



Islamic University of
Applied Sciences Rotterdam

YÜKSEK LİSANS TEZİ · YÖNETİCİ ÖZETİ

Hollandalı Müslümanlarda psiko-spiritüel süreçler

İbn Kayyim el-Cevziyye'nin perspektifinden kalp temelli bilişsel düzensizlik, spiritüel başa çıkma ve spiritüel kalp dengesi üzerine nicel bir araştırma

Havva Yıldız — İslami İlahiyat (BA)

HBO Lisansüstü İslami Manevi Danışmanlık Yüksek Lisansı

Islamic University of Applied Sciences Rotterdam (IUASR) · Akademik yıl 2025–2026

Yönetici Özeti

Bu yüksek lisans tezi, zararlı düşünceler, dinî başa çıkma (religious coping) ve manevi iyi oluş etrafında şekillenen mevcut psikolojik yapıların, İbn Kayyim el-Cevziyye'nin psiko-manevi perspektifi doğrultusunda nasıl yeniden yorumlanabileceğini incelemektedir. Araştırma özellikle Hollanda'da yaşayan Müslümanlara odaklanmakta ve Batı psikolojisinin modelleri ile kalp (kalp), nefis, tevekkül (Allah'a güvenip dayanma), tezkiye (manevi arınma) ve sekîne (iç huzur) gibi İslami manevi kavramlar arasında bir köprü kurmayı amaçlamaktadır.

Mevcut bilimsel literatürde zararlı düşünceler genellikle bilişsel psikoloji ve psikopatoloji çerçevesinde ele alınmaktadır. Dinî başa çıkma çoğunlukla olumlu ve olumsuz başa çıkma stratejileri olarak sınıflandırılırken, manevi iyi oluş ise anlam bulma, iç huzur ve varoluşsal denge ile ilişkilendirilmektedir. Ancak bu modeller, Müslümanların dinî ve manevi yaşantısını her zaman tam olarak yansıtmamaktadır. Bu nedenle bu araştırmada mevcut yapılar aşağıdaki şekilde yeniden kavramsallaştırılmıştır:

- ◆ Kalp Temelli Bilişsel Düzensizlik
- ◆ Olumlu Manevi Başa Çıkma
- ◆ Olumsuz Manevi Başa Çıkma
- ◆ Manevi Kalp Dengesi

Araştırma, 18 yaş ve üzerindeki Hollanda'daki Müslümanlar arasında gerçekleştirilen nicel ve kesitsel (cross-sectional) bir anket çalışmasıdır. Veriler tamamen çevrim içi olarak Google Forms aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcılar sosyal medya, İslami ağlar, manevi danışmanlık kuruluşları ve kişisel çevreler aracılığıyla araştırmaya davet edilmiştir. Sonuç olarak araştırmaya 346 geçerli katılımcı dahil edilmiştir.

Örneklemin büyük çoğunluğu kadınlardan (%81,8) oluşurken, erkekler örneklemin %18,2'sini oluşturmuştur. En geniş yaş grubunu 25–34 yaş arasındaki katılımcılar meydana getirmiştir. Katılımcıların çoğunluğu Türk kökenli olup MBO, HBO veya üniversite düzeyinde eğitim almıştır. Katılımcıların neredeyse tamamı dinin günlük yaşamlarında önemli veya çok önemli bir yere sahip olduğunu belirtmiştir.

Araştırma kapsamında, İbn Kayyim el-Cevziyye'nin teorik modeli temel alınarak yeni psiko-manevi ölçüm ölçekleri geliştirilmiştir. Bu ölçekler daha sonra SPSS programı kullanılarak faktör analizleri, güvenirlik analizleri ve aracılık (mediation) analizleri ile psikometrik açıdan test edilmiştir.

Elde edilen bulgular, geliştirilen ölçeklerin hem geçerli hem de güvenilir olduğunu göstermektedir. Tüm ölçeklerde teorik modelle uyumlu ve anlamlı faktör yapıları elde edilmiştir. Ayrıca bütün ölçekler yüksek Cronbach alfa katsayılarına sahiptir:

- ◆ Kalp Temelli Bilişsel Düzensizlik — $\alpha = ,890$
- ◆ Olumlu Manevi Başa Çıkma — $\alpha = ,866$
- ◆ Olumsuz Manevi Başa Çıkma — $\alpha = ,883$
- ◆ Manevi Kalp Dengesi — $\alpha = ,889$

Bu sonuçlar, geliştirilen ölçüm araçlarının yüksek iç tutarlılığa ve güçlü psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra, Harman'ın tek faktör testi kullanılarak ortak yöntem yanlılığı (common method bias) da kontrol edilmiştir. İlk faktör toplam varyansın yalnızca %32,924'ünü açıklamış olup bu oran kritik eşik olan %50'nin oldukça altında kalmıştır. Bu nedenle veri setinin ileri analizler için uygun olduğu sonucuna varılmıştır.

Hipotezler daha sonra Hayes PROCESS Model 4 kullanılarak test edilmiştir. Analizler, Kalp Temelli Bilişsel Düzensizlik ile hem Olumlu Manevi Başa Çıkma hem de Olumsuz Manevi Başa Çıkma arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermektedir. Ayrıca Olumlu Manevi Başa Çıkma, Manevi Kalp Dengesi ile güçlü ve anlamlı bir ilişki göstermiştir.

Dikkat çekici bir bulgu ise, başlangıçta olumsuz bir ilişki beklenmesine rağmen Olumsuz Manevi Başa Çıkma ile Manevi Kalp Dengesi arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş olmasıdır. Bu bulgu, İslami psiko-manevi bakış açısına göre içsel mücadele, şüphe ve manevi sorgulamanın otomatik olarak iman eksikliği veya manevi sağlıksızlık anlamına gelmediğini göstermektedir. Aksine, İbn Kayyim el-Cevziyye'nin perspektifinde bu tür içsel mücadeleler, manevi farkındalığın, ahlaki gelişimin ve tezkiyetü'n-nefs sürecinin doğal bir parçası olarak değerlendirilebilir.

Aracılık analizi ayrıca hem Olumlu Manevi Başa Çıkma hem de Olumsuz Manevi Başa Çıkma değişkenlerinin, Kalp Temelli Bilişsel Düzensizlik ile Manevi Kalp Dengesi arasındaki ilişkiyi kısmen aracıladığını doğrulamıştır. Bu durum, manevi başa çıkma süreçlerinin bireyin düşünceleri, duyguları ve arzuları ile deneyimlediği manevi denge arasındaki ilişkide önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

Katılımcıların açık uçlu yorumları da önemli bilgiler sunmuştur. Pek çok katılımcı, manevi mücadele, şüphe ve içsel huzursuzluğu iman hayatlarının tanıdık ve doğal bir parçası olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda katılımcılar, iman, tevekkül, zikir ve Allah ile kurulan bağın iç huzur ve istikrarın temel kaynakları olduğunu vurgulamışlardır. Bunun yanında birçok katılımcı, Hollanda bağlamında İslami manevi danışmanlığa ve dinî hassasiyetleri gözetken psikolojik destek hizmetlerine ihtiyaç duyduklarını ifade etmiştir.

Sonuç olarak bu araştırma, İbn Kayyim el-Cevziyye'nin psiko-manevi modelinin Hollanda'daki Müslümanların zihinsel, duygusal ve manevi süreçlerini anlamada değerli bir kuramsal çerçeve sunduğunu ortaya koymaktadır. Geliştirilen ölçüm ölçekleri, İslami perspektife dayalı tanısal değerlendirme araçlarının, manevi danışmanlık uygulamalarının ve ruh sağlığı alanında kullanılabilecek terapötik müdahalelerin geliştirilmesi için ilk bilimsel temeli oluşturmaktadır.