiştir. İlk insanların yaşadığı korkular günümüzde de sürmektedir. Çünkü doğal kaynakların gelecekte yetersiz kalacak olması, kimyasal atıklar sebebiyle denizlerin ve tatlı su kaynaklarının kirletilmesi, küresel ısınma ve son yıllarda yaşanan salgın hastalıklar bireyleri gelecek kaygısı ve korkusuyla yüz yüze bırakmıştır.

“İnsan akıl, ruh ve bedenden oluşan, kendi varlığını sorgulayan, sorumluluk sahibi ve inanma veya inanmama hürriyetine sahip bir varlıktır. Bunun yanında insanın istek ve arzuları da vardır. İnsan çeşitli olaylar karşısında bazen korkan ve bazen de kaygı duyan bazen ümit beklentisi içerisinde olan

---

<sup>1</sup> Doç. Dr. İlyas PÜR, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi İlahiyat Fakültesi  
ORCID: 0000 0002 7795 8212.

ve zaman zaman da sevgi besleyen karmaşık bir yapıya sahiptir” (Bilgi, 2015: 230). “Kur’ân-ı Kerîm; korkuyu insanlığın ilk dönemi olan Hz. Adem’in çocukları arasında meydana gelen çekişmezlik ve bunun neticesinde ortaya çıkan bireysel korku ve şiddet olayından başlayarak değerlendirmiş ve insanların Allah’ın dışında hiçbir varlıktan korkulmaması gerektiğini öğütleyerek insanlara diğer bütün korkulardan emin olmanın yolunu göstermiştir” (Bilgi, 2015: 235).

## **2. DİN VE DİNDARLIK**

Bilindiği gibi akademik çevrelerin üzerinde birleştikleri bir din tanımı yoktur. Zira din kavramı çok farklı biçimlerde ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle yapılan hiçbir tanım ve sınıflama dinin ne olduğunu açıklayabilecek güçte değildir. Bununla birlikte teologların ve sosyal bilimcilerin din tanımı birbirine benzemez. Hatta sosyal bilimlerin de kendi aralarında yaptıkları din tanımı farklıdır. Bir sosyoloğun bir psikoloğun veya bir antropoloğun din tanımı farklılıklar gösterir. Din ile yapılan tanımlar farklı biçimlerde sınıflandırılabilir (Yapıcı, 2013: 7). Örneğin Cox’a (2004) dayanarak söyleyecek olursak dinin tanımlarını psikolojik, felsefi, ahlaki, teolojik ve sosyolojik olmak üzere beş grupta değerlendirebiliriz. Nitekim hem yapılan din tanımları hem de bunları birleştirerek gruplandırma çabaları eleştiriye açıktır. Buna rağmen biz amacımıza uygun olmak üzere din tanımlarını özsel, işlevsel ve hem özsel hem de işlevsel olmak üzere üç kategoride ele alabiliriz. Dinin ne olduğunu dile getiren dinin esas özelliğini ortaya çıkaran tanımlara özsel din tanımları denmektedir. İşlevselci tanım ise dinin bireysel ve toplumsal hayatta yerine getirdiği görevleri dikkate alır (Yapıcı, 2013: 8). Batson ve Ventis (1982: 8) işlevsel bir tanım öne sürmektedirler. Zira onlara göre din, “*kendimizin ve diğer insanların bir gün*

*öleceğini anlamamız sebebiyle karşı karşıya kaldığımız sorunları çözebilmek için yaptığımız her şeydir.”* Dolayısıyla dinin kaynağı, var oluşun ve hayatın anlamını sorgulayan çok çeşitli sorgulamalardır. Fromm (1993: 45) ise bütünüyle psiko-sosyal bir açıdan dine yaklaşır. Ona göre din, *“bir grubun bireyleri tarafından ortaklaşa kabul edilen, grup üyeleri tarafından paylaşılan, onlara kendilerini adayabilecekleri hedefler sunan bir davranış ve düşünce sistemi”* biçiminde tanımlamaktadır. Dolayısıyla Fromm Tanrı, tabiatüstü veya üstün bir varlık gibi şeyleri dışarıda tutarak dinin grup oluşturarak ve oluşturduğu zihniyetle mensuplarını hareket etmekte ısrar etmektedir. Bu da onun dini işlevsel bir tarzda düşündüğünü göstermektedir (Yapıcı, 2013: 12). İşlevselci ve özsel açıdan dini tanımlamaların yanı sıra ilahi ve beşeri açıdan da dine yaklaşılabılır. Dini ilahi açıdan değerlendirmek ve tanımlamak daha çok teolojinin konusuna girmektedir. Dini beşeri açıdan tanımlamak ise din psikolojisi, dinler tarihi ve din sosyolojisinin konusuna girmektedir. Din, hem ilk ortaya çıktığı zamanda hem de sonraki dönemlerde bir taraftan mevcut sosyo-kültürel yapıdan etkilenirken bir yandan da bu yapıyı etkileyerek biçimlenmektedir. Bu nedenle benzer dinsel inanış biçimleri ve algılamaları farklı sosyo-kültürel ve coğrafi bölgelerde farklı anlamlara gelebilmektedir (Zuckerman, 2006).

Din ister işlevsel isterse özsel ve işlevsel olarak tanımlansa da dinin işlevlerinden bahsedildiği zaman bir şekilde dinin bireysel ve sosyal etkileri ön plana çıkmış olmaktadır. Çünkü sosyolojik ve psikolojik tanımların çoğu dinin beşeri yönüne dikkat çekerek onun bireyleri nasıl ve ne şekilde etkilediği yönüne vurguda bulunmaktadırlar. Bu durum ise dindarlığın tanımlanmasını ve dini hayatın boyutlarının neler olduğunun açıklanmasını gerekli hale getirmektedir (Yapıcı, 2013: 20). *“İnsanların dinsel yaşayışlarını genel çizgiler içerisinde belirlemeye ve buradan hareketle dindarlık tiplerini*

*ortaya çıkarmaya çalışmak sanıldığı kadar kolay değildir.”* (Yavuz, 1982: 100). Dindarlık olgusu farklı çalışmalarda çok değişik biçimlerde tanımlanmaktadır. Bu anlamda inançlar, tutumlar ve davranışlar ön plana çıkarılarak açıklamalar yapılmaktadır. Bu kapsamda kiliseye devam etme, dua ve dine önem verme gibi kutsalın dışta yaşanması dindarlık kavramı içerisinde değerlendirilmektedir (Yapıcı, 2013: 21). İnsan ile Yüce varlık arasındaki içsel bağlantıyı *inanç*, bu bağlantı çerçevesinde oluşan ilişkiler bütünü *din*, bunların bireysel hayata yansımaları ise *dindarlık* olarak tanımlamak gerekir (Onay, 2004: 7). Buradan hareketle dinin bir tarafında sonsuz varlık, yani Tanrı diğer tarafında ise sonlu varlık insan yer almaktadır. Bu açıklama dindarlık olgusunu, beşeri varlığın ilahi varlıkla olan temasına ve bu temasın tezahürlerine bağlamaktadır. Dindarlık, *“bir kişinin mensup olduğu dinine ait ilgiler, inançlar ve faaliyetlerle meşgul olma düzeyi”* şeklinde tarif edilebilir (Yapıcı, 2013: 23). Tanrı’ya inanç, dini ibadetlere katılım ve bir dini gruba aidiyet gibi göstergeler dindarlık belirtileri olarak kabul edilmiştir (Köktaş, 1993; Yaparel 1987). Duygu ise dinin asıl ve vazgeçilmez unsuru, hatta dindarlığın özü olarak kabul edilmiştir (Yıldız, 2006). Dindarlığın çok boyutlu olarak ele alınması Stark ve Glock’un (1969; Glock, 1982; 1998) çalışmalarıyla başlamıştır. Onlara göre dindarlık, duygu, inanç, ibadet, bilgi ve etki olmak üzere beş boyutludur. Bu kavramlar hemen her dinde bulunmaktadır.

“Araştırmacılar, sadece dini hayatın boyutları ile ilgilenmemişler, bunlarla doğrudan ilgili çok çeşitli dindarlık tipleri geliştirmişler ve sürekli de geliştirmeye çalışmaktadırlar. Bunlardan birisi de kurumsal ve bireysel dindarlık biçimleridir. Katolik araştırmacılar sağladığı sosyal destekle kurumsal dindarlığın, Protestan kökenli araştırmacılar ise insanın anlam arayışına hizmet etmesi ve bireye manevi destek sağlamasından dolayı bireysel dindarlığın etkili olduğu sonucuna

ulaşmaktadır. Ülkemizde ise kurumsal ve bireysel dindarlık ayrımı genellikle teorik çalışmalarda kullanılmakta, empirik araştırmalarda pek fazla öne çıkarılmamaktadır. Bu durum Müslümanlıkta bireysel ve kurumsal dindarlığın birbirinden ayrılmasının çok zor olduğunu göstermektedir” (Yapıcı, 2013: 29). Tarihsel bağlamda ülkemizde görülen dindarlık biçimleri değerlendirilecek olursa dindarlığın üç temel görüntüsünün olduğunu ifade edebiliriz. Bunlar; rasyonel ve entelektüel öğelerin hakim olduğu *medrese dindarlığı*, ikincisi tasavvufi yaşantının öne çıktığı *tekke dindarlığı* ve bu ikisi arasında sıkışan, bununla beraber dini ve mistik unsurların egemen olduğu *halk dindarlığıdır* (Yapıcı, 2013: 30-31).

İbadet boyutunu dikkate alarak bir sınıflama yapacak olursak, genelde iki tür dindarlıktan söz edebiliriz. Birincisi başta bireyin ibadetler olmak üzere inandığı dinin kendisinden istediği emir ve yasaklara uygun davrandığı dindarlık biçimidir. Dinin insanlardan talep ettiği fiilleri yerine getiren dindarların yaşantısında gözlenen bu durum dinin yaşandığı dindarlık olarak değerlendirilebilir. Bunlardan ikincisi ise, dinin söz konusu taleplerinin fazla dikkate alınmadığı yani inancın davranışlara dönüşmediği dindarlıktır. Burada bahsedilen, inandığı halde dini pratiklerini neredeyse hiç yerine getirmeyenlerin dindarlığıdır (Yapıcı, 2013: 33). Dindarlık kavramı bir başka şekilde dinin emir ve yasaklarına bağlılık ve bunların hayata geçirilmesi ile ilgili olarak beş farklı biçimde ele alınabilir. Bunlar; *ateşli dindarlar*, *alaca dindarlar*, *mevsimlik dindarlar*, *beynamaz dindarlar* ve sonuncusu *ilgisiz dindarlardır* (Günay, 1999: 260-262).

Dindarlığı *otoriter* ve *hümaniter* olmak üzere iki kategoride de inceleyebiliriz. Buna bağlı olarak otoriter ve hümaniter dindarlık biçimleri ortaya çıkmaktadır. Semitik dinler içerisinde yer alan dinlerde ortaya çıkan otoriter dindarlığın temel özelliği, “insanların tabiatüstü, görülemez, tutulamaz ve

duyulamaz olan bir güce kesin bir biçimde teslim olmalarıdır. Bu tür dindarlık formunda en büyük erdem itaat, en büyük günah ise itaatsizliktir. Hümaniter dinlere gelince, bunların en büyük özelliği insanı öncelikle insan olarak algılamalarıdır. Bu tür dinlere mensup kişiler insanı ve onun çevresiyle ilişkilerini anlayabilmek için aklın öncülük etmesi gerektiği kanaatindedirler. İnsan, gerçeği tanımak istiyorsa kendi ruhsal, zihinsel ve fiziksel gücünün farkına varmalıdır. Bu sebeple kişinin, gerek kendisine ve gerekse başkalarına saygı duyabilmesi için insani tarafı sevebilme yeteneği geliştirilmelidir. Bu tür bir dini yaşayış, insanda evrende bir olduğu duygusunu verir. Çünkü dünya ile ilişkisini akıl ve sevgi üzerine kuran bir kişi kendisini tüm evrenle bir olmuş hisseder. Hümaniter bir dinde insanın çabası güçlerini kullanma üzerinde yoğunlaşır. Erdem, kayıtsız şartsız itaat değil, kişinin kendini gerçekleştirmesidir. İnanç ise bir şeye inanmanın getirdiği bir güvendir ve düşünce ile duygunun işbirliği altında gelişen bireysel yaşantı sonucu ortaya çıkar. Otoriter dindarların yaşadığı suçluluk duygusu ve acı çekme, hümaniter dindarlarda yerini içsel doyum ve mutluluk hissine bırakmıştır” (Fromm, 1993: 61-66).

### **3. PSİKOLOJİK BİR KAVRAM OLARAK KORKU**

Korkunun tanımına geçmeden önce kaygı kavramını da açıklamakta yarar vardır. Çünkü korku ve kaygı genellikle birbirleriyle sıklıkla karıştırılan iki kavramdır. Korku o an var olan somut tehlikeye yönelik duygusal bir tepkidir. Korkunun “*şu an ki yönüne*” kaygının ise “*beklenen*” yönüne odaklanılmaktadır. “*Korku şu an var olan somut tehdit ve tehlike ile ilgiliyken kaygı, gelecekte olması muhtemel durumlarla ilgilidir. Ormanda vahşi bir hayvan ya da büyük bir*

*patlama, doğal afetler ve diğer insanların tehdit ve saldırılarına maruz kalan kişi, korku yaşar.*” (Şahin, 2019: 119). “Hem kaygı hem de korku hisseden bireylerde sempatik sistem devreye girer, fizyolojik süreçlerde hızlı değişimler meydana gelir. Organizma alarma geçer, savaş ya da kaç tepkisi ortaya çıkar. Kaygı ve korku mutlaka “kötü” değildir aslında her ikisi de uyum sağlayıcıdır. İnsanın içinden ya da dışından gelen uyarımların *amigdala* tarafından tehlikeli olarak algılanması ile mesaj hızla *hipotalamusa*, sonra iç salgı bezlerinin şefi olan hipofiz bezine, adrenalin ve diğer iç salgı bezlerine ulaşır. Bu mesaj organizmanın alarma geçmesine ve yedek güçlerin devreye girmesine neden olur. Kan basıncı, kalp atışı, solunum hızı artar. Mide-barsak hareketleri hızlanır. Tükürük salgısı azalır, ağız kurur, adrenalin artar, kana glukagon hormonu salgılanır, kanda şeker miktarı artar, gözbebekleri genişler, kan iç organlardan çekilir ve çizgili kaslara yönelir, kanda pıhtılaşma artar, kaslar yay gibi gerilir, tüyler diken diken olur” (Şahin, 2019: 119).

Korku aynı biçimde üzüntü, sevinç veya aşk gibi temel heyecanlar arasında sayılabilir. Korku ayrıca değişken şiddetteki duygusal bir tepkidir (Mannoni, 1995: 8). Aniden ortaya çıkan korku insan beyninin yoğunlaşmasına sebep olan bir durumdur (Furedi, 2001: 8). Diğer bir ifadeyle korku, insanı ve ruhunu tehdit eden bir tehlikeye karşı gösterilen tepki (Köroğlu, 2006: 3) biçiminde ifade edilebilir. Korku bir tehlikenin habercisidir. Nevrotik korkular ise kaynağını içgüdüsel tehlikelerden alır. Hayaller ise içteki korkulardır. Tehlike gerçek özellik taşırsa gerçek korkudan söz edilebilir (Zulliger, 1997: 84). İnsanların hemen hepsinde ortak olan evrensel korkular vardır. Bu korkular tarihsel süreçte neredeyse herkesin ilgisini çekmiştir. Eskiden beri mitolojilerde, bilimsel araştırmalarda ve sanatsal ürünlerde kaygı ve korku kavramını işleyen ürünlere değinilmiştir (Köknel, 1995: 22). Güvenlik ihtiyacı ve güvenlikte olma arzusu bir insanın temel güdülerinden birisidir (Baymur, 1994: 71).

İnsan bu nedenle emniyetini tehdit eden olaylardan korkar ve kaçır. Korkunun davranışlara yansıması bu şekildedir. Fakat bazı bireyler korktukları objeden kaçmaya çalışırır veya onunla mücadelele girişirler. Korkunun kaynağı kişinin kendisini güven içinde olmamasından dolaydır (Yapıcı, 1997: 228). Korkunun ortaya çıkmasında insanın içinde doğup yetiştiği kültürün ve ortamın önemli bir etkisi vardır. Jung ise kolektif bir bilinçdışını kabul ederek bu bilinçdışının her şeyi kuşatan bireysellikten uzak ve zaman üstü davranış örüntüleri olduğunu belirtir. Yine Jung’a göre *“bütün arketiplerin tümünü temsil eden kolektif bilinçdışı en koyu karanlıklar içinde saklı yatan en eski çağlardan günümüze kadar gelen insanların yaşadıkları olayların bir çökeltisidir.”* Korkuların birçoğu anlatılan ve yaşanan tehdit veya tehlikenin öğrenilmesinden kaynaklanır. Korku, aslında bireyin varlık ve benliğini koruyan faydalı bir duygudur (Köknel, 1995: 20). Bazı ruhbilim kaynakları korku veya fobilerin kaynağını çocukluk yıllarında ararlar. Onlara göre sevgi doyumsuzluğu korkuya sebep olur. Sevgiyi yeterince alamamış çocuklar yetişkinlikteki korkuların kaynağıdır (Köknel, 1995: 62). Bazı bilim adamlarına göre korku doğuştandır. Bu korku bütün varlıklarda olup, onların özlerinde saklı ‘varlık’ korkusudur (Bilgin, 2004: 81). Bazı bilim adamları doğum travmasını tipik bir olay olarak görürler. Buna göre, insan daha doğarken korkuyu öğrenmektedir. Bireyin ileride karşılaşacağı her korku durumu doğum olayına uygunluk gösterir. “İnsanın öbür memeliler gibi sivri değil de yuvarlak bir başı vardır; doğumda rahim kanalında sıkışmaya uğrayıp, öbür organlardan önce dünyaya gelir, ayrıca beynin daha çok yer tutmasından ötürü, memelilerinkiyle kıyaslanamayacak kadar iridir; bu yüzden, doğum sırasında karşılaşılan korkulu durumlar insanda özellikle büyüktür. Oysa memelilerde önce ön ayaklar çıkar gün ışığına ve arkadan gelecek vücudun öbür parçalarına yol açır. İnsan yavrusunun doğuşu işte bu yüzden zorlanmalı, acılı ve korkuludur, bu yüzden travmatiktir ve ileride bireyin

kapılacağı korkuların temelini oluşturur.” Araştırmacılar hayvanları gözlemleyerek onların da korku duyabileceklerini ifade ederler. Hayvanlardaki bu korku, onların sadece evcil yaratıklar olarak insanlardan öğrendiği bir korku değildir. Bu korkuyu duyanlar yalnız memeli hayvanlar da değildir. Bu durumda varoluşçular bir ilk korkudan, bütün yüce varlıklarda doğuştan bulunup, onların özlerinde saklı bir korkudan söz açmış ve buna da varlık korkusu adını vermişlerdir. Çağdaş Amerikalı varoluşçu ve psikiyatrist Knapp’ın deyişiyle “*Korku, insanın insan aşamasına ulaşabilmesi için ödediği bir bedeldir*”. Sigmund Freud’a göre korku, “*bir cinsel içgüdünün akışı sekteye uğratıldığı, engellendiği, durdurulduğu ya da yolundan saptırıldığı zaman baş gösterir*” (Zulliger, 1997: 16–17). Freud korkuların içten gelen kaygının daha kolay kaçılabilir, sakınılabilecek objelere veya koşullara doğru yönelmesi ile meydana geldiğini savunur. Korku bireyin kişiliği için tehlikeli olan etkilere karşı benliği savunur. Aynı zamanda korku bireyin içinden gelen genellikle cinsellik ya da saldırganlık gibi özellikler taşıyan baskılara karşı kişiliği ve benliği korur. Freud’a göre korkular “cinsel içgüdü ve saldırganlık duygularının Oedipus karmaşası döneminde takılmasından kaynaklanır.” “Takılmanın yarattığı kaygıdan kurtulmak için türlü savunma sistemleri kullanılır. Önce kaygı bastırılır. Bir süre sonra bastırılan kaygı yer değiştirir. Dışa aktarılır. Bir nesne, durum ya da kişiye yansıtılır. Başka düşüncelerden soyutlanır. Böylece türlü korkular ortaya çıkar.” Watson ve arkadaşları, beyaz tavşandan korkmayan on bir aylık Albert’i, Pavlov deneylerine dayanarak tavşandan korkan bir duruma getirmişlerdir. Önceleri çocuğun çok sevdiği, korkup çekinmediği beyaz tavşan, sonra çocuk için korku verici duruma gelmiştir (Köknal, 1982: 266). Nitekim korkunun kaynağını doğuştan gelme ve sonradan öğrenme biçiminde ifade edebiliriz. Korku hoş olmayan bir durumdur ve bu yüzden de, derhal korkuyu hafifletecek veya yok edecek psişik sistemler

geliştirilir. Korkuya karşı en iyi sistem, ona uyum sağlamaktır. Diğer bir ifadeyle toplumun güçlerine boyun eğmektir. Duhm'a, göre korku, tam bir egemenlik aracıdır (Duhm, 1996: 32). Peck'e göre korkunun temeli tembelliktir. Peck, korkularımızın çoğunun hali hazırda var olan durumun değişime karşı duyulan korkular olduğunu ifade eder (Peck, 1992: 266). Peck korkunun insandaki yaptırım gücüne vurgu yapar. Zira İslamiyet korkuyu, insanların davranışlarına etki eden en önemli unsurlardan birisi olarak açıklar. Nitekim insanlarda korku duygusu bulunmasaydı nizam, kanun ve disiplin de olmazdı. Bu açıdan korku insanı kötülük yapmaktan alıkoyan, görevlerini yapmaya mecbur bırakan kanun ve düzene uyum sağlamayı kolaylaştıran en güçlü duygu olarak ifade edilmektedir (Kırca, 1995: 321). Genelde yeni olan ve bilinmeyen her şey korku verir. "Çocuğun güçsüzlüğü ve bilmediklerinin çokluğu düşünülürse, özellikle ilk yıllarda, korkuların bolluğu anlaşılır. Örneğin bir bebek için her şey korkutucudur: Gürültüler, alışılmamış bir nesne, bir yabancı yüz. Bebek, acıkma, susama, altının ıslanması gibi kendi içinden gelen nedenlerle de korku tepkisi gösterir. Kimi evlerde, sık başvuru yoldur yıldırım da : 'Sus, Allah seni taş eder! Çarpılırsın! Tanrı her yaptığını görür!'. Bu yolla, çocuk kendini kötü görmeye kalmaz, Tanrı'ya karşı korkuyla karışık bir öfke de geliştirir" (Atay, 1992: 293). "Bir çocuğa annesi babası her zaman, en çok Allah'ımızı, sonra Peygamberimizi, sonra da diğer yakınlarımızı sevmemiz gerektiğini öğretirlerken ortaya çocuğun bir tepkisi çıkmıştır. Çocuk itiraz ederek: 'Ben en çok Allah'ımızı değil, Peygamberimizi seviyorum!' demiştir. 'Niçin?' diye şaşkınlıkla sormuşlardır. 'Allah beni cehenneme atacak, Peygamber ise kurtaracaktır!' demiştir (Bilgin, 2004: 85). Korku yalnız çocuklara has değildir. Küçük-büyük herkes tarafından yaşanan bir duygudur. Bundan da öte korku, bütün canlı varlıklara mahsus bir duygudur diyebiliriz. Sadece tavşan, bıldırcın gibi, korkaklığı ile tanınmış hayvanlar değil, neredeyse bütün hayvanlar; sesler, ani hareketler veya beklenilmeyen

uyarıcılar karşısında korkarlar (Aytuna, 1976: 87). Ergenlik çağında en çok meydana gelen korku ise, karşı cinsle iletişim kuramama, beğenilmeme yani kabul görmeme korkusudur. Bu çağda bedende yaşanan fiziksel değişimler de, ergenin kendisini kabul etmemesine neden olabilir. Bu değişime uyum sağlayamama sonucunda yaşanan sıkıntılar da duyguların daha farklı yansımalarına sebep olabilir. Yetişkinlik döneminde ise daha ziyade sorumluluk duygusuyla ilgili korkular oluşur. Bu tür korkuların oluşmasında çocukların bireysel özellikleri ve anne babanın tavırları etkilidir. Buna ek olarak evlilik ve aldatılma korkuları da yetişkin dönemde ki insanları fazlasıyla etkilemektedir. “Yaşlılık dönemine gelindiğinde ise hastalıklardaki çoğalma ve bunun yanı sıra bunama başlıca bu dönemin temel korkuları olarak sayılabilir. Emeklilik, eş ölümü, daralan sosyal çevre yaşlılık dönemindekileri derinden etkiler. Toplumsal ve kültürel korkulara ise doğal afetler, savaş ve terör korkusu, kültürel korkular ve batıl inançları sayabiliriz. 11 Eylül terör olayı ve onun öncesinde yaşamış olduğumuz 17 Ağustos depremi son derece önemli bir kitlesel travma örneğidir. Savaş durumu veya olası terör tehditleri kitleler üzerinde korku duygusu uyandırır. Bunun yanında kişilerin yaşadıkları korkular üzerinde ait oldukları kültürün de etkisi vardır. Bunun örneği olarak tüm dünyada korku salan “Akut Solunum Yolları Sendromu (SARS)” verilebilir. “Bu tehlike nedeniyle, bir ara Çin’de ve Tayvan’da yaşam felç olmuş, insanlar SARS korkusu yüzünden kalabalık yerlerden uzak durmuş ve günlük hayatı sakinleştirici kullanarak geçirmişlerdir”. Batıl inançlara ise gölgelerden korkmak, on üç sayısından ve Cuma gününden korkmak, aynanın kırılması gibi bir çok örnek verebiliriz” (Burkovik-Tan, 2006: 25-80).

Korkuları genellikle üç farklı başlık altında ele alabiliriz. Bunlar: a) Varlık korkusu: Bu korku türü insanın bedenini tehdit eden faktörlere karşı duyulan korkudur. Uçağa binme korkusu,

yükseklik korkusu, ölüm korkusu, hastalık korkusu, örümcek korkusu, karanlık korkusu vs. b) Başarı korkusu: İnsanın yaşamının farklı zamanlarında göstermesine engel olacak faktörlere karşı olan korkudur. Okul korkusu, sınav korkusu, bedensel faaliyet korkusu vs. c) Sosyal korkular: Bireyin kendisine ve kişiliğine tehdit oluşturabilecek durumlar karşısında hissedilen heyecan veya tedirginlik duygularıdır. Toplum karşısında olma, tedirginlik, mahcup duruma düşme, utanma, korkusu sayılabilir (Konrad-Claudia, 2003: 31–32).

#### **4. KORKU VE DİNİ YAŞAYIŞ**

Kur'an-ı Kerimde korku kavramı Hz. Âdem ile başlamaktadır. Onun çocukları arasında çıkan çekişmelerle birlikte devam etmiş ve bunun sonucunda meydana gelen bireysel korkuyla birlikte başlayarak Allah'tan başka hiçbir şeyden korkulmaması gerektiği bildirilmiş ve insanların diğer bütün korkulardan emin olunması gerektiği gösterilmiştir (Bilgi, 2015: 235). Kur'an da korku kavramını karşılayan birçok kelime olmasına rağmen bunu en genel anlamıyla ifade eden kelime “*havf* kelimesidir. Havf, sözlükte endişe duymak, korkmak gibi anlamlara gelir. Havf kelimesi hem dünyevi hem de uhrevi korku ve kaygılar için kullanılır” (İsfahani, 1992: 303). Bazı mutasavvıflar ve İslam bilginleri korku kavramı hakkında yakından ilgilenmişler ve özellikle bu kavramı özelleştirmişlerdir. Havf kelimesi özellikle ahiret hayatı ve Allah korkusu ile ilgili ağır endişeler için kullanılmıştır. Tehânevi, havf'ın tasavvuftaki anlamını günahlardan ve isyanlardan dolayı haya ve elem duymak biçiminde tanımlamıştır (Kara, 1997: 529).

Esasında Allah'tan korkma bir vahşi hayvandan korkma gibi bir korku değildir. Allah'tan korkmayla itaatsizlikten korkma, kötü şeylerden uzak durma, el etek çekme ve faydalı

işleri gerçekleştirme yollarını arama kastedilir. Çünkü suç ve günahları yapmaya devam eden kişi Allah’tan korkmuş sayılmaz (İsfahani, 1992: 303). Korku içeren kavramlardan bir diğeri de haşyet’tir. Haşyet, tazim ve saygı içeren korku ile karışık bir kavramdır. Haşyet, Allah’ı bilen âlimlerin korkusudur. Bu kelime “kulun işlediği günahlar nedeniyle Allah’ın Celal sıfatının kendisinde tecelli edeceği düşüncesiyle kalbinde duyduğu endişeyi ifade eder” (İsfahani, 1992: 283).

*Rehbet*, kavramı da korku ile ilgili bir başka kelimedir. Rehbet, tedbirli ve ihtiyatlı olmakla birlikte telaşlı bir kaygıyla karışık korkuyu ifade eder. Aşırı bir dini kaygı ve korkudan dolayı bir hücreye kapatan ve kendisini ibadete adayan Hristiyan keşişlere eski Araplar tarafından *rehbet* kökünden gelen rahip ismi verilmiştir. Vecel ise Zat’ın karşısında duyulan korkudur. Tüylerin ürpermesi ve kalbin çarpması buna eşlik eder (İsfahani, 1992: 855; Yazır, IV: 202). Vecel kelimesini en iyi tanımlayan şu ayettir. “*Gerçekten mü’minler ancak öyle kimselerdir ki, Allah anıldığı zaman kalpleri ürperir.*” (Enfal 8/2). Gazâli’ye göre Allah’tan korkmanın iki makamı vardır.

1. Allah’ın zatından korkmak: Bu korku âlim ve ariflerin korkusudur. Onlar Allah’ın celalinin heybetinden korkarlar.
2. Allah’ın azabından korkmak: Bu korku türü bütün yaratılmışların korkusudur (Gazali, IV: 152).

Genel olarak tabiata baktığımızda her şeyin pozitif ve negatif olmak üzere iki yönünün olduğunu görürüz. İnsan da yapı ve yaratılış olarak çift yönlülüğü kendisinde toplamıştır. Nitekim o hem inanan hem de inkâr edebilen bir varlıktır. Aynı zamanda insan hem yıkan hem yapan ve hem bozgunculuk çıkaran hem barış tesis edebilen bir varlıktır. Zira konu ile ilgili bir ayette şöyle geçmektedir: “*O, hanginizin daha güzel iş yapacağını sınamak için ölümü ve hayatı yarattı. O üstündür,*

*bağışlayandır.*” (Mülk 67/2). Bir sınav yeri olan bu dünyada insanoğlu, kendisine gönderilen vahiy kaynaklı bilgilerle varlıklar âleminde elde ettiği bilgileri istediği gibi kullanabilme imkânına sahip olmuştur. Bu durum melekleri bile korkutmuştur. Dolayısıyla insan hem sevilen hem de korkulan bir varlık olmuştur. İnsana verilen bu yetkiden dolayı o bir güce sahip olmuş ve bu gücün cazibesine kapılarak kibirlenmeye ve böbürlenmeye neticede de kan dökmeye başlamıştır. Âdem kıssasına bakıldığı zaman görünüşte her iki oğul da bir kurban ibadeti yerine getirmek istemiştir. Şekil itibariyle bu iki oğulun aralarında bir fark olmamasına rağmen birinin iç dünyası kin, nefret ve haset doluyken diğerrinin iç dünyası sevgi, şefkat ve merhametle kaplıdır. Habil’in ifadelerinden de anlaşılacağı üzere Allah korkusu kişiyi Rabbine bağlayan en güçlü bağıdır. Bu nedenle soyut olarak ele alındığında negatif gibi görünen korku, kaynağını Allah’tan aldığı anda olumlu ve pozitif düşünmesine, kötülüklerden uzaklaşmasını sağlamaktadır (Bilgi, 2015: 238-239).

Kur’an-ı Kerimde korku içeren olaylar üç çeşittir. Bunlar: Kıyamet günü, Ahiret ve hesap günü ve cennet cehennem azabıdır. Kur’an da korku içeren olayların başında kıyamet olayı yer alır. Kurulu bir düzenin veya sistemin sona erişini ifade eden kıyamet, insanlığı dehşete düşüren ve korkutan bir hadisedir. Kur’an da kıyamet olayı en dikkat çekici özelliğiyle şu ayette yer alır: “*Güneş dürülüp ışığı kalmadığı zaman, yıldızlar düşüp söndüğü zaman, dağlar yürütüldüğü zaman, doğurması yaklaşmış develer terkedildiği zaman, yabani hayvanlar bir araya toplandığı zaman, denizler kaynayıp birbirine karıştığı zaman*” (Tekvir 81/1-6). Sonuçta Kur’an’da kıyamet, ahiret ve cehennem azabı ile insanları korkutma, Kur’an’ın insanı uyarmada en çok başvurduğu yöntemdir. Bu şekilde korkutulan insanı şu gruplar halinde sıralayabiliriz:

1. İnkârcılar: Allah'ın varlığına ve birliğine inanmayan kimselerdir.
2. Münafıklar: İman etmediği halde inanıyormuş gibi gözüken çift kimlik ortaya koyan kişiliksiz insandır.
3. Putperestler: Allah'a ortak koşanlardır.
4. Allah'ın gönderdiği peygamberleri ve kitapları reddedenler.
5. Ahiret hayatını yalanlayanlar.
6. Mücrimler: Allah'ın yasaklarını dinlemeyen ve günahta ısrar edenlerdir. Kur'an, günah işleyenleri açık bir şekilde tehdit eder. İman edip faydalı işler yapanları ise müjdeler. İnsanın her iki sonucu da göz önünde tutarak ona göre davranmasını ister.
7. Zalimler ve İftiracılar: Adaletten ve haktan sapanlar, Allah'a ve onun yarattıklarına karşı haksızlık ve zulmeden kişilere Kur'an'ın tutumu çok serttir.
8. Allah'a kulluk yapmaktan çekinenler (Bilgi, 2015: 241-245).

Kur'an'da cehennem, ahiret ve kıyamet ile ilgili örnekler daha da çoğaltılabilir. Kur'an'ın insanla ilgili olarak çizmeye çalıştığı çerçevede mü'min kişi varlığın sırrını anlamış, inanç ile ilgili sorunlarını çözmüş ve sağlam bir imana sahip olmuştur. Ayrıca mümin Allah'a gönülden bağlı olan kimsedir. Yaratılanı yaratandan dolayı sever. Dolayısıyla Kur'an, insanı bu ahlaki çerçevede ve olgunlukta yetiştirmek için korkuyu, bilhassa Allah korkusunu bir araç olarak kullanmıştır. Buna ek olarak Kur'an-ı Kerim, bu çeşit korkutmalarla dünyada sorumlu bir varlık olarak yaşayan insanın herhangi bir imansızlığa ve inançsızlığa düşmesini önlemeyi, insanın doğru bir inanca sahip olmasını ve görevlerini yerine getirmesini amaçlamıştır. Bunun yanı sıra Kur'an, insanın ahlaki güzellikler kazanmasını, pişmanlığın kendisine fayda vermeyeceğini ve kendisine verilen

hayat sınavını en iyi şekilde geçmesini de hedeflemektedir (Bilgi, 2015: 245).

Kur'an güç ve kuvvet sahibi zalimlerin diğer kişilere karşı sergiledikleri tutumlara diğer bir ifadeyle negatif korkutmalara da örnekler verir. Bunlardan biri sihirbazların iman etmesi üzerine Firavun'un onlara ceza vermesi veya onları tehdit etmesidir. Musa peygamberin Firavun'un huzurunda sihirbazlarla yarışması Musa'nın onları yenmesi neticesinde sihirbazların Allah'a ve Musa'nın peygamberliğine iman etmesi üzerine Firavun öfkelenerek; *"Ben size izin vermeden ona inandınız öyle mi? Doğrusu bu, halkı şehirden çıkarmak için düzduğümüz bir hiledir. Fakat siz göreceksiniz And olsun ki, ellerinizi, ayaklarınızı, çaprazlama keseceğim, sonra da hepinizi asacağım"* (Araf 7/ 123-124). Diyerek tehditlerde bulunmuştur. Diğer bir negatif tehdit ise ashab-ı uhdu olayıdır. "Kafirlerden bir grup yerde hendek açarak ateş yakar. Müminleri bu ateşin karşısına dikerler, dininden dönenleri bırakırlar, imanda ısrar edenleri ise ateşe atarak yakarlar. Ashab-ı Uhdud Müminleri yakanlardır." (Yazır, IX: 98). Bununla ilgili ayet şudur: *"Hazırladıkları hendekleri tutuşturulmuş ateşle doldurarak onun çevresinde oturup iman eden kimselere dönmeleri için yaptıkları işkenceleri seyredenlerin canı çıksın! Bu inkarcıların iman edenleri ateş azabına uğratmaları, onların sadece, göklerin ve yerin hükümrânlığı kendisinin olan, Aziz ve Hamid olan Allah'a iman etmiş olmalarındandır. Allah her şeye şahittir."* (Buruc 85/4-9). Bu iki örnekte belirtildiği gibi Kur'an, zalim ve güçlü insanların diğerlerini korkutup ve tehdit etmelerini ve zalimlerin hakikat karşısında yenilgiye uğrayınca insanları baskı altında tutmak için başvurdukları bir yöntem olarak görmektedirler. Onlar şiddet ve korkuyu kendi otoritelerinin devam etmesi için araç olarak kullanırlar. Kur'an bu tür korkutmaları hiçbir zaman doğru bulmamış ve onlara kesin bir şekilde karşı çıkmıştır.

Kur'an'ın insanın pozitif yönde ilerlemesi ve gelişmesi için birçok farklı metotlar kullandığını görürüz. Onun anlatım biçimi tek tip bir anlatım şekli de değildir. Kur'an yerine ve şartlara göre ümidi ve yerine göre de korkuyu kullanır. Onun asıl amacı ideal insanı yetiştirmek ve bunun zeminini hazırlamaktır. Zira insanların hepsi yetenek ve kabiliyet olarak buna uygun yaratılmıştır. Kur'an'ın temel amacı, insanın Rabbinin huzuruna kendisinden beklenenleri yerine getirerek çıkması ve cennet şartlarına uygun ahlaksal donanımına sahip olmasıdır. İşte bu hedeflerin gerçekleşmesinde korkunun da önemli bir fonksiyonu vardır. Kur'an korkuyu bu kapsamda kullanır. Kur'an ayrıca diğer konularda olduğu gibi insanların cezalandırılmaları ve korkutulmaları hususunda da insanı düşündürmeye ve ibret aldirmaya çalışır (Bilgi, 2015: 247). Kur'an geçmiş milletlerden örnekler vererek ders çıkarılmasını ister. Bununla ilgili bir ayette *“Onlar hiç yeryüzünde dolaşp kendilerinden önce yaşamış olanların (bilinçli günahkârların) sonunun ne olduğunu görmediler mi? Allah onları kökten yok etti, hakikati inkar edenlerin tümünü buna benzer (bir akıbet) beklemektedir.”* (Muhammed 47/10). Kur'an görüleceği üzere korkutarak ve uyarak insanların benzer hataları yapıp benzer cezaları almasını önlemek istemektedir. Kendi dönemlerinde baskı ve zorba olanların durumunu da Kur'an şöyle açıklar: *“Ama bize meydan okumaya devam edince (Firavun ve kavmi) onlara misillemede bulunduk ve hepsini suda boğduk. Onları geçmişten bir hatıra ve sonrakiler için bir ibret örneği kıldık.”* (Zuhruf 43/55-56; Araf 7/130).

Korku kavramı hakkında Kutsal kitaba bakıldığında Kur'an'a uymadığı görülmektedir.” *Sevgide korku yoktur. Tersine, yetkin sevgi korkuyu siler atar. Çünkü korku işkencedir*” (Yuhanna, 4: 18). Burada söz konusu olan sevgi, bireyin Tanrı'ya olan sevgisidir. İmanlının Mesih'in sağladığı kurtuluşundan dolayı Tanrı'nın merhametine sahip olduklarını

anladıklarında Tanrı'ya olan korkuları kaybolur. Tanrı'nın önünde güvende olurlar. Bu yüzden bireyin hayatında hem yaşadığı müddetçe hem de yargı gününde böyle bir cezalandırma korkusu bulunmaz. Kur'an'da yer alan korkunun uyarı özelliğinde olduğu tekrar tekrar vurgulanmıştır. Bir ayette *“İşte böylece biz onu Arapça bir Kur'an olarak indirdik. Onda tehditlerden nice türlüünü tekrar tekrar açıkladık ki sakınırlar yahut onlara bir ibret ve uyanış verir.”*(Tâhâ 20/113). Kur'an ilk inmeye başladığından itibaren hayatları korku ile donatılmış olan muhataplarına onları eğitmede ve onlara mesajlarını ulaştırmada korku kavramını kullanmıştır. Özellikle Kur'an'ın inmeye başladığı ilk dönemlerde maddi ve somut korkular yerine ahiret veya cehennem azabı gibi soyut korkulardan faydalanmıştır. Zira Kur'an bireyi eğitmede ve ona görevlerini hatırlatmada korkuyu bir araç olarak kullanmıştır. Kur'an, Allah ile insan arasındaki iletişimi sürdürmek ve Allah'ın rızasını ve sevgisini kazanmada insana yardımcı olmaktadır. Bu itibarla korku, iletişimin sağlanması noktasında bir enerji görevi görmektedir.

Diğer açıdan Kur'an, korkunun negatif yönde insanların hemcinsleri tarafından haksızlığa uğratılmalarında ve özgürlük sahalarının daraltılmasında ve insanların köleleştirilmesinde kullanılmasına şiddetle tepki göstermiştir. Bu anlamda korkuyu negatif olarak kullanan Firavun ve askerlerini şiddetle kınamıştır. Çünkü bu zorbaların amacı halkı sindirmeye yöneliktir. Onlar şiddet ve korkuyu kendi hükümlerinin devamı için kullanırlar. Tarih de zaten bu çeşit korkutmalarla doludur. Fakat Kur'an bu tür korkutmaları doğru bulmamış ve onlardan korkulmaması gerektiğini tavsiye etmiştir. İslam dinine göre bütün her şey insan içindir. Bu yüzden korkutma ve sindirme ile insanlar diğer insanlar üzerinde hakimiyet kuramazlar. İslam ayrıca insanın özgürlüğünü sonuna kadar savunur. İslam insanların korkutulmasına şiddetle karşı

çıkmiştir. Allah korkusu ise insanlara acı veren bir korku değildir (Bilgi, 2015: 248). Bu korku insanı özgürleştiren ve her türlü dünyevi korkulardan kurtaran sevgi dolu Allaha yaklaştıran ve aradaki engelleri ortadan kaldıran bir korkudur. İslam dininde korku fitri bir olgudur. Bireyin iç dünyasında bir otokontrol sistemi kurmak, onun aşırılığa kaçan istek ve arzularını frenlemek, diğer insanların özgürlük alanına karışmasını önlemek; diğer taraftan insanı Allah'ın rızasını kazandıracak faydalı işler yapmaya teşvik amacıyla kullanmıştır (Bilgi, 2015: 249). İnsanın tabiatına ve fitratına bakıldığında onun sahip olduğu duygu ve özelliklerinin çift taraflı olduğunu görürüz. Bir bakıma bu kâinattaki genel kuralın ortaya çıkmasıdır. Nitekim bununla ilgili bir ayette şöyle buyrulmaktadır: *“Biz her şeyden çift yarattık. Umulur ki iyice düşünürsünüz.”* (Zâriyat 51/49). Her şeyin çift yaratılmış olması ve her şeyin bir karşıtının olması bireyin kendisini gerçekleştirmesi için son derece önemlidir. Esasında bu durum bireyin daha özgür bir alana sahip olmasının da bir sonucudur. Yaratılış olarak her şeyin bir zıddının olması da eğitim bilimi açısından da önemlidir. Korku ve şiddetin karşıtı ümit ve sevgidir. “Sadece ümit ve sevgiye dayalı bir eğitim yeterli değildir. Gazali, korku mu yoksa ümit mi daha üstündür? Şeklindeki bir soruyu *“insan için ekmek mi su mu daha önemlidir?”* sorusu kadar saçma bulur. Zira insan hayatının devamı için her ikisi de önemlidir” (Bilgi, 2015: 249).

“Kullukta Allah korkusu mu, Allah sevgisi mi esas olmalıdır? Sorusu ilk zamanlardan beri hep sorulagelmıştır. Dini tebliğde havf ve reca, korku ve sevgi dengesini bozarak korkuyu öne çıkaranlar kaba sofu olarak suçlanmış, Allah korkusunu bir tarafa bırakarak ümit ve sevgide aşırı gidenler de zındık olmakla suçlanmışlardır. Fakat sadece ümit ve sevgiye dayalı eğitimin insan fitratı açısından eksik olduğu, zaman zaman korkuya da ihtiyaç olduğu bilinen bir gerçektir. Kur'an bu itibarla her şeyde olduğu gibi bu konuda da korku ve ümit dengesine dikkat etmiş

ve iman sahibi insanın eğitilmesinde korkuyu kullanmıştır. Onun asıl amacı insana ahlaki erdemleri kazandırmaktır. Diğer yönden Kur'an, insanların insanlar tarafından ezilmesi ve tahakküm altına alınması anlamına gelen negatif korkuyu ise kesinlikle doğru bulmamış ve korkuyu bu amaçla kullanmamıştır" (Bilgi, 2015: 250).

## 5. SONUÇ

Netice itibariyle semavi dinlerde insan, bir yönüyle topraktan yaratılmış maddi, diğer yönüyle ise Allah'ın ruhundan üflediği manevi bir varlıktır. Yeryüzünde insan Allah'ın halifesi ve onun emirlerine boyun eğen ve sorumluluk yüklenen bir varlıktır. Yaratılış itibariyle insan iyilik ve kötülük yapmaya müsait bir varlıktır. Zıt yeteneklerle yüklü olan insanın negatif alana doğru yönelmesi ve kendini bu yönde geliştirmesi kendinden korkulan ve zulüm üreten bir varlık haline getirebilir. İslam dini insanın bu özelliklerini dikkate alarak onun fıtratında yer alan korku kavramını mekanik bir araçta bulunan fren sistemi gibi pozitif yönde kullanarak otokontrol sistemi oluşturmayı hedeflemiştir. Kur'an, indirilişinin ilk yıllarından beri hayatları korku ile kuşatılmış muhataplarına mesajlarını ulaştırmada korku olgusundan en üst düzeyde yararlanmıştır. Cahiliye döneminin tersine indiriliş süresince Kur'an, ilk muhataplarının hayatlarında korkunun yönünün maddi kaynaklı korkulardan manevi kaynaklı korkulara yön değiştirdiğini ve bu süreçte güce inanan kabile insanından hak ve hukuka inanan toplum ve ahlaki değerler insanına geçiş sağlandığını ifade edebiliriz.

## KAYNAKÇA

- Atay, H. (1992). *İslam'ın İnanç Esasları*. Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, Ankara.
- Aytuna, H. (1976). *Normal Çocuklarda Anormallikler*. M.E.B, 2. Baskı, İstanbul.
- Batson, C. D., & Ventis, W. L. (1982). *The Religious Experience: A Social-Psychological Perspective*. Oxford Univ. Press.
- Baymur, F. (1994). *Genel Psikoloji*. İnkılap Yayını, 14. Baskı, İstanbul.
- Bilgi, İ. H. (2015). Kur'ân'da Korku Olgusu Neden ve Nasıl Kullanılmıştır?. *Balıkesir İlahiyat Dergisi*, 1(2), 229-251.
- Bilgin, B. (2004). *İslam ve Çocuk*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 6. Baskı, Ankara.
- Burkovik, Y. ve Tan, Oğuz. (2006). *Korkuyorum*. Timaş Yayınları, 1. Baskı, İstanbul.
- Cox, J. L., & Aydın, F. (2004). *Kutsalı İfade Etmek: Din Fenomenolojisine Giriş (Teori, Metot ve Uygulama)*. İz Yayıncılık.
- Duhm, D. (1996). *Kapitalizmde Korku*. (Çev.: Sargut Şölçün), Ayraç Yayınevi Ankara
- Fromm, E. (1993). *Psikanaliz ve Din*. (Çev. Aydın Arıtan). Bsk., Arıtan Yay., İstanbul.
- Furedi, F. (2001). *Korku Kültürü*. (Çev.: Barış Yıldırım), Ayrıntı Yayınları, 1. Baskı.
- Al-Ghazali, I. (2020). *Ihya' Ulumuddin* 6. Nuansa Cendekia.
- Glock, C. Y. (1982). *Birleşik Devletler'de Dinsel Bir Uyanış Var mı?* (Çev. E. Sinanoğlu). R. Boudon & P.

- Lazarsfeld, Toplum Bilimleri Sözlüğü İçinde (Ss.51-71). Ankara: Unesco Milli Komisyonu.
- Glock, C. Y. (1998). *Dindarlığın Boyutları Üzerine* (Çev. M. E. Köktaş), Y. Aktay, M. E Köktaş (Der), Din Sosyolojisi İçinde (Ss. 252-274), Ankara: Vadi Yayınları.
- Günay, Ü. (1999). *Erzurum ve Çevre Köylerinde Dini Hayat*. İstanbul: Erzurum Kitaplığı.
- El-İsfahânî, R. (1992). Ebü'l-Kâsım Hüseyin b. Muhammed b. el-Mufaddal. *Muhâharâtü'l-üdebâ' ve muhâverâtü's-su'arâ' ve'l-bülegâ'*, 2.
- Kara, M. (1997). Kentsel Dönüşüm ve Sosyal Girişimcilik Bağlamında Türkiye'de Kentsel Yaşam Kalitesinin Artırılması. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 8(2), 137-164.
- Kırca, C. (1995). *Kur'an ve İnsan*. Marifet Yayınları.
- Kitâb-ı Mukaddes, (2000). *Kitâb-I Mukaddes Şirketi*, Acar Matbaacılık, İstanbul.
- Konrad, S. And Claudia, H. (2003). *Duygularla Güçlenmek*. (Çev.: Meral Taştan), 1.Baskı, Hayat Yayıncılık, İstanbul.
- Köknel, Ö. (1982). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö. (1995). *Korkular Takıntılar Saplantılar*. Altın Kitaplar Yayınevi, 3.Baskı, İstanbul.
- Köktaş, E. (1993). *Türkiye'de Dini Hayat: İzmir Örneği*. İstanbul: İşaret Yayınları.
- Köroğlu, E. (2006). *Kaygılarımız Korkularımız*, HYB yayıncılık, Ankara.

- Kur'an-ı Kerim Meâli, (2006), (hızl. H. Altuntaş, M. Şahin), Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Mannoni, P. (1995). *Korku*. (Çev.: Işın Gürbüz), İletişim Yayınları, İstanbul.
- Maslow, A. (1970). *Motivation And Personality (Reviewed)*. Newyork: Harper&Row.
- Onay, A. (2004). *Dindarlık, Etkileşim ve Değişim*. İstanbul: Dem Yayınları.
- Peck, M. Scott. (1992). *Az Seçilen Yol, Sevginin, Geleneksel Değerlerin ve Ruhsal Tekamülün Psikolojisine Yeni Bir Bakış*. (Çev.: Rengin Özer), Akaşa Yayınları, Özal Maatbası, İstanbul.
- Stark, R. & Glock, C. Y. (1969). *Dimensions Of Religious Commitment*. In: R. Robertson (Ed.), *Sociology Of Religion* (pp. 253-261). New York: Penguin.
- Şahin, M. (2019). *Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları*. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Yaparel, R. (1987). *Yirmi Dört Yaş Arası Kişilerde Dinî Hayat İle Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yapıcı, A. (1997). *İslam'da Tövbe ve Dini Yaşayıştaki Rolü*. Beyan Yayınları, Mart İstanbul.
- Yapıcı, A. (2013). *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi.
- Yavuz, K. (1982). *Din Psikolojisinin Araştırma Alanları*. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (5).

- Yazır, Elmalılı Muhammed Hamdi. (2015). *Hak Dini Kur'ân Dili Meali* (Tıpkı Basım), c.1-13, DİB Yayınları, İstanbul.
- Yıldız, M. (2006). *Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*. İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları.
- Zuckerman, P. (2006). *Din Sosyolojisine Giriş*. (Çev. İ. Çapcıoğlu-H. Aydınalp), Ankara: Birleşik Kitabevi.
- Zulliger, H. (1997). *Çocuklarımızın Korkuları*. (Çev.: Kamuran Şipal), Cem Yayınevi, 1.Basım, Ocak.

# PSİKOLOJİ ÇALIŞMALARI

**yaz**  
yayınları

YAZ Yayınları  
M.İhtisas OSB Mah. 4A Cad. No:3/3  
İscehisar / AFYONKARAHİSAR  
Tel : (0 531) 880 92 99  
yazyayinlari@gmail.com • www.yazyayinlari.com