

## Bağımlılıkta Dini İnanç-Davranış Çatışması: Bilişsel Çelişki Kuramı Temelli Bir İnceleme

### Religious Belief-Behavior Conflict in Addiction: An Examination from the Perspective of Cognitive Dissonance Theory

Merve AKDAĞ<sup>1</sup>, Prof. Dr. Orhan GÜRSU<sup>2</sup>

#### Süreç/History

Geliş/Submitted: 01/04/2026  
Kabul/Accepted: 08/06/2026  
Yayın/Published: 25/09/2026

#### İntihal/Plagiarism

Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi. / This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

#### Etik Beyan/Ethical Statement

Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur. / It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.

#### Çıkar Çatışması / Competing Interests

Yazarlar, çıkar çatışması olmadığını beyan eder. / The authors declares that have no competing interests.

#### Telif Hakkı/Copyright

Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC 4.0) license.



#### Öz

Bu çalışma bağımlılık yapıcı madde kullanan ve dini inançlara sahip olan bireylerin inançları ve davranışları arasında ortaya çıkan çatışmayı bilişsel çelişki kuramı perspektifinden incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın temel problemi, dini inançlara sahip bağımlı bireylerin, bağımlılık davranışları ile dini inançları arasındaki uyumsuzluğu nasıl anlamlandırdıkları ve hangi bilişsel stratejiler ile başa çıktıklarıdır. Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi ile yürütülmüştür. Bu kapsamda literatürde yer alan kaynaklar analiz edilmiştir. Elde edilen veriler Braun ve Clarke'ın refleksif tematik analiz yaklaşımı doğrultusunda değerlendirilmiş ve Leon Festinger'in bilişsel çelişki kuramı çerçevesinde yorumlanmıştır. Elde edilen bulgular, bağımlılık yapıcı madde kullanan ve dini inançları benimseyen bireylerin inançları ve davranışları arasındaki uyumsuzluk nedeniyle bilişsel çelişki yaşayabildiklerini göstermektedir. Bireylerin bu çelişkiyi azaltmak amacıyla dini inançlarını yeniden yorumlama, davranış meşrulaştıracak yeni bilişsel unsurlar üretme ve dini inançların önemini azaltma gibi stratejilere başvurdıkları görülmektedir. Sonuç olarak çalışma, bağımlılığın yalnızca biyolojik veya davranışsal değil aynı zamanda dini kimlik ve anlam dünyasıyla ilişkili bilişsel bir çatışma alanı olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca bilişsel çelişki kuramının, bağımlılık ve dini inanç ilişkisini açıklamada işlevsel bir kuramsal çerçeve sunduğu değerlendirilmiştir. Alan yazında bağımlılık olgusunun, din, maneviyat veya psikolojik iyi oluş gibi farklı değişkenlerle incelendiği görülmektedir. Bununla birlikte bağımlı ve dini inançlara sahip olan bireylerin, inançları ve davranışları arasında yaşanan bilişsel çatışma üzerine sistematik bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu çalışma, söz konusu alanı bilişsel çelişki kuramı ile ele alarak literatüre katkı sunmayı amaçlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Din psikolojisi, Bağımlılık, Bilişsel çelişki kuramı, Dini inançlar, Davranış.

#### Abstract

This study aims to examine the conflict arising between the beliefs and behaviors of individuals who use addictive substances and possess religious beliefs from the perspective of Cognitive Dissonance Theory. The primary research problem concerns how religious individuals with substance addiction make sense of the inconsistency between their addictive behaviors and religious beliefs, and which cognitive strategies they employ to cope with this inconsistency. The study was conducted through document analysis, one of the qualitative research methods. Within this scope, relevant sources in the literature were analyzed. The obtained data were evaluated in accordance with Braun and Clarke's reflexive thematic analysis approach and interpreted within the framework of Leon Festinger's Cognitive Dissonance Theory. The findings indicate that individuals who use addictive substances while adhering to religious beliefs may experience cognitive dissonance due to the inconsistency between their beliefs and behaviors. In order to reduce this dissonance, individuals appear to adopt strategies such as reinterpreting religious beliefs, generating new cognitive elements that legitimize the behavior, and diminishing the significance of religious beliefs. Consequently, the study demonstrates that addiction constitutes not only a biological or behavioral issue but also a cognitive domain of conflict associated with religious identity and systems of meaning. Furthermore, Cognitive Dissonance Theory is considered to provide a functional theoretical framework for explaining the relationship between addiction and religious belief. The literature reveals that the phenomenon of addiction has been examined in relation to various variables such as religion, spirituality, and psychological well-being. However, no systematic research focusing specifically on the cognitive conflict experienced by addicted individuals with religious beliefs regarding the inconsistency between their beliefs and behaviors has been identified. By addressing this issue through the lens of Cognitive Dissonance Theory, the present study aims to contribute to the existing literature.

**Keywords:** Psychology of religion, Addiction, Cognitive dissonance theory, Religious beliefs, Behavior.

**Atf için (to cite):** Akdağ, M. & Gürsu, O. (2026). Bağımlılıkta dini inanç-davranış çatışması: Bilişsel çelişki kuramı temelli bir inceleme. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 28(3), 836-848. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.XXXXXX>

<sup>1</sup> Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur/Türkiye, [merve\\_akdaggg@hotmail.com](mailto:merve_akdaggg@hotmail.com).

<sup>2</sup> Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Burdur/Türkiye, [orhangursu1@gmail.com](mailto:orhangursu1@gmail.com).

## Giriş

Bağımlılık olgusunu kavramsal düzeyde tanımlamak güç olsa da toplumsal yaşamda, birey üzerindeki etkilerini ve yol açtığı sonuçları fark etmek oldukça kolay bir durumdur. Nitekim sokakta veya medyada bağımlı bireylerin sebep olduğu sonuçlarla karşılaşıldığında, bu kavram somut bir gerçeklik haline dönüşmektedir (Johns, 1990, s. 5). Bağımlılık, bireyin bir maddeyi kullanmaya veya davranışı gerçekleştirmeye yönelik kontrol edilemeyen bir istek duyması sonucunda kendi iradesini devre dışı bırakması halidir. Sağlıksız ve patolojik bir davranış biçimi olan bu durum, bireyin kendi iradesine rağmen ortaya çıkmaktadır (Gürsu, 2018, s. 17).

Günümüzde bağımlılık, toplum içerisinde giderek artmakta olan sosyal bir soruna dönüşmektedir. Nitekim bağımlılığın etkileri sadece birey ile sınırlı kalmamakta sosyal ilişkileri de etkileyerek toplum dokusunda bozulmaya yol açabilmektedir (Mardini et al., 2023, s. 12). Bağımlılığın bireyi aşan bu etkileri, ekonomi ve sağlık hizmetlerini de etkileyebilmektedir. Dolayısıyla bağımlılık, bireysel bir mesele olmanın ötesinde sosyolojik boyutları bulunan ciddi bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır (Ercan, 2025, s. 462).

Din olgusu ise bağımlılık özelliği bulunan maddelerin aksine bireye kişisel kontrol duygusu kazandırmaktadır. Ayrıca bir yaşam anlamı sunmakta, sosyal ve dini normların uyumlu bir biçimde ilerlemesini desteklemektedir (Forstmann & Sagioglou, 2020, s. 77). Bu uyumun ortaya çıkmasını sağlayan unsur ise inançlar olmaktadır. Dini inanç, bireyin kendisini ve bütün yaratılışı yüce bir kudretle ilişkilendirerek anlamlandırmasıdır. Dini inançlarda, birey özelinde kuvvetli ve zayıf inançlardan bahsetmek mümkündür. Bireyin inancının kuvvet derecesi arttıkça bu inancını davranışlarına ve düşüncelerine de yansıttığı görülmektedir. Bu nedenle dini inanç, dini hükmün sadece bilişsel düzeyde kabul edilmesi değil inancının esaslarına göre hareket etmeyi de içeren bütüncül bir durum olmaktadır (Peker, 2016, s. 73-74). Bireysel deneyimlerin ötesinde toplumsal dokuyu besleyen inançlar, bireyin yaşam tarzını, tutumlarını ve davranış örüntülerini biçimlendirici rol üstlenmektedir (Bae, 2016, s. 6). Bununla birlikte inançlar, bireysel yargıları ve bilişsel şemaları içerisinde barındırdığından dolayı etki düzeyi bireyden bireye değişebilmektedir. Sosyal çevreye göre de şekillenen inançlar, bireyi psikolojik perspektiften etkileyebilmektedir (Willard & Norenzayan, 2013, s. 379).

Bireyin inançları ile davranışları arasında tutarlılık sağlama eğilimi psikolojik bir gereksinim kabul edilmektedir. Ancak bu iki faktör arasında ortaya çıkan uyumsuzluk, bireyde psikolojik gerilime neden olabilmektedir (Miller et al., 2015, s. 544). Leon Festinger tarafından geliştirilen bilişsel çelişki kuramı bireyin inançları, düşünceleri ve davranışları arasında ortaya çıkan ve bireyi psikolojik olarak rahatsız eden bu gerilimi açıklamak için önemli bir kuramsal çerçeve sunmaktadır (Festinger, 1957, s. 1-3).

Bu sebeple çalışmada bağımlılık olgusu bilişsel çelişki kuramı perspektifiyle ele alınmaktadır. Bağımlılık, bireyin çoğu zaman zararlı ve yanlış olduğunu bildiği davranışları sürdürmesiyle karakterize olan bir durumdur (Gürsu, 2018, s. 31). Bu durum özellikle benlik ve inanç çatışmasına neden olabilmekte ve bireyde psikolojik bir gerilime neden olabilmektedir. Özellikle dini inançları benimseyen bireylerde, bağımlılık davranışlarının dini inançlarıyla uyumsuzluğu, bilişsel çelişkiyi daha görünür kılmaktadır. Bu durum bireyin hem inançlarını hem de davranışlarını yeniden değerlendirmesine neden olabilmektedir. Bilişsel çelişki kuramı, bireyin davranışlarının arkasındaki bilişsel faktörlerin anlaşılmasında işlevsel bir perspektif sunduğundan dolayı çalışmanın kuramsal temelini oluşturmaktadır. Böylece bağımlılık yapıcı madde kullanan ve dini inançları benimseyen bireylerin, dindarlık düzeylerine göre ortaya çıkabilen psikolojik gerilim ile nasıl başa çıktıkları anlaşılabilir.

Alan yazın incelendiğinde bağımlılığın din, maneviyat, psikolojik iyi oluş ve nöropsikoloji gibi çeşitli bağlamlar üzerinden ele alındığı görülmektedir. Fakat bağımlılık yapıcı madde kullanan ve dini inançlara sahip olan bireylerin, inançları ile davranışları arasındaki uyumsuzluktan ortaya çıkan psikolojik gerilime yönelik bir çalışma yer almamaktadır. Bu sebeple çalışma, alan yazındaki söz konusu boşluğu gidermeyi hedeflemektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın temel amacı, bağımlılık yapıcı madde kullanan ve dini inançlara sahip bireylerin yaşadığı inanç-davranış çatışmasını bilişsel çelişki kuramı perspektifinden incelemektir. Çalışmada, bağımlılık davranışının bireyin dini inanç sistemiyle oluşturduğu uyumsuzluğun psikolojik yansımaları açıklanmaya çalışılmıştır.

Bu genel amaç doğrultusunda çalışmanın hedefleri şunlardır:

- Bağımlılık olgusunu dini inanç ve davranış ilişkisi bağlamında değerlendirmek,
- Dini inançlara sahip bağımlı bireylerde ortaya çıkan bilişsel çelişki süreçlerini açıklamak,
- Festinger'in bilişsel çelişki kuramının bağımlılık alanındaki açıklayıcı potansiyelini ortaya koymak,
- Bağımlı bireylerin çelişkiyi azaltmak amacıyla geliştirdikleri bilişsel stratejileri incelemek,
- Din psikolojisi alanında bağımlılık ve bilişsel çelişki ilişkisine yönelik kuramsal bir çerçeve sunarak literatürdeki boşluğa katkı sağlamak.

## 1. Yöntem

Bu çalışma, nitel araştırma desenlerinden biri olan doküman analizi yöntemi ile yürütülmüştür. Doküman analizi, dijital veya basılı ortamdaki materyallerin sistematik bir biçimde incelenmesidir (Bowen, 2009, s. 27). Bu bağlamda araştırma sürecinde ulusal ve uluslararası literatüre ulaşmak amacıyla Google Scholar, Web of Science ve DergiPark veri tabanlarından yararlanılmıştır. Literatür taramasında “bağımlılık”, “bilişsel çelişki kuramı”, “dini inanç” ve “bilişsel çelişki” anahtar kavramları kullanılmıştır. Söz konusu tarama sürecinde güncel verilerin kullanılmasına önem verilmiş olmakla beraber kuramsal çerçevenin temellendirilmesi amacıyla klasik ve öncü eserlere de yer verilmiştir.

Elde edilen verilerin analizinde Braun ve Clarke'ın (2006) geliştirdiği refleksif tematik analiz yaklaşımından yararlanılmıştır. Bu yaklaşım, literatür verilerine aşinalık kazanılması, başlangıç kodlarının oluşturulması, benzer kodların bir araya getirilerek temaların belirlenmesi, temaların gözden geçirilmesi, tanımlanması ve isimlendirilmesi ve sonuçta bulguların yorumlanarak raporlaştırılması aşamalarına dayanmaktadır. Refleksif tematik analiz yaklaşımı doğrultusunda çalışmamızın analiz sürecinde özellikle bireylerin dini inançları ile bağımlılık davranışları arasında ortaya çıkan bilişsel uyumsuzluklar, psikolojik gerilim süreçleri ve çelişkiyi azaltmaya yönelik bilişsel stratejiler tematik örüntüler olarak değerlendirilmiştir. Böylece bağımlı bireylerin inanç-davranış çatışmasını bilişsel çelişki kuramı perspektifinden nasıl anlamlandırdıkları bütüncül bir çerçevede açıklanmaya çalışılmıştır.

Bu çalışmanın temel problemi, dini inançlara sahip bağımlı bireylerin, bağımlılık davranışları ile dini inançları arasında ortaya çıkan uyumsuzluğu nasıl anlamlandırdıkları ve bu uyumsuzlukla nasıl başa çıktıklarıdır. Özellikle bağımlılık yapıcı maddelerin birçok dini gelenekte ahlaki ve dini açıdan olumsuz değerlendirilmesine rağmen bireyin söz konusu davranışı sürdürmeye devam etmesi, inanç ve davranış arasında bilişsel düzeyde bir çatışma ortaya çıkarabilmektedir. Bu durum bireyin hem dini kimliğini hem de davranışlarını yeniden yorumlamasına yol açabilmektedir.

Çalışma, Leon Festinger'in bilişsel çelişki kuramı çerçevesinde, bağımlı bireylerin yaşadığı bu psikolojik gerilimin hangi bilişsel süreçler üzerinden açıklanabileceğini incelemektedir. Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Dini inançlara sahip bağımlı bireylerde inanç ve davranış arasındaki uyumsuzluk nasıl ortaya çıkmaktadır?
2. Bağımlılık davranışları bireyde nasıl bir bilişsel ve psikolojik gerilim oluşturmaktadır?
3. Bireyler, yaşadıkları dini inanç-davranış çatışmasını azaltmak için hangi bilişsel stratejilere başvurmaktadır?
4. Bilişsel çelişki kuramı, bağımlılık ve dini inanç ilişkisini açıklamada nasıl bir kuramsal çerçeve sunmaktadır?
5. Bağımlı bireylerin dini inançlarını yeniden yorumlama süreçleri bilişsel çelişki perspektifinden nasıl değerlendirilebilir?

## 2. Bağımlılık ve Madde Bağımlılığı

İnsanlar, tarih boyunca yaşam deneyimlerinin etkisiyle belirli bir madde, nesne veya davranışa karşı sürekli ve güçlü bir istek ile ilgi gösterebilmiştir. Zaman içerisinde bu güçlü istek ve ilgi, bireyin kontrolünü aşarak baskın bir durum haline gelmesi, bağımlılığın oluşum sürecini başlatmaktadır. Bu süreç, bireyin sürekli olarak arzu ettiği ve kontrol edemediği bir durum olduğundan patolojik bir tarafı bulunmaktadır (Ayhan & Köselören, 2019, s. 5-6).

Bağımlılık, bireyin olumsuz fiziksel, psikolojik ve sosyal sonuçlarla karşılaşmasına rağmen madde kullanımına yönelik içsel dürtülerini denetleyememesi durumudur (Barrado-Moreno et al., 2025, s. 18). Bireyin genel yaşam kalitesini olumsuz etkileyen bağımlılık, depresyon, anksiyete ve dürtü kontrol bozukluğu gibi ruhsal sorunlara neden olabilmektedir. Bu sebeple bağımlılık sadece bir davranış sorunu değil ciddi psikolojik ve fizyolojik sonuçları olan karmaşık bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Bağımlılığın gün geçtikçe artıyor olması da sorunun ehemmiyetini göstermektedir (Gürsu, 2018, s. 324).

Bağımlılık, beyin yapısının hangi durumun önemli ve istenilebilir olduğuna karar veren motivasyonel sistemlerin sağlıklı işleyişini kaybetmesiyle ortaya çıkan bir durumdur (Koob & Volkow, 2016, s. 762). Bu durum, bireyin belirli bir maddeye veya davranışa karşı güçlü ve sürekli bir arzu hissetmesiyle karakterize olmaktadır. Bağımlılık denilince genellikle sigara, alkol veya uyuşturucu gibi kimyasal madde bağımlılığı akla gelmektedir. Ancak bağımlılık kavramı sadece maddelerle sınırlı kalmamaktadır. Çünkü bağımlılığı tanımlayan haz alma, tolerans geliştirme ve yoksunluk yaşama gibi temel özellikler bazı davranışlar veya nesneler içinde ortaya çıkabilmektedir (Gürsu, 2018, s. 30-31). Bu durumda giderek yaygınlaşmakta olan davranışsal bağımlılıklar da göz ardı edilmemelidir.

Beyindeki sinir hücrelerinin salgıladığı maddelerin dengesinin değişmesi bağımlılığın gelişiminde etkili olmaktadır. Bu değişiklikler sadece madde kullanıldığı sırada değil maddenin azaltılması veya bırakılmasından sonra görülen yoksunluk belirtilerinin oluşmasında da etkili olmaktadır. Bu nedenle beyin sistemi üzerindeki değişimler bağımlılığın temel nedeni olarak görülmektedir (T.C. Sağlık Bakanlığı, t.y.). Bağımlılık, aşırı kullanım, yoksunluk ve takıntı olmak üzere üç aşamadan oluşan döngüsel bir süreç olmakla karakterizedir. Bu döngü içerisinde, insan beyninde bulunan ödül ve dürtüsellik nörodevreleri aktif rol oynamaktadır (Hand et al., 2024, s. 2). Hal böyle olunca bağımlılık, zaman ilerledikçe şiddeti artan ve tekrar eden bir süreç haline gelmektedir (Koob & Volkow, 2016, s. 763).

Bağımlılığın risk faktörleri arasında, erken dönemde ortaya çıkan zihinsel ve davranışsal sorunlar, akran baskısı, sağlıklı aile yapısı, sosyal izolasyon, bağımlılık yapıcı maddelere kolay erişim gibi çeşitli unsurlar yer almaktadır. Buna karşın koruyucu faktörler arasında ise yüksek öz saygı, destekleyici akran çevresi, topluluk aidiyeti, dindarlık düzeyi, sağlıklı aile ilişkileri ve güçlü devlet politikaları gibi unsurlar yer almaktadır (Nawi et al., 2021, s. 8). Dolayısıyla bağımlılık olgusu, katmanlı ve karmaşık bir yapıya sahip olduğundan dolayı bütüncül bir şekilde ele alınması önem arz etmektedir. Bu durumda bağımlılık olgusu, sadece bireysel sorun olmaktan çıkarak toplumsal sorun haline dönüşmektedir (Timurturkan vd., 2025, s. 287).

Bağımlılık, bütün toplumlarda giderek yaygınlaşmakta ve hem bireysel hem de toplumsal düzeyde ciddi sorunlara neden olmaktadır. Patolojik bir durum olarak nitelenen bağımlılığın birçok türü bulunmaktadır (Gürsu & Selçuk, 2021, s. 1135). Yaygın olarak bilinmekte olan madde bağımlılıkları ve modern dönemde giderek yaygınlaşmakta olan davranışsal bağımlılıklar şeklinde iki başlık altında incelemek mümkündür (Marquez et al., 2025, s. 2). Ancak çalışmanın özelinde madde bağımlılığına yer verilmektedir.

### **2.1. Madde Bağımlılığı**

Madde bağımlılığı, kimyasal bir maddenin kullanımı ile ilgili bir durumdur (Grant et al., 2010, s. 233). En yaygın kullanılan maddeler arasında alkol, sigara, sedatif tabletler, eroin ve kokain bulunmaktadır. Fizyolojik ve psikolojik zararları olan bu maddeler, bireyin yaşamını tehdit etmektedir. Bağımlılık yapıcı özelliği bulunan söz konusu maddeler, bireyin iradesini devre dışı bırakmaktadır. Ayrıca keyif verici ve sarhoş edici özelliklerinden dolayı birey, tekraren kullanmaya istekli olabilmektedir (Gökler & Koçak, 2008, s. 91). Nitekim kullanılan madde, bireyde haz duygusunu uyandırdığından tekrar deneyimlemek isteyebilmektedir. Kronik bir beyin rahatsızlığı olan madde bağımlılığı, bilişsel ve organik hastalıkların oluşmasına sebebiyet verebilmektedir (İşbilen, 2022, s. 17).

Madde bağımlılığı, ruhsal, sosyal ve biyolojik boyutları olan ve her yaştan bireyi etkileyebilen ciddi bir toplumsal sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Madde kullanımının ortaya çıkmasına genetik faktörler, psikiyatrik rahatsızlıklar ve akademik başarısızlık gibi bireysel faktörlerin yanında yetersiz sosyal çevre, iletişim eksikliği, düşük sosyo-ekonomik koşullar ve sağlıklı aile ilişkileri gibi toplumsal faktörlerde etkili olmaktadır (Gürsu, 2017, s. 201-211).

Esrar, kokain ve alkol gibi bağımlılık yapıcı maddeler, başlangıçta haz veren bir etkiye neden olsa da bu etkiye kısa süre içerisinde tolerans gelişmektedir. Hal böyle olunca tekrar hazzı ulaşabilmek için

doz artışına gidilmektedir. Bu durum ise yoksunluk belirtilerini barındıran kısır bir döngü haline gelmektedir (Uzday, 2009, s. 21). Bireyin bu döngüye girmesinde stresle baş edememe, mutlu olma arayışları, manevi boşluk hissi, yaşama karşı ilgisizlik ve sosyal çevre faktörleri itici kuvvet olabilmektedir (İşbilen, 2025, s. 350).

Madde bağımlılığına bağlı olarak ortaya çıkan olumsuz sonuçlar, günümüzde önemli bir sorun haline gelmiştir. Bireyin madde kullanımı üzerindeki kontrolünü kaybetmesi ve karşılaştığı olumsuz sonuçlara rağmen madde tüketimini sürdürmesi, madde bağımlılığının oluştuğunun önemli göstergeleridir. Madde kullanım sorununun ortaya çıkmasında çevresel, biyolojik ve psikososyal etkenler belirleyici rol oynamaktadır (Ghosh et al., 2025, s. 31). Aşamalı ve dinamik bir süreç olan madde bağımlılığının geliştiği safhaları şu şekilde izah etmek mümkündür:

- Madde kullanımına başlama: Bireyin esrar, kokain gibi psikoaktif maddeyi kullanmaya yöneldiği başlangıç evresidir.
- Riskli kullanımın gelişmesi: Madde kullanımının kontrolden çıkarak olumsuz sonuçlar doğurmaya başladığı evredir.
- Tanı konulması: Madde kullanımının bağımlılık ölçütlerini tamamen karşıladığı evredir.
- Müdahale evresi: Birey, farmakolojik veya psikososyal müdahaleler yoluyla, süreci kontrol altında tutmaya çalışmaktadır.
- Madde kullanımının bırakılması: Bireyin, madde kullanımını bıraktığı evredir.
- Nüksetme döngüsü: Madde kullanımının bırakılmasına müteakip, bireyin yeniden madde kullanımına yöneldiği evredir.
- Aşırı doz: Bireyin esrar veya kokain gibi herhangi bir maddeyi kullanımı sonucu, maddenin yaşamı tehdit ettiği evreye geldiği aşamadır.
- Yaşam yitimi: Madde kullanımına bağlı olarak bireyin yaşamını yitirdiği evredir (Lin et al., 2024, s. 13).

Söz konusu evreler, esrar ve kokain gibi yaygın olan psikoaktif maddeleri kullanan bireylerde, madde kullanımının tamamen sonlandırılmaması durumunda ortaya çıkabilecek süreçleri tanımlamaktadır. Bu tablo çoğu zaman anksiyete ve depresyon gibi komorbid (eş) tanımlarla birlikte seyretmektedir (Belfiore et al., 2024, s. 198). Görüldüğü üzere madde kullanımı, fizyolojik, psikolojik ve bilişsel düzeyde bireye ciddi rahatsızlıklar vermektedir. Her ne kadar bireysel bir seçim gibi görünse de bağımlılık yapıcı maddelere yönelimin sosyolojik boyutunun da olduğu dikkatlerden kaçmamalıdır (Ercan, 2025, s. 462).

### 3. Bağımlılıkta Dini İnanç-Davranış Çatışması

Din olgusu, milyarlarca insanın yaşamında merkezi bir konuma sahip olmasının yanı sıra insan zihniyle de yakından ilişkilidir (Willard & Norenzayan, 2013, s. 379). Dolayısıyla din, yalnızca bireyin inanç dünyasını değil gündelik yaşam pratiklerini de etkilemekte olan çok boyutlu bir yapıyı ifade etmektedir. Dindarlık ise dini ritüellerle sınırlı olmayıp bireyin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yönlerini de kapsamaktadır (Hökelekli, 2020, s. 73). Bu çerçevede din temelli bilişsel şemalar, kişinin olaylara yaklaşımını şekillendirebilmektedir.

Bununla birlikte din, yaşamı anlamlandırma, düzenleme ve geleceğe yönelik hedefler belirleme süreçlerinde işlevsel bir rol üstlenmektedir (Ayten, 2021, s. 5). Bireyin psikolojik iyi oluşu üzerinde de etkin bir rol alarak stres kaynaklı parametrelerde anlamlı bir azalma sağlamakta ve içsel dengenin korunmasına katkıda bulunmaktadır (Akdağ & Gürsu, 2025, s. 200). İnsan varoluşunun temel boyutlarına temas eden din, bireyin eylemlerine yön veren güçlü bir motivasyon kaynağı olarak ortaya çıkmaktadır (Pargament, 2002, s. 169). Bu bağlamda dini inançlar, bireyin yaşamını şekillendiren ve yönlendiren önemli bir unsur olarak öne çıkmaktadır.

Dini inanç, bireyin bilişsel düzeyde aşkın bir gücün mevcudiyetini benimsemesi, duyuşsal açıdan ona karşı bağlılık geliştirmesi ve belirli ritüeller ile davranışsal boyutta göstermesidir. Bu kavram bireyin dini tutumlarını yansıtan bilişsel, duyuşsal ve davranışsal faktörlerin bütününden oluşmaktadır. Bununla birlikte birey sanat, din veya felsefe gibi çeşitli inanç biçimlerine sahip olabilmektedir. Ancak söz konusu inançların din olgusu çerçevesinde şekillendiği takdirde “dini inanç” kavramı ön plana çıkmaktadır (Peker, 2016, s. 73). Dini inançlar, bireyin düşünce, tutum ve davranışlarını yönlendirme

ve şekillendirme gücüne sahip olduğundan bireyin davranışlarına yön verebilen temel unsurlar arasında yer almaktadır.

Din olgusu, bağımlılığa ilişkin yaklaşımları da doğrudan etkilemektedir. Nitekim bireyin bağımlılık yapıcı maddelere yönelik nasıl bir tutum sergilemesi gerektiği dini inançları tarafından beyan edilmektedir. Dini inançların davranışları şekillendirme gücü bağımlılık üzerinde etkin bir rol oynamaktadır. Dünya genelinde birçok dini sistem, bağımlılık riski taşıyan madde ve davranışları yasaklamaktadır (Weinandy & Grubbs, 2021, s. 5). Özellikle İslam teolojisinde bağımlılık yapan maddelerin kullanımı yasaklanmakta ve “*şeytan işi iğrenç şeyler*” olarak nitelendirilmektedir (Kur’an-ı Kerim, 6:90).

Birey, dini inancının hassasiyetlerini ve yasaklarını bilmesine rağmen alkol, sigara ve kumar gibi bağımlılık yapıcı maddelere yönelebilmektedir. Nitekim modern dünyanın yoğun ve tüketici yapısı içerisinde birey, kendisi için yeni bir çıkış yolu ararken haz ve kaçış vaadi sunmakta olan bağımlılık yapıcı maddeleri bir alternatif olarak görebilmektedir (Ahatlı, 2001, s. 118). Bu maddelerin ve davranışların cezbedici özellikleri nedeniyle birey, merak duygusunun etkisiyle bunları deneyimlemeye başlayabilmektedir. Ancak bireyin kontrolü kaybetmediğine ilişkin yanlışlığı bağımlılık yapıcı öadelerin kullanılmasına ve davranışların sürdürülmesine neden olabilmektedir. Bu süreçte kişi, bağımlılık geliştirdiğinin farkına dâhi varamamaktadır.

Bağımlılık yapıcı madde kullanan birey, dini inancı gereği suçluluk ve utanç hissedebilir aynı zamanda günah işlediği kaygısını da taşıyabilmektedir (Akıncı & Kesgin, 2018, s. 168). Bu durum dini inancının gereklerini bilen bireylerin sahip olduğu inançlarıyla çelişki yaşamasına neden olabilmektedir. Ancak söz konusu çelişki, bireyin dindarlık tipolojilerine göre farklılık göstermektedir (Gmel et al., 2013, s. 1086).

#### **4. Bağımlılıhta Dini İnanç-Davranış Çatışmasına Bilişsel Çelişki Kuramı Perspektifi**

Bilişsel çelişki, bireyin inanç ve davranışları arasındaki uyumsuzluğu ifade etmektedir. Bireyin bilgi, inanç, değer, tutum ve davranışları arasında bir uyumsuzluk olduğunda psikolojik bir gerilim yaşamaktadır. Bu gerilimi azaltmak amacıyla birey, inançlarını, tutumlarını veya davranışlarını değiştirme eğilimi gösterebilmektedir. Özellikle reddedilen alternatifin çekiciliği ile seçilen alternatif arasındaki uyumsuzluk ortaya çıktığında, bilişsel çelişki daha net görülebilmektedir. Dolayısıyla Festinger tarafından geliştirilen bilişsel çelişki kuramını bireyin inanç, davranış veya tutumları arasındaki uyumsuzluk şeklinde tanımlamak mümkündür (Festinger, 1957, s. 30-32).

Bir başka ifadeyle bilişsel çelişki, çatışan düşünceler veya inançlar arasındaki psikolojik ve fizyolojik bir durumu ifade etmektedir (Ploger et al., 2021, s. 3). Bu kuram üç temel aşamadan oluşmaktadır:

- Bireyin sahip olduğu inanç, tutum ve düşünce gibi bilişsel ögeler bazen birbiriyle uyumlu olmamakta ve çelişmektedir.
- Çelişkili durum bireyde rahatsızlık ve gerilim yarattığından bu çelişkiyi gidermek için bireyde bir baskı meydana gelmektedir.
- Birey, ortaya çıkan baskıya karşı çeşitli biçimlerde stratejiler geliştirebilmektedir. Örneğin davranışını değiştirebilir veya mevcut inançlarını ve düşüncelerini uyumlu hale getirebilir (Festinger, 1957, s. 31).

Her birey, sahip olduğu inanç ve davranışları arasındaki uyumu koruma eğilimi içerisindedir (van Veen et al., 2009, s. 1470). Ancak bağımlılık yapıcı maddeler söz konusu olduğunda, davranışlarını meşrulaştırma girişimlerinde bulunabilmektedir. Bu noktada Yaratıcı’nın merhametli olduğunu veya daha büyük günah işleyen insanların olduğunu belirterek yaşadığı psikolojik gerilimi azaltmaya çalışmaktadır. Nitekim bilişsel çelişki kuramına göre birey, davranış ve inançları arsında bir gerilim yaşadığında ya davranışını değiştirmeye yönelmekte ya da mevcut davranışını, gerilimi giderecek şekilde yorumlayabilmektedir (Festinger, 1957, s. 35). Örneğin esrar ya da sigara gibi bağımlılık yapıcı madde kullanan birey, inancı ile çelişmemek adına inancı gereği haram olduğu gerçeğini yadsıyarak mekruh olduğunu öne sürebilmektedir (Çoban, 2016, s. 136). Bilişsel çelişki kuramı perspektifiyle açıklanacak olursa: Esrar kullanmak bireyin davranışdır. Aynı zamanda esrarın haram olduğunu bilmesi onun inancıdır. Esrar kullanmaya devam ettiği müddet inancı ile çeliştiği için psikolojik bir rahatsızlık yaşayacaktır. Bu rahatsızlığını giderebilmek adına çeşitli stratejiler geliştirebilmektedir.

#### 4.1. Bilişsel Çelişkiyi Azaltma Stratejileri

Fizyolojik ve psikolojik çelişki, bireyin bilişsel düzeyde yaşadığı gerilimden ortaya çıkmaktadır. Birey, bu gerilimi azaltmak veya ortadan kaldırmak için çeşitli çareler aramaya başlamaktadır. Esasen bu gerilim bireyin harekete geçmesi için ilk uyarı olarak görülmektedir (Ploger et al., 2021, s. 205). Festinger'e göre birey, bilişsel düzeyde çelişki yaşadığında ortaya çıkan gerilimi azaltmak için çeşitli uyum stratejilerine başvurmaktadır. Bu üç yol ile gerçekleşmektedir; çelişkiye neden olan bilişsel unsurların değiştirilmesi, yeni bilişsel unsurların eklenmesi ve bilişsel unsurların öneminin azaltılması şeklindedir (Festinger, 1957, s. 264).

Alan yazında bağımlılık ve dini inanç ilişkisini ele alan bazı nitel saha araştırmaları, bireylerin inançları ile bağımlılık davranışları arasında psikolojik bir gerilim yaşayabildiklerini göstermektedir. Özellikle bağımlı bireylerle gerçekleştirilen görüşme temelli çalışmalarda, bireylerin suçluluk, günahkârlık, dini yetersizlik ve manevi çatışma duyguları deneyimledikleri görülmektedir. Bununla birlikte bireylerin, bağımlılık davranışlarını meşrulaştırmak veya psikolojik gerilimi azaltmak amacıyla dini inançlarını yeniden yorumladıkları da dikkat çekmektedir. Örneğin Çoban'ın (2016) madde bağımlılıklarıyla gerçekleştirdiği nitel araştırmada katılımcıların, esrar kullanımını alkol kadar kötü görmedikleri, bazı dini yasakları daha esnek yorumladıkları ve bu şekilde yaşadıkları içsel çatışmayı azaltmaya çalıştıkları görülmektedir. Benzer şekilde bağımlılık ve maneviyat ilişkisini inceleyen çeşitli saha araştırmaları da dini başa çıkma biçimlerinin, bireyin bağımlılık davranışını anlamlandırma süreçlerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmalar, bağımlı bireylerin yaşadığı dini inanç-davranış çatışmasının bilişsel çelişki kuramı çerçevesinde değerlendirilebileceğini göstermesi bakımından önem arz etmektedir. Öte yandan Saunders ve meslektaşları (2007) ise bağımlı bireylerde mevcut dini yaşantı ile dini işlevsellik arasında fark olacağı görüşünden hareketle gerçekleştirdikleri araştırmalarında dini işlevselliği zayıf bağımlılarda genel olarak tutarsızlık görülebildiğini ileri sürmektedirler.

##### 4.1.1. Bilişsel Unsurların Değiştirilmesi

Bilişsel unsurlar, bireyin yaşamı anlamlandırma sürecinde etkili olan algı, inanç, tutum ve düşünce gibi yapıları ifade etmektedir (Snow, 2016, s. 8). Festinger'e göre birey, yaşadığı bilişsel çelişkiyi azaltmak için sahip olduğu inanç, tutum veya davranışlarından birini veya daha fazlasını değiştirebilmektedir. Bu değişimin amacı, davranış ve inanç arasındaki uyumsuzluktan ortaya çıkan psikolojik rahatsızlığın giderilmesidir. İki bilişsel unsur arasında ortaya çıkan çelişkinin bireyde yarattığı rahatsızlık düzeyi bu unsurlara atfedilen önemle doğrudan ilişkilidir (Festinger, 1957, s. 15-16).

Bu bağlamda bağımlılık, bireyin inançları ve davranışları arasındaki çelişkiyi görünür kılan bir süreç olmaktadır. Çünkü madde bağımlılıkları ahlaki, ruhsal ve toplumsal bir sorun olarak kabul edilmektedir. Kültürel veya dini etmenler, psikoaktif madde kullanımına yönelik algıda bireyin davranış ve tutumlarını biçimlendirici olabilmektedir (Weinandy & Grubbs, 2021, s. 1). Din olgusunun, birey ve toplum yaşamındaki belirleyici rolü açık olmakla birlikte bireylerin, dini inançlarını yaşamlarına yansıtma konusunda farklılıklar olabilmektedir (Kiang et al., 2020, s. 4). Bu durum bireyin dindarlık tipolojisi ile yakından ilişkilidir. Fakat bireyin dürtüsel tabiatının güçlü uyarıcılarla tetiklendiği bir dünyada, inançlarına ve değerlerine ait gerekleri yerine getirmekte zorlanabilmektedir (Gürsu, 2022, s. 930). Hâl böyle olunca birey, dini inançlarına rağmen bağımlılık yapıcı psikoaktif maddelere yönelebilmektedir. Bu yönelim, bireyin dini inançlarına atfettiği öneme göre psikolojik bir gerilim yaşamasına neden olabilmektedir. Birey, yaşadığı gerilimi gidermek için düşünce ve tutum gibi bilişsel yapılarını değiştirebilmektedir (Festinger, 1957, s. 265).

Bağımlılık davranışları, dini inançlar çerçevesinde ele alındığında inanç-davranış uyumsuzluğunu görünür kılan önemli bir temsil alanı sunmaktadır. İslam inancını benimseyen bir bireyin, bağımlılık yapıcı bütün unsurların günah olduğunu bildiği varsayılmaktadır. Buna rağmen bağımlılık yapıcı özelliği bulunan unsurlara yönelmesi, bireyin inancı ve davranışı arasında bir uyumsuzluk meydana gelmektedir. Ortaya çıkan uyumsuzluk, gerilim yaşanmasına neden olduğundan söz konusu gerilimi azaltmak için birey, sigara, alkol veya kumara neden yöneldiğini öznel olarak inancıyla çelişmiyormuş gibi açıklamaya yönelebilmektedir. Örneğin birey, "Sarhoş olacak derecede alkol almak haramdır ama benim içtiğim miktar haram sayılmaz. Sigara kullanımı Kur'an'da yer almıyor o sebeple günah sayılmaz. Ben eğlence maksatlı oynuyorum bu kumar değil," şeklindeki açıklamalarla, dini inançlarıyla çelişmediğine kendini inandırarak çelişkiyi gidermeye çalışmaktadır. Örneklerde görüldüğü üzere birey,

davranışını değiştirmemekte ancak bilişsel unsurları değiştirmektedir. Daha açık bir ifadeyle, çelişkiye neden olan inançlarını öznel olarak yeniden yapılandırmaktadır. Böylece inanç değişmemekte sadece yeni bir öznel yorumla esnetilmektedir.

Bir araştırmada daha önce madde bağımlısı olan bireylerle görüşüldüğünde esrar kullanımının, alkol kadar kötü olmadığını, mekruh olduğunu ve sakinleştirici bir unsur olduğunu ifade etmişlerdir. Görüşmenin devamında bu bireylerin inançlı kimseler olduğu da belirtilmektedir (Çoban, 2016, s. 135-136). Görüldüğü üzere birey, bilişsel çelişkiyi ve psikolojik gerilimi gidermek için inancı kendi bağlamında yorumlamıştır. Böylece dini inanç ve davranış arasındaki çelişki ile uyumsuzluk giderilmiştir.

#### 4.1.2. Yeni Bilişsel Unsurların Eklenmesi

Bireylerin benimsedikleri inançları ile davranışları arasında uyumun sağlanamadığı durumlar olabilmektedir. Bu tür uyumsuzluklar, içsel bir gerilimin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Söz konusu gerilimin giderilmesi için birey, bilişsel sistemine yeni unsurlar ekleme eğilimi gösterebilmektedir. Yeni bilişsel unsurların eklenmesi bireyin, mevcut inançlarını ve düşüncelerini destekleyen ve onlarla çelişmeyen inançların (bilişlerin) varlığı anlamına gelmektedir (Festinger, 1957, s. 263-264). Nitekim bilişsel çelişkinin varlığı, psikolojik gerilimin varlığına da işaret etmekte ve bireyi gerilimi azaltmaya veya ortadan kaldırmaya yönelik harekete geçirmektedir. Bu değerlendirmeler ekseninde, Festinger tarafından geliştirilen bilişsel çelişki kuramı, inanç ve tutum gibi bilişsel unsurlar arasında uyumun sağlanmasını temel alan bir yaklaşım sunmaktadır (Kağıtçıbaşı & Cemalcılar, 2017, s. 168-169).

Konu, İslam inancı ve bağımlılıklar perspektifinden ele alındığında, bağımlılık yapıcı maddelerin dini metinlerde açık biçimde yasaklandığı görülmektedir. Hadislerde yer alan ifadeler, içki ve benzeri maddelerin yalnızca tüketimini değil, üretim ve dağıtım süreçlerini de kapsayan geniş bir çerçevede yasaklandığını ortaya koymaktadır. Örneğin Hz. Muhammed'in *"Allah içkiye, onu içene, dağıtana, satın alana, üzümünü sıkana, kendisi için sıkıtırana, taşıyana ve kendisine taşınana ve parasını yiyene lanet etsin"* (İbn Mâce, 2012, 3381) şeklindeki rivayeti, bağımlılık yapıcı maddelerin toplumsal ve bireysel düzeyde olumsuz etkilerine dikkat çekmektedir. Ancak buna rağmen bireyin içki, kumar veya sigara gibi bağımlılık yapıcı davranışlarını sürdürmesi bilişsel bir çelişkinin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Bu çelişkiyi azaltmak için birey, mevcut inanç ve davranışlarını değiştirmeksizin her iki durumu da uyumlu hale getirecek yeni bilişsel unsurlar geliştirmektedir. Diğer bir ifadeyle söz konusu davranışın nedenlerini açıklamaya yönelik ek gerekçeler üretmektedir.

Bu bağlamda dini inançlara sahip olan birey, bağımlılık yapıcı maddelere yöneldiği takdirde ilahi affedicilik söylemleri üzerinden dini inancını yeniden çerçeveleyerek bilişsel gerilimi gidermeye çalışabilmektedir. Örneğin, "Alkol alıyorum ancak zarar verecek şekilde tüketmiyorum" ya da "Kumar oynuyorum fakat ileride tövbe ederek bırakacağım, Allah tövbe edenleri affeder" şeklindeki düşüncelerle yeni bilişsel unsurlar eklemektedir. Bu durumda da birey hem mevcut davranışını sürdürmekte hem de dini kimliğini korumaktadır. Böylece dini inanç ve davranış arasındaki çelişki giderilmekte ve psikolojik gerilim de yaşanmamaktadır.

#### 4.1.3. Bilişsel Unsurların Öneminin Azaltılması

Festinger, birey bir çelişki yaşadığı andan itibaren bunu giderme ihtiyacı duyduğunu belirtmektedir. Ona göre, yaşanan çelişkinin yarattığı rahatsızlık ve içsel gerilim arttıkça, bireyin çelişkiyi giderme çabaları da paralel olarak artmaktadır. Söz konusu çabalar arasında, bireyde çelişkiye yol açan bilişsel unsurların öneminin azaltılması önemli bir strateji olarak belirmektedir. Bu bağlamda birey, çelişkiye neden olan düşünce, inanç veya tutumları kendisi için taşıdığı önemi azaltması yoluyla çelişkiden kurtulabilmektedir. Süreç içerisinde birey, çelişkiye neden olan inançlarının ve tutumlarının kendi zihnindeki önemini azaltarak çelişki ve gerilim yaşamamaktadır (Festinger, 1957, s. 263-264). Çünkü söz konusu olan strateji ile birey, sahip olduğu inancını ve davranışını değiştirmemekte ancak iki durum arasındaki çelişkiyi önemsizleştirmektedir.

Örneğin İslam inancına sahip bireyler, bağımlılık yapıcı maddelerin Kur'an-ı Kerim ve hadislerde açıkça yasaklandığını bilmelerine rağmen alkol veya uyuşturucu gibi maddeleri kullandıklarında bilişsel bir çelişkiyle karşı karşıya kalabilmektedir. Çelişkiyi azaltma sürecinde birey, bilişsel unsurların önemini azaltmaya yönelerek davranışlarını meşrulaştırmaya çalışmaktadır. "Asıl önemli olan kul hakkı yememek, alkol ve sigara gereğinden fazla abartılıyor. Alkol alan birçok dindar insan var, demek ki çok büyük bir günah değil. Herkesin küçük hataları olabilir" şeklindeki düşünceler, bu stratejinin tipik

örneklerini oluşturmaktadır. Görüldüğü üzere bilişsel unsurların öneminin azaltılması stratejisinde birey, davranışını ikincil bir unsur olarak değerlendirmekte ve psikolojik gerilimden kurtulmaya çalışmaktadır.

Bütün bu veriler doğrultusunda görülmektedir ki, bilişsel çelişki kuramı bireyin davranış değişikliklerini, davranışlarını sürdürme eğilimlerini ve sergilenen davranışlarını meşrulaştırma gerekçelerini anlayabilmek için anlamlı bir çerçeve sunmaktadır. Fakat çelişkinin deneyimlenme biçimleri bireysel özelliklere ve kültürel bağlama göre değişebilmektedir. Bireyin yaşadığı çelişkinin önem derecesini ve sonuçlarını etkileyebilen bu faktörler, farklı stratejilere başvurulmasında etkili olmaktadır (Harmon-Jones et al., 2009, s. 122). Nitekim bireyin dini inançlarıyla uyumlu olan bilgiler bir sorun oluşturmazken inanç ve davranış arasında uyumsuzluk ortaya çıktığında psikolojik gerilim yaşanabilmektedir. Çünkü tutumların yönlendirdiği davranışlar, bireyin inanç sistemine ters düştüğünde çelişkinin yaşanması kaçınılmaz hale gelmektedir (Tsang, 2017, s. 398).

Birey, uyum isteyen bir varlık olduğundan bilişsel düzeyde bir çelişki yaşadığında farklı stratejilerle gidermeye çalışmaktadır. Bu stratejiler, mevcut bilişsel unsurları değiştirmek, yeni bir bilişsel unsur eklemek ve var olan bilişin önemini azaltmak şeklinde deneyimlenebilmektedir (Festinger, 1957, s. 263). Bilişsel çelişki kuramının temel hipotezi, tutum ve davranışlar arasındaki uyumsuzluğun, bireyin psikolojik veya fiziksel düzenlemeleri sayesinde uyumlu duruma gelmesini ile karakterizedir (Vaidis & Bran, 2019, s. 5). Özellikle birey, inancı ile davranışı çeliştiğinde ve davranışını değiştirmekte zorlandığı durumlarda, dini inançlarını yeniden yapılandırarak psikolojik dengeyi sağlamaya çalışmaktadır. Bununla birlikte birey, dış dünyada çelişen davranışı açıklayabilecek güçlü bir neden bulamadığında veya durumu kabul etmek istemediğinde öznel olarak yorumlamalar yaparak çelişkiden kurtulmaya çalışması sıklıkla gözlemlenen bir durumdur (Festinger & Carlsmith, 1959, s. 205).

Bilişsel çelişki kuramı temelli yaklaşıldığında sigara, alkol, esrar gibi bağımlılık yapıcı maddeleri kullanan bireylerde görülen, dini inanç ve davranış arasındaki çelişkinin nedeni daha net bir şekilde görülmektedir. Nitekim sahip olunan dini inançlar bireyin yaşam biçimi ve davranış örüntüleri gibi pek çok alanda etkileyici bir rol üstlenmektedir (Gürsu & Selçuk, 2021, s. 1134).

Ancak insan tabiatının dürtüsel eğilimleri, davranışlar üzerinde belirleyici etkiye sahip olduğundan dolayı bağımlılık yapıcı maddelere, inancına rağmen yönelebilmektedir (Gürsu, 2018, s. 130). Çünkü hakikatin bilgisine sahip olmak tek başına davranış değişimi için yeterli olmamaktadır. Bireyin yanlış olandan vazgeçme iradesini de içselleştirmesi gerekmektedir (Compte-Sponville, 2024, s. 311). Bu bağlamda bağımlılık yapıcı maddeler, bireye ilk dönemlerde sahte bir konfor alanı sunduğundan dolayı her ne kadar bir çelişki olsa da bırakmaya yönelik güçlü bir motivasyon oluşmamaktadır (Ochterbeck et al., 2023). Bu sebeple davranışı değiştirmek yerine bilişsel çelişkiden kurtulma yoluna başvurmaktadır. Böylece bilişsel mekanizmasını dengede tutabilmenin alternatif yollarına başvurabilmektedir (Festinger & Carlsmith, 1959, s. 205).

### **Sonuç**

Bu çalışma, bağımlılık yapıcı madde kullanan ve dini inançlara sahip bireylerin, inançları ile davranışları arasında ortaya çıkan uyumsuzluğu nasıl anlamlandırdıklarını bilişsel çelişki kuramı perspektifinden incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın temel problemi doğrultusunda elde edilen bulgular, dini inanç sahibi bağımlı bireylerin, davranışlarının inançlarıyla çeliştiğinin farkında olduklarını ve bu durumun belirgin bir psikolojik gerilim oluşturduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bağımlılık sürecinin yalnızca biyolojik veya davranışsal bir problem olmadığı; aynı zamanda bireyin anlam dünyası, dini kimliği ve değer sistemiyle ilişkili bilişsel bir çatışma alanı oluşturduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmada cevap aranan temel sorulardan biri, bireylerin söz konusu çatışmayı hangi yollarla anlamlandırdığıdır. Literatür verileri doğrultusunda ulaşılan sonuçlar, bağımlı bireylerin bilişsel çelişkiyi azaltabilmek amacıyla çeşitli bilişsel stratejilere başvurdıklarını ortaya koymaktadır. Bu stratejiler; dini hükümleri yeniden yorumlama, davranışı meşrulaştıracak yeni bilişsel unsurlar üretme ve çelişkiye neden olan dini normların önemini azaltma şeklinde görünmektedir. Özellikle “Allah affeder”, “daha büyük günahlar var” veya “benim yaptığım o kadar da büyük bir günah değil” biçimindeki söylemler, bireyin dini kimliğini korurken davranışını sürdürmesine imkân sağlayan bilişsel düzenleme girişimleri olarak dikkat çekmektedir.

Çalışmanın cevap aradığı bir diğer konu ise bilişsel çelişki kuramının, bağımlılık ve dini inanç çatışmasını açıklamadaki işlevselliğidir. Elde edilen bulgular, Leon Festinger tarafından geliştirilen

bilişsel çelişki kuramının, bağımlı bireylerin yaşadığı dini inanç-davranış çatışmasını anlamada açıklayıcı bir kuramsal çerçeve sunduğunu göstermektedir. Kuram, bireyin yalnızca davranışlarını değil aynı zamanda davranışlarını sürdürürken geliştirdiği meşrulaştırma biçimlerini, öznel yorumlarını ve psikolojik denge kurma çabalarını da anlamlandırmaya imkân tanımaktadır. Bu yönüyle çalışma, bilişsel çelişki kuramının din psikolojisi alanında uygulanabilirliğini ortaya koymakta ve kuramın bağımlılık çalışmalarında kullanılabilecek önemli bir açıklama modeli sunduğunu göstermektedir.

Araştırmanın ortaya koyduğu bir diğer önemli sonuç ise dindarlık düzeyi ve dini hassasiyet arttıkça, inanç-davranış çatışmasının daha görünür hale gelebilmesidir. Çünkü birey, dini normları bilmesine rağmen bağımlılık davranışını sürdürdüğünde psikolojik gerilim deneyimlemektedir. Ancak bu gerilim çoğu zaman davranış değişikliğine değil, dini inançların öznel biçimde yeniden yorumlanmasına yol açabilmektedir. Böylece birey, davranışını değiştirmeden psikolojik rahatlama sağlamaya çalışmaktadır. Bu durum, bağımlılık sürecinde dini inançların yalnızca koruyucu değil; aynı zamanda çatışma üretici bir unsur olarak da işlev görebileceğini göstermektedir.

Sonuç olarak çalışma, bağımlılık olgusunun yalnızca biyolojik, nöropsikolojik veya sosyolojik boyutlarla sınırlı ele alınmasının yeterli olmadığını; bireyin dini inançları, değer sistemi ve kutsal algısının da sürecin önemli bir parçası olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte alan yazında bağımlılık ve dini inanç ilişkisini doğrudan bilişsel çelişki kuramı temelinde inceleyen sistematik çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle çalışma, söz konusu literatür boşluğunu doldurmaya yönelik özgün bir katkı sunmaktadır.

Gelecek araştırmalarda ise bağımlı bireylerin dini inanç-davranış çatışmalarının nitel görüşmeler ve ampirik yöntemlerle incelenmesi, farklı dindarlık tipolojilerinin bilişsel çelişki üzerindeki etkisinin araştırılması ve manevi danışmanlık süreçlerinde bilişsel çelişki mekanizmalarının nasıl işlediğinin ortaya konulması alana önemli katkılar sağlayacaktır.

### Kaynakça

- Ahatlı, E. (2001). Uyuşturucu ve bağımlılık yapan maddeler konusuna İslam'ın bakışı. *Diyanet İlmi Dergi*, 37(3), 117-128.
- Akdağ, M. ve Gürsu, O. (2025). Nöropsikoloji ve din: İki kutbun kesişim alanı. *Akademi Karabük Dergisi*, 9(2), 187-205.
- Akıncı, H. ve Kesgin, B. (2018). Madde bağımlılığından uzaklaşmada inanç temelli organizasyonların rolü: Hristiyanlık Yahudilik ve Müslümanlık bağlamında bir değerlendirme. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 16(6), 165-179.
- Ayhan, B. ve Köselören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Ayten, A. (2021). *Tanrı'ya sığınmak dini başa çıkma üzerine psiko-sosyal bir araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Bae, B. B. (2016). Believing selves and cognitive dissonance: Connecting individual and society via "belief". *Religions*, 7(7), 86. doi:10.3390/rel7070086
- Barrado-Moreno, V., Serrano-Ibanez, E. R., Esteve, R., Ramiez-Maestre, C. & Sanchez-Meca, J. (2025). The role of psychological flexibility and inflexibility in substance addiction abuse or misuse: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-24. doi:10.1007/s11469-025-01468-4
- Belfiore, C. I., Galofaro, V., Cotroneo, D., Lopis, A., Tringali, I., Denaro, V. & Casu, M. (2024). A multi-level analysis social and psychological determinants of substance use disorder and co-occurring mental health outcomes. *Psychoactives*, 3(2), 194-214. doi:10.3390/psychoactives3020013
- Bowen, Glenn A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40. doi:10.3316/QRJ0902027
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Compte-Sponville, A. (2024). *Büyük erdemler risalesi* (Ergüden & Işık, Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Çoban, M. (2016). *Uyuşturucu madde bağımlılığı ile mücadelede manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarının yeri ve önemi: İstanbul örneği*. I. Uluslararası Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi, İstanbul.
- Ercan, S. (2025). Uluslararası literatürde bağımlılık ve maneviyat araştırmalarının bibliyometrik analizi. *Dini Araştırmalar*, 69, 461-497. doi:10.15745/da.1763778
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. California: Stanford University Press.
- Festinger, L. & Carlsmith, J. M. (1959). Cognitive consequences of forced compliance. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58, 203-210.
- Forstmann, M. & Sagioglou, C. (2020). Religious concept activation attenuates cognitive dissonance reduction in free-choice and induced compliance paradigms. *J Soc Psychol*, 160(1), 75-91. doi:10.1080/00224545.2019.1609400
- Ghosh, P., Choudhury, S. P. & Panja, S. (2025). Association between dysfunctional beliefs and coping strategy among persons suffering from substance use disorder. *Annals of Indian Psychiatry*, 9(1), 28-41. doi:10.4103/aip.aip\_197\_23
- Gmel, G., Mohler-Kuo, M., Dermota, P., Gaume, J., Bertholet, N., Daeppen, J. B. & Studer, J. (2013). Religion is good belief is better: Religion religiosity and substance use among young Swiss men. *Subst Use Misuse*, 48(12), 1085-1098. doi:10.3109/10826084.2013.799017
- Gökler, R. ve Koçak, R. (2008). Uyuşturucu ve madde bağımlılığı. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 89-104.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A. & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *Am J Drug Alcohol Abuse*, 36(5), 233-241. doi:10.3109/00952990.2010.491884
- Gürsu, O. (2017). Madde bağımlılığı ile mücadelede inanç eksenli yaklaşım: Sincan örneği. H. Hökelekli (Ed), *Din değerler ve sağlık içinde* (ss. 209-230). İstanbul: Dem Yayınları.
- Gürsu, O. (2018). *Bağımlılık ve din: Nöropsikolojik bir yaklaşım*. İstanbul: Dem Yayınları.

- Gürsu, O. (2022). Gençlik dönemi inanç krizinin psikolojik kökenlerinin analizi: Olgu sunumu. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(3), 915-931. doi:10.17859/pauifd.1191763
- Gürsu, O. ve Selçuk, B. S. (2021). Türkiye'de yapılan dindarlık-bağımlılık çalışmalarının yöntemsel analizi. *Turkish Academic Research Review*, 6(3), 1133-1150. doi:10.30622/tarr.930109
- Hand, L. J., Paterson, L. M. & Lingford-Hughes, A. R. (2024). Re-evaluating our focus in addiction: Emotional dysregulation is a critical driver of relapse to drug use. *Translational Psychiatry*, 14, 1-13. doi:10.1038/s4398-024-03159-5
- Harmon-Jones, E., Amodio, D. M. & Harmon-Jones, C. (2009). Action-based model of dissonance: A review integration and expansion of conceptions of cognitive conflict. *Advances in Experimental Social Psychology*, 41, 119-166. doi:10.1016/S0065-2601(08)00403-6
- Hökelekli, H. (2020). *Din psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- İbn Mâce. (2012). *Sünen-i İbn Mâce tercemesi ve şerhi* (Haydar Hatipoğlu, Çev.). İstanbul: Kahraman Yayınları.
- İşbilen, N. (2022). *Maneviyat temelli bağımlılık danışmanlığı: Alkol ve madde bağımlılığının rehabilitasyon sürecinde bir model önerisi* (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Johns, A. (1990). What is dependence? H. Ghodse, & D. Maxwell. (Eds), *Substance abuse and dependence* içinde (ss. 5-29). London: Palgrave.
- Kağıtçıbaşı, Ç. ve Cemalcılar, Z. (2017). *Dünden bugüne insan ve insanlar sosyal psikolojiye giriş*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kiang, M., Cupid, J., Ahmed, S., Lepock, J. R. & Girard, T. A. (2020). Religiosity is associated with less prediction of the typical: An event-related brain potential study. *Biol Psychol*, 153, 107884. doi:10.1016/j.biopsycho.2020.107884
- Koob, G. F. & Volkow, N. D. (2016). Neurobiology of addiction: A neurocircuitry analysis. *Lancet Psychiatry*, 3(8), 760-773. doi:10.1016/S2215-0366(16)00104-8
- Kur'an-ı Kerim*. (2011). İstanbul: Hayrât Neşriyat.
- Lin, C., Cousins, S. J., Zhu, Y., Clingan, S. E., Mooney, L. J., Kan, E., Wu, F. & Hser, Y. (2024). A scoping review of social determinants of health's impact on substance use disorders over the life course. *Journal of Substance Use and Addiction Treatment*, 166, 1-18. doi:10.1016/j.josat.2024.209484
- Mardini, M., Alipour, F., Rafiey, H., Fallahi-Khoshknab, M. & Arshi, M. (2023). Challenges addiction-affected families: A systematic review of qualitative studies. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1-19. doi:10.1186/s12888-023-04927-1
- Marquez, M. D., Gea, S. F., Jurado, M. D., Moreno, P. M. & Perez-Fuentes, M. D. (2025). Addictions and risk behaviors in adolescence: A systematic review and qualitative analysis. *Front Psychol*, 16. doi:10.3389/fpsyg.2025.1646746
- Miller, M. K., Clark, J. D. & Jehle, A. (2015). Cognitive dissonance theory (Festinger). *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*, 1, 543-549. doi:10.1002/9781405165518.wbeosc058.pub2
- Nawi, A. M., Ismail, R., Ibrahim, F., Manaf, M. R., Amit, N., Ibrahim, N. & Shafurdin, N. S. (2021). Risk and protective factors of drug abuse among adolescents: A systematic review. *BMC Public Health*, 21(1), 1-15. doi: 10.1186/s12889-021-11906-2
- Ochterbeck, D., Frense, J. & Forberger, S. (2023). A survey of international addiction researchers' views on implications of brain-based explanations of addiction and the responsibility of affected persons. *Nordisk Alcohol Nark*, 41(1), 39-56. doi:10.1177/14550725231188802
- Pargament, K. I. (2002). The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13(3), 168-181. doi:10.1207/S15327965PLI1303\_02
- Peker, H. (2016). *Din psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Ploger, G.W., Dunaway, J., Fournier, P. & Soroka, S. (2021). The psychophysiological correlates of cognitive dissonance. *Politics Life Sci* 40(2), 202-212. doi:10.1017/pls.2021.15
- Saunders, S. M., Lucas, V. & Kuras, L. (2007). Measuring the discrepancy between current and ideal spiritual and religious functioning in problem drinkers. *Psychology of Addictive Behaviors*, 21(3), 404.
- Snow, P. J. (2016). The structural and functional organization of cognition. *Fron Hum Neurosci*, 10, 1-24. doi:10.3389/fnhum.2016.00501
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (t.y.). *Bağımlılık ile mücadele rehberi*. <http://hsgm.saglik.gov.tr> (Erişim tarihi: 25.12.2025)

- Timurturkan, M., Tunca, T., Demez, G. ve Özkan, B. (2025). Bağımlılık ve mekân: Madde kullanım deneyimlerinin mekânsal boyutu üzerine nitel bir çalışma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(4), 286-307. doi:10.18037/ausbd.658235
- Tsang, S. J. (2017). Cognitive discrepancy dissonance and selective exposure. *Media Psychology*, 22(1), 1-24. doi:10.1080/15213269.2017.1282873
- Uzbay, İ. T. (2009). Bağımlılık yapan maddeler ve özellikleri. *Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 18(6), 16-33.
- Vaidis, D. C. & Bran, A. (2019). Respectable challenges to respectable theory: Cognitive dissonance theory requires conceptualization clarification and operational tools. *Front Psychol*, 10, 1-11. doi:10.3389/fpsyg.2019.01189
- van Veen, V., Krug, M. K., Schooler, J. W. & Carter, C. S. (2009). Neural activity predicts attitude change in cognitive dissonance. *Nature Neuroscience* 12, 1469-1474. doi:10.1038/nn.2413
- Weinandy, J. T. & Grubbs, J. B. (2021). Religious and spiritual beliefs and attitudes towards addiction and addiction treatment: A scoping review. *Addict Behav Rep*, 14. doi:10.1016/j.abrep.2021.100393
- Willard, A. K. & Norenzayan, A. (2013). Cognitive biases explain religious belief paranormal belief and belief in life's purpose. *Cognition*, 129(2), 379-391. doi:10.1016/j.cognition.2013.07.016

| ARAŞTIRMACILARIN MAKALEYE KATKI ORANI BEYANI |                         |                 |              |                  |
|----------------------------------------------|-------------------------|-----------------|--------------|------------------|
| Yazarlar Adı Soyadı                          | Çalışmanın Tasarlanması | Veri Toplanması | Veri Analizi | Makalenin Yazımı |
| Merve AKDAĞ                                  | %50                     | %50             | %50          | %50              |
| Prof. Dr. Orhan GÜRSU                        | %50                     | %50             | %50          | %50              |