

## TİNSEL ANLAYIŞIN PSİKOLOJİK DANIŞMADAKİ ROLÜ

Özlem Kararımk\*

### ÖZET

*İnsanın doğasında bulunan tinsellik (maneviyat), psikolojik danışma ve psikoterapi uygulamalarına ve eğitimine farklı bir vurgu getirmektedir. Psikolojik danışma alanında giderek daha yaygın olarak kullanılması, tinselliğin insanı anlamada tamamlayıcı bir rol üstlenmiş olduğunu göstermektedir. Psikolojik danışma deneyiminin parçası olarak, danışanlar tinsel (manevi) ihtiyaçlarını da danışmanlarıyla paylaşma ihtiyacı duyabilirler. Son yıllarda, sıklıkla vurgulanan tinsel ihtiyaçlar, giderek artan bir şekilde psikolojik yardım aramanın nedenlerinden biri gibi görünmektedir. Modern psikoloji anlayışı ile birlikte ihmal edilen tinsel anlayışın insanı anlamadaki rolü, çağdaş yaklaşımlarla birlikte tekrar gündeme gelmiş olmasına rağmen henüz kuramsal bir çerçeveye oturtulamamıştır. Bu makale tinsellik kavramını açıklarken, aynı zamanda, tinsellik ve din kavramları arasındaki ayrımın da altını çizmektedir.*

### ANAHTAR SÖZCÜKLER

*Tinsellik, psikolojik danışma ve eğitimi, psikoterapi, din*

### SUMMARY

*Spiritual dimension on human nature brings a special emphasis on counseling and psychotherapy training and practice issues. The growing use of spirituality in recent counseling and psychotherapy literature points out to its important and complementary role in understanding human behavior. Clients are in need of discussing their spiritual interests with their counselors as part of the counseling experience. Spiritual concerns increasingly became one of the important reasons for seeking counseling or psychotherapy. Spirituality is a newly recognized concept acknowledging a different*

*dimension of human being, which is underestimated in the modern psychology. However, spiritual themes in counseling have not been placed on a theoretical background. The present article discusses the spirituality concept and theoretical background also emphasizes the difference between spirituality and religion.*

### KEY WORDS

*Spirituality, counseling and training, psychotherapy, religion*

İnsanın doğasında bulunan tinsellik, psikolojik danışma uygulamalarına ve eğitimine farklı bir vurgu getirmektedir. Pargament (1997) tinselliğin bir çok kişinin günlük yaşamının bir parçası olduğunu ifade etmektedir. Evrende varolmamız için temel desteklerden biri olan tinsellik insanoğlunun güçlü yönlerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Dünyada psikolojik danışma alanında giderek daha yaygın olarak kullanılması tinselliğin insanı anlamada tamamlayıcı bir rol üstlenmiş olduğunu göstermektedir. Psikolojik danışma deneyiminin parçası olarak, danışanlar tinsel ihtiyaçlarını da danışmanlarıyla paylaşma ihtiyacı duymaktadırlar. Son yıllarda, batı kültüründe sıklıkla vurgulanan tinsel ihtiyaçlar, giderek artan bir şekilde psikolojik yardım aramanın nedenlerinden biri gibi görünmektedir. Psikolojik danışmanların uygulamalarında tinsel ihtiyaçlarına yanıt arayan danışanlarla karşılaşma olasılıkları mümkündür. Araştırma bulguları psikolojik olarak yardım arayanların tinsel olarak sağlıklı olmayı önemli bulduklarını ve aldıkları yardım sürecinde bu ihtiyaçlarının karşılanmasını beklediklerini göstermiştir (King ve Bushwick, 1994). Bu çalışmayla tutarlı olarak, 2001 yılında Rose, Wetefeld, ve Ansley tarafından yapılan araştırma sonucu, danışanların tinsellik ile ilgili konuları danışmanlarıyla paylaşmayı tercih ettiğine işaret etmiştir.

(\*) ODTÜ Eğitimi Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı

Psikoloji sözcüğünün kökleri Antik Yunan medeniyetine dayanmaktadır. İngilizce "psychology" kelimesi aslında iki kelimeden oluşmuştur. "Psyche" ve "logo", Latince kelimelerdir. Sırasıyla, ruh ve bilim anlamına gelmektedirler. Bu iki kökten oluşan psikoloji sözcüğü, eski çağlarda ruh bilimi anlamını taşıyordu. Ancak, insanoğlunun ve medeniyetlerin modernleşmesi ile, psikoloji kelimesi antik anlamını kaybetmiş ve kendine daha modern bir anlam bulmuştur. Ruh sözcüğü modernleşme ile birlikte psikolojik bir terimden çok dinsel bir terim olarak anılmaya başlanmıştır.

Tinselliğin, psikolojik danışma alanında, çok kültürlülüğten sonra beşinci güç olarak görülmeye ve bu alandaki literatürde yerini almaya başladığı görülmektedir. (Stanard, Sandhu ve Painter, 2000). Ancak, tinselliğin tanımlanmasında ve kavram olarak açıklanmasında henüz ortak bir görüşe ulaşılamamıştır (Benjamin ve Lobby, 1998; Elkins, 1995; Stanard, Sandhu ve Painter, 2000; Young, Cashwell, ve Shcherbakova, 2000). Corey (1996) gelecek yüzyıl içinde insanı anlamada tinsel temalara giderek artan bir vurgunun ortaya çıkacağını ileri sürmektedir. Ancak, tinselliğin tanımının yapılması ve üzerinde çalışılması zor bir kavram olduğunun altı da önemle çizilmektedir (Gorsuch, 1984).

Güncel psikoloji literatüründe, tinselliğin din bağlamının dışında da var olduğuna sıklıkla rastlanmaktadır. Tinsellik tanımlarken, araştırmacılar din ve tinsellik arasındaki farklara yoğunlaşmışlardır (Elkins ve ark., 1988, Holder ve ark., 2000, Miller, 1999; Zinbauer ve ark., 1997). Zinnbauer ve arkadaşları (1997) tinselliği tanımlarken, tinselliğin bireysel bir olgu olduğu halde, din kavramının ise daha resmi bir şekilde yapılandırılmış bir kurum olduğu üzerinde durmaktadırlar. Elkins ve arkadaşları (1988) din kurumlarının tinsellik üzerinde tekel kurma hakkının bulunmadığını ifade etmektedir. Literatürde herhangi bir dini inanç taşımadan ya da Tanrı inancı olmadan da tinsel deneyimler yaşanabileceği üzerinde duran yazarlarda vardır (Chandler, Holden ve Kolander, 1992).

Elkin ve arkadaşları (1988) tinselliği tanımlarken 2 anahtar bileşenden söz etmektedirler: *anlam ve yaşamdaki amaç*. Viktor Frankl (1967) tarafından öne

sürülen varoluşçu yaklaşıma dayanan *Logoterapi*, kişinin yaşamındaki anlam bulma mücadelesini ve anlamsızlık duygusunun yarattığı çelişkileri temel alan kuramsal bir çerçeve olarak bu konuyu son derece iyi açıklamaktadır. Kuramın ismini aldığı kelime *Logo*, tinselliğin tanımında yer alan iki bileşenden biridir (Logo = anlam). Frankl yazılarında, varoluşsal bir hayal kırıklığı yaşayanların, yaşamlarındaki anlamı başka bir deyişle, niçin yaşadıklarını bulamadıklarını söylemektedir (Prochaska ve Norcross, 1999). Young, Cashwell ve Woolington (1998) bir çalışmalarında tinsellik ve yaşamdaki amaç ve ahlak gelişimi arasındaki olumlu ilişkinin üzerinde durmaktadırlar. Bu noktadan bakıldığında, tinsel temaların varoluşçu bakış açısıyla keşiştiği görülmektedir. Bu noktada, tinselliğin varoluşçu yaklaşımla açıklanabilecek bir kavram olduğu düşünülmektedir.

Tinsellik, psikolojik danışma alanında yeni bir kavram gibi görünmesine rağmen Carl Jung'un (1933) kuramının özünde tin ve tinsellikle ilgili temalar bulunmaktadır. Carl Jung (1933), insanın sadece psikoseksüel ve psikososyal bir varlık olmadığını, aynı zamanda psikotinsel (psychospiritual) bir varlık olduğunu ifade etmiştir. Son günlerde giderek genişleyen bilimsel tinsellik literatürü, bu kavramın tekrar doğuşunu göstermektedir (Richard ve Bergin, 1997). Rasyonel ve nesnel olan kuralların yanısıra, tinsel temalar, evrendeki bütünlüğe ve dengeye inanma, acı deneyimlere rağmen iyi hissetme, hastalıklardan sonraki iyileşme sürecinde kullanılan alternatif yollar olarak görülmektedir. Maslow (1971), kendini gerçekleştirmenin tinsel bir önem taşıyan önemli bir deneyim olduğunu söylemiştir. Jung (1933) kişilerin yaşadığı tüm sorunların tinsellikle ilgili olduğunu ve tinsel bir farkındalık yaşamadan iyileşmenin tam olarak gerçekleşmeyeceğini savunmuştur. Bu durumda tinsel boyut, insanı anlamada fiziksel, duygusal ve bilişsel boyut ile eşit bir rol üstlenmektedir.

Tinsellik boyutunu psikoloji bilimi içinde tarih boyunca nasıl ele alındığına bakıldığında, onyedinci yüzyılda Rönesans ile birlikte, psikoloji bilimi ampirizm ve rasyonelizmin etkisiyle kendisine laboratuvarlarda yer bulduğu görülmektedir. Tinsel temalar ve ruh,

rasyonel düşünme şekli karşısında değerini kaybetmiş ve uzak durulması gereken daha çok dinsel anlamlar taşıyan kavramlar olarak kalmıştır. Freud, öne sürdüğü psikoanalitik yaklaşımın laboratuvar koşullarında tekrar edilememesi ve ölçülememesi nedeniyle sert eleştiriler almıştır. Daha sonra, ortaya çıkan davranışçı yaklaşım ise, psikolojiyi doğal bilimlerin içinde tamamen nesnel ve deneysel bir bilim dalı olarak görmüştür. (Pavlov, 1927; Skinner, 1953; Watson, 1931). Davranışçı yaklaşım insanı oldukça mekanistik ele almış ve, insan uyarıcılara tepki veren bir mekanizma olarak tanımlanmıştır. Bu yaklaşıma göre insan uyarıcılara uygun tepkileri göstermediği zamanlarda klasik ya da edimsel koşullanma yöntemleri kullanılarak bireyin istenilen ve önceden belirlenen tepkileri vermesi sağlanabilir. İnsan ve hayvan davranışlarını benzer şekilde açıklamaya çalışan bu yaklaşım, ruh ve akıl gibi insanı tamamlayan bütünü parçalarını gözardı etmiş gibi görünmektedir.

Davranışçı yaklaşımdan sonra ortaya çıkan bilişsel davranışçı yaklaşımla birlikte insan davranışının ortaya çıkmasında akıl ve algılama önem kazanmış ve düşüncelerin davranışı etkilediği konusunda fikir birliğine varılmıştır. Ancak günümüzde, özellikle psikoterapi ve danışma alanında insanın doğasında bulunan, aklın yanısıra ruhun varlığını da davranış değişikliğine neden olarak gösteren bir kuram bulunmaktadır. Elkins (1995), bu durumu eleştirmiş ve psikolojinin modern psikolojinin antik çağlardan gelen köklerini terk ettiğini ve kendini katı bir bilimsel ve ampirik anlayışla yürütülen nesnel ve doğal bilimlerin içine sokmaya çalıştığını ifade etmiştir.

Psikolojinin uygulandığı alt dallardan biri olarak , psikolojik danışma uygulamasının ve eğitiminin içine tinselliği dahil etmek danışanı anlamada ve gelişmesini sağlamada gerekli olabilir. Gerçekten de psikiyatrist, psikolog, sosyal çalışmacı ve danışmanlardan oluşan bir grup üzerinde yapılan bir anket sonucuna göre, grubun % 68'i tinsel olarak evreni anlama ve bireyi bu anlayışın içinde alma maddesini desteklemişlerdir (Bergin ve Jensen, 1990). Ayrıca, Grabovac (2003) akıl sağlığı uzmanlarının klinik çalışmalarda ve araştırmalarda tinsel konular gündeme geldiğinde genel olarak bir

rahatsızlık duyduklarını ifade etmiştir. Ancak araştırma bulguları insanların ihtiyaçlarının çeşitlendiğini ve akıl sağlığı uzmanlarının bu alanda bilgi olarak eksik hissettiklerini göstermiştir. Özellikle tıp alanında yürütülen araştırma bulguları (Furnham,1994; Stephenson ve Draucker, 2003) hastanın tinsel inançlarının genel sağlık durumu üzerinde önemli etkisi etkisi olduğunu kanıtlamıştır. Aynı zamanda, insanın akıl, beden ve tinsellikten oluşan bir bütün olduğu düşünülürse, aynı olumlu etkinin psikolojik olarak sağlıklı ve iyi olmanın üzerinde de görülmesi beklenmektedir. King, Speck ve Thomas (1994) çalışmalarında, tinsel inançların klinik sonuçlar üzerinde etkili olduğunu göstermişlerdir. 2000 yılında yapılan bir ampirik çalışmanın sonuçlarına göre, olumsuz yaşam olaylarına maruz kalmak bireylerin depresyon ve kaygı düzeyini arttırırken, tinsellik bu artan etkiyi azaltan bir degisken olarak bulunmuştur (Young, Cashwell, Shcherbakova, 2000). Bu bulguyla tutarlı olarak, tinsellekle olumsuz duygular arasında olumsuz yonde bir iliski bulunmuştur (Fehring, Brennan ve Keller,1987)

Tinselliğin psikoloji alanına katkısı konusundaki farkındalığın artması, Amerika'daki psikiyatri bölümlerinin programlarında bu anlayışa uygun olarak değişiklik yapmalarına sebep olmuş ve onaltı programda resmi olarak tinsel ve dinsel konuların işlendiği dersler verilmeye başlanmıştır (Grabovac, 2003). Ayrıca araştırmacı, Kanada'daki psikiyatri programlarında da bu eksikliği fark etmiş ve bu boşluğu doldurmak amacıyla klinik uygulamalara uygun olarak tinsel temaları içeren 10 derslik bir öneri sunmuştur. Bunlara ek olarak, Yeni Zelanda ve İngiltere'de de araştırmacılar psikiyatri öğrencilerinin bu alanla ilgili bilgiye ve eğitime ihtiyaç duyduğunu ortaya koymuşlardır (Lawrence ve Duggal, 2001; Turbott, 1996)

Bazı araştırmacılar da tinselliği içeren müdahale yöntemlerini ve temaları kuramsal yaklaşımlarının içine yerleştirmeye çalışmışlardır (Propst ve ark.,1992; Payne, Bergin ve Loftus, 1992). Payne ve arkadaşları (1992), tinsel kavramları ve yöntemleri psikodinamik, varoluşçu-hümanist yaklaşımlar ve sağlık psikolojisi ile birleştirmişlerdir. Tinsellik kavramının, psikolojik

danışma'nın en azından eğitim boyutuna katılması fikri bugün tüm dünyada kabul görmektedir.

İnsanın bir bütün olarak zenginleşmesini sağlayan tinselliğin, kişinin hem kendine karşı olumlu olmasını, hem de sosyal destek alıp vermesini kolaylaştırdığı düşünülmektedir (Miller, 1999). İnsan gelişiminin en üst düzeyi, yaşamdaki güzelliği ve doğruluğu görmeyi, birlik olmanın değerini anlamayı ve yaşamın değerinin farkında olmayı gerektirmektedir (Stanard, Sandhu ve Painter, 2000). Bir başka deyişle; insanoğlunun tinsel yönü, gelişimin en üst seviyesindeki niteliklere (kendini gerçekleştirilmeye) kolay ulaşmasını sağlamaktadır.

Bin dört yüz elli altı Hint asıllı Amerikalı arasında yapılan oldukça yeni bir araştırmaya göre (Garrouthe ve arkadaşları, 2003), yüksek düzeyde kültürel tinsel kimliklerine bağlılık gösteren bireyler daha düşük düzeyde bağlılık gösterenlere nazaran daha az intihar girişiminde bulunmuşlardır. Araştırmacılar, temelini içinde yaşanılan kültürden alan tinsel kimliğin, yaşamdaki anlam ve amacı ararken bireylere güçlü kaynaklar sağlayabileceğini dile getirmişlerdir. Burada, da tinsellik ile ilgili olarak karşımıza yine yaşamdaki anlam ve amaç çıkmaktadır.

McLafferty (1997) insanlar için psikolojik açıdan sağlıklı olmayla iç içe geçmiş tinsel bir açıklıktan söz etmektedir. Sayısı giderek artan çalışmalar, dinden bağımsız olarak tanımlanan tinsellik kavramının, ampirik bulgularla insanın genel sağlık durumu ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu araştırmalar, tinselliği anlama ve hissetme yetisinin kişinin fiziksel sağlığını iyileştirdiği ve hayattan aldığı doyumunu artırdığına işaret etmektedir (Byrd, 1988; Oxman, Freeman ve Manheimer, 1995). Örneğin, tinselliğin, kalp rahatsızlıkları ve alkolizm ile olumsuz yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Byrd, 1988; Oxman, Freeman ve Manheimer, 1995). Amerika'da alkol ve madde bağımlıları için 12 temel adımdan oluşan, ve anahtar kavramı tinsellik olan Adsız Alkolikler gruplarının diğer tedavi yöntemlerine göre daha başarılı sonuçlar verdiği ampirik ve nitel bulgularla gösterilmiştir (Alford, 1980; Green, Fullilove, ve Fullilove, 1998; Vaillant ve Milofsky, 1982).

Çağdaş yaklaşımlardan *Sistem Yaklaşımları* içinde insanoğlu, büyük bir sistemin içinde yer alan bir çok alt sistemin oluşturduğu çoksistemli bir organizma olarak kabul edilmektedir. Bütünsel bir anlayışla bakıldığında, tinsellik de bu çok sistemli organizmanın bir parçası olarak yer almaktadır. (Norcross ve Goldfried, 1992). Yine sistemik bir bakış açısıyla insanoğlu da kendinden daha büyük olan evrenin bir alt sistemi olarak kabul edilmektedir. Eğer, büyük sistemi oluşturan alt sistemler birbirini tamamlayan parçalar olarak düşünülürse, sistemin geneline bakıldığında bir bütünlük ve birleşme görülmektedir. Karasu'ya göre (1999) tinselliğe giden yol birleşmeye ve bütünlüğe inanmayı gerektirmektedir. Bütünlüğe ve birleşmeye inanmak beraberinde sorumluluk duygusunu ve başkalarını düşünmeyi de getirmektedir.

### Tinsel Anlayış ve Din Kavramı

Tinselliğin tam olarak ne anlama geldiği konusunda literatürde tam bir fikir birliğine varılamamıştır. Tinselliğin tanımı yapılırken, bu kavramın dinden nasıl ayrıldığına açıklanması önemli bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır. Tinselliğin kolayca dinle karıştırılabilecek bir kavram olduğu vurgulanmaktadır. Bu iki kavram sıklıkla birlikte ve aynı anlama gelecek şekilde kullanılmakla birlikte aralarında önemli farklılıklar vardır. Kavramın soyut yapısından dolayı tinselliğin tanımlanması oldukça güç görülmektedir. Fakat, literatürde dinsel öğelerle ilgili görünmesine rağmen, tinselliğin tamamen ayrı bir yapı olduğuna dair bir fikirbirliği gözlenmektedir (Corbett, 1990; Graham ve ark., 2001; Ingersoll, 1994; Stoll, 1989).

Holder ve arkadaşları (2000) bir bireyin tinselliği yaşamasının ve ifade etmesinin birden fazla yolu olduğunu ve bir kişinin tinselliğinin dini inançları hem içerebileceği, hem de içermeyebileceğinin altını çizmektedirler. Bu görüşü destekleyen bir araştırma, tinselliğin, araştırmaya katılanların herhangi bir dinden olup olmamalarına bağlı olmaksızın stresin olumsuz etkilerini hafiflettiğini göstermiştir. Araştırmaya katılanların yaklaşık yarısı herhangi bir dine bağlı olmadıklarını rapor etmişlerdir. Yazarlar, bu bulguyu tinselliğin bir başa çıkma mekanizması olarak kendi-



lerini dindar olarak tanımlamayan kişiler için de işe yarayabileceği şeklinde açıklamışlardır (Kim ve Seidlitz, 2002).

Yine araştırmacılar tarafından yapılan başka bir ayırım dinin örgütlenmiş sosyal bir kurum olduğuna ve tinselliğin bundan farklı olarak bireysel bir nitelik olduğuna dayanmaktadır (Miller,1999). Din, bireyin tinsel yönünü kurumlaşmak ve güçlenmek için kullanmaktadır, ancak; bu tinsel deneyimlerin sadece dini inançlarla sınırlı olduğu anlamına gelmemektedir. Bu noktada, dinin dışardan gelen sosyal bir dayatma olduğu, tinselliğin ise sadece bireye özgü ve tamamlayıcı bir nitelik olduğu iki kavram arasındaki en önemli fark olarak göze çarpmaktadır.

Corbett (1990) herhangi bir dini kurumun, güçlü bir şekilde Tanrı inancının yanısıra alışılmış ve değişmesi zor olan dini kurallar ve ibadetleri gerektirdiğini vurgulayarak iki kavram arasındaki farkın altını çizmektedir. Dini bir deneyimde, önceden ve başkaları tarafından belirlenmiş bir yaşam amacı insanlara sunulmuşken tinsel deneyimde birey yaşadığı deneyimlerdeki kişisel anlamı kendi keşfetmekte ve bir süre sonra elde ettiği anlam birikimi ile yaşamdaki kendi amacını ve varlık nedenini kavramaktadır. Stanard, Sandhu ve Painter (2000) de Corbett'in (1990) ifadesi ile tutarlı olarak din ve tinsellik arasındaki başlıca farkı anlatırken tinsellik ile ilgili yaşantıların daha öznel olduğunu, ancak dinin kurumsallaşmış inançlar ya da doktrinlerden oluştuğunu söylemektedir.

Sonuç olarak, tinsellik dinden çok daha geniş bir kavram olarak karşımıza çıkmakta ve tinsel deneyimlerin herhangi bir dinsel inanca ya da dini kuruma bağlı olmak zorunda olmadığı fikri kabul görmektedir. İnsanoğlunun yaşamındaki tinselliği fark edebilmesi için bireyin yaşamındaki deneyimlerin anlamını keşfetmesi ve her bir yaşam deneyiminden elde ettiği kazanımlarla bir birikim elde etmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Buna göre bireyin Tanrı'ya inanması ya da inanmaması değil kişinin başından geçen deneyimin anlamını bulup keşfetmesi önemlidir. Dinden bağımsız bir tinsellik anlayışına sahip olmak, tinsel deneyimlerin daha iyi anlaşılması yönünde olumlu bir gelişme

sağlayacaktır. Yaşamdaki amaç ve anlamı bulmak, içinde yaşadığımız evrenle bir bağ kurabilmek, kendini doğanın bir parçası olarak hissedebilmek, dünyadaki ve doğadaki dengeye saygı duyup inanmak tinselliğin içinde yer alan önemli öğelerdir.

### Türk Kültüründe Tinsel Anlayış

Türk kültüründe din günlük yaşantıyla içiçe geçmiş bir olgu olarak önemli yer tutmaktadır. Geçmişteki egemen kültürlerdeki yeriyle, önemli bir toplumsal kurum olarak karşımıza çıkmaktadır. Din, Türk toplumunda oldukça hassas ve titizlikle korunan bir kurumdur. Tarihsel olarak bakıldığında, kökleri en az onbin yıl önceye dayanan ve Orta Asya'daki atalarımızın dini inanç sistemi olarak Şamanizm insanlık tarihinde bilinen en eski tinsel çaba olarak değerlendirilmektedir (Weishaus, 2000). Endüstri öncesi dönemde, en eski din adamları olarak bilinen Şamanlar terapist rolü üstlenmekte ve bireylerin akıl ve ruh sağlığı sorunlarının çözülmesinde yardımcı olan uzman kişiler olarak görülmekteydiler. Şamanizmin doğasında buluna tinselliğin iyileştirici etkisi bugün bile birçok çalışmada karşımıza çıkmaktadır (Elkins, 1999; Marshall, 2003; Money; 2001;Weishaus, 2000). Doğu inanç sistemlerinin temellerini oluşturan Şamanizm, Eski Türkler arasında günlük yaşamın bir parçası olarak görülmekteydi. İslami kurallara göre yönetilen Osmanlı İmparatorluğu döneminde de din öncelikli bir kurum olarak, bugünkü Türk insanın kültürel kimliğinde oldukça belirleyici olmuştur. Modern Türk Cumhuriyeti tamamen laik olmasına rağmen, din konusundaki hassasiyet halen sürmektedir.

Literatürde, tıpkı fiziksel ve psikolojik yönlerimizi ailemizden aldığımız kadar önceki nesillerden de alıyorsak, tinsel yönümüzün de kalıtsal olabileceği ve kuşaktan kuşağa aktarılabilmesi öne sürülmüştür ve bu bağlamda, her nesil kendi deneyimini, farkındalığını ve bilgisini artırarak bir sonraki nesile iletmektedir (Karasu, 1999). Türk insanının hem tinsel yönünün gelişmiş olması, hem de dini inançlarının kuvvetli olması bizim ülkemizde kültürel kimliğin önemli özellikleri olarak göze çarpmaktadır. Ancak dinin bizim ülkemizdeki özel konumundan ötürü, insanın tinsel yönünün psikolojik

danışma uygulamalarının içine girmesi politik yönden oldukça tehlikeli ve riskli olabilir. Bu bakımdan, Türk toplumunda güçlü bir kurum olan din, dini kurallar, dogmaların ve hatta politik ve ideolojik bazı anlayışların psikolojik danışma ve psikoterapi uygulamalarının içine sızması olasılığı göz önünde tutulmalıdır. Bu noktada, eğitim kurumları olarak üniversitelerimize büyük iş düşmektedir. Tinselliğin dinden bağımsız bir kavram olduğunu, tinselliğin bireysel olarak yaşandığını, mutlak bir din inancı gerektirmediğini ve insanın akıl, beden ve tinsel olarak bir bütün olduğunun iyice anlaşılması gerekmektedir.

### **Psikolojik Danışma Programlarında Tinselliğin Yeri**

Daha önce de belirtildiği gibi, tinsel değerlerin psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediğini bulunmuştur (Fehring, Brennan, ve Keller 1987). Üniversitelerimizde yetişen psikolojik danışmanların, tinsel kimliğini ön plana çıkaran ve tinsel gereksinimlerini karşılamak isteyen danışanlarla karşılaşmaları olasıdır. Üniversitelerimizde sürdürülmekte olan psikolojik danışma lisans bölümlerinde eğitim programının içinde yer alan, ve bireyin tinsellik boyutuna vurgu yapan herhangi bir ders bulunmamaktadır. Hatta, yaşadığımız kültürü yakından inceleyen dersler lisans eğitim programları içinde yoktur. İçinde yaşadığımız kültürün insan gelişiminde ve davranışlarında etkili olduğunu düşünürsek, bu konu psikolojik danışma lisans programlarının bir eksiği olarak görünmektedir. Türk kültürü ve kültürün içindeki öğelerle zenginleştirilmiş bir lisans programının psikolojik danışmanların uygulamalardaki etkinliğini artırabileceği düşünülebilir. Tinsel olarak duyarlı psikolojik danışma, danışanın dünya görüşünü belirleyen değerlerin ve inançların anlaşılmasını gerektirmektedir; danışmanın bunu yapabilmesi için önce danışanın kültürel ya da etnik kökenini anlamaya çalışmasının önemli olduğu bazı araştırmacılar tarafından (Frame, 2000; Fukuyama, 2000) ifade edilmiştir. Türkiye'nin bir mozayiki andıran çok-kültürlü alt yapısı göz önüne alındığında, psikolojik danışmanın kültürel olarak duyarlılık göstermesi ve danışanın süreç içinde ortaya koyabileceği kültürel kimliğini fark edebilmesi beklenmektedir. *Varolan programlar kültürün insan üzerindeki etkisini*

pek fazla ele almamakta ve Türk kültürünün bir ögesi olarak düşünülebilecek tinselliğin anlaşılmasına bir engel oluşturmaktadır.

Psikolojik danışman adayı öğrencilerinin tinsellik konusunda sistematik bir bilgiye ve eğitime sahip olmadıkları düşünülürse, tinselliği yukarıda bahsedildiği gibi dinsel bir terim olarak yorumlama yanlısına düşebilecekleri, tinsel ihtiyaçları ve kimliği ön planda olan danışanlarla etkin çalışamayabilecekleri de düşünülebilir. Danışanın tinsel yönünün fark edilmesi ve danışana yansıtılmasının danışanın iyileşme yolunda attığı adımları olumlu yönde etkileyebileceği ileri sürülebilir. Etik açıdan değerlendirildiğinde psikolojik danışmanın danışanını getirdiği soruna göre seçmesinin uygun olmadığı göz önünde tutulursa, eğitim almakta olan danışman adaylarına, insanın tinsel boyutu konusunda sistematik ve doğru bilgiyi sağlamanın faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, sözü edilen boşluk doldurulmalı ve psikolojik danışma öğrencilerinin bilgi donanımı artırılmalıdır.

Sadece Türkiye'de değil tüm dünyada, bütün lisans ve yüksek lisans düzeyindeki psikolojik danışma ve psikoloji uygulama ve programları katı bir anlayışla araştırma desenleri ve istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar üzerine kurulmuştur. Ancak, sadece ampirik ve rasyonalist yöntemlere sıkı sıkıya bağlı kalmak, psikolojinin bilgiyi ararken sınırlanmasına yol açabilir. Tinsellik bu anlamda modern psikolojiye baskın bir şekilde hakim olan doğal bilimlerin nesnel yöntemlerine karşı alternatif bir bilgiyi arama yolu olarak görünmektedir. Kuşkusuz, burada söylenmek istenen, ampirik yöntem ve bulgulardan tamamen uzaklaşılması ve yeni kuramlar geliştirirken sadece insanın tinsel yönün vurgulanması gerektiği değildir. Bilgiyi ararken kullanılan geleneksel yöntemlerin yanısıra, diğer aydınlatıcı ve keşfetmeye yardım edici çabaların da kullanılması, kabul görmesi ve bütün bunların bütüncül bir anlayışla ele alınması psikolojik danışmanların insanı anlama çabalarına daha fazla katkıda bulunabilecektir.

## KAYNAKLAR

- Alford, G. (1980). Alcoholics anonymous: An empirical outcome study. **Addictive Behavior**, 5, 359-370.
- Benjamin, P., ve Looby, J. (1998). Defining the nature of spirituality in the context of Maslow's and Roger's theories. **Counseling and Values**, 42, 92-100.
- Bergin, A. E., ve Jensen, J. P. (1990). Religiosity of psychotherapists: A national survey. **Psychotherapy**, 27, 3-7.
- Byrd, R. C. (1988). Positive therapeutic effects of intercessory prayer in a coronary care unit population. **Southern Medical Journal**, 81,7, 826-829.
- Chandler, C. K., Holden, J. M. ve Kolander, C. A. (1992). Counseling for spiritual wellness: Theory and practice. **Journal of Counseling & Development**, 71, 168-175.
- Corbett, J. M. (1990). **Religion in America**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Corey, G. (1996). **Theory and practice of counseling and psychotherapy** (5th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Elkins, D. N. (1995). Psychotherapy and spirituality: Toward a theory of the soul. **Journal of Humanistic Psychology**, 35, 2, 78- 98.
- Elkins, D. N. (1999). Spirituality, **Psychology Today**, 32, 5, 44-48.
- Elkins, D.N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A. ve Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality. **Journal of Humanistic Psychology**, 28, 4, 5-18.
- Fehring, R.J., Brennan, P.F. ve Keller, M.L. (1987). Psychological and spiritual well-being in college students. **Research in Nursing and Health**, 10, 391-398.
- Frame, M. W. (2000). Spiritual and religious issues in counseling: Ethical considerations. **The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families**, 8, 72-74.
- Frankl, V. E. (1967). **Psychotherapy and Existentialism: Selected papers on logotherapy**. New York: Washington Square Press.
- Fukuyama, M. A. (2000, Spring). Integrating spirituality into marriage and family counseling. **The Family Digest**, 12, 1, 7-9.
- Furnham, A. (1994). Explaining health and illness: Lay perceptions on current and future health, the causes of illness, and the nature of recovery. **Social Science and Medicine** 39, 715-725.
- Garrouette, E. M., Goldberg, J., Beals, J., Herrell, R. ve Manson, S. M. (2003). Spirituality and attempted suicide among American Indians. **Social Science & Medicine**, 56, 7, 1571-1579.
- Gorsuch, R.L. (1984). Measurement: The boon and bane of investigating religion. **American Psychology**, 39, 228-236.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C., Burke, C. ve Thomas, M. (2001). Religion and spirituality in coping with stress. **Counseling & Values**, 46, 1, 2-13.
- Green, L. L., Fullilove, M. T. ve Fullilove, R. E. (1998). Stories of spiritual awakening: the nature of spirituality in recovery. **Journal of Substance Abuse Treatment**, 15, 4, 325-331.
- Grobovac, A. D. (2003). Spirituality and Religion in Canadian Psychiatric Residency Training. **Canadian Journal of Psychiatry**, 48, 3.
- Holder, D. W., DuRant, R. H., Harris, T. L., Daniel, J. H., Obeidallah, D., ve Goodman, E. (2000). The association between adolescent spirituality and voluntary sexual activity. **Journal of Adolescent Health**, 26, 4, 295-302.
- Ingersoll, R. E. (1994). Spirituality, religion, and counseling: Dimensions and relationships. **Counseling and Values**, 38, 98-111.

- Jung, C. G. (1933). **Modern man in a search of soul** (W. S. Dell & C. E. Baynes, Trans.). New York: Hartcourt.
- Karasu, B. (1999). Spiritual Psychotherapy. **American Journal of Psychotherapy**, 53,2, 143-162.
- Kim, Y, ve Seidlitz, L. (2001). Spirituality moderates the effect of stress on emotional and physical adjustment. **Personality and Individual Differences**, 32, 8, 2002.
- King, D. E, ve Bushwick B. (1994). Beliefs and attitudes of hospital inpatients about faith healing and prayer. **Journal of Family Practice**, 39,349-52.
- King, M., Speck, P. ve Thomas, A. (1994). Spiritual and religious beliefs in acute illness-is this a feasible area for study? **Social Science & Medicine**, 38, 631-636.
- Lawrence, R. M. ve Duggal, A. (2001). Spirituality in psychiatric education and training. **Journal of the Royal Society of Medicine**, 94, 303-307..
- Marshall, J. (2003). Shamans and Religion: An Anthropological Exploration in Critical Thinking (Book). **Australian Journal of Anthropology**, 14, 3, 425-426.
- Maslow, A. H. (1971). Farther reaches of human nature. New York: Viking. Norcross, J. C. ve Goldfried, M. R. (Eds.). (1992). **Handbook of psychotherapy integration**. New York: Basic Books.
- McLafferty, C. L. (1997). Spirituality in three theories of psychology: A qualitative study. **Dissertation Abstract International**, 58, 3,1567B.
- Miller, W. R. (Ed.). (1999). **Integrating spirituality into treatment: Resources for practitioners**. Washington, DC: American Psychological Association.
- Money, M. (2001). Shamanism as a healing paradigm for complementary therapy, **Complementary Therapies in Nursing and Midwifery**, 7, 3, 126-131
- Norcross, J.C. ve Goldfried, M.R. (Eds.). (1992). **Handbook of psychotherapy integration**. New York: Basic Books.
- Oxman, T.E., Freeman, D.H. ve Manheimer, E.D. (1995). Lack of social participation or religious strength and comfort as risk factors for death after cardiac surgery in the elderly. **Psychosomatic Medicine**, 57, 1, 5-15
- Pargament, K. I. (1997). **The psychology of religion and coping**. Guilford, New York
- Pavlov, I. P. (1927). **Conditioned Reflexes** (Anrep Çevirisi). Oxford: Oxford University Press.
- Payne, I. R., Bergin, A. E. ve Loftus, P. E. (1992). A review of attempts to integrate spiritual and standard psychotherapy techniques. **Journal of Psychotherapy Integration**, 2, 171-192.
- Prochaska, J.O. ve Norcross, J.C. (1999). **Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis** (fourth ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Propst, L. R., Ostrom, R., Watkins, P., Dean, T. ve Mashburn, D. (1992). Comparative efficacy of religious and non-religious cognitive-behavioral therapy for the treatment of clinical depression in religious individuals. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, 60, 94-103.
- Richards, P. S. ve Bergin, A. E. (1997). **A spiritual strategy for counseling and psychotherapy**. Washington, DC: American Psychological Association.
- Rose, E. M., Westefel, J. S. ve Ansley, T. N. (2001). Spiritual issues in counseling: Client's beliefs and preferences. **Journal of Counseling Psychology**, 48, 1, 61-71.
- Skinner, B. F. (1953). **Science and Human Behavior**. New York: Mc Millan.
- Stanard, R. P., Sandhu, D. S. ve Painter, L. C. (2000). Assessment of spirituality in counseling.



- Journal of Counseling and Development**, 78, 2, 204-210.
- Stephenson, P. L. ve Draucker, C. B. (2003). The experience of spirituality in the lives of hospice patients. **Journal of hospice and Palliative Nursing**, 5,1, 51-58.
- Stoll, R. I. (1989). The essence of spirituality. In V. B. Carson (Ed.), **Spiritual dimensions of nursing practice** (pp. 4-23). Philadelphia: Saunders.
- Turbott J. (1996). Religion, spirituality and psychiatry: conceptual, cultural and personal challenges. **Australian and New Zealand Journal of Psychiatry**, 30, 720-30.
- Vaillant G. ve Milofsky, E., (1982). Natural history of male alcoholism: Paths to recovery. **Archives General Psychiatry**, 39, 127-133
- Watson, J. B. (1931). **Behaviorism**. London: Kegan Paul, Tranch and Traubner.
- Weishaus, J. (2000). The soul of shamanism: conservation with Daniel D. Noel. **Mythosphere**, 2, 4 397-405.
- Young, J. S., Cashwell, C. S., & Woolington, V. J. (1998). The relationship of spirituality to cognitive and moral development and purpose in life: An exploratory investigation. **Counseling and Values**, 43, 63-69.
- Young, J. S., Cashwell, C. S., ve Shcherbakova, J. (2000). The moderating relationship of spirituality on negative life events and psychological adjustment. **Counseling and Values**, 45, 1, 49-57.
- Zinnbauer, B. J., Pargamnet, K. I., cole, B., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., Hipp, K. M., Scott, A. B., & Kadar, J. L. (1997). Religion and spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy. **Journal for the Scientific Study of Religion**, 36, 549-564.

## Summary

### THE ROLE OF SPIRITUAL UNDERSTANDING IN COUNSELING

Özlem Kararınmak\*

*Spiritual dimension on human nature brings a special emphasis on counseling and psychotherapy practice and training issues. Spirituality is one of our strengths that give fundamental support our existence in the universe. The growing use of spirituality in recent counseling and psychotherapy literature points out its important and complementary role in understanding of human behavior. Clients are in need of discussing their spiritual interests with their counselors as a part of counseling experience. Spiritual concerns increasingly became one of the important reasons for seeking counseling or psychotherapy. Therefore, counseling professionals are likely to come across such clients with spiritual interests in their practice.*

*Psychology as a word comes from Ancient Greek times. Psyche and logo, two Greek words, stand for soul and study respectively. That is to say, the word psychology in those ancient times referred the study of the soul and soul has become the major deal of the psychology. Nevertheless, in modern world within contemporary understanding of that word, psychology, has lost its ancient meaning. Soul sounds as a more theological term rather than psychological.*

*Spirituality is an inherent part of human being although not everyone accepts it is a part of a gestalt. Mind, body, affection and spirituality are the pieces of a gestalt. If we take in to account the unity of the pieces (wholeness), each fragment has an important function in total functioning of the gestalt. Regarding the roles of the pieces, spiritual part gives meaning and purpose to life experience. Spirituality is the inspiring part of the wholeness; it motivates to search for meaning and purpose in life. The quest for meaning and mission in life and the search for harmony and wholeness in the uni-*

*verse are the honorable spiritual goals for individuals. We are living in this world but why? What is the purpose of it? It is a sort of existential theme. In this regard, spirituality in counseling has found an existential theoretical background.*

*From developmental perspective the article explains that spirituality, which is a component of developmental process, is an innate part of human being. Like other usual developmental stages, it enriches human life. The ability to appreciate beauty, truth, unity, and sacred in life is described as the highest level of human development. Spirituality can also provide the feeling of benevolence toward oneself.*

*In conclusion, it is suggested that psychology must break away from being a unidimensional science, that it must recognize the many-sided layers of existence, that spirituality and meaning in the life are important, and that psychology must balance its reductionistic tendencies with the knowledge that the whole is greater than the sum of its parts. In sum, understanding that people are cultural and spiritual beings is a necessary condition for a psychology of human existence.*

*Spiritual experiences do not need to be related to any a set of religious belief, religious institution or dogma. Spirituality is a broader term than religion. Religion, which is limited to a certain set of rules, is an institutionalized and ritual way of expression of spirituality. Some individuals may describe their spiritual dimension thorough their religion, unlike the others may not identify themselves with their religion. In order to recognize the spiritual dimension of the human being, individual explores the meaning in their real life experiences and accumulates those meanings coming from experience. The individual may be theist or atheist, of the essence is experience and the ability to gain the meaning in it. Spirituality includes finding meaning and*

Address for correspondence : (\*) ODTÜ Eğitimi Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı

*purpose in life, feeling a tie with the universe, feeling as a part of nature, and believing in the balance in the world and the nature.*

*It is also mentioned the vital role of religion in Turkish culture in the study. Religion is an important phenomenon in our country and it is strictly adhered to the daily life and prevailing cultural identity requires religious. Our counseling practioners, are likely to contact with individuals whom have a manifest spiritual identity. Because of that Turkish counseling students are raised in that prevailing culture, they may have developed spiritual identity. However, the existing counseling curricula in our universities do not give any little emphasis on spirituality even though generally, Turkish people can be described as highly spiritual not only religious. Those curricula not only ignore the prevailing identity in Turkish culture in healing process but also impede the spiritual development of prospective counselors. Counseling students don't have systematic knowledge and training to deal efficiently with their clients who bring spiritual issues into counseling relationship. In terms of ethical concerns, it is not appropriate to pick the clients up accordingly their presenting problems. Hence, our counseling programs leave a gap in that sense. Counseling students need to be equipped to address these issues with their clients.*

*Both spirituality and religiosity are the features of cultural identity in our country. Cultural sensitivity for Turkish peoples requires spiritual understanding as a component of the cultural context. To promote understanding, measurement, and delivery of the spiritual component of culturally component care, Turkish spirituality identity as an evolutionary component should be analyzed by the professionals.*

*There is a risk of exploitation when spiritual dimension is incorporated in counseling training and practice under these sensitive circumstances. Institutionalized religion, Islamic rules, and dogmatic beliefs may infuse into counseling and psychotherapy field. Without creating opportunity for misuse of spiritual issues, wise and cautious incorporation of spirituality is of concern to counselor educators in universities. Spirituality as a*

*part of the counseling curricula least at graduate level seems as a requirement under such a prevailing spiritual cultural identity. A spirituality course might encourage counseling students to explore their own spiritual resources to cope with life at difficult times. An objective of such a graduate course would to develop a respectful watchfulness to spirituality when it arises in their practice.*

*As a final point, if we accept the premise that people are also spiritual beings, then we must also consider the notion that there are alternative ways of knowing and accumulating psychological knowledge.*