

Sayı: 7 Yıl: 2023 Haziran
ISSN: 2687-2714

TÜRK MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK DERGİSİ

7





Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

7



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı | Issue: 7 • Haziran | June 2023
ISSN: 2687-2714

Sahibi | Owner

Prof. Dr. Mustafa Koç

Yazı İşleri Müdürü | Responsible Manager

Kasım Kaya

Editör | Editor

Prof. Dr. Ali Ayten

Editör Yardımcısı | Associate Editor

Halime Hilal Taşkın

Yayın Kurulu | Editorial Board

- Prof. Dr. Ali Ayten • Marmara Üniversitesi • Türkiye
Prof. Dr. Hasan Kayıklık • Çukurova Üniversitesi • Türkiye
Prof. Dr. Robert Frager • Sofia University • ABD
Prof. Dr. Saffet Kartopu • Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi • Türkiye
Doç. Dr. Mustafa Ulu • Erciyes Üniversitesi • Türkiye
Doç. Dr. Zeynep Sağır • Fırat Üniversitesi • Türkiye
Dr. Karen Erlichman • Sofia University • ABD
Dr. Selene Kumin Vega • Saybrook University • ABD

Danışma Kurulu | Advisory Board

- Prof. Dr. Abdülkerim Bahadır • Necmettin Erbakan Üniversitesi • Türkiye
Prof. Dr. Ali Rıza Aydın • Ondokuz Mayıs Üniversitesi • Türkiye
Prof. Dr. Hüseyin Peker • Giresun Üniversitesi • Türkiye
Prof. Dr. Üzeyir Ok • İbn Haldun Üniversitesi • Türkiye
Doç. Dr. Gülüşan Göcen • İstanbul Üniversitesi • Türkiye
Doç. Dr. M. Naci Kula • Bursa Uludağ Üniversitesi • Türkiye
Doç. Dr. Orhan Gürsu • Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi • Türkiye
Doç. Dr. Selahattin Yakut • Yozgat Bozok Üniversitesi • Türkiye

Türkçe Metin Düzeltme | Turkish Proofreading
Elif Nihal Aktay • Mervenur Uzguur • Ayşenur Barak

İngilizce Metin Düzeltme | English Proofreading
Esra Şirin • Hamidullah Genç • Senanur Koç

Tasarım | Design
Prof. Dr. Mustafa Koç

Yönetim Yeri ve Adresi | Executive Office
Büyükdere Mahallesi Prof. Dr. Nabi Avcı Bulvarı No: 4
26040 - Odunpazarı/Eskişehir

Telefon | Phone: +90 222 217 57 57
E-posta | E-mail: turkmanevidanismanlikdergisi@gmail.com
Web: http://dergipark.org.tr/tr/pub/tmdrd

Yayın Türü | Type of Publication
Uluslararası Süreli Yayın • International Periodicals

Yayın Periyodu | Period of Publication
Altı ayda bir (Haziran-Aralık) yayınlanır
Published biannually • June – December

Basım Tarihi | Date of Publication
30 Haziran • 30 June 2023

Basım Yeri | Place of Publication
Mim Dijital Baskı & Matbaa
Zübeyde Hanım Sebze Bahçeleri Caddesi, No: 103/8
06070 - Altındağ/Ankara
Telefon: +90 312 384 00 85

© Mustafa Koç



- Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi'nin *misyonu*, manevi danışmanlık ve rehberlik alanında zengin içerikte ve kalitede akademik çalışmalar yayımlayarak Türk manevi danışmanlık ve rehberlik literatürüne katkı sağlamak ve bu çalışmalarını akademik topluluğa ulaştırmaktır.
- The *mission* of Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care is to contribute to the literature of Turkish spiritual counselling and care by publishing academic studies in the field of spiritual counselling and care with a rich content and quality and to convey these studies to the academic community.
- Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi'nin *vizyonu*, akademik dergicilikte manevi danışmanlık ve rehberlik alanında dünyanın önde gelen ve saygın akademik dergileri arasında olmaktadır.
- The *vision* of Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care is to become one of the world's leading and respected academic journals in the field of spiritual counselling and care in academic journalism.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

İçindekiler | Contents

- **Editörden** | From Editor.....7-8
- **Makaleler** | Articles
- Dini Takıntılar ve Şema Terapi: Manevi Danışmanlık Perspektifinden Analizler
Scrupulosities and Schema Therapy: Analysis from the Perspective of Spiritual Counseling
Esma Zennure Kavurkacı.....9-49
- Manevi Danışmanlık Açısından Asr Suresi'nin Psikolojik Analizi
Psychological Analysis of Surah Al-Asr in Terms of Spiritual Counseling
M. Naci Kula.....51-64
- Çevresel ve Manevi Faktörler Bağlamında Hastanelerdeki Manevi Destek Hizmetinin Psiko-Sosyal Uyuma Etkisi
The Effect of Spiritual Support Service in Hospitals on Psycho-Social Adjustment in the Context of Environmental and Spiritual Factors
Mükerrem Saliha Kars & M. Naci Kula.....65-100
- Manevi Danışmanlık ile Hümanist Psikoloji Arasındaki İlişki
Relationship between Spiritual Counseling and Humanistic Psychology
Ayşe Nural & Ülkü Tosun.....101-118
- Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Perspektifinden Tanrı Tasavvurları ve Varlık Aşamaları Üzerine Psiko-Teolojik Analizler
Psycho-Theological Analyses on God Images and Stages of Being from the Perspective of Spiritual Counseling and Care
Zeynep Karlık.....119-147
- **Kitap İncelemeleri** | Book Reviews
- Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma
Spiritually Oriented Psychological Counseling
Tuba Nur İskeçlier.....149-161
- Aile Terapisi: Manevi Yönelimli Bir Perspektif
Family Therapy: A Spiritually Oriented Perspective
Rümeysa Sancak.....163-174

Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma <i>Spiritually Oriented Psychotherapy and Psychological Counseling</i> Feyza Nur Taşkaya.....	175-187
■ Yazar Bilgileri Author Information.....	189-191
■ Yayım ve Yazım İlkeleri Principles of Publishing and Writing.....	193-196



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

E d i t ö r d e n | F r o m E d i t o r

Değerli Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi okuyucuları!

Rabbimize şükürler olsun ki artık Türk manevi danışmanlık ve rehberlik araştırmalarının yayınlandığı süreli bir alan dergimiz var. Türkiye’de oldukça yeni bir akademik araştırma alanının Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi olarak, akademik dergicilikte her geçen gün daha da olgunlaşacağımızı ümit ediyor ve alandaki araştırmalara bilimsel katkı sağlıyor olmanın sevincini yaşıyoruz.

Uluslararası hakemli dergi statüsüyle 2020 yılında akademik yayın hayatına başlayan Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi’nin yedinci sayısı huzurlarınızdayız. TMDRD, başta siz kıymetli okuyucularımız olmak üzere dergi ekibimiz, hakemlerimiz ve yazarlarımızın katkılarıyla akademik yayıncılık hayatını düzenli biçimde devam ettirmeyi hedeflemektedir. Bu yedinci sayıda, manevi danışmanlık ve rehberlik alanındaki farklı alt araştırma konularına ilişkin birbirinden değerli akademik ürünlere yer verilmiştir.

TMDRD’nin bu sayısında, Esmâ Zennure Kavurkacı’nın *Dini takıntılar ve şema terapi: Manevi danışmanlık perspektifinden analizler*; M. Naci Kula’nın *Manevi danışmanlık açısından Asr Suresi’nin psikolojik analizi*; Mükerrrem Saliha Kars & M. Naci Kula’nın *Çevresel ve manevi faktörler bağlamında hastanelerdeki manevi destek hizmetinin psiko-sosyal uyuma etkisi*; Ayşe Nural & Ülkü Tosun’un *Manevi danışmanlık ile hümanist psikoloji arasındaki ilişki*; Zeynep Karlık’ın *Manevi danışmanlık ve rehberlik perspektifinden tanrı tasavvurları ve varlık aşamaları üzerine psiko-teolojik analizler* isimli makaleleri yer almaktadır. Ayrıca yine bu sayıda, Tuba Nur İskeçlier *Manevi yönelimli psikolojik danışma* isimli kitabı, Rümeyya Sancak *Aile terapisi: Manevi yönelimli bir perspektif* isimli eseri ve Feyza Nur Taşkaya da *Manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışma* adlı kitabı inceleyerek bu yedinci sayımıza katkıda bulunmuşlardır.

Sonuç olarak, TMDRD'nin bu yedinci sayısına genel olarak bakıldığında, 5 araştırma makalesi ve 3 kitap incelemesinden oluşan akademik ürünler (n=8) yer almaktadır. Her bir akademik ürün, kendi konusundaki ulusal ve uluslararası literatüre katkılar sağlayarak alanda önemli bir eksikliği giderecektir.

Akademik dergicilik dünyasına yeni giren TMDRD'nin editörü olarak, yayın ekibim adına öncelikle yayım süreçlerinin tüm sorumluluğunu üzerine alan derginin sahibi Prof. Dr. Mustafa Koç başta olmak üzere bütün aşamalarında desteklerini esirgemeyen özgeci mutfak ekibime, bilimsel çalışmalarıyla dergimize kıymetli katkılar sağlayan akademisyen yazarlarımıza ve makaleleri büyük bir titizlikle inceleyen hakemlerimize çok teşekkür ediyorum.

TMDRD'nin bu yedinci (2023/7) sayısının başta Türk manevi danışmanlık ve rehberlik araştırmaları olmak üzere uluslararası alan literatürüne katkılar sağlamasını diler, alan uzmanlığı birikimlerinizi yansıtan değerli akademik çalışmalarınızı ve manevi desteklerinizi beklediğimizi belirtmek isterim.

Sekizinci sayımızda buluşmayı ümit ediyorum.

Prof. Dr. Ali Ayten



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 9-49
Issue: 7 • June 2023 • 9-49



Dini Takıntılar ve Şema Terapi: Manevi Danışmanlık Perspektifinden Analizler

Scrupulosities and Schema Therapy: Analysis from the
Perspective of Spiritual Counseling



Eσμα Zennure Kavurkacı

Doktora Öğrencisi
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: zen.kavurkaci@gmail.com
Orcid: 0000-0003-3529-6449
Eskişehir / Türkiye

PhD Student
Eskisehir Osmangazi University
Institute of Social Sciences
E-mail: zen.kavurkaci@gmail.com
Orcid: 0000-0003-3529-6449
Eskişehir / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1275642>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 02 Nisan 2023 • 02 April 2023
Kabul Tarihi • Accepted 04 Mayıs 2023 • 04 May 2023

Özet

Dini takıntı, toplumun önemli bir kesimini etkileyen ve OKB'nin en yaygın görülen beş alt türünden biridir. Bu yüzden bu bozukluk üzerinde tam olarak etkili olabilen ve tekrar nüksetmelerini engelleyen başarılı bir tedavi yöntemi bulunmadığı için yaklaşık 20-30 senedir önemli gelişmeler kat eden ve diğer terapi yöntemleri ile bütüncül bir yaklaşım oluşturan şema terapinin teorik olarak mümkünâtı tartışmalara konu olmaktadır. Şema terapinin geliştirdiği erken çocukluk dönemlerinde giderilmeyen ihtiyaçlar nedeniyle kendisine ve dünyaya karşı oluşan şemalara bakıldığı zaman, dini takıntının da pek çok tarafını açıkladığı görülmektedir. Dini takıntı üzerinde şema terapinin etkililiği hakkında herhangi bir çalışma olmasa da OKB üzerinde uygulanan şema terapi çalışmalarından yardım alınarak bu rahatsızlıkta etkili olan şemaların neler olduğu, nasıl açıklanabileceği daha iyi resmedilerek, tedavisi yönünde güçlü çıktılar elde edilebileceği düşünülmektedir. Bu yüzden yapılan literatür taramasından yola çıkılarak dini takıntıda etkili olabilecek şemalar olarak şunlar belirlenmiştir; terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, kusurluluk, yetersizlik, dayanıksızlık, yapışıklık, bağımlılık, boyun eğcilik, kendini feda edicilik, onay arayıcılık, karamsarlık, duygusal baskılama, yüksek standartlar, cezalandırıcılık. Bu şemaların tespitine yönelik ölçek ve tedavinin etkililiği konusunda yapılacak çalışmaların bunu kanıtlayacağı düşünülmektedir. Bunlara ek olarak ise şema terapinin modlarını, dini takıntıda ve manevi danışmanlıkta kullanılabilecek biçimde değiştirmenin tedavi çıktılarını daha kolaylaştıracağı hedeflenmektedir. Bunlar; işlevsel olmayan ebeveyn modları, cezalandırıcı ve talepkâr Tanrı modları; sağlıksız çocuk modları, incinmiş ve kızgın/dürtüsel kul modları; sağlıklı modlar, sağlıklı dindarlık (ebeveyn) ve sağlıklı kul (çocuk) modu şeklinde uyarlanmıştır. Bu uyarlamanın nedeni manevi danışmanlığın konularına uygun bir biçimde kişilerin durumlarına isim vererek daha iyi görmelerine ve bunlarla daha iyi başa çıkma metotlarının geliştirilmesidir. Her ne kadar hali hazırda manevi danışmanlar bu tedavi yöntemini kullanma konusunda yeterli olmasalar da dini takıntılı kişiler inançlarına bir zarar gelebileceği endişesi ile dini konularda uzman olmayan kişilere gitme konusunda kaygılar yaşayarak modern terapi yöntemlerinden yardım aramadığı gerekçesiyle manevi danışmanlara bu konuda gerekli eğitimlerin verilmesi gerektiği sonucuna ulaşmıştır.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Şema terapi • Dini takıntı
Dini şemalar • Sağlıklı dindarlık

A b s t r a c t

Scrupulosity is one of the five most common subtypes of OCD and affects a significant part of society. Therefore, since there is no successful treatment method that can be fully effective on this disorder and prevent relapses, the theoretical possibility of schema therapy, which creates a holistic approach with other therapy methods and has made significant progress for about 20-30 years, has been discussed. Considering the schemas formed due to the needs that were not met in the early childhood periods developed by schema therapy, it was determined that it explained various aspects of scrupulosity. Although there is no study on the effectiveness of schema therapy specifically on scrupulosity, it is believed that insights can be gained regarding the schemas that are effective in this disorder, how they can be better explained, and how powerful outcomes can be achieved by drawing on schema therapy studies conducted on OCD. Therefore, based on the literature review, the following schemas were determined as effective in scrupulosity: abandonment, mistrust/abuse, insecurity, emotional deprivation, defectiveness, social isolation, dependence, vulnerability to harm/illness, enmeshment, failure, subjugation, self-sacrifice, approval/recognition-seeking, negativity, emotional inhibition, unrelenting standards, punitiveness. Research studies aimed at identifying these schemas and determining the effectiveness of the treatment are thought to provide evidence in this regard. In addition, it is aimed to facilitate treatment outcomes by adapting the modes of schema therapy so that they can be used in scrupulosity and spiritual counselling. They have been adapted as follows: dysfunctional parental modes, punishing and demanding God (adult) modes; unhealthy child modes, abandoned and angry/impulsive servant (child) modes; healthy modes, healthy religiosity (parent), and healthy servant (child) mode. The reason for this adaptation is to provide a better understanding for individuals in accordance with the topics of spiritual counselling and to develop better coping methods. Although spiritual counsellors are not currently adequately equipped to use this treatment method, it has been concluded that they should be given the necessary training on schema therapy since scrupulous individuals are hesitant to seek help from therapists who are not knowledgeable in religious matters and modern therapy methods due to the fear of harming their beliefs.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Schema therapy • Scrupulosity
Religious schemas • Healthy religiosity

Giriş

Obsesif kompulsif bozukluğun (OKB) en çok karşılaşılan bir alt türü olan dini takıntı; günah, ilahi cezalandırma gibi dini ve ahlaki konulardaki korkuları içeren takıntı ve bunları yaptığında kötü bir insan olacağı endişesini veya buna yönelik sürekli olarak ısrarcı şüpheler taşıma olarak tanımlanmaktadır (Huppert vd., 2007: 921; Inozu vd., 2012: 190). OKB ile bağı sanıldığından daha güçlüdür. Çünkü tarihsel olarak bakıldığında takıntının ilk tanımı orta çağda, uygunsuz bir şekilde kilisede konuşmaya zorlanma şeklinde yapılmıştır (Greenberg & Huppert, 2010: 282).

Toplumdaki yaygınlığı %2-3 oranında görülen dini takıntı (Thiel vd., 2016: s. 59), buna sebep olacak şüpheler, kaygılar nedeniyle zihinlerinde ve aşırı düzeyde sergilenen ibadet ve ritüellerle kişilerin günlük hayatını oldukça güçleştiren, sosyal, mesleki ve dini hayatın bozulmasına neden olan bir bozukluk türüdür (Abramowitz & Clinic, 2001: 79).

Dinlere ve kültürlere göre yaygınlığı değişen dini takıntı, Müslüman toplumları da bir hayli etkilemektedir. Bunun yanı sıra bu bozukluğun tedavisinde OKB'nin diğer türlerinde olduğu kadar başarılı olunamamıştır. Bilişsel terapiler, maruz bırakma teknikleri, kabul ve kararlılık terapisi, farmakoloji gibi alanlarla tedavi edilmeye çalışılsa da diğer türlerden farklı olarak düşüncelerin büyüsel gücüne olan inancın daha fazla olması, daha zayıf iç görünümün bulunması, katı ve değişmez bir inancın olması ve soyut bir alana dair şüphelerin ve kaygıların bulunması bu yöntemlerin gücünü oldukça zayıflatmaktadır (Besiroğlu vd., 2014: 8; Miller & Hedges, 2008: 1051; Rosmarin vd., 2010: 932). Bu yüzden dini takıntının kökeninde yer alan ana unsurları daha iyi tespit edebilecek ve bunları gidermek adına daha etkili olabilecek başka yöntemlerin denenmesine ihtiyaç vardır.

“Şema terapi, 1960’larda Dr. Aaron Beck tarafından geliştirilen Bilişsel Terapinin bir uzantısıdır” (Young & Klosko, 2018: 32). Giderek büyüyen araştırmalarla kapsamı gelişen, özellikle kaygı ve depresyon üzerinde oldukça etkili olan ve hastaların düşüncelerini kontrol etmesini sağlayarak ruh hallerini de kontrol etmeleri yönünde aktif bir yaklaşım olan bilişsel terapi ile davranışçı tekniklerin rahatlatma, atılmalık, kaygı yönetimi, sorun çözme, zaman yönetimi ve sosyal alanda pratik beceriler kazandırarak bilişsel-davranışçı teknikler yıllardır etkin bir şekilde kullanılmıştır. Ancak bunların tek başlarına, hayat boyu süren örüntüleri değiştirmek konusunda yetersiz kaldıkları görülmüştür. Bu yüzden BDT teknikleri ile psikanalitik ve yaşantısal teknikler birleştirilerek bu yeni yaklaşım türü geliştirilmiştir (Young & Klosko, 2018: 33).

Kişilerin, çocukluk yıllarında giderilmeyen ihtiyaçlarının uygun bir şekilde karşılanmasına yardımcı olan şema terapi (Rafaeli vd., 2018: 13); bilişsel-davranışçı, bağlanma, gestalt, nesne ilişkileri, psikanalitik gibi pek çok alanı içeren bütüncül bir tekniktir (Young vd., 2013: 17). Bu yüzden tek bir tekniğin etki edemediği pek çok bozukluğu iyileştirmek için zengin bir alanı oluşturmaktadır. Dini takıntı gibi normal BDT tekniklerinin ve diğer terapilerin etki etmediği daha çok dini ve soyut konuları içeren bozuklukların tedavisinde ve hastalığın etiyojisini anlamlandırmada oldukça etkili olacağı düşünülmektedir. Bu yüzden mevcut çalışmada, dini takıntı ve şema terapinin oldukça kuvvetli olabilecek ilişkisine değinmek ve bunun manevi danışmanlık içerisinde nasıl kullanılabileceğini açıklamak hedeflenmektedir.

Manevi danışmanlığın en geniş tanımı “bireyin hayatında kutsal/aşkın bir boyut olduğunu kabul eden uzmanların yürüttüğü, sözel ya da sözel olmayan, doğrudan veya dolaylı, literal ya da sembolik iletişim biçimlerini kullanarak, danışanların temelde stres ve kaygıyla başa çıkma problemlerini sağlamaya yönelik tüm yardım etme aktivitelerini kapsayan özel bir danışmanlık türüdür.” (Lartey, 1993, akt., Koç, 2012: 203) şeklinde yapılabilmektedir. Bir nevi dinsel materyallerle danışanların sorunlarını çözebilmelerine yardımcı olan, gerektiğinde yönlendirme ve destekleme yapan bir danışmanlıktır (Ayten, 2012: 26).

Türkiye’de danışanların inanç dünyalarıyla ilgili sorunlarıyla başa çıkma problemlerinde, dini ve manevi yöntemlerle modern teknikleri bütüncül bir yaklaşımla kullanan ve bunlarla danışanların hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olan manevi danışmanlık (Mesleki Yeterlik Kurumu, 2019), ilk olarak orduda başlamış, hastanelerde devam ederek, günümüzde huzurevleri, cezaevleri, yurtlar gibi pek çok kurumda etkin olarak hizmet vermektedir (Karaaslan, 2018: 282-283). Mevcut çalışmada bahsedilen manevi danışmanlıkta şema terapinin kullanılması, adı geçen tüm kurumlarda uygulanması mümkündür. Önemli olan danışanın bu tekniği kullanmadaki yeterliliğidir. Bu terapi çeşidi, psikoloji bilgisi ve terapi becerisi gerektirmektedir. Bu yüzden manevi danışmanlara bu yönde eğitim verilmeli ve konuyla alakalı genel bilgilere sahip olmaları önerilmektedir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları ve varsayımları bulunmaktadır. Sınırlılıkları şu şekilde toparlamak mümkündür:

1. Bu çalışma, sadece literatürde yer alan bilgilerden derlenerek oluşturulmuştur. Burada iddia edilen kavramların ve tekniklerin uygulamaya dönük çalışmaların denenmesi ve bunun geçerliliklerinin tespit edilmesi gerekmektedir.

2. Şema terapi, Türkiye’de sadece psikiyatrist ve klinik psikologlar tarafından sertifika eğitimlerinin alınmasıyla uygulanabilen bir terapidir.

Yurtdışında verilen eğitimlerde tüm ruh sağlığı uzmanlarının alabileceği bir sertifika programı uygulanmaktadır (Schema Therapy Accreditation, 2023). Ülkemizde de manevi danışmanların bu alanlarda uygulama yapabilmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada dini takıntılar üzerinde uygulanacak şema terapinin sadece manevi danışmanlık üzerinden uygunluğu değerlendirilmiştir.

3. Manevi danışmanlıkta kullanılması hedeflenen şema terapinin etkililiği sadece dini takıntı üzerinden tartışılmıştır. Bu tekniğin manevi danışmanlıkta ele alınan diğer bozukluklar üzerinde ne kadar etkili olabileceği yönünde daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

4. Bu çalışma, alanda özgün ve ilk araştırmayı oluşturduğu için burada iddia edilen terapi, teknik ve bunların uygulanması yönünde gelecek çalışmalara ihtiyaç vardır. Bu araştırma bahsi geçen yönüyle tek bir çalışma olarak literatürde sınırlı kalmıştır.

Bu çalışmanın varsayımları şunlardır:

1. Bu çalışma, şema terapinin manevi danışmanlar tarafından kullanılabileceği varsayımından hareketle gerçekleştirilmiştir.

2. Bu çalışma, dini takıntılı kimselerin manevi danışmanlara başvuracağı varsayımıyla oluşturulmuştur.

3. Bu çalışma, şema terapiyle dini takıntının daha iyi tedavi edilebileceği, bu bozukluğun anlaşılmasında daha etkili olabileceği varsayımıyla meydana getirilmiştir.

Bahsedilen sınırlılık ve varsayımlarla birlikte bu çalışmada öncelikle dini takıntı tanımlanacak, ardından şema terapiye, sahip olduğu özelliklerine ve kavramlarına yer verilecek, manevi danışmanlığa uyarlanmasını netleştirmek adına uygulama protokolünden bahsedilecek ve daha önce yapılmış çalışmalardan hangi rahatsızlıklar üzerinde etkili olduğu konusunda bilgiler aktarılacaktır. Bunun ardından OKB özelinde hangi özellikler üzerinde söz sahibi olduğu ele alınarak dini takıntıda bu özelliklerin neler olabileceği ve bunu ele alması gereken uzmanların kimler olması gerektiği üzerinde tartışma yürütülecektir. Son olarak manevi danışmanlıkta dini takıntıyı tedavi ederken şema terapinin nasıl kullanılabileceği, hangi kavramlarının bu rahatsızlık üzerinde etkili olduğu, bunların manevi danışmanlıkta uyarlanarak nasıl kullanılabileceği ve sürecin nasıl ilerleyeceğinden bahsedilecektir.

a. Dini Takıntı

Dini takıntı, obsesif-kompulsif bozukluğun bir alt tipi olarak yer almaktadır. Zihne ısrarcı bir biçimde giren, istenmeyen ve kendini yineleyen düşünce, dürtü ve imge olarak tanımlanan obsesyon yani takıntının

(APA, 2013: 235) dini ve ahlaki konularda kendini göstermesi dini takıntıları oluşturmaktadır. Başka bir çalışmaya göre dini takıntının kısaca, durduk yere günahtan korkma olarak tanımlanabileceği yer almaktadır (Abramowitz & Hellberg, 2020: 71). Kompulsiyon ise bir obsesyona tepki olarak mutlaka uygulanması gereken ve kurallara uygun gerçekleştirilmek zorunda olunan tekrarlayıcı davranışlar veya zihinsel eylemler olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013: 235). Buna göre dini kompulsiyonlar yani zorlantılar dini takıntıların uyandırdığı olumsuz hisleri gidermek adına yapılan eylemler olarak karşımıza çıkmaktadır.

Karşılaşılan yaygın durumlara yer vermenin bu tanımları daha anlamlı kılacağı düşünülmektedir. Yaygın dini takıntılar; (1) yanlışlıkla veya farkında olmaksızın günah ve ahlaki durumları çığnediğine dair tekrarlayan bir biçimde zihinde uyanan şüphelerdir; (2) dine bir küfür içeren düşünce ve imgelerin zihinde sürekli olarak uyanmasıdır; (3) yeterince sadık, ahlaklı ve dindar olmadığı hissidir; (4) bir ibadeti gereğince yerine getirememeye korkusudur; (5) 'Tanrı'nın sonsuz azabından sürekli olarak korkup endişe duymaktır. Daha açık örnekler yer vermek gerekirse Müslüman örnekleme; abdestin ya da namazın bozulduğu, gusül abdestin tam ve doğru bir şekilde alınmadığı, namazda yanlış bir hareketin yapıldığı veya söylendiği, ibadetlerin eksik yapıldığı gibi yineleme ve yıkama temalarında kendisini göstermektedir (Memiş, 2012: s. 33).

Yaygın kompulsiyonlar ise kişiyi yıpratıcı derecede aşırı dua etmek, mükemmel olana kadar dini ibadetleri ve metinleri okumak, dini liderlerden öteki dünya hakkında kendini güvene alacak bilgiler edinme, uygunsuz ve aşırı düzeyde günah çıkarmayı içermektedir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 71).

Yukarıdaki bilgilerle uyumlu olarak Abramowitz ve Jacoby (2014: 141), dini takıntının dört tezahürünü şu şekilde açıklamışlardır; (1) dini bir bakış açısıyla yorumlanan benliğe yabancı ve müdahaleci düşünceler (düşünce dini olmasa bile yorum dini temalar içermektedir), (2) dine bir küfür olarak algılanan dini bir benliğe yabancı düşünceler ve dini temalar olsun olmasın yapılan ritüeller ve etkisizleştirme stratejileri (kompulsiyon), (3) takıntıya dönüşen dini özellikli benliğe uyumlu düşünceler ve ritüellerin uygun olmasını kontrol etme ve güven bulma (güvenlik arayışı), (4) dini emirlere ve kurallara doğru bir şekilde uyup uymadığı ya da yeterince sadık olup olmadığı konusunda takıntılı düşünceler (kontrol etme).

Çeşitli tezahürlere sahip dini takıntı, toplum arasında “iyi bir dindar” veya “dikkatli bir dindar” şeklinde yorumlanma riskini barındırmakta, bu davranışların değerli görülerek pekiştirilme tehlikesini içer-

mektedir. Bazı dini takıntıların temeli ise geleneksel dini inançlarda görülebilmektedir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 73). Burada sağlıklı dindarlık anlayışının yerleştirilmesinin (psiko-eğitim), dini takıntının tedavisinde önemli ve kritik bir aşama olacağı öngörülmektedir. Geliştirilen tedavi metotlarında buna yer verilmesi hastalığın tedavisinde öncü bir yaklaşım oluşturacaktır. Bu yüzden sağlıklı dindarlık ve dini takıntı ayrımının yapılması başat unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (Abramowitz & Clinic, 2001: 79).

Kişinin bağlı olduğu kültürün özellikleri, bireysel farklılıklar, kişisel özellikler ve dini hükümlerin bireyler tarafından algılanış biçimleri gibi nedenlerle bazı insanlar diğerlerinden daha çok dini takıntıya meyil taşımaktadır. Bu kişiler zihninde uyanan rahatsız edici düşüncelerden dolayı kaygılarından kurtulmak için her türlü dini sembolden, metinlerden, ibadetlerden, vaazlar gibi dini durumlardan ve uyarılardan kaçınma eğilimi göstermektedir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 71-72). Başlangıç olarak daha çok dine uygun davranma yönünde bir titizlik ve dikkatli olma ile başlayan bir durum, dinden soğuma ve uzaklaşmayla sonuçlanmaktadır. Bu gibi durumlar araştırmacıları, dini takıntıya sahip kişilerin daha zayıf bir içgörüyü, algısal çarpıtmalara ve düşüncelerin büyüsel gücü olduğu sonucuna ulaştırmıştır (Tolin vd., 2001: 501).

Yapılan pek çok çalışmada OKB ve dini takıntıya eşlik eden temel etmenin kaygı olduğu görülmüştür (DSM-V, 2013: 242; Kavurkacı, 2021: 110; Shafran vd., 1996: 388). Hatta DSM-IV’te kaygı bozukluklarının yedi temel bozukluklarından biri OKB idi. Kaygı rahatsızlıklarından biri olarak kabul edilen OKB, DSM-V’de ayrı bir bozukluk olarak kategorize edilmiştir. Kişilerde kabul edilemez derecede ahlaksız düşünceler oluştuğunda ilk girişim olarak bunları bastırmaya çalışılmakta ve içlerinde oluşan sıkıntının giderilmesi amacıyla belirli davranışlarda (kompulsiyon) bulunmaktadır. Yapılan belirli eylemler, düşüncelerinde oluşan eylemlerin sıkıntısını içlerinden atıp bir nevi temizlenme sağlasa da o düşüncenin belirli eylemler (ritüeller) olmadan da geçebileceğinin ve bunun aslında tahammül edilebilecek bir durum olduğunun görülmesine engel olmaktadır. Bunlara ek olarak paradoksal bir şekilde birey sürekli istenmeyen düşünceden rahatsız olduğu için bu tür düşüncelerin sıklığı artarak kişiye geri dönmektedir. Dini konularda kesinlik ihtiyacında (şüpheden uzak olma ihtiyacı) olan bu bireyler, belirsizlikten asla kurtulamayacağı ve kesinliği asla elde edemeyeceği için içlerinde oluşan sıkıntıyı etkisiz hale getirme girişimleri, belirsizlik içerisinde bir döngü hale gelmektedir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 75)

Dinin ve dindarlığın hangi yönünün dini takıntının gelişmesine neden olduğunun bilinmesinin, bu kişilerin tedavisinde önemli bir perspektif oluşturacağı düşünülmektedir. Genel olarak “işlevsiz inançlar” (dini katılık gibi) ve dinin “belirsiz” bazı durumları içermesi (gaby gibi belirsizlikler) takıntıya meyilli kimselerin rahatsız hissetmesine neden olmaktadır. Birtakım kimseler için düşünceler davranışlara denk sayılmakta (düşünce-eylem kaynaşması), günah olmaması için düşüncelerin kontrol edilmesi gerektiğine inanılmakta (kontrol davranışı), azap ve ceza korkusu dini takıntıların oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Elbette ki her dindar birey bu sebeplerden ötürü dini takıntıya sahip değildir. Ancak belirsizliğe tahammül ve takıntıya meyilli olup olmama bu insanları ayıran en temel özelliktir. Bu sebeple dini takıntıya sahip kimselerin “imana olan inançlarını kaybettikleri” belirtilmiştir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 75). Vurgulanan bu nokta geliştirilecek tedaviler için üzerinde önemle durulması gereken bir durumu içermektedir. “İman” kavramının, belirsizliğin ağır yükünü hafifleterek bu kişilerin rahatlamasına yardımcı olacağı düşünüldüğü için terapilerde mutlaka ele alınması gerekmektedir.

Şu ana kadar dini takıntıları yüksek oranda tedavi edilebilecek etkin bir tedavi yöntemi tam olarak bulunamamıştır. Çünkü dini takıntı; OKB'nin diğer alt türlerinden farklı olarak daha fazla düşüncelerin bünyesel gücü olduğuna inanma (sadece düşünerek onların gerçekleşeceğine inanmak) ve daha zayıf iç görü dezavantajına sahiptir. Ayrıca böyle bir durumun rahatsızlık içerdiğini kabul etmemeleri ve tedavi arayışına girmemeleri de hastalığın iyileştirilmesinin önüne geçen etmenler arasındadır. BDT ve seratonin geri alım inhibitörlerine de (farmakoterapi) daha az yanıt verdiği görülmüştür. Bunun için maruz bırakma ve tepki önleme gibi yöntemlerin etkililiği denenmiştir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 74). Bu konuda yapılan çalışmaların sayısı oldukça az olduğu için dini takıntı üzerinde tam olarak etkili bir yöntem olduğu iddiasına varılamamaktadır. Buna rağmen daha sonra geliştirilecek tedavilere örnek olması açısından bu çalışmaların sonucuna kısaca yer vermek gerekmektedir.

Dini takıntı üzerinde uygulanan maruz bırakma yönteminin genel amacı; dini değerler ve kimlikle tutarsız olan uyumsuz inanışları zayıflatmak, şüphe ve belirsizliğe dair olan toleransı arttırmak, bunu engelleyen kompulsif ritüellere, kaçınma girişimlerine ve etkisizleştirme tepkilerine duyulan ihtiyacı azaltmaktır (Abramowitz & Hellberg, 2020: 76). Uygulanan maruz bırakma yöntemi sonrasında; zihne izinsiz giren düşüncelerin korkusunun, ritüeller ve kaçınma davranışlarının kullanımının azaldığı görülmüştür. Bu kişilerin sağlıklı dindarlık ile sağlıksız olan arasında ayırım yapmaları kolaylaştırılarak dini takıntıdan ayrılan yönlerini öğrenmelerine yardımcı olunmuştur. Yapılan ibadetlerin ya da davranışların

belirli kaygı ve korkulara yönelik yapıldığı sorularak takıntı olup olmadığı öğrenilmektedir. Bu şekilde danışanların dini takıntı hakkında ayrıntılı bir şekilde fonksiyonel değerlendirme yapması mümkün kılınmaktadır. Bu noktada maruz bırakma yöntemi gerektiği gibi verilmezse din karşıtı olarak algılanma tehlikesi içermektedir. Son olarak maruz bırakma yönteminde uygulanan ev ödevleri ile danışan aktif hale getirilerek yeni bilgi ve beceri öğrenmeleri sağlanmaktadır. Bu şekilde uygulanan tedavide danışan aktif bir şekilde değişime katılmaktadır. Ancak bilişsel süreçler ve semptomlardaki değişimin yakından gözlemlenebilmesi için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir (Abramowitz & Hellberg, 2020: 84-85).

Dini takıntı üzerinde uygulanan bir diğer yöntem Kabul ve Kararlılık Terapisidir. Bu teknik; düşüncelere ve duygulara çok fazla önem verilmesinin önüne geçerek onları güçsüzleştirmeyi, farkındalık ve değere dayalı kavramların öğrenilmesini, uygulamalar ile takıntıların oluştuğu durumları ele almaktadır. Danışanlara bu yönde alıştırmalar ve tartışmalar yaptırılarak metaforlar kullanılmakta ve böylelikle beceriler kazandırılmaktadır. Haftalık ev ödevleri verilerek, seansta öğrenilenlerin gerçek hayata ve onun problemlerine uygulanmasına yardımcı olmaktadır. Bu tedavi sonrasında ulaşılan sonuçlar arasında şunlar vardır: Tedavi sonrasında %70, 3 aylık takip sürecinden sonra %80 oranında kompulsiyonlar azalmıştır. Bu yöntem özellikle tedaviyi reddetme, yarıda bırakma ve cevap vermeme oralarının düşük olduğu dini takıntılı danışanlara uygundur. Metakognitif bir yöntem olduğu için dini bir içeriğe hitap etmesi gerekmediği gibi terapistin dini bilgilere ihtiyacı yoktur. Bu şekilde danışanların zararlı bir şekilde yöneldiği dini içeriklere takılıp kalmasının önüne geçmektedir. Dini içerikler yerine danışanların hayatı nasıl yaşadığına odaklanarak “anlamli faaliyetler” kullanılmaktadır. Kısa süre içerisinde dini takıntı üzerinde elverişli sonuçlar elde ettiği belirtilmektedir (Dehlin vd., 2013: 411-426). Ancak bu yönde yapılan çalışmaların sayısı yine oldukça sınırlıdır.

b. Şema Terapi

“Karmaşık uyaran ve deneyimler kümesi içinde bir düzen yaratmaya yardımcı olan kalıp veya düzenleyici çerçeve” (Rafaeli vd., 2018: 17) anlamına gelen şema, organizmayı etkileyen uyarıların incelenme, kodlanma ve değerlendirme sürecini sağlayan bilişsel bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır (Beck, 1967, akt., Gör vd., 2017: 199). Yani bilişsel psikolojide şema, veriyi yorumlayan ve karşılaşılan problemleri çözmek için rehber alınan soyut bir bilişsel plandır (Rafaeli vd., 2018: 17).

Bilişsel düzlemde şemaları ilk kez tanımlayan Beck (1976, akt., Kapçı & Hamamcı, 2010: 128), depresyona eğilimli kişilerin bilişsel özelliklerini inceleyerek, insanlardaki değiştirilmesi güç şemaları fark etmiş, bu kişilerin kendileri ve dünya hakkında olumsuz tutumlardan oluşan bilişsel yapıları-şemalara sahip olduklarını gözlemlemiştir. Buna göre; farkında olunmadan aşırı genellenmiş ve katı ifadeleri içeren şemalar, yaşamın ilerleyen dönemlerinde bazı stres anlarında aktifleşmekte ve doğrudan bireyin nasıl tepki vereceğini etkilemektedir (Kapçı & Hamamcı, 2010: 128). Olumsuz düşünceleri ortaya çıkaran bu şemalar, bilişsel çarpıtmalara neden olmakta ve böylece duygusal sorunlara zemin hazırlamaktadır (Riskind & Alloy, 2006, akt., Gör vd., 2017: 199).

Temelini aile bireylerinden ya da aile içi problemlerden alan olumsuz şemalar -daha sonra erken uyumsuz şemalar olarak kullanılacaktır- çocukluk yıllarında giderilmiş olması gereken temel ihtiyaçların karşılanmamasından ya da eksik karşılanmasından kaynaklanmaktadır (Rafaeli vd., 2018, s. 20). Bu temel ihtiyaçlar ise şunlardır; (a) güvenlik, (b) istikrar, (c) kabul edilme, (d) diğerlerine güvenli bağlanma, (e) özerklik, yetkinlik ve kimlik algısı, (f) duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi, (g) kendiliğindenlik, (h) oyun ve gerçekçi sınırlar (Young vd., 2003, akt., Gör vd., 2017: 199–200), (ı) akılcı sınırlar ve (i) özdenetim (Young vd., 2013: 29). Bu temel ihtiyaçlar gerektiği gibi giderilmezse, çocukluk, ergenlik ve yaşamın ilerleyen dönemlerinde önemli derecede işlev bozukluğuna sebep olabilmektedir.

Ruhsal sağlık, bireyin ihtiyaçlarını uyumlu bir şekilde karşılama becerisidir (Rafaeli vd., 2018: 13). Geçmişte eksik kalan ihtiyaçların, uygun bir şekilde karşılanmasına yardımcı olmak adına geliştirilen şema terapi (Rafaeli vd., 2018: 13), Young ve arkadaşları tarafından bilişsel-davranışçı, bağlanma, Gestalt, nesne ilişkileri, yapılandırıcı ve psikanalitik yaklaşımlarını kapsayan bütüncül bir teknik oluşturulmuştur (Young vd., 2013: 17). Bireyin karşılaştığı her türlü olay ve yaşantıyı anlamlandırma sürecindeki tutum, duygu ve davranışların oluşmasında rol alan bilişsel örüntüler incelenerek (Beck, 1967; Beck vd., 1979, akt., Gör vd., 2017: 199) klasik BDT yaklaşımının etki etmediği bireylerde olumsuz şemalar ortaya çıkarılmıştır (Rafaeli vd., 2018: 14).

Çocukluk yıllarında yaşanan olumsuz olaylarla ortaya çıkan bu olumsuz şemalar, yaşamın ilerleyen dönemlerinde benzeri sorunlarla karşılaşıldığında tetiklenmekte ve kişi benzer duygularla yüzleşmek durumunda kalmaktadır. Bu bireylere yardımcı olmak adına, yaşamını güçleştiren ve değiştirilmesi güç olan bu olumsuz şemalar üzerinde çalışan Young ve arkadaşları, BDT yaklaşımından farklı olarak danışan ve tera-

pist arasındaki ilişkiye, çocukluk döneminde anılara, temel duygusal ihtiyaçlara odaklanmakta, bunlara uygun ilişkisel, bilişsel, davranışsal duygu odaklı teknikler kullanmaktadır (Rafaeli vd., 2012, akt., Erdem, 2018: 14).

“Kronik yaygın problemleri anlamlandırmak ve anlaşılabilir bir tarzda onları organize etmek için hastalara ve terapistlere yardım eden” (Young vd., 2013: 23) şema terapide, problemlerin temelini teşkil eden ve yaşamını güçleştiren olumsuz şemaların ezici etkisini en aza indirmek ve bu şemaları oluşturan anıların yoğunluğunu azaltmak hedeflenmektedir. Ancak bu terapi tekniği uygulandığında, anılar yok edilemediğinden şemaları büsbütün ortadan kaldırmak imkansızdır. Bunun yerine olumsuz şemaları tetikleyen bir durum meydana geldiğinde, oluşan duygusal durumun etkisinin daha az yıkıcı olmasına ve üstesinden gelinmesinin daha kolay olmasına yardımcı olunmaktadır. (Young vd., 2013: 59).

b.a. Şemaların Özellikleri

“Bilişsel uyumluluk” (Young vd., 2013: 25) olarak da nitelendirilen şemalar, ilk etapta kişinin çevresi ile uyumunu kolaylaştırmak ve bilişsel istikrarın sürdürülmesine yardımcı olmak üzere meydana çıkmaktadır (Erdem, 2018: 14). Ancak gerçekte kusurlu ve çarpık olan bu şemalar, yaşamın ilerleyen dönemlerinde uyumsuzluğa neden olabilmektedir (Young vd., 2013: 25). Aynı zamanda kişinin benlik algısına ve çevreyle ilişkilerine zarar verici hale gelerek yaşamı güçleştirmektedir (Eyüpoğlu, 2018: 9).

Bireyin hayatını güçleştiren bu şemaların özellikleri şöyle özetlenebilir; (a) koşulsuz bir şekilde inanılmaktadır; (b) çevreyle ilişkili bir şekilde kendisi hakkında oluşan duygulardır; (d) kendi kendine varlığını sürdürebilmektedir; (e) değişime oldukça dirençlidir; (f) oldukça tekrarlayıcı bir biçimde işlevsellikten uzaktır; (g) genellikle yüksek düzeyde duygulanımla ilişkilidir; (h) mizaçla, erken dönem ebeveyn, kardeşler ve akranlarla yaşanan işlevsel olmayan yaşantıların etkileşimi sonucuyla oluşmaktadır (Gör vd., 2017: 200).

b.b. Şemalar ve Modları

Young ve arkadaşlarının (2013: 55) geliştirmiş olduğu Şema terapinin ilk amacı, psikolojik olarak farkındalık sağlamaktır. Bu farkındalıkla danışanın şemalarını saptaması, çocukluk anılarını, bundan kaynaklanan duygularını ve şemalarıyla baş etme biçimlerini keşfetmeleri beklenmektedir. Danışanın bu farkındalığı geliştiği zaman tepkileri üzerinde kontrol kurması kolaylaşmakta ve böylece özgür iradesi gelişmektedir.

Bu farkındalığı sağlamak adına psikolojik rahatsızlıkların temelinde bulunan 18 şema belirlenmiştir. Belirlenen bu 18 şema 5 kategori altına toplanarak aşağıdaki gibi açıklanmıştır (Young vd., 2013 33-44).

(i) *Kopukluk ve Reddedilme*: Bu kategori altındaki şemalara sahip kişiler, diğer insanlarla güvenli ve tatmin edici bir bağlanma kuramamaktadır. Temel ihtiyaçlardan olan istikrar, güvenlik, bakım, sevgi, ait olma gibi ihtiyaçların giderilemeyeceğine inanmaktadır. Kişiyeye oldukça çok zarar veren bu şemaların altında çoğunlukla travmatik bir çocukluk bulunmaktadır. Bu kategorideki şemalar şunlardır; (a) terk edilme/istikrarsızlık, (b) güvensizlik/istismar edilme, (c) duygusal yoksunluk, (d) kusura luluk/utanç, (e) sosyal izolasyon/yabancılaşma.

(ii) *Zedelenmiş Özerklik ve Performans*: Bu şemalara sahip kişilerin çocukluk yaşantılarına bakıldığında ya aşırı ilgilenme ya da hiç ilgilenmeye maruz kaldığı görülmektedir. Bu yüzden bireyde özgüven sıkıntıları görülmektedir ve kişi kimlik kurma, bağımsız hareket edebilme kabiliyetlerinden mahrumdur. Yeterlilik ve beceri konularında uzmanlaşmayan bu kişilerin sahip olduğu şemalar şunlardır: (a) bağımlılık/yetersizlik, (b) hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık, (c) yapışık-lık/gelişememiş benlik, (d) başarısızlık.

(iii) *Zedelenmiş Sınırlar*: Kişisel öz disiplin hakkında yeterli içsel sınırlar geliştirememiş insanların oluşturduğu bu kategorideki şemalara sahip bireylerde genellikle bencillik, şımarıklık, sorumsuzluk ve narsistik özellikler belirgindir. Ayrıca bu kişiler başkalarının haklarına saygı gösterme, iş birliği yapma, verdiği sözleri yerine getirme ve gelecek hakkında koyulan hedeflere ulaşma konusunda güçlük yaşamaktadır. Aynı zamanda kurallara uyma ya da özdenetim gerçekleştirmede sıkıntı yaşayan bu bireyler genellikle fazla müsamahakâr ailelerde büyüyen kişilerdir. Bu özelliklere sahip bireylerde gelişen şemalar şunlardır: (a) hak görme/büyüklenmecilik, (b) yetersiz öz denetim/öz disiplin.

(iv) *Başkalarına Yönelimlik*: Bu kategoriyi, çocukken sevgi ve onaylanma elde edebilmek için kendi istek ve arzularından önemli ölçüde kısıtlamak zorunda kalan bireylerin sahip olduğu şemalar oluşturmaktadır. Bu bireyler, kendi ihtiyaçlarını karşılamaktan çok başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya oldukça önem vermektedir. Yetiştigi ortamda koşullu kabullenilmeye alışkın olan bu kişiler, öfkelerinin ve isteklerinin farkında değildir. Bu özelliklere sahip olan bireylerde gelişen şemalar şunlardır: (a) boyun eğicilik, (b) kendini feda, (c) onay arayıcılık/tanınma arayıcılık.

(v) *Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketleme*: Bu son kategorideki bireyler, yaşamda katı ve içselleştirilmiş kurallara sahiptir, kendiliğinden gelişen duygular ve dürtüleri baskı altına almaya çalışmaktadır. Bunun

nedeni ise yetiştikleri aile ortamında sert, baskıcı ve kuralcı tutumların oldukça baskın olmasıdır. Çocuğun oyun oynamasına ve mutluluğu izlemesine teşvik edilmemekte, buna karşın hayata soğuk bakması teşvik edilmektedir. Bu kategoriye giren şemalar ise şunlardır: (a) olumsuzluk/karamsarlık, (b) duygusal baskılama, (c) yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik, (d) cezalandırıcılık (Young & Klosko, 2018).

b.b.a. Uyumsuz Başa Çıkma Biçimleri

Yukarıda kısaca anlatılan şemalar aktifleştiği zaman korku, öfke, üzüntü vb. güçlü duyguların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu olduğu zaman bireyler ortaya çıkan duygu ve durumlarla yüzleşmek adına uyumsuz baş etme biçimleri geliştirmektedir. Bu baş etme biçimleri Young ve arkadaşlarının (2013: 59-64) araştırmaları tarafından üç kategoriale ele alınmaktadır. Bunlar; teslim, kaçınma ya da aşırı telafi biçimleridir. Bu başa çıkma biçimleri şemalarla o anlık sadece geçici bir şekilde başa çıkmayı, açığa çıkan duyguların verdiği acıları geçiştirmeyi sağlamakta ve kaçınmayı kolaylaştırmaktadır. Buna karşın şemaları asla tedavi etmediği gibi şemayı güçlendirmekte ve devamlılığını sağlamaktadır. Ancak uyumsuz başa çıkma biçimleri, şemalar gibi kalıcı değildir, sergilenen davranışlar şemaların değil, başa çıkma tepkilerinin bir parçasıdır ve şemalara göre bu tepkileri değiştirmek nispeten daha kolaydır.

Teslim başa çıkma biçimi, şemaya boyun eğmek anlamına gelmektedir. Birey, teslimiyetçi bir tavırla şemaların uyandırdığı acıları hissetmekte ancak bunlarla savaşmamaktadır. Kaçınma başa çıkma biçimi ise, şemaları tetikleyen durumlardan kaçmayı içermektedir. Bu başa çıkma biçimi edimsel koşullanma ile pekiştirildiği için değiştirilmesi en güç olan başa çıkma biçimidir. Aşırı telafi başa çıkma ise, şemadan kaynaklı hislerinin ya da düşüncelerinin tam tersi biçimde davranmak, şemaya karşı aşırı bir telafi biçimi geliştirmektir. Bu başa çıkma biçimini en iyi açıklayan rahatsızlıklardan biri narsistliktir. Narsist bireylerin aşırı telafi biçimi, kendi içlerinde hissettiği duygunun tam tersini dışarıya yansıtmaktadır. İçlerindeki aşağılık duygusunun aşırı telafisi biçimini yani büyülenmeci bir tutum içerisine girmektedirler.

b.b.b. Modlar

Şemalar ve bunlarla başa çıkma biçimleri kısaca tanıtıldıktan sonra, bu başlıkta Rafaeli ve arkadaşlarının (2018: 53-75) çalışmasından şemaların modları açıklanacaktır. Şemaların bir nevi günlük hayata yansıyan durumları olan modlar, şemalar tetiklendiği zaman geçici ve anlık bir biçimde tepki vermektir. Bir nevi kendisini, çevresini ve yaşadığı durumları algılama ve anlama biçimini etkileyip, onlara karşı bir tepki ge-

liştirmektedir. Aslında bu durum insanlar için normal bir süreçtir, yaşadıkları süre boyunca dünyayı öğrendikçe ve deneyimledikçe belirli tepkiler geliştirmektedir. Ancak bu durumu sağlıklı olmaya iten, gösterilen bu tepkilerin ya da ruh halinin sağladığı modlar arasındaki aşamalı bir geçiş yapamamak ve bunlar arasında denge kuramamaktır.

İnsanlar, içlerinde pek çok çeşit mod barındırabilmekte ve farklı durumlarda bu modları sergilemektedir. Oldukça çok çeşidi olan bu modlar dört temel kategoride toplanmaktadır. Bunlar; (a) çocuk modları, (b) uyumsuz başa çıkma modları, (c) işlevsel olmayan içselleştirilmiş ebeveyn modları, (d) sağlıklı yetişkin modu.

b.b.b.a. Çocuk Modları

Çocuk modu, kişilerin bazı durumlara karşı kendilerini çocukmuş gibi hissettiği ve tepki verdiği moddur. İncinmiş çocuk modu, kızgın/dürtüsel çocuk modu olmak üzere iki tür sağlıklı çocuk modu tipi vardır. Kaybolmuş ve yaralanmış bir çocuğa benzetilen incinmiş çocuk modunda, kişiler kendilerini korumasız, çaresiz, yalnız hissetmektedirler. Bakım, koruma ve güven ihtiyaçlarının eksikliğinden kaynaklanan şemalar tetiklendiğinde bu mod kişinin duygularında ve tepkilerinde etkin hale gelmektedir (Erdem, 2018: 19).

Kızgın/dürtüsel çocuk modunda ise, kişinin yaşadığı olaylara ve durumlara karşı verdiği tepkilerde aşırı bir öfke bulunmaktadır. Bu modu sergileyen kişi mahrum kaldığı temel ihtiyaçlarını uygunsuz bir biçimde gidermeye çalışmakta ve bunu karşılayamadığında ise diğerlerine karşı yoğun bir öfke sergilemektedir. Bunun yanında yaşanan haksızlıklara ve adaletsizliklere aşırı bir şekilde tepki gösterme biçimi de olan kızgın çocuk modunun temelinde, adalet duygusu giderilmemiş bir çocuk yatmaktadır. Dürtüsel çocuk moduna sahip bireylerdeki bu durum daha çok, engellemeyle karşılaştığında ortaya çıkmaktadır ve kişi bir çocuk gibi dürtüsel bir biçimde karşılık vermektedir. Yapmak istediği şeyi yaptırısına kadar etrafındakilere yoğun bir öfkeyle tepki göstermektedir (Erdem, 2018: 19-20). Dürtüsel çocuk modu, genellikle net ve tutarlı sınırların çizilmediği ailelerde yetişen bireylerde görülmektedir ve böyle çocukluklarında genellikle ebeveyn gözetimi ve kontrolünden mahrum kalmışlık görülmektedir.

b.b.b.b. Uyumsuz Başa Çıkma Modları

İkinci çeşit modumuz, uyumsuz başa çıkma modlarıdır. Kopuk korungan, söz dinleyen teslimci ve aşırı telafi edici mod olmak üzere üç çeşit tipi bulunan uyumsuz başa çıkma modları, daha önce anlatılan uyumsuz başa çıkma biçimleri ile benzeşmektedir. Ancak uyum bozucu başa çıkma biçimi, bireyin hayatının genel yüzeyine yayılan bir davranış

biçimidir yani yerleşmiş bir tepkidir. Buna karşın, uyumsuz başa çıkma modu daha anlık ve geçicidir. Şemayı tetikleyen bir durum olduğunda, şemaya karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal tepki alanlarındaki duygu durumları etkinleşerek uyumsuz bir başa çıkma modu geliştirilmektedir.

Kopuk korungan, kaçınma başa çıkma biçimi gibi duygusal bir kaçınmayı içermektedir. Kişiyi karşılaştığı durum ve zorluğa karşı hissizleştirmektedir. Bu mod, karşılaşılan duruma mesafeli yaklaştırıp aşırı bir rasyonelleştirme yapmaya itmektedir. Söz dinleyen teslimci mod ise tetiklenen şemaya ve uyandırdığı duygulara uyum gösterme biçimdir. Pasif ve çaresiz biçimde şemalara ve diğer insanlara boyun eğen bu mod, kişiyi kendi ihtiyaçlarını gözetmekten alıkoymakta bunun yerine diğer insanların beklentilerini ve isteklerini yerine getirmeye itmektedir. Aşırı telafi edici mod, aşırı telafi etme biçimi gibi narsist bir tavrın altında yatan durum gibidir. Yani şemalardan kaynaklanan acı verici duygulardan kaçınmak için onların tam tersini yapmaktır. İçlerinde yer alan aşağılık ve yoksunluk duygularını inkâr ederek tam tersine diğerlerine daha baskın ve yüksekteymiş gibi bir tavır takınma modudur.

b.b.b.c. İşlevsel Olmayan İçselleştirilmiş Ebeveyn Modları

Uyumsuz ve işlevsiz modların sonucusu, içselleştirilmiş ebeveyn modlarıdır. İnsanlar, yetiştiği aile bireyleri aracılığıyla dünyayı öğrenmektedir. Bu gözlemedikleri ve öğrendikleri tavırlar, kişinin içselleştirilmiş ebeveyn modu olarak yerleşebilmektedir. Bu modlar cezalandırıcı ebeveyn modu ve talepkâr ebeveyn modlarıdır. Bireylerin içindeki ses, eleştiren veya kötileyen bir tavır sergiliyorsa bu, cezalandırıcı ebeveyn modunun aktif olduğu anlamına gelmektedir ve bu aktifleşme kişide yoğun suçluluk ve depresif duygular uyandırmaktadır. Aynı zamanda yine şemaların tetiklendiği bazı durumlarda bu ses neredeyse imkânsız taleplerde bulunuyorsa, bu kişinin içindeki talepkâr ebeveyn modunun aktifleştiği anlamına gelmektedir ve böyle olduğun zaman kişi yoğun suçluluk ve değersizlik duyguları ile boğuşmaktadır. Aynı zamanda bu sağlıksız ebeveyn modları aktifleştiğinde birey, sürekli azarlanıyormuş gibi hissetmektedir.

b.b.b.d. Sağlıklı Modlar

Bu sağlıksız modların yanında, insanlarda uyumlu ve onları daha iyi olmaya teşvik eden sağlıklı modlar da bulunmaktadır. Bunlar sağlıklı yetişkin modu ve mutlu çocuk modudur. Sağlıklı yetişkin modu, becerikli, güçlü ve iyi işlevlere sahip bir benlik anlamına gelmektedir. Aynı zamanda sorumluluk alabilme, sadık kalabilme, çalışabilme ve ebeveynlik yapabilme kabiliyetlerine de sahiptir. Danışanları daha iyi bir duruma

getiren yetişkin ebeveyn modu, terapilerin nihai hedefini oluşturmaktadır. İçselleştirilmiş bir terapist de benzeyen sağlıklı yetişkin modu, az veya hiç olmayan hastalara kazandırılmaya çalışılmakta ve hastanın tek başına bu modu aktif kılabilme kabiliyeti kazandırılmaktadır. Bunun yanında sağlıklı yetişkin modunun işlevsiz modları iyileştirebilme ve yatıştırabilme özelliği de vardır (Young vd., 2013: 75). İkinci sağlıklı modu oluşturan mutlu çocuk modu ise, çocukken karşılanması gereken bütün temel ihtiyaçların karşılanmış olması halidir ve birey bundan dolayı huzurlu, tatmin dolu, kendinden emin, iyimser, kendi benliğinden emin ve memnuniyet duygularına sahiptir. Yani bir bakıma bu mod herhangi bir şema aktifleşmesi olmadığında ortaya çıkan bir mod olarak kendisini göstermektedir.

b.c. Şema Terapi Uygulama Protokolü

Şema terapiyi daha iyi anlamak için genel anlamda uygulama sürecine değinilmesi gerekmektedir. (1) Değerlendirme, (2) eğitim ve (3) erken dönem uyumsuz şemaları değiştirme aşamalarından oluşan şema terapidde öncelikle değişime direnen düşünce örüntüleri ele alınmaktadır. Bu örüntülerden yola çıkarak kişinin hayatını güçleştiren uyum bozucu şemalar belirlenmektedir. Daha sonra bu uyum bozucu şemaların bireyin hayatının hangi yönlerinde ortaya çıktığı, hangi durumlarda tetiklendiği ve tetiklenen şema modlarının farkına varılması sağlanmaktadır. Bilişsel, deneysel, kişilerarası ve davranış teknikleri kullanarak şemalarla adeta savaşıırken baş etme stilleri üzerinde de çalışmalar yapılmaktadır (Tunçel, 2019: 6-7). Böylece işlevsel olmayan bilişsel örüntüler işlevli hale getirilmeye çalışılmakta ve terapi dışında da yüzleşilen güçlüklerle ihtiyaçlarının uyumlu bir şekilde karşılanması hedeflenmektedir (Erdem, 2018: 14).

Şema terapi modelinin teorik çerçevesini aktardıktan sonra Rafaeli ve arkadaşlarının (2018) yazdığı Şema Terapi ve Ayırıcı Özellikler kitabından, uygulama bölümünün bir özeti sunulmaya çalışılacaktır.

İlk seansta danışanın sorunları, terapi hedefleri ve karşılanmamış duygusal ihtiyaçları hakkında konuşulmaktadır. Böylece sorunlar ve hedefler netleştirilirken şema terapinin danışan için uygun olup olmadığına karar verilmektedir. Daha sonra danışanın şemalarını ve başa çıkma biçimlerini belirlemek amacı ile Young Şema Ölçeği gibi çeşitli ölçekler kullanılmaktadır. Yaklaşık 2-4 seans içerisinde gerçekleştirilen ve seansların genellikle ilk aşaması olan değerlendirme kısmının amacı şunları kapsamaktır: (a) Danışanın sahip olduğu işlevsiz yaşam örüntüleri hakkında bilgi almak; (b) bunların oluşmasında ve sürdürülmesinde etken rol alan erken dönem uyumsuz şemaları, başa çıkma biçimlerini ve baskın olan modları tespit etmek; (c) gelişimsel olarak bunların kökenlerini

öğrenmek; (d) son olarak danışanın karakteristik mizacını değerlendirmek ve bunun diğer gelişimsel etkenlerle etkileştiği yerleri tespit etmek.

Bu amaçları gerçekleştirmek için genellikle değerlendirme aşamasında, şemaları aktifleştiren “Yönlendirilmiş İmgelem” tekniği uygulanmaktadır. Bu teknik danışandan belirli bir sahneyi, tecrübeyi veya anyı gözünde canlandırması istenerek gerçekleştirilmekte ve danışandan bu canlandırmanın tamamen içine girebilmesi için sesli bir şekilde bunu dile getirmesi istenmektedir. Şemaları aktifleştiren bu canlandırma sayesinde hem şemaların çocukluktaki kökenleri tespit edilmekte hem de şemalar güncel sorunlara bağlanabilmektedir.

İlk seanslardaki değerlendirme aşaması; uygulanan ölçekler, yönlendirilmiş imgelem, günlük kayıtları ile terapistin seanslarda elde ettiği bilgileri bütünleştiren yazılı bir kavramsallaştırma ile bitmektedir. Bunun ardından açık bir dille elde edilen verilerle şemalar, başa çıkma biçimleri ve modlar kavramsallaştırılarak vaka formülasyonunun yapıldığı eğitim bölümüne geçilmektedir. Bu formülasyon yapılırken BDT’ye benzer bir biçimde belirtiler ve sorunlar tanımlanmakta, sürdürücü mekanizmalar belirlenmekte, bunun şimdiki zamanı etkilemesine neden olan tetikleyiciler bulunmakta ve bunların kökeni tespit edilmektedir. Bunun ardından danışanla karşılıklı iş birliği içerisinde formülasyonu tamamlamak için bilişlere, davranışlara, deneyimlere ve imgelemlere, sorunun yansıdığı ilişkisel yönere ve danışanın karakteristik mizacına dikkat çekilerek danışanın öyküsü veya sorunu tamamlanmaktadır. Böylece danışanın ve mevcut sorunlarının kökeni, sürdürücüsü ve çözümü hakkında bütüncül bir öykü oluşturulmaktadır. İyi oluşturulmuş bir kavramsallaştırma, danışan üzerinde anlaşılma ve onaylanma etkisi yaratabileceği gibi terapi için de iyi bir rehber hizmeti görmektedir. Bu kavramsallaştırma danışana güçlü bir eğitim sağladığı için, kişiler şemalarına ve sorunlarına dışarıdan, bütüncül bir gözle bakma fırsatı yakalamış olmaktadır ve böylece kendisini de değerlendirmeye başlamaktadır.

Vaka kavramsallaştırması süreci aslında hem değerlendirme hem de müdahale aşamasında yer almaktadır. Yani bu kavramsallaştırmanın tamamlanması, değerlendirme ve eğitim aşamalarının sona erdiği anlamına gelmemektedir. Daha sonraki süreçlerde de bu kavramsallaştırma yeniden yapılarak değişikliğe ya da genişletilmeye gidilebilmektedir.

Danışanın daha uyumlu bir yaşama sahip olabilmesi için uygulanan şema terapi modelinde belirli teknikler kullanılmaktadır. Öncelikle bu teknikler içerisinde bilişsel teknikler yer almakta ve bunlar, hastanın şemalarıyla ve bundan kaynaklanan duygusal ihtiyaçlarının üstesinden gelebilmesi için mantıksal bir yaklaşımı içermektedir. Bunun için BDT

ve diğer tekniklerin veri toplama, şema başa çıkma kartları, şema diyalogları ve yeniden çerçeveleme gibi bilişsel tekniklerinden de yararlanmaktadır. Daha sonra Gestalt yaklaşımından alınan bazı tekniklerle danışanın duygusal düzlemini değiştirmek ve şemaları aktifleştirmek için çeşitli deneysel teknikler kullanılmakta ve bunun yanında şemaların aktifleştirdiği ve aktarımın gerçekleştiği durumlarda da kişilerarası teknikler kullanılmaktadır ve böylece danışan ile şemaları arasında etkileşim sağlanmaktadır. Ve son olarak şemaların sağladığı uyumsuz davranış biçimlerinin yerine sağlıklı ve uyumlu olanları koymak için davranışsal teknikler kullanılmaktadır (Tunçel, 2019: 7).

Bu son deneysel teknikler ile danışanda kalıcı değişiklikler sağlanması amacıyla daha önce anlatılan sağlıklı ebeveyn modu ve sağlıklı çocuk modunun kullanılması ve yerleştirilmesi gerekmektedir. Terapistin bunu sağlayabilmesi için kullandığı temel iki yöntemi vardır: Empatik yüzleştirme ve sınırlı yeniden ebeveynlik. Sınırlı yeniden ebeveynlik tekniği, danışanın erken çocukluk döneminde karşılanmamış ihtiyaçlarını yeniden karşılamak üzere terapi seanslarında sınırlı bir şekilde terapistin ebeveynlik rolünü üstlenmesidir ve bu gerçekleştirilirken danışanın sahip olduğu şemalara ve bunları devam ettiren örüntülerine dikkat çekilerek terapist tarafından şefkatli, objektif ve samimi bir şekilde empatik bir yüzleştirme sağlanmaktadır (Yakın, 2014: 5).

b.d. Şema Terapinin Etkili Olduğu Rahatsızlıklar

Birçok Eksen I-II bozuklukların tedavisi için uygun olan şema terapi, daha önce bahsedildiği gibi BDT'nin tedavi etmekte yetersiz kaldığı rahatsızlıkların kronik karakterolojik kısımlarını tedavi etmek için geliştirilmiştir (Young vd., 2013: 23). Bunun yanında kaygı, depresyon gibi kronik Eksen I semptomlarının altında erken dönem uyumsuz şemalar ve uyumsuz başa çıkma yolları yatmaktadır ve aynı zamanda bu rahatsızlıklar; bağımlılık, kaçınma, ilgi arayıcılık veya mükemmeliyetçilik gibi kronik Eksen II semptomlarının da zeminini oluşturmaktadır (Rafaeli vd., 2018: 23). Karakterolojik bozukluğa sahip hastalara uygulanan şema terapi, erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına sebebiyet veren merkezi çekirdek psikolojik alanlara değinerek, kişide yaygın olan problemlerini anlamlandırmaya ve anlaşılabilir tarzda bunları organize etmeye çalışmaktadır ve bunun için çocukluktan şu ana kadar olan şemalar izlenmekte, hastaya yaşamını güçleştiren bu karakterolojik problemleri görebilme yetisi kazandırılmaya çalışılmaktadır (Young vd., 2013: 23-24).

c. Şema Terapide Obsesif Kompulsif Bozukluk

Dini takıntılar üzerindeki şema terapinin etkisine değinmeden önce, OKB üzerindeki etkisine kısaca değinmek faydalı olacaktır. Basile ve arkadaşları (2017: 411-412) OKB'nin özünde, çocukken takıntıya dönüşürebilecek derecede belirli duygusal ve bilişsel içeriklere karşı bir duyarlılığın gelişmesinin yattığını ifade etmektedir ve bu rahatsızlığa sahip bireylerin, yaşamının ilerleyen dönemlerinde kendine zarar verebilecek durumlardan kaçınarak bu kaçınmayı takıntı haline getirdiğinin altını çizmektedir. Basile ve arkadaşlarına göre kişi, aşırı telafi başa çıkma biçimleri ile kendini kontrol altına aldığı zannetmektedir. Bu süreçte ise sağlık, mutluluk ve diğer insan ilişkilerinin yerine ritüeller, ruminasyonlar, batıl düşünceler, kurallar ve düzen yer almakta ve bunlara aşırı odaklanıldığından bahsetmektedir.

Bu gibi hatalı değerlendirmeler sonucunda çocuklukta oluşan kalıcı bilişsel yapılarla (erken dönem uyum bozucu şemalar) OKB'nin etiolojisini açıklayan şema terapi, çocuklukta zedelenmiş özerklikten kaynaklanan şemaların bu hastalık üzerinde etkin olduğu ifade edilmiştir (Young vd., 2003, akt., Akbaş, 2020: 3). İlerleyen yıllarda ise bu şemalar, OKB'de beklenen tehdit algısı gibi aşırı duyarlılığın geliştirilmesine neden olmaktadır (Foa & Kozak, 1995, akt., Akbaş, 2020: 3). Belirli ritüeller ile uğraşma, şema kaçınması olarak görülürken; kontrol, eleştiriye tahammül edememe gibi durumlar ise şema aşırı telafisi olarak tespit edilmiştir ve kontrol grubuna nazaran OKB hastalarında bu kaçınma ve telafi biçimleri daha yüksek bulunmuştur (Kızılağaç & Cerit, 2019, akt., Akbaş, 2020: 4).

Son olarak OKB üzerinde uygulanan maruz bırakma seansları ve farmakoterapi yöntemlerinin, hastaların %50'sinde tatmin edici bir yanıt veremediği, çoğu OKB vakasında standart tedavilerin semptomları tam olarak azaltamadığı ve devam ettiği görülmüştür (Gross vd., 2012: 173). Gross ve arkadaşlarının (2012: 179) OKB vakaları üzerinde uyguladığı şema terapide; modlar, terapötik ilişki, imgeleme ve sandalye çalışmaları ile müdahaleler yapılmıştır. Bu müdahaleler, hastaların maruz bırakma seanslarında daha çok ilerlemelerine yardımcı olmuş ve daha güçlü bir sağlıklı yetişkin modu oluşturulmasını sağlamıştır.

En nihayetinde denilebilir ki, şema terapi geleneksel BDT uygulaması ile birleştirildiğinde, OKB tedavisinde semptomların nedenleri ve gelişmesini daha iyi anlaşılabilir kıldığı için beraber oldukça güçlü bir tedavi modeli oluşturması mümkündür (Basile vd., 2017: 413).

c.a. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Etkin Olan Şemalar ve Modlar

Basile ve arkadaşlarının (2017: 411) yaptığı araştırmaya göre sağlıklı bireylere göre OKB rahatsızlığı olan bireylerin, erken dönem uyum bozucu şemalardan ve işlevsiz modlardan oldukça yüksek puan aldıkları görülmüştür. Özellikle yoksunluk, kusurluluk/utanç, yapışıklık/gelişmemiş benlik, yüksek standartlar, hak görme ve onay arayıcılık şemalarının aktif olduğu saptanmıştır. Basile ve arkadaşlarının aktardığı başka çalışmalarda da, sağlıklı bireylerle karşılaştırılan OKB hastalarında; zarar görme ve hastalıklar karşısında dayanıksızlık, terkedilme, kusurluluk ve utanç, bağımlılık, duygusal yoksunluk, yetersiz öz disiplin gibi erken dönem uyumsuz şemaların ve incinebilirlik, kızgın çocuk modu, kopuk korungan uyumsuz başa çıkma modu, üzgün ve incinmiş çocuk modu, kopuk korungan uyumsuz başa çıkma modu, cezalandırıcı veya talepkâr ebeveyn modlarının da yer aldığı görülmüştür (Voderholzer vd., 2014, akt., Basile vd., 2017: 411). Özetle OKB’de en etkili karakteristik şemalar olarak sosyal izolasyon, zarar görmeye karşı dayanıksızlık, olumsuzluk/karamsarlık, başarısızlık, yüksek standartlar, kusurluluk, duygusal yoksunluk; başa çıkma stratejileri olarak ise eleştirel/cezalandırıcı ve talepkâr ebeveyn modu ile kopuk korungan başa çıkma biçimleri karşımıza çıkmaktadır (Akbaş, 2020, s. 1; Basile vd., 2017: 412).

c.b. Obsesif Kompulsif Bozukluk Üzerinde Şema Terapinin Uygulanması

Bu bölümde Gross ve arkadaşlarının (2012: 178-179) 2 OKB hastası üzerinden gerçekleştirmiş olduğu şema terapi tekniğine değinmek istiyoruz. Bunun, şema terapinin tam olarak hangi konularda etkin ve başarılı olduğunu daha iyi gözler önüne sereceğine inanmaktayız.

İlk vakadaki OKB’li danışanın, uygulanan maruz bırakma sürecinde duygusal bir konuya girilmediğinde dahi duygusal olarak hissizleştiği, ara sıra disosyatif ve öfkeli hissettiği, sadece terapist için maruz bırakmayı tamamladığı, bazen ise planlanan egzersizleri yapmayı kesin bir şekilde reddettiği gözlenmiştir. Bu durumlar danışanda; öfke, benliğinde değer kaybı, üzüntü ve acizlik duygularını uyandırmıştır. Bu duygular ise şema terapi yaklaşımındaki şu şema ve modlarla açıklanmıştır. Duygusal olarak hissizleşme ve öfke, kopuk korungan mod; benliğine karşı hissettiği değersizlik, cezalandırıcı ve talepkâr mod; yoğun bir şekilde hissedilen üzüntü ve korku, incinmiş çocuk mod ile ilişkilidir. Maruz bırakmayı çıkmaza sokan bu durumdaki şema terapi uygulanarak işlevsiz modların keşfedilmesi ve sandalye çalışmaları gibi yüzleşme tekniklerinin kullanılması ile yalnız ve incinmiş çocuk modunun ihtiyaçları belirlenmiş, üzün-

tüsünü gidermesine destek olunmuş, imgeleme teknikleri ile sınırlı yeniden ebeveynlik yapılarak oluşan duygular yatıştırılmıştır. OKB davranışlarını sergileme konusunda danışanın; kontrolü tekrar eline alması, özsaygısını yeniden kazanması, kendini koruması ve desteklemesi için güçlü bir sağlıklı yetişkin modu geliştirilmiş ve böylece maruz bırakma tekniğine devam edebilecek cesaret ve motivasyon kazanması sağlanmıştır.

İkinci vakada ise aktif olan şemalar ve modlar şunlardır: Kusurluluk, cezalandırma, karamsarlık, duygusal yoksunluk ve terk edilme şemaları; güvenlik ve duygusal sıcaklık ihtiyacı ile savunmasız çocuk modu; temel ihtiyaçların giderilmemesindeki kızgınlık durumu ile kızgın çocuk modu; karamsarlık, nefret ve kendine zarar verme ile cezalandırıcı ebeveyn modu; caydırıcı duygularını engellemesini sağlayan Tik bozukluğu ile kopuk korungan modu; her şeyi aşırı kontrol ederek güvenlik duygusunu sağlaması (OKB) ile mükemmel bir aşırı telafi modunun etkin olduğu görülmüştür. Uygulanan şema terapi ile hasta, OKB davranışlarını, bunların mantığını ve işlevlerini anlamış, sınırlı yeniden ebeveynlik ile terapötik ittifak sağlanarak, incinmiş çocuk modu ile desteklenmiş, kızgın çocuk modu sakinleştirilmiş ve güçlü bir cezalandırıcı mod ile savaşılmıştır.

İlk etapta uygulanan maruz bırakma yaklaşımında, cezalandırıcı ebeveyn modu, savunmasız modun ihtiyaçlarını önemsiz görmüş, onu değersizleştirmiş ve sağlıklı yetişkin modunun korkutmasına neden olmuştur. Bu ise tedaviyi güç bir duruma sokmuştur. Bu yüzden şema terapide, cezalandırıcı ebeveyn modunun etkisinin azaltılması için sandalye diyalogları ile imgeleme teknikleri kullanılarak sağlıklı yetişkin modu aktifleştirilmiştir ve birkaç seans içerisinde geliştirilen bu sağlıklı modların kontrolü yeniden kazanılmış; kopuk korungan ve mükemmeliyetçilik başa çıkma biçimleri aşamalı olarak azaltılmış, maruz bırakma tekniğine daha etkin bir şekilde devam edilmiştir.

c.c. Obsesif Kompulsif Bozukluk Üzerinde Uygulanan Şema Terapinin Etkisi

Akbaş'ın (2020) OKB üzerindeki erken dönem uyum bozucu şemaları incelediği bir çalışmada, çocuklukta karşılanmamış ve OKB'ye neden olan temel ihtiyaçların seanslarda karşılanmasına yönelik yapılan müdahalelerin oldukça yararlı olacağı ifade edilmektedir. Ayrıca OKB üzerinde, maruz bırakma ile şema terapiyi birleştiren yaklaşımların geliştirildiğinden ve bu yaklaşım sayesinde maruz bırakmaya cevap vermeyen 10 OKB hastasında, tedavi sonunda şikayetlerinde önemli ölçüde azalma gözlemlendiğinden, maruz bırakma tekniğinin hastaların sağlıklı yetişkin modunda iken yapılmasının tedavi çıktılarını arttıran bir durum

olduğundan bahsedilmektedir (Thiel vd., 2016; Akbaş, 2020: 5-6). Bu sağlıklı yetişkin modunun etkin hale gelebilmesi, kırılğan çocuğun temel duygusal ihtiyaçlarının karşılanması, telafi edici modların farkındalığının kazanılması, terapötik ilişki ve sınırlı yeniden ebeveynlik yolu ile etkili olabildiğinin altı çizilmiştir. Son olarak şema terapide kullanılan boş sandalye ve flaş kart tekniklerinin kullanılmasının, OKB’de mevcut olan şemaların (başarısızlık, dayanıksızlık gibi) bu terapinin yaşantısal teknikler ile birleştirilmiş BDT tedavisinde OKB semptomlarını azaltıcı bir işlev gördüğü belirtilmektedir (Akbaş, 2020: 5-8)

d. Dini Takıntılar ve Şema Terapi

Araştırmamız göstermektedir ki, dini takıntılar ve şemalar üzerinde gerçekleştirilen bir araştırma mevcut değildir. İster İngilizce ister Türkçe olsun bu konuda yapılan bir araştırma bulunmamaktadır. Bu nedenle konuyu aydınlığa kavuşturmak amacıyla OKB ve kader algısından oluşan uyumsuz şemaları inceleyen Angın ve Kızılgeçit’in (2020b: 84-86) çalışmasından bir özet sunmaya çalışacağız. Daha sonra, dini takıntılarda aktif olan ya da olması muhtemel şemalar ve modlar üzerinde duracağız. Ardından yapılan bazı araştırmalar yardımı ile şema terapinin, bu rahatsızlık üzerindeki muhtemel etkisini inceleyeceğiz.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile kader algısını inceleyen Angın ve Kızılgeçit (2020b: 84) kader algısını, bireylerin hayatlarında karşılaştıkları olaylara dair yaptıkları atıflar olarak ele almakta ve bunu, kişilerin sorumluluklarını ne kadar üstlendiğine dair yükleme teorisi çerçevesinde incelemektedir. Tutarlı ve orantılı bir dünya görüşüne sahip olup çevreyi kontrol altında tutan yükleme teorisi ile kişiler, öngörülebilir bir dünyada güvenle yaşamaktadır ve dinler bu konuda insanlarda bilişsel şemalar sağlamaktadır.

Kişinin yaşadığı olayları anlamlandırma noktasında, Tanrı ve kaderle ilişkili bilişler, yükleme teorisi ile açıklanmaktadır. Buna göre kişiler içsel ve dışsal olmak üzere iki tip atıf biçimine sahiptir ve bunların kadere ilişkin yükleme biçimleri üzerinde etkisi vardır. Dışsal atıf biçimlerinin, ruh ve beden sağlığı üzerinde anlamlı negatif bir ilişki olduğu görülmüştür (Lawrence vd., 2015, akt., Angın & Kızılgeçit, 2020b: 85). Bu atıf biçimi ile Tanrı ve kader konularında nedensel yüklemeler yapmak daha çok psikiyatrik hastalarında gözlenmiştir. OKB üzerinde de bu dışsal atıf biçimlerinin sıkça kullanıldığı tespit edilmiş ve bu rahatsızlığın sebebiyet verdiği durumları olumsuz bir kader inancına bağladıkları, katı bilişsel şemaların ve başa çıkmak zorunda kaldıkları olayların nedensel olarak değişmez olduğuna inandıklarına görülmüştür (Olson vd., 2019; Piri & Kabakçı, 2007, akt., Angın & Kızılgeçit, 2020b: 86). Bunun yanında hem kendi yaşamının sorumluluğunu alan hem de Tanrı’nın iradesine yönelik

olumlu yüklemeler yapan kişilerin, karşılaştığı güç durumlarda, kader inancı ile başa çıkma konusunda Allah'a tevekkül ettiği ve bunun ruh sağlığına olumlu katkıda bulunduğu görülmektedir (Kandemir, 2006; Karaca, 2006; Kilit, 2019; Aydın, 2019, akt., Angın & Kızılgeçit, 2020b: 85).

d.a. Dini Takıntılarda Aktif Olan Şemalar ve Modlar

OKB üzerinde kadere ilişkin yapılan olumsuz ve dışsal atıf biçimlerinin, kişilerin şemaları üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışmada katılımcıların, bağımlılık/yetersizlik, yetersiz öz denetim, onay arayıcılık, hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık, kusurluluk ve boyun eğme şemalarının olduğu görülmüştür (Angın & Kızılgeçit, 2020b: 95-99). Başarısızlık, dayanıksızlık, kusurluluk gibi şemalara sahip katılımcılarda, hayatta ve kaderinde yalnız bırakıldığı düşüncelerin yer aldığı ve istikrar, sevgi ve ait olma gibi ihtiyaçların çocuklukta karşılanmadığı ve diğer otorite figürlerinden de karşılanmayacağına dair bir kader inancının geliştiği gözlenmiştir. Bu kişiler içten içe başkalarını suçlama eğiliminde oldukları için dışsal ve olumsuz bir Tanrı ve kader inanışlarına sahiptirler.

Bu çalışmada ayrıca kutsal olan şeylerle ilgili kabul edilemez düşüncelere sahip olan bazı katılımcılarda da dini birtakım takıntıların var olduğu tespit edilmiş ve kusurluluk şemasına sahip olduğuna ve bunun çocukluk dönemindeki aile ortamındaki ilişkisiyle açıklanması gerektiğine de değinilmiştir. Buna göre dini takıntılara ilişkin kusurluluk şemasının yanında boyun eğicilik şemasının da olduğu görülmüş ve bu şema cezalandırılmamak ve terk edilmemek için otoriteye boyun eğmek, kendi istek ve arzularını bastırmak zorunda kaldıkları ile açıklanmıştır.

Tanrı ile ilgili kabul edilemez düşüncelere sahip katılımcılarda, otoriteye karşı kızgınlığın yanı sıra hata yaptıklarında katı bir şekilde cezalandırılması gerektiğine inanıldığı da gözlemlenen durumlar arasındadır. Cezalandırıcılık şemasının mevcut olduğunu gösteren bu durumun, katı ve baskıcı bir aile yapısından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Bu durumu oluşturan aile bireylerinin ise soğuk ve çocuklarının ihtiyaçlarını karşılamayan kişilerden olduğu görülmüştür. Bu tespitten sonra çocuklukta yerleşen uyumsuz şemaların, sonraki yıllarda oluşan Tanrı ve kader inançlarını etkilediğinin tekrardan altı çizilmiştir.

Böyle kişilerin başlarına olumsuz bir durum geldiğinde, çocuklukta giderilmeyen ihtiyaçlar dolayısıyla yerleşen olumsuz bilinç sayesinde hemen karamsarlık şemaları aktif olmaktadır. Yine aynı şekilde bu ihtiyaçlar zamanında giderilmezse, terk edilme şemaları da yerleşecek ve bu durum Tanrı ile kurduğu ilişkiye de yansıtacaktır. Sonuç olarak bu

çalışmada çocuklukta giderilmeyen bu ihtiyaçların uyumsuz şemaların gelişmesine ve bunun da adalet, ceza ve ilahi lütuf gibi kadere ilişkin değerlendirmeleri oluşturduğuna ulaşılmıştır.

Dini takıntılar üzerindeki, takıntılı inanışları, düşünce kontrol stratejilerini ve suçluluğu inceleyen bir çalışmaya göre, bu takıntılı suçluluk duygularını tetikleyip, zihin üzerinde kontrol çabalarını ve kendini cezalandırma yöntemlerini aktif hale getirdiği gözlemlenmiştir (Inozu vd., 2020: 959). Paradoksal olarak takıntıları yine arttıran bu uyumsuz iki yöntem, katı dini kurallara sahip bireylerde, istenmeyen düşünceler meydana geldiğinde kullanılmaktadır. Özellikle cezalandırma kontrol yönteminin, endişe yöntemine nazaran daha fazla olduğu görülmüş ve aşırı özdenetim sergileyen ve kendilerini suçlamaya ve cezalandırmaya yatkın kişilerde dini takıntıların yoğunluk kazandığı sonucuna ulaşılmıştır (Abramowitz vd., 2003; Moore & Abramowitz, 2007; Jacoby vd., 2016, akt., Inozu vd., 2020: 13). Müslüman örneklemini içeren bu çalışmada ise, zihin kontrolleri üzerindeki kendini cezalandırma yöntemlerinin, İslam'daki Tanrı'nın cezalandırması imajının bir uzantısı olabileceğine değinilirken bunun daha önce belirtildiği gibi Müslümanlardaki korkunun öneminden kaynaklandığının altı çizilmiştir.

Buna göre uyumsuz şemalar ve OKB arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, hatalı değerlendirmelerden kaynaklanan mükemmeliyetçiliğin, başarısızlık, yüksek standartlar, yetersiz öz denetim, cezalandırıcılık ve karamsarlık şemalarını tetikleyip talepkâr ebeveyn modunu ve kopuk korungan modunu aktifleştirdiği, belirsizliğe tahammülsüzlük inançları ile bağımlılık, yetersizlik şemalarının mevcut olduğu görülmüştür (Akbaş, 2020: 5-6). Buradaki şema ve modların aslında dini takıntılarda da aktif olacağı varsayılmaktadır.

Yine dini takıntıları inceleyen başka bir çalışmada (Greenberg & Huppert, 2010: 287), dini takıntılı bireylerin tedavisindeki güçlükleri ortadan kaldırırken, motivasyonunu sağlamak amacıyla yaklaştığı yöntemlerde şemaların kullanılmasının, bu motivasyonu kazandırmada kolaylık sağlayabileceği düşünülmüştür. Öncelikle oluşan rahatsız edici düşüncelerin veya davranışların günahtan kaçmak için gerekli olduğunu düşünmeleri, belki bunların başlarına gelen ve çekmek zorunda oldukları bir ceza olduğuna inanmaları ya da mevcut ritüellerin engellenmesinin (kompulsiyonların azaltılması) dini coşkunun azalmasına sebebiyet vereceğinden çekinmeleri, dini takıntılı insanların tedavi aramalarına engel teşkil edebilmektedir. Bu engelleri kırabilmek için çeşitli yollar ve sorgulamalar önerilmektedir.

Bunlardan ilki; dinlerin, inananlarından mükemmeliyetçilik beklemediklerinin altı çizilerek gerçekleştirilmektedir. Greenberg ve

Huppert'ın (2010) önerdiği bu yöntemde, hastaların mükemmeliyetçilik inanışlarından kaynaklanan yüksek standartlar, kusurluluk ve başarısızlık şemalarının mevcut olabileceği varsayılmakta; eğer bunlar tespit edilebilirse ve üzerinde çalışılabilirse, tedavi arayışlarına karşı oluşan engellerin aşılabileceğine inanılmaktadır. Yine Greenberg ve Huppert, insanların elinden gelenin en iyisini yapmak istediği ama bazen bunda bir azalma görülebileceğinin altını çizerek bunun için enerjilerinin çoğunu kullanmasının gerekliliği sorgulatılarak bu konuda yüksek standartlar şeması ile çalışılmasının tedavi çıktılarını arttırabileceği düşünülmektedir.

İkinci olarak danışanın kasıtlı olmadığı düşüncelerinden sorumlu olup olmayacağı konusu da ele alınması gereken bir noktadır. Dini metinlerin desteği ile bunlardan sorumlu olmadığı altı çizilirse danışanın tedavi motivasyonu gerekli ölçüde artabileceği bu çalışmanın sonuçları arasında yer almaktadır (Greenberg & Huppert, 2010: 287). Bu konuda yine yüksek standartlar, başarısızlık ve cezalandırıcılık gibi mevcut olabilecek şemalar ile çalışmak kişilerin bu aşırı sorumluluk hissini azaltılmasına, tedaviye karşı olumlu motivasyon geliştirmesine yardımcı olabileceği mevcut çalışmanın varsayımları arasındadır.

Son olarak, kişinin sadece günaha kaçması veya tek bir eylemi mükemmel yapmasının yeterli olmadığı, Tanrı'ya hizmet edebilmek için başka pozitif dini ibadetlerin de yapılması beklendiğinin altı çizilmiştir. Bu ise şema terapideki sağlıklı yetişkin modu gibi, sağlıklı olan yöntemlerin danışana kazandırılmasını anımsatmaktadır. Yine danışma sürecinde bu konu hakkında danışana şema terapi eğitimi verilirse ve üzerinde çalışılırsa, her türlü tedaviye karşı oluşan direncin kırılmasına ve tedavi çıktılarının daha da artmasına yardımcı olabileceği öngörülmektedir.

Başka bir çalışmada ulaşılan şu sonuç dini takımda aktif olabilecek başka bir şemaya ışık tutmaktadır. Dini takımlara sahip bireylerin genellikle benimsediği Tanrı imajı affetmeyen, hoşgörüsüz, katı ve cezalandırıcı görünümündedir. Bu kişiler Merhamet kısmını önemsizleştirip Tanrı korkusuna aşırı vurgu yapmaktadırlar (Yağcı, 2006: 53). Bu durum, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar şeması üzerinde çalışılması gerektiğini göstermektedir.

e. Dini Takımları Çalışan Alan Profesyonelleri

Bu bölümü, konu hakkında tartışılan bir konu ile bitirmek istiyoruz. Konumuz dini takımlar olduğu için bu rahatsızlığı ele alabilecek kişilerin terapistler mi yoksa manevi danışanlar mı olduğu konusunda literatürde tartışmalar mevcuttur. Konu psikolojik bir rahatsızlığı içerdiği için tedavi eden kişinin klinisyenler olması gerektiği belirtilmiştir.

Dini takıntılı bireyler Türk toplumunda öncelikli olarak bir imama ve Kuran kursu hocasına başvurmaktadır. Bunun nedenleri arasında sahip oldukları belirtilen bir mental rahatsızlık olduğunu bilmemeleri, farkında olsalar bile herhangi bir tedavi arayışına girmemektir (Abramowitz & Clinic, 2001: 84). Daha net olmak gerekirse dini ve ahlaki sıkıntılar din adamları ile, dini olmayan problemleri ise klinisyenlerle konuşulmaktadır (Polard vd., 1989; Witzing, 2005; Greenberg & Shefler, 2002, akt., Altın, 2009: 36).

Ancak bu iki durumda kendi içerisinde pek çok sıkıntı taşımaktadır. İmam ve Kuran kursu hocaları mental bir rahatsızlık üzerinde herhangi bir bilgiye sahip değildir. Hastalık hakkında bilgisi olmadığı için yetkili bir kişiye havale etmek konusunda sıkıntı yaşamaktadır. Bilgisi olsa bile çekinceler yaşayabilmektedir (Abramowitz vd., 2002: 827). Bu konuda imam ve Kuran kursu hocaları yerine manevi danışmanlara yönlendirilmeleri önerilmektedir. Ancak hali hazırda bu danışmanların hastalık dini içerikli olsa bile yeterli eğitime sahip olmadıkları için kendilerini yetersiz hissettikleri ulaşılan sonuçlar arasındadır (Hepwoth vd., 2010, akt., Greenberg & Huppert, 2010: 288).

Bunun yanında Greenberg ve Huppert'in (2010: 286) çalışmasında klinisyenlerin de dini takıntılar ile dini ibadet ve inanışları ayırt etme konusunda yeterli bilgiye sahip olmadığı veya ayırt etmekte güçlü çektğine değinilmektedir. Bu yüzden klinisyenlerin, bu iki durumu birbirinden ayırt edebilecek düzeyde dini bilgiye sahip olması önerilmektedir. Özellikle dindar bir kişinin, dinin her alanında dikkatli davrandığını, dini takıntılı bireylerin ise özellikle bir alanda ileri düzeyde dikkatli ve buna karşı aşırı derecede endişeli olduğunun bilinmesi gerekmektedir.

Görüldüğü üzere her iki danışman tipinde de tedavi konusunda eksiklikler bulunmaktadır. Bu konu hakkında yapılan bazı çalışmalar, tedavi edebilecek yeterlilikte olan klinisyenlerin, dini danışmanlarla işbirliği içerisinde tedaviyi yürütmesi gerektiğini belirtmektedir (Abramowitz & Clinic, 2001, s. 84; Greenberg & Huppert, 2010: 287-288). Kabul edilebilir dini davranışların sınırlarını anlamak ve dini sınırlara zarar vermeden takıntılıların sınırlarını aşabilmek için de dini liderlerle çalışması gerektiği de belirtilmektedir (Huppert vd., 2007: 932).

Ancak bu durum dini takıntının tedavi edilmesinde güçlük doğurabilmektedir. Çünkü dini konuda hassasiyeti olan kişiler bazı teknikler dolayısı ile dinden uzaklaştırılmış hissedebileceği gibi psikolojinin dine karşı duruşundan dolayı onlara zarar verebileceği endişeleri taşıdığı bilinmektedir. Bu yüzden hem dini konuda bilgi sahibi hem de bu gibi dini rahatsızlıklar konusunda yeterli danışmanlık eğitimi almış kişilerin bu hastalığı tedavi etmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu çalışmada manevi

danışmanların mental rahatsızlıklar üzerinde daha yetkin olabileceği yeni metotların mümkün olup olmadığı incelenmektedir.

f. Manevi Danışmanlık Perspektifinden Dini Takıntılar ve Şema Terapi

Manevi danışmanlık son yıllar içerisinde tüm dünya çapında oldukça hızlı gelişmelerin yaşandığı bir alandır. Pek çok dini rahatsızlığa sahip kişilerin başvurduğu bu alan pek çok psikolojik tedavi metotlarının uyarlanması ile oldukça gelişmiş ve gelişmeye devam etmektedir (Gürsu, 2022: 89). Bu son bölümde çok fazla dini içeriğe sahip ve tedavisinde tam olarak başarılı olunamayan bir bozukluk üzerinden ve bunun manevi danışmanlıkta kullanılabilir bir terapi biçiminin uygulanmasından bahsedilecektir. Bunun için ilk olarak dini takıntı üzerinde aktif olduğu düşünülen şemalar, manevi danışmanlık sürecinde kullanılabilir şekilde bir uyarlamaya tabii tutulacaktır. Dini konular içerdiği için bu şemalar dini içeriklere ve durumlara oldukça uygun olduğundan bu tarz bir uyarlamanın manevi danışmanlıkta kullanılmasının daha etkin olacağı düşünülmektedir.

f.a. Manevi Danışmanlıkta Dini Takıntılar Üzerinde Kullanılacak Şema Terapinin İmkânı

Psikolojik farkındalık kazandırma noktasında oldukça güçlü olan şema terapi (Young vd., 2013: 55), dini takıntılar üzerinde uygulandığında yine çocukluk anılarına ve o dönemlerde yerleşen konuyla ilgili şemaların saptanmasına, hastaların bunlarla baş etme biçimlerine ulaşmayı mümkün kılan bir yöntemdir. Bu nedenle OKB'nin diğer alt rahatsızlıklarına nazaran tedavi edilmesi daha güç olan dini takıntının iyileştirilmesinde şema terapinin nasıl işe yarayabileceği, hangi şemaların aktif olduğu ve bu yöntemin manevi danışmanlıkta nasıl kullanılabilirliği bu bölüm altında açıklanacaktır. Bu araştırma literatürde yer alan çalışmaların bir derlemesinden oluştuğu için burada varsayılan ve geliştirilen konuların nicel ve nitel araştırmaları yürütülerek bunların doğruluğu kanıtlanıp daha etkin kullanılabilir şekilde geliştirilmeye ihtiyacı vardır. Gelecek çalışmaların bu yönde araştırmalar yapması tavsiye edilmektedir.

Dini takıntılı kimseler, çocuklukta yerleşen erken dönem uyum bozucu şemalar nedeniyle günlük hayatının pek çok alanında güçlükler yaşamaktadır. Şema terapi sayesinde danışanlar bu problemleri fark ederek otomatik gelişen tepkileri üzerinde kontrol kurabilmesi ve korkuların ve dürtülerin etkisinden kurtularak özgür iradelerinin gelişmesi oldukça mümkündür. Şema terapinin belirlemiş olduğu ve dini takıntı rahatsızlığının üzerinde aktif olması beklenen kategori ve şemalar aşağıdaki gibidir:

Kopukluk reddedilme: Diğer insanlarla güvenilir ve tatmin edici ilişkiler yaşayamayan kişilerin temel ihtiyaçlardan istikrar, güvenlik, bakım, sevgi, ait olma gibi ihtiyaçlarının giderilmediği koşullarda yetişmiş kimselerde oluşan şemalardır (Young vd., 2013: 33). Travmatik bir çocukluk yaşayan bu kimseler, dünyaya karşı olduğu kadar ona güven ve sevgi verecek bir Tanrı inancı da geliştirememekte ve bir dine ait olma konusunda sıkıntı yaşamaktadır. Bu yüzden tehlikelerle dolu dünyada güvenlik ve istikrar gibi duygulardan mahrum bir şekilde yaşamaktadırlar. Bu kategorideki şemalar şu şekildedir; (a) terk edilme/istikrarsızlık, (b) güvensizlik/istismar edilme, (c) duygusal yoksunluk, (d) kusurluluk utanç, (e) sosyal izolasyon/yabancılaşma.

OKB üzerinde yapılmış çalışmalar göstermektedir ki bu kişilerde özellikle terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, kusurluluk şemaları oldukça yüksek seviyededir (Akbaş, 2020: 1; Basile vd., 2017: 412). Dini takıntının doğası gereği belirsiz bir dünya görüşü bu şemaları dini alanlarda etkilemesi oldukça beklenen bir durumdur. Bu açıdan din beklenen tehdit algısına, ceza ve şeytanın ayartmalarına her daim açıktır. Bu durum takıntıyı geliştiren ve geliştirmeye meyilli kimselerde aşırı duyarlılığın oluşmasına neden olmaktadır. Eğer bu konu çocuğa güvence içerisinde verilmezse ve tehlikeli bir dünya görüşü ile çocuk korkutulursa bu kategorideki uyumsuz şemaların oluşması mümkündür. İleride bunlar tetiklendiği zaman kişilerin şema kaçınma (dini kompulsiyon-ritüel) ve şemanın aşırı telafisi (sürekli kontrol etme ve eleştiriye tahammül edememe) gibi başa çıkma biçimlerine başvurması (Akbaş, 2020: 4) dini takıntının tedavisini oldukça kilit hale getiren durumlardandır.

Zedelenmiş özerklik ve performans: Çocuklukta ya aşırı ilgilenilmiş ya da hiç ilgilenilmemiş kimselerde görülen özgüven eksikliği bu kişileri; kimlik kurma, bağımsız hareket edebilme kabiliyetinden mahrum bırakarak yeterlilik konularında beceri geliştiremeyen şu şemalara sebebiyet vermektedir: (a) Bağımlılık/yetersizlik, (b) hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık, (c) yapışıklık/gelişmemiş benlik, (e) başarısızlık (Young vd., 2013).

Yine OKB üzerinde yapılan araştırmalar, özellikle bu başlıktaki şemaların bu kişilerde oldukça yüksek olduğunu göstermektedir. Hayatta yalnız bulunduğu düşüncesi buna sebebiyet verebilmektedir. İstikrar ve sevgi verilmemiş çocukların, içten içe hep başkasını suçladığı, dışsal ve olumsuz Tanrı imajı geliştirdiği görülmüştür (Angın & Kızılgöçer, 2020a: 96). Sürekli kendisinin yetersiz olduğunu düşünen dindarlık türünün de bu durumu tetikleyebileceği düşünülmektedir. Dünyadaki kötülüklerden ve şeytanın ayartmalarına karşın yeterli güvenin verilmediği

çocuklarda dayanıksızlık şeması olabileceği gibi bunlara karşın kendini yeterli hissedemeyen dindarlık türünün de tamamen Tanrı'ya yapışık bir dindarlık biçimini geliştirmesi mümkündür. Kendi benliğini, iradesini ortadan kaldıracak derecede ona dayanan, dışsal bir Tanrı anlayışının oluşması da muhtemeldir.

Yine bu kişilerin her yaptığı işin başarısızlıkla sonuçlanacağına dair inancı, ibadetleri hep eksik yapmış gibi hissetmesine neden olacağı için onu rahatlatacak tekrarcı kompulsiyonlar sergilemesi, dini takıntının kökenlerini açıklayıcı bir bakış açısını oluşturmaktadır. Aynı şekilde kendisini tamamen yetersiz hissetmesi de dini takıntının özünde yer aldığı için bu şemanın dini takıntılı kimselerde yüksek çıkma ihtimali büyüktür. Yine dini takıntıya sebebiyet veren belirsiz dünya görüşünün bağımlılık şeması ile açıklanması mümkündür.

Başkalarına yönelimlik: Çocukken sevgi ve onaylanma elde edemeyen çocukların, istek ve arzularından büyük ölçüde feragat etmesi ile oluşan bu şemalar kendi ihtiyaçlarından çok diğerlerini önemsemeleri ile kendilerini göstermektedir. Koşullu kabullenmeye alışık oldukları için de öfke ve isteklerinin farkında değildirler. Bu şemalar: (a) Boyun eğicilik, (b) kendini feda, (c) onay arayıcılık (Young vd., 2013). Yine çocukken verilmeyen sevgi ihtiyacı kendini dini alanda gösterip Tanrı'ya karşı kendi iradesini yok saymakla aşırı boyun eğici, kendini feda edici ve ona karşı sürekli bir onay arayıcılık gösteren dindarlık türlerine neden olabilmektedir. Aslen bunlar toplum arasında onaylanan davranışlar olduğu için toplum arasında çok yaygın durumlardır. Ancak bunu sağlıklı duruma getiren, giderilmemiş sevgi ihtiyacının, sağlıklı olmayan bir biçimde iradeyi yok sayarak kişiyi yoran ve bıktıran bir tarzda sergilenmesidir. İçlerinde gizli bir öfke yattığı için günün birinde kişiyi dinden soğutabilecek bir tehlikeyi içermektedir. Bu yüzden sağlıklı alanın tespit edilip geliştirilmesi bu kişiler için oldukça önemlidir.

Onay arayıcılık ise dini takıntıda aşırı düzeyde olan güvenlik ihtiyacını ve garanti arayışını anımsattığı için yine dini takıntıda yüksek olabilecek şemalardan birini oluşturmaktadır. OKB üzerinde yürütülen şema terapi çalışmaları bunu doğrulamakta ve boyun eğicilik şemasının da yüksek düzeyde olduğu görülmüştür (Basile vd., 2017: 411).

Aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme: Bu kategoride aile ortamının katı, baskıcı ve kuralcı kişilerden oluşan kimselerin yetiştirdiği ve bunların benimsendiği şemalar bulunmaktadır. Bu içselleştirilmiş katı kurallar, duyguların ve dürtülerin baskılanmasına sebebiyet vermekte; çocuğun oyun bile oynamasına izin vermeyen aşırı kurallar, çocukların hayata karşı soğuk bir tutum geliştirmesine ve mutluluğu sakıncalı görmesine

neden olmaktadır. Bu özelliklere sahip şemalar: (a) Olumsuzluk/karamsarlık, (b) duygusal baskılama, (c) yüksek standartlar, (e) cezalandırıcılık (Young vd., 2013). Bu şemalar dindar toplumlarda yaygın olan fundamental dindarlık tipini anımsatmaktadır. Sürekli cezalandıran bir Allah anlayışı ile çocuklar, her daim onlara ceza vermek için onu gözetleyen bir yaratıcı inancı geliştirmektedirler. Aşırı baskıcı tutum ve kurallara katı olarak uyulmasını gerektiren bir anlayış da olumsuzluk/karamsarlık ve duygusal baskılamayı gerektirmektedir. Son olarak kişiden yerine getirebileceğinin ötesinde şeyler bekleyen, her daim eksik olduğunu hissettiren bir dindarlık anlayışı da çocuklukta geliştirilen yüksek beklentili bir Allah anlayışının sonucu olarak yüksek standartlar şemasına neden olması mümkündür.

Bu kategoriye ait OKB'de aktif olan şemalar yüksek standartlar, cezalandırıcılık, karamsarlık/olumsuzluktur. Kişinin yüksek beklentili bir yaratıcı düşüncesi, dini takıntılı kimsenin yüksek standartlar şemasının aktif olduğunu gösterirken, bu durum talepkâr ebeveyn modunu ve kopuk korungan modlarını aktive ederek mükemmeliyetçiliğe sebebiyet verebilmekte ve kişinin kendini yıpratıcı derecede ibadet etmesine neden olabilmektedir. Bu kimselerin dışsal ve olumsuz Tanrı imajına sahip olduğu belirtilirken (Angın & Kızılgöçer, 2020b) bu şemayla çalışmanın dini takıntıdaki aşırı abartılmış sorumluluğun azaltılmasına yardımcı olarak hastalığın tedavisinde kritik bir aşama olacağı düşünülmektedir.

Baskıcı ve katı aile yapısından kaynaklanan sürekli cezalandırılmaya alışmış bir çocuk, karşılanmayan ihtiyaçları sebebiyle olumsuz bir Tanrı anlayışı geliştirerek ona dair olumsuz bir değerlendirme ile sağlıklı dindarlık modlarını geliştirmesi oldukça muhtemeldir. Yine dini takıntının özünde yer alan suçluluk duygusu otomatik kendini cezalandırmaya neden olmaktadır. Katı ailelerde yetişen bireylerde daha yaygın olduğu için dini takıntının bu özelliği sebebiyle cezalandırıcılık şemasının en aktif şema olacağı varsayılmaktadır.

Son olarak belirtmek gerekirse, bu şemalar her ne kadar kategorilere ayrılrsa da bireylerde oldukça iç içe geçmiş durumdadır. Kusurluluk ve boyun eğcilik şemaları, cezalandırılmamak ve terk edilmemek için otoriteye boyun eğmekle sonuçlanabilir. Kişi kendi arzularını bastırarak kopuk korungan baş etme biçimini kullanarak dini takıntı ile bu hisleri bastırma yolunu seçebilir. Bu yüzden dini takıntıda aktif olması hedeflenen birbiri içine geçmiş pek çok şema bulunacağı düşünülmektedir. Bu konu üzerinde saha çalışmasına mutlaka ihtiyaç vardır.

f.b. Şema Terapi Kavramlarının Manevi Danışmanlığa Uygun Terimleri

Şema Terapinin dini takıntıda aktif olabilecek şemalarının, yukarıda açıklandığı gibi kullanılması uygundur. Ancak modları dini kavramlara çevirmek onları dini konularda daha etkili kullanmaya yönlendireceği düşünülmektedir. Bu yüzden bu başlıkta manevi danışmanlıkta kullanılmaya uygun modları şu şekilde değiştirmeyi önermekteyiz:

f.b.a. İşlevsel Olmayan İçselleştirilmiş Tanrı/Yaratıcı/ Allah Modları

Cezalandırıcı Tanrı Modu: Cezalandırıcı ebeveyn moduna benzer şekilde ilgili şemalar aktifleştğinde kişinin içindeki ses sürekli eleştirel ve kötileyen bir tavır sergiliyorsa danışanın da onayıyla buna cezalandırıcı Tanrı modu adının verilmesinin, tedaviyi daha etkili kılacağı düşünülmektedir. Yine cezalandırıcı ebeveyn modu gibi bu yeni mod kişide yoğun suçluluk ve depresif duygular uyandırmaktadır. Suçluluk duygusu dini takıntının oluşmasında ve sürdürülmesinde önemli bir parçayı oluşturduğu için bu rahatsızlığın tedavisinde bu mod ile daha çok çalışılacağı belirgindir.

Talepkâr Tanrı Modu: Aynı şekilde şemalar tetiklendiğinde dini takıntılı kimsenin içindeki ses neredeyse imkânsız isteklerde bulunuyorsa (saatler süren abdest veya ibadetler gibi) talepkâr Tanrı modunun aktif olduğu ve bununla çalışılması gerektiğini göstermektedir. Bu mod aktifleştğinde kişi yine yoğun suçluluk ve değersizlik hissi yaşamakta ve bunlarla beraber sürekli azarlanıyormuş gibi hissetmektedir. Bu tanımlar dini takıntının özüne oldukça uygundur. Bu yüzden dini takıntının tedavisinde şema terapinin çok etkili olacağı varsayılmaktadır.

Dini takıntının özünde onu tamamen günahkâr gören, her yaptığında eksik arayan bir tanrı imajı vardır. Kişilerde mükemmel bir dindarlık beklediği izlenimi oluşturmaktadır. Bu durum sağlıklı modların aktif olduğuna bir delildir. Benzer şekilde talepkâr Tanrı modunu aktifleştiren yüksek standartlar, cezalandırıcı ve karamsarlık şemaları yine olumsuz Tanrı imajını; affetmeyen, hoşgörüsüz, katı ve cezalandırıcı bir anlayışı içerdiği için merhamet kısmı önemsizleştirilmiş olunmaktadır. Bu durum cezalandırıcılık ve yüksek standartlara neden olmakta ve merhamet konusunda çalışmanın, bu imajı sağlıklı dindarlık modundan alıp sağlıklı olana çevirmede önemli yolların kat edilmesine yardımcı olacağı varsayılmaktadır.

f.b.b. Sağlıksız Kul (Çocuk) Modları

İncinmiş Kul Modu: Ebeveyn modundan farklı olarak bu kul modu kendilerini kaybolmuş ve yaralanmış bir çocuk gibi hissetmenin adıdır. Kendilerini çaresiz, yardım ve bakıma muhtaç olarak hissettikleri bu modlar çocuklukta yerleşen ve giderilmemiş ihtiyaçlardan kaynaklanmaktadır. Şemalar tetiklendiğinde bu modlar kişilerin duygularında ve davranışlarında etkin hale gelmektedir (Erdem, 2018: 19; Rafaeli vd., 2018). Bireyler çocukken ebeveynlerine hissettiklerini Tanrı'ya karşı da yansıtmakta ve geliştirdikleri bu tavırları ona karşı da sergileyebilmektedir. Özellikle belirsizlik içeren durumlarda dini takıntı pek çok korkuyu ve kaygıyı uyandırdığı için onu bu duruma düşüren ve onu korumayan durum ve kişilere karşı incinmiş kul/çocuk moduna geçebilmektedir.

Bu konuda literatürde yer alan geçiş nesnesi kuramı bu iddiamızı destekleyecek konumdadır. Bebekler annenin varlığı ve aynalama tecrübeleri ile içsel bir Tanrı imajı oluşturmakta ve annenin yokluğunda bile bir birliktelik hissi yaşamaktadır. Tabi bu durum güven, bakım gibi erken dönem ihtiyaçlarının karşılandığı durumlarda oluşmaktadır. Pek çok dini gelenekte yer alan; Tanrı bizi görür, kollar, sever, o her yerde her zaman mevcuttur gibi inanışlar bu geçiş fenomeninin oluşmasına ve sürdürülmesine yardımcı olmaktadır. Yine Rizzuto da anne gibi sığınılan, besleyen ve koruyan önemli bir sevgi nesnesinin Tanrı'ya karşı da olduğunu ve annenin dinde kritik bir yeri olduğunu iddia etmektedir. Kişilerde oluşan Tanrı imgesi önemli ölçüde erken dönemde algılanan anne baba tecrübeleri, onlar hakkındaki fanteziler, yorumlar sonucunda oluşmaktadır. Bu kırıntı ve parçalar halinde biriken bilgiler birleşerek Tanrı hakkındaki ilk nesne temsillerini meydana getirmektedir (Rizzuto, 1979: 178, akt., Hayta, 2010: 51). Yine pek çok araştırmada sağlıklı Tanrı imajının, daha içten ve sıcak ebeveynlik stilleriyle pozitif ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. McDargh'da kişilerin Tanrı tasavvurlarını inceleyerek bunun kökeninde etkin bir şekilde ebeveynsel ilişkilerin yer aldığını göstermiştir (Hayta, 2010: 50-51).

Kızgın/Dürtüsel Kul Modu: Bu mod aktif olduğunda kişi yaşadığı olaylara ve durumlara karşı aşırı öfkeli hissetmektedir. Eksik olan erken dönem temel ihtiyaçlar, uygunsuz bir biçimde giderilmeye çalışılmakta ve bunlar olmadığında ise diğerlerine özellikle Tanrı'ya karşı aşırı öfke sergilemektedirler. Kızgın kul modunda haksızlık ve adaletsizliklere aşırı tepki gösterilmektedir. Bunun temelinde giderilmemiş adalet duygusu vardır. Çocukken sürekli engellenmeler ile karşılaşan kişi buna dürtüsel bir çocuk/kul gibi tepki göstermektedir. Net ve tutarlı sınırların çizilmediği ailelerde yetişen kişilerde daha sık görülmekte ve genellikle ebeveyn

gözetiminden ve kontrolünden mahrum kalmış kişilerde kendilerini göstermektedir (Rafaeli vd., 2018). Bu durumu Tanrı'nın gözetimi ve kontrolünün hissettirilmediği kişilere uyarlamak mümkün görünmektedir. Özellikle afet ve kriz durumlarında kendini göstereceği düşünülmektedir. Tepkisel bir durumu andırdığı için tepki olarak ateist durumlarında sık karşılaşılacağı öngörülmektedir.

f.b.c. Sağlıklı Modlar

Dini takıntıların tedavisi için etkili olacağı hedeflenen şema terapi tekniğinin sağlıklı modlar kavramları, bu rahatsızlığın iyileştirilmesi yönünde oldukça kullanışlı olacağı düşünülmektedir. Çünkü dini takıntı genellikle sağlıklı bir dindarlık anlayışından ve dışsal bir Tanrı tasavvurundan oluşmaktadır. Katı ve kuralcı bir dindarlığın yerine daha sıcak, ılımlı ve işlevsel bir dindarlık modelinin yerleştirilmesinin, dini takıntının oluşumuna ve devamlılığına sebebiyet veren günahkârlığın ve ebedi cezanın verdiği suçluluk duygusunu (cezalandırıcı ve talepkâr Tanrı modu), yapılması gereken katı ritüellerin verdiği kaygı hissini (cezalandırıcı ve yüksek standartlar şemasından kaynaklanan), düşüncelerin dahi sürekli gözlem altında tutulması gerektiğine dair katı inanç ve kontrol davranışlarını (güvenlik arayışı ve düşünce eylem kaynaşmasından kaynaklanan şema aşırı telafi başa çıkma biçimi), kendini sürekli olarak yetersiz görme anlayışını (talepkâr Tanrı modu) değiştirerek sağlıklı olan seslerin konuşmasına olanak verip bu rahatsızlığın iyileştirilmesinde önemli yollar kat edilmesine yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Sağlıklı Dindarlık (Ebeveyn) Modu: Manevi danışmanlıkta danışanlara kazandırılması hedeflenen en önemli mod olan sağlıklı dindarlık modu; becerikli, güçlü ve iyi işlevlere sahip bir benliğin özelliğini içermektedir. Sorumluluk alan, sadık kalabilen, çalışabilen ve dindarlığın gerekenlerini yerine getirebilen bir benliktir. Sağlıklı ebeveyn modu gibi terapinin nihai hedefini oluşturmaktadır. İçselleştirilmiş bir terapistte benzemekte ve bu moda hiç sahip olmayan danışanlara verilerek tek başlarına bu modu aktif kılabilmek yeteneği kazandırılmak hedeflenmektedir. Bu modun en önemli özelliği ise günlük hayatı zorlaştıran işlevsiz ve sağlıklı modları yatıştırmasıdır. Bu yüzden dini takıntıya sebebiyet veren durumların azalmasıyla yok olmasına yardımcı olması ve tedavi çıktılarını oldukça iyileştirmesi beklenmektedir. Sağlıklı dindarlık modunu danışanlara kazandırmak onları koruduğu düşünülen katı ritüellerin azaltılarak hayatını kolaylaştırma yolundan geçtiği için onlara dinden uzaklaştırılmış gibi görünme tehlikesi içermektedir. Bu konuda danışanlara iyi bir dindarlığın günahattan ve cezadan korunmak için sadece tek bir eylemi mükemmel yapmaktan geçmediği bunun aksine yaradana hizmet

edebilmek için pek çok yolun bulunduğu aktarılması gerekmektedir. Bunun için danışanlarla farklı olumlu ibadet çeşitlerinin keşfedilmesinin, manevi danışmanlıkta kullanılabilecek tedavi yollarından birini oluşturacağı düşünülmektedir.

Sağlıklı Kul Modu: Bu mod da çocukken karşılanmamış bütün temel ihtiyaçların karşılanmış halidir. Kişilerin bu ihtiyaçları karşılandığı için huzurlu, tatmin dolu, kendinden emin, iyimser, kendi kulluğundan emin ve memnuniyet içerisinde. Bu mod herhangi bir şemanın aktif olmadığı bir moddur. Yine sağlıklı dindarlık modu gibi terapinin nihai hedeflerinden birini oluşturmaktadır. Bu mod Tanrıya karşı olumlu hisler geliştirerek ona karşı herhangi bir dürtüsel kızgınlığın bulunmadığı, ihtiyaçları giderilmediği için incinmiş hissetmeyen olumlu bir kul anlayışı içermektedir. Bahsedilen karşılanmamış ihtiyaçların terapi sırasında giderilmesinin, bu modu aktif kılarak dini takıntıya sebebiyet veren pek çok durumun azalarak yok olmasına yardımcı olacağı hedeflenmektedir.

f.c. Uyarlanan Şema Terapinin Manevi Danışmanlık Sürecinde Uygulanması

Daha önce değinildiği gibi dini takıntılar üzerinde uygulanmış bir şema terapi araştırması mevcut değildir. Bunun yerine OKB üzerinde uygulanan çalışmalar bulunmakta ve biz de OKB'nin bir alt kolu olan dini takıntılarının sahip olduğu özellikler çerçevesinde etkin olan şemaların neler olabileceği, hangi yöntemlerin uygun olup olmadığı, uygulandığında ne gibi etkilerin elde edilebileceği çıkarımında bulunacağız. Bundan sonra yapılacak çalışmalara ışık tutabilecek öncü bir araştırma olacağı kanısındayız. Önceki başlıklarda yer verdiğimiz bilgileri manevi danışmanlık perspektifinden yeniden toplu bir şekilde sunmak gerekirse süreç şu şekilde ilerleyecektir:

Şema terapinin uygulama protokolünde olduğu gibi ilk olarak genel bir değerlendirme ile sürece başlanmalıdır. Danışanın mevcut sorunları dinlenmeli, danışmanlıktan almayı hedeflediği sonuçlar netleştirilmeli ve bu rahatsızlığa sebebiyet vermiş olunabilecek geçmişte giderilmemiş duygusal ihtiyaçlar hakkında konuşulmalıdır. Daha sonra dini takıntılarda aktif olunan şemalar ve modları hakkında kısaltılmış bir şema ölçeği uygulanmalıdır. Uygulanan bu değerlendirme aşaması ile danışmanın hayatını güçleştiren işlevsiz örüntüler tespit edilerek dini takıntıya sebebiyet veren noktaların tespit edilmesi hedeflenmiştir. Aynı zamanda bu rahatsızlığı sürdürmesine neden olan erken dönem uyum bozucu şemalar, başa çıkma biçimleri ve baskın modlar hakkında bilgi toplanarak geçmişi hakkında bilgi almak asıl amacımı oluşturmaktadır.

Bu amaçları gerçekleştirmek adına şema terapinin yönlendirilmiş imgelem, empatik yüzleştirme gibi teknikleri kullanılmalıdır. Ancak burada şema terapide kullanılan sınırlı yeniden ebeveynlik tekniğinin kullanılmasının sakıncalı olacağı düşünülmektedir. Konu dini ve yaratıcı ile olduğu için yaratıcının yerine konuşup danışanları teselli etmek her iki kişiyi de oldukça rahatsız edeceği için bu tekniğin manevi danışmanlık ve dini takıntı üzerinde kullanılmaması tavsiye edilmektedir.

Değerlendirme aşamasında BDT'ye benzer bir biçimde rahatsızlık hakkında elde edilen bilgiler ile bir formülasyon yapılmaktadır. Bu formülasyon, danışanın anlattığı sorunlarını daha iyi görmesini sağlamakta, sürdürücü mekanizmaların tespitine ve bunların şimdiki anı nasıl etkilediğini fark etmesine, bunların tetikleyicilerini ve kökenini tespit etmesine yardımcı olmaktadır. Böylelikle rahatsızlık üzerinde bütüncül bir resmin oluşturulması hem danışana daha büyük bir motivasyon sağlayacak hem anlaşılma ve onaylanma hissi oluşturacak hem de terapi için iyi bir rehber hizmeti görecektir. Dini takıntılı kişiler zayıf bir içgörüyü sahip olduğu için onlara kendilerini değerlendirebilmeleri adına iyi bir bakış açısı sunan bu şema terapi, manevi danışmanlık için çok güçlü bir teknik olacaktır.

Bir sonraki aşama olan eğitim bölümünde daha önce bahsettiğimiz sağlıklı ve sağlıksız dindarlık hakkında ve şemalar hakkında bilgiler aktarılmalıdır. Bu bilgiler hem terapinin uygulanmasını kolaylaştıracak hem de direnç oluşturabilecek kaygıların ve durumların rahatlamasına sebebiyet verecektir. Özellikle dini takıntılı kişilerin sahip olduğu dindarlık anlayışı üzerinden, manevi danışmanların nelerin sağlıklı olup olmadığı konusunda onlara yatıştırıcı bilgileri vermesi pek çok rahatlık sağlayacaktır. Bu konu klinisyenlerin eksik kaldığı taraftır ve dini takıntının tedavisinde önemli yolların kat edilmesine de oldukça büyük engeller oluşturmuştur. Ancak dini konuda bilgi sahibi olan kişilerden bu bilgilerin edinilmesi, uygulanan tekniklerin etkili olmasına yardımcı olacaktır.

Bir sonraki bölüm erken dönem uyum bozucu şemaların değiştirilmesi aşamasıdır. Bu bölümde yine BDT'den ve diğer tekniklerden alınan şema başa çıkma kartlar, şema diyalogları yeniden çerçeveleme gibi bilişsel teknikler kullanılmalıdır. Yine empatik yüzleştirme uygulanarak tespit edilen şemaların değiştirilmesinin kalıcı hale getirilmesi gerekmektedir. Son olarak da davranışsal teknikler kullanılarak şefkatli, objektif ve samimi bir şekilde uyumsuz davranış biçimleri yerine sağlıklı ve uyumlu olanların yerleştirilmesine yardımcı olunmalıdır. Burada yinelemek gerekirse sadece empatik yüzleştirme dini takıntılar üzerinde uygundur. Sınırlı yeniden ebeveynlik yaratıcıyı canlandırmak anlamına geldiği için kendi içerisinde pek çok sıkıntılar taşıyacaktır.

S o n u ç

Şema terapi, farklı terapi yöntemlerinin etki etmediği ancak kendi içlerinde güçlü olan yönlerin toplanıp geliştirildiği yeni bir yöntemdir. Dini ve ahlaki konularda soyut pek çok durumu içeren dini takıntıda, maruz bırakma gibi somut şeyler üzerinde tedavilerin uygulandığı yöntemler bu rahatsızlığı iyileştirme noktasında oldukça yetersiz kalmaktadır. Bunun için OKB'nin diğer alt türlerinde etkililiği kanıtlanmış şema terapinin dini takıntı üzerinde olası etkilerini göstermek adına bu makale kaleme alınmıştır.

Bu hedefle OKB üzerinden yapılmış çalışmalardan ulaşılan sonuçların şu şekilde toplanması mümkündür:

(i) OKB'de aktif olan terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, kusurluluk, yetersizlik, dayanıksızlık, karamsarlık, yapışıklık, bağımlılık, boyun eğicilik, kendini feda edicilik, onay arayıcılık, yüksek standartlar, cezalandırıcılık şemaları dini takıntı ile pek çok ortak özelliğe sahiptir (bkz. s. 28-32).

(ii) Bu şemalarla çalışmanın danışanların sahip olduğu ve düğüm haline gelmiş pek çok düşünceyi çözmede yardımcı olacağı düşünülmektedir.

(iii) Sadece dini takıntının oluşumunu açıklama ve sürdürücü etmenlerin tespitinde bu şemaları belirlemenin terapiyi etkili kılmayacağı açıktır. Bunun için bunların günlük hayata yansımaları olan modların tespiti ve bunların manevi danışmanlığa uygun bir biçimde uyarlanarak kullanılması gerekmektedir. Bunun için mevcut çalışmada bu modların adları şu şekilde değiştirilmiştir: İşlevsel olmayan ebeveyn modları, cezalandırıcı ve talepkâr Tanrı modları olarak; sağlıklı çocuk modları, incinmiş ve kızgın/dürtüsel kul modları olarak; sağlıklı modlar, sağlıklı dinarlık (ebeveyn) ve sağlıklı kul (çocuk) modu olarak uyarlanmıştır. Manevi danışmanlıkta dini takıntıları tedavi ederken bu terimlerin kullanılmasının, içinde bulunulan durumun resminin daha iyi çizilmesini ve bunlara bir isim vererek üzerinde çalışılmasını daha da kolaylaştıracağı düşünülmektedir (bkz. s.32-33).

(iv) Uygulanacak bu tedavi sonrasında sağlıklı dinarlık modu etkin hale getirileceği, kırılğan kul modunun ihtiyaçlarının karşılanacağı, telafi edici modların farkına varılarak sağlıklı olanlarla telafi edileceği, terapötik ilişki ve empatik yüzleştirme teknikleri ile şemalarla daha sağlıklı baş edilmesine yardımcı olacağı düşünülmektedir.

(v) Uyarlanan bu yeni yöntemin en iyi manevi danışmanlıkta kullanılacağı varsayılmaktadır. Çünkü dini konularda hassasiyet yaşayan bu kişiler, modern terapilere gittiğinde dinden uzaklaştırılma kaygısı ya-

şamakta ve bu bozukluğun tedavisi için imam ve hocalara yönelmektedir. Öncelikle gidilen dini liderler bu bozukluk hakkında bilgilendirilmeli ve bunları pekiştirmeden gerekli mercilere yönlendirmesi önerilmektedir. Bunun yanı sıra manevi danışmanlık sürecinden bahsedilerek kaygıları giderilmeli ve rahatsızlığın tedavisi için en uygun yardım bulmalarına destek olmaları gerekmektedir. Bu hedefle şema terapinin manevi danışmanlıkta kullanılması ve istenilen sonuca ulaşılabilmesi için bu konuda eğitimlerin verilmesi gerekmektedir.

Kaynaklar

Abramowitz, J. S., & Clinic, M. (2001). Treatment of scrupulous obsessions and compulsions using exposure and response prevention: A case report. *Cognitive and Behavioral Practice*, 8(1), 79-85.

Abramowitz, J. S., & Hellberg, S. N. (2020). Scrupulosity. [içinde] *Advanced Casebook of Obsessive-Compulsive and Related Disorders: Conceptualizations and Treatment* (ss. 71-87). Amsterdam: Elsevier Inc.

Abramowitz, J. S., & Jacoby, R. J. (2014). Scrupulosity: A cognitive-behavioral analysis and implications for treatment. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 3(2), 140-149.

Abramowitz, J. S., Huppert, J. D., Cohen, A. B., Tolin, D. F., & Cahill, S. P. (2002). Religious obsessions and compulsions in a non-clinical sample: The penn inventory of scrupulosity (PIOS). *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 825-838.

Akbaş, B. Ç. (2020). Obsesif-Kompulsif bozuklukta erken dönem uyum bozucu şemalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 98-108.

Altın, M. (2009). *A cross-cultural investigation of obsessive-compulsive disorder symptomatology: The role of religiosity and religious affiliation*. (Yayımlanmış doktora tezi). Ankara: Middle East Technical University.

Angın, Y., & Kızılgeçit, M. (2020a). Obsesif kompulsif bozukluğun dini kavramlarla ilişkisi ve manevî/dini temelli tedavi yaklaşımları: Teorik bir bakış. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, 53, 331-351.

Angın, Y., & Kızılgeçit, M. (2020b). Obsesif kompulsif bozukluk tanılı hastalarda erken dönem uyumsuz şemalar ve kader algısı. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 73-105.

APA. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Ayten, A. (2012). *Manevi danışmanlık ve rehberlik: Teori ve uygulama alanları*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Basile, B., Tenore, K., Luppino, O. I., & Mancini, F. (2017). Schema therapy mode model applied to OCD. *Clinical Neuropsychiatry*, 14(6), 407-414.

Besiroglu, L., Karaca, S., & Keskin, I. (2014). Scrupulosity and obsessive compulsive disorder: The cognitive perspective in Islamic sources. *Journal of Religion and Health, 53*(1), 3-12.

Dehlin, J. P., Morrison, K. L., & Twohig, M. P. (2013). Acceptance and commitment therapy as a treatment for scrupulosity in obsessive compulsive disorder. *Behavior Modification, 37*(3), 409-430.

DSM-V. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th Ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Erdem, Z. (2018). *Panik bozukluğu hastalarında erken dönem uyum bozucu şemalar ve şema sürdürücü başa çıkma davranışlarının şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Eyüpoğlu, H. B. (2018). *Erken dönem yaşantılar, aleksitimi ve bedenselleştirme arasındaki ilişkiler: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Şehir Üniversitesi.

Gör, N., Yigit, İ., Kömürcü, B., & Senkal Erturk, İ. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Psikoloji Dergisi, 5*(10), 197-218.

Greenberg, D., & Huppert, J. D. (2010). Scrupulosity: A unique subtype of obsessive-compulsive disorder. *Current Psychiatry Reports, 12*(4), 282-289.

Gross, E., Stelzer, N., & Jacob, G. (2012). *Treating OCD with the schema mode model*. İçinde *The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy: Theory, Research, and Practice* (ss. 173-184). New Yor: John Wiley & Sons, Ltd.

Gürsu, O. (2022). *Manevi danışmanlar için kılavuz: Danışma ilke, beceri ve teknikleri*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Hayta, A. (2010). Nesne ilişkileri kuramı ve Tanrı tasavvuru üzerine eleştirel bir değerlendirme. *Değerler Eğitimi Merkezi, 8*(20), 39-79.

Huppert, J. D., Siev, J., & Kushner, E. S. (2007). When religion and obsessive-compulsive disorder collide: Treating scrupulosity in ultra-orthodox jews. *Journal of Clinical Psychology, 63*(10), 925-941.

Inozu, M., Clark, D. A., & Karanci, A. N. (2012). Scrupulosity in Islam: A comparison of highly religious turkish and canadian samples. *Behavior Therapy, 43*(1), 190-202.

Inozu, M., Kahya, Y., & Yorulmaz, O. (2020). Neuroticism and religiosity: The role of obsessive beliefs, thought-control strategies and guilt in scrupulosity and obsessive-compulsive symptoms among muslim undergraduates. *Journal of Religion and Health, 59*(3), 1144-1160.

Kapçı, E. G., & Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri, 13*, 127-136.

Karaaslan, S. (2018). Manevi bakım hizmetlerinde etik kurallar ve profesyonel standartlar (ABD, Kanada ve İngiltere örnekleri). [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 281-302). Ed. A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi.

Kavurkacı, E. Z. (2021). *Dini takıntı ve dindarlık ilişkisinde düşünceylem kaynaşması, suçluluk duygusu ve kaygının rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Koç, M. (2012). Manevî-[psikolojik] danışmanlık ile ilgili Batı'da yapılan bilimsel çalışmaların tarihi ve literatürü (1902-2010) üzerine bir araştırma-II. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 12(2), 239-276.

Memiş, M. (2012). *Dini içerikli obsesif kompulsif davranış bozuklukları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Mesleki Yeterlik Kurumu. (2019). Manevi danışman ulusal meslek standardı, seviye 6. <https://www.resmigazete.gov.tr>.

Miller, C. H., & Hedges, D. W. (2008). Scrupulosity disorder: An overview and introductory analysis. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(6), 1042-1058.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2018). *Şema terapi: Ayrırcı özellikler*. (çev. M. Şaşıoğlu). İstanbul: Psikonet Yayınları.

Rosmarin, D. H., Pirutinsky, S., & Siev, J. (2010). Recognition of scrupulosity and non-religious OCD by Orthodox and non-Orthodox Jews. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(8), 930-944.

Schema Therapy Accreditation. (2023, Mart 10). *Schema therapy training Australia*. <https://www.schematherapytraining.com>.

Shafran, R., Thordarson, D. S., & Rachman, S. (1996). Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(5), 379-391.

Thiel, N., Jacob, G. A., Tuschen-Caffier, B., Herbst, N., Külz, A. K., Hertenstein, E., Nissen, C., & Voderholzer, U. (2016). Schema therapy augmented exposure and response prevention in patients with obsessive-compulsive disorder: Feasibility and efficacy of a pilot study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 52, 59-67.

Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Kozak, M. J., & Foa, E. B. (2001). Fixity of belief, perceptual aberration, and magical ideation in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 15(6), 501-510.

Tunçel, T. (2019). *Evlü bireylerde erken dönem uyum bozucu şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri, şema sürdürücü başa çıkma davranışları ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.

Yağcı, H. Y. (2006). *Saplantılı dini davranışlar*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yakın, D. (2014). Bağımlı kişilik örüntüsü ve terapötik işbirliği: Şema odaklı bilişsel davranışçı terapi uygulaması. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(2), 1-13.

Young, J. E., & Klosko, J. S. (2018). *Hayatı yeniden keşfedin*. (çev. S. Kohen & D. Güler). İstanbul: Psikonet yayınları.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2013). *Şema terapi*. (çev. T. V. Soylu). İstanbul: Litera Yayıncılık.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 51-64
Issue: 7 • June 2023 • 51-64



Manevi Danışmanlık Açısından Asr Suresi'nin Psikolojik Analizi

Psychological Analysis of Surah Al-Asr
in Terms of Spiritual Counseling



M. Naci Kula

Doç. Dr.

Uludağ Üniversitesi

Eğitim Fakültesi

E-posta: nkula@yahoo.com

Orcid: 0000-0003-1763-9620

Bursa / Türkiye

Associate Professor

Uludağ University

Faculty of Education

E-mail: nkula@yahoo.com

Orcid: 0000-0003-1763-9620

Bursa / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1173879>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 12 Eylül 2022 • 12 September 2022
Kabul Tarihi • Accepted 09 Nisan 2023 • 09 April 2023

Ö z e t

Bu makale, Asr Suresi'nin bireyler için manevi önemini irdeleyerek surenin manevi danışmanlık açısından anlam ve önemini tartışmayı amaçlamaktadır. Yapılan bu çalışma, konu ile ilgili kaynaklardan yararlanılarak hazırlanan teorik bir çalışmadır. Allah, Asr Suresi'ne zamana yemin ederek başlamış, mutlak anlamda zaman içerisinde insanın zararda veya mutsuz olduğuna işaret etmiş ve hayatının kaliteli, huzurlu ve mutlu olması açısından insana manevi destek sağlayacak dört önemli hususa odaklanmıştır. Bu dört hususun ilki "iman etmek"tir; ikincisi imanın pratik boyutunu ihtiva eden "salih amel" (işlemektir); ve bu iki hususun pekişmesi ve sürdürebilmesine imkân sağlayan davranışlar olarak da "hakkı ve sabrı tavsiye etme" gelmektedir. Bu hususlar insanın hayatla kuracağı ilişki açısından da ayrı bir öneme sahiptir. İman, insanın sadece Allah'a inanması olarak yaşanan bir durum olmayıp aynı zamanda insanlar için kendisinden yüce ve kudretli bir varlığa inanmanın sağladığı bazı psiko-manevi destekleri de beraberinde getirmektedir. Bunların başında, insanın kendisine şah damarından daha yakın olan (Kur'an 50/10) bir yaratıcının varlığını hissederek kendinin bu hayatta yalnız olmadığını fark etmesi yer almaktadır. Ayrıca insan, kendisine yakın olan Allah'ın ona her zaman yardımcı olacağı inancıyla da kendini güvende hissedebilmektedir. Bu yönleri ile iman, insan hayatında temel bir manevi destek unsuru olarak görülebilir. Asr Suresi'nde zikredilen ikinci husus olan "salih amel" (işlemek) imanın dışı yansıyan ve insanın Allah ile olan ilişkisini güçlü ve sürdürülebilir kılan bir davranış biçimi olmakla birlikte bireyin kişilik ve karakter gelişimine olumlu yönde katkı sağlayan bir yapıya sahiptir. Surede geçen üçüncü husus olan "hakkı tavsiye etmek", sosyal bir varlık olan insanın yaşadığı olaylar karşısında doğru ve gerekli olanı gerçekleştirmesine yardımcı olmanın yanı sıra sağlıklı toplum oluşumuna katkı sağlamaktadır. Surede yer alan son husus olan "sabrı tavsiye etme" eylemi önceki hususların, bireyin hayatında gerçekleşmesi ve yaşanabilecek zorlukların aşılmasında etkili olabilecek manevi bir değer olarak görülebilir. Ayrıca sabrı tavsiye etme, olumlu davranışların kazanılmasında etkili olabilecek önemli bir manevi destek kaynağı olarak değerlendirilebilir.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Asr Suresi • Umut duygusu
Manevi destek • Zorluk ve sıkıntı

A b s t r a c t

This article aims to discuss the meaning and importance of “Surah Al-‘Asr” in terms of spiritual counseling, examining its spiritual significance for individuals. It is a theoretical study prepared by drawing on relevant academic sources. Allah begins the Surah by swearing by time, indicating that in an absolute sense, humans are at a loss or unhappy when they cannot manage their time properly. The Surah focuses on four important aspects that provide spiritual support to individuals for a high-quality, peaceful, and happy life. The first aspect is “having faith in God”, followed by “(performing) righteous deeds”, which encompasses the practical dimension of faith. The Surah also emphasizes the importance of “advising truth” and “patience” as behaviors that reinforce and sustain faith and righteous deeds. These aspects also hold separate significance in terms of the relationship individuals establish with life. Faith is not only about believing in Allah but also entails various psycho-spiritual support for individuals who believe in a higher and powerful being. One of the primary benefits is the realization of the existence of a creator who is closer to the individual than their jugular vein (Quran 50:10), leading to the awareness that they are not alone in this life. Moreover, believing in Allah's constant assistance provides individuals with a sense of security. Thus, faith can be seen as a fundamental element of spiritual support in human life. “(Performing) righteous deeds”, the second aspect mentioned in the Surah, is the outward expression of faith and strengthens the individual's connection with Allah, contributing positively to their personality and character development. The third aspect, “advising truth”, not only assists individuals in performing the right and necessary actions in the face of life's events but also contributes to the formation of a healthy society. The final aspect mentioned in the Surah, “advising patience/perseverance”, is a spiritual value that can effectively support the realization of the previous aspects in an individual's life and help overcome difficulties. Additionally, advising patience can be considered an important spiritual support for acquiring positive behaviors.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Surah Al-‘Asr • Sense of hope
Spiritual support • Difficulty and distress

Giriş

İnsan, zaman olgusunun içerisinde hayatını anlamlandırır ve birtakım eylemleri gerçekleştirerek kendi varlığının önemini kavrar. İnsan için bu derece önem taşıyan zamanın nasıl geçirildiği veya geçirileceği hususu da zamanın varlığı kadar önem taşımaktadır. Allah ise Asr Suresi'nde, insanın genel olarak zamanı yeterince iyi değerlendiremediğini belirtmiş ve kaliteli zaman geçirmek adına insanın nasıl davranışlar sergilemesi gerektiğini dört farklı davranış türü üzerinden ifade ederek bireye manevi destek sağlamıştır.

Allah, sureye asra, yani zamana, yemin ederek başlamıştır; zamanın insan için bir değer ve kıymeti olduğunu hatırlatmıştır; (Kandemir, 2021: 420) akabinde insanın zararda ve ziyanda olduğuna dikkat çekmiştir. İnsanın zaman ile ilişkisi açısından hüsranda olduğunun belirtilmesi üzerinde durulması ve düşünülmesi gereken bir husustur. Öncelikle bu durum, insanın zamanın akışına kendini kaptırması olarak düşünülebilir. Çünkü insan sosyal bir varlık olarak içinde bulunduğu grup ya da toplumun alışkanlıkları ve davranış kalıplarına uygun davranmaya meyillidir. Öte yandan, insanın sosyal uyumu ile de bağlantılı olan bu durum, çoğu zaman var olan davranış kalıpları içerisinde bazı kayıplara neden olabilmektedir. Örneğin; günümüzün haz ve hız çağı olma özelliği (Sayar, 2020: 218; Sayar, 2007: 30-31;81-82; Özburun, 2016: 13-14), insanın fiziki ve ruhsal açıdan bazı sorunlarla karşılaşması ile sonuçlanmaktadır. Bunların başında stresin insan yaşamının ayrılmaz bir parçası haline gelmesi yer almaktadır. Benzer şekilde, teknoloji ve zararlı madde bağımlılığı gibi diğer birçok unsur hız çağında daha yaygın hale gelen tipik zararlı insan davranışlarıdır.

İnsanın zaman açısından ziyanda olacağı bir diğer durum da, ahiret hayatı açısından bu dünyada başta Allah'a karşı görev ve sorumlulukları olmak üzere gerçekleştirmesi gereken davranışları yapmama veya hakkıyla yapamama gibi bazı davranışlar sergilemesidir. Nitekim, Bakara Suresi 27. ayette ; “Onlar ki, Allah'a vermiş oldukları sözü kesin bir ahit hâline getirdikten sonra bozarlar, olduğu ilişkileri keserler ve yeryüzünde bozgunculuk çıkarırlar. İşte onlar hüsrana uğrayanlardır” şeklinde bir ifade ile insanın zamanını nasıl geçirdiğine ilişkin dikkat çekici bir hatırlatma yapılmıştır. Aynı şekilde, Habil ve Kabil olayı üzerinden, Maide Suresi 3. ayette bir kardeşin, kendi ihtiraslarına kurban olarak diğerini öldürmesiyle hüsrana uğradığı anlatılarak insanın zaman karşısında ziyanda olduğu vurgulanmıştır.

Yukarıda belitilen bütün bu hususlar bir arada değerlendirildiğinde, insanın zamanını nasıl geçirmesi gerektiğinin cevabı aranan

önemli bir soru olduğu anlaşılmaktadır. Allah da Asr Suresi ile birlikte kulunun yaşamında önemli bir yer tutan bu sorunun cevabına değinmekte ve kuluna manevi destek vermektedir. Bu çalışmada, Asr Suresi'nin değindiği iman etme, salih amel işleme ve sabrı ve hakkı tavsiye etme olarak sıralanabilecek dört temel davranış biçimi Allah'ın kuluna sağladığı manevi destek bağlamında ele alınarak surenin insan psikolojisi ile bağlantılı bir analizi yapılmaya çalışılacaktır.

a. Konu ve Önem

İnsanoğlu hayatın içerisinde gerek kendi yaşadığı olaylar gerekse içinde bulunduğu çevrenin etkisiyle birtakım davranışlar sergileyen bir varlıktır. Kişinin hayatında gerçekleştirdiği davranışlar, öznel boyutta, daha çok kendi bakış açısı dâhilinde, ona makul ve meşru gelse de genel olarak bazı eksiklikleri ve yanlışları ile sıkıntı oluşturabilmektedir. İnsan hayatı, dini açıdan bakıldığında insanın sadece yeryüzünde geçirdiği zamandan ibaret değildir. Aksine, dünya yaşamı ahiret hayatını da kuşatmakta ve etkilemektedir. Bireyin doğumundan ölümüne kadar yaşadığı olaylar ve durumlar ise genelde insanın arzuladığı ve beklediği şekilde olmadığından insan, kul olarak belirli psikolojik dayanak kaynaklarına ihtiyaç duyabilmektedir. Buna uygun olarak, Asr Suresi'nde Allah, yarattığı varlığın özelliklerini bildiğini ifade etmektedir; bir yaratıcı olarak sureye zamana yemin ederek başlamış ve insanın zararda ve ziyanda olduğunu belirttikten hemen sonra bu durumdan kurtulabilmesinin belirli yöntemlerle mümkün olduğunu söylemiştir. Bunlar: iman etme, salih amel/hayra yönelik işler yapma ve hakkı/doğruyu ve sabrı tavsiyedir.

Surede zikredilen bu hususların, Allah tarafından kuluna manevi bir destek ve yardım olarak verilen bilgiler olması ve yapıldığında da manevi açıdan insanın hayatını güzelleştirecek ve yaşayacağı zorlukları aşmasına yardımcı olabilecek nitelikte olması, konunun manevi danışmanlık açısından önemini ortaya koymaktadır. Çünkü manevi danışmanlık, bireyin yaşamını kaliteli hale getirmesine, yaşadığı zorlukları ve sıkıntıları aşmasına katkı sağlamasının yanı sıra bireye manevi referanslar gösteren ve bunları kullanma becerisini kazandıran bir niteliğe sahiptir (bkz. Ayten 2015:123-124). Bu nedenle de Asr Suresi'nin manevi danışmanlık açısında ele alınması gereken bir sure olduğu söylenebilir.

b. Yöntem

Bu çalışma deneyimin, eylemin ve olayların nasıl anlamlandırıldığına odaklanan nitel bir çalışmadır. Asr Suresi nitel bir çalışma yöntemi olan tematik analiz yöntemi ile incelenmiştir. Asr Suresi manevi danışmanlık açısından ele alınırken konu ile ilgili başta Muhammed Hamdi

Yazır'ın "Hak Dini Kur'an Dili" Mevdudi'nin "Tefhim'ül Kur'an ve Mehmet Okuyan'ın "Kısa Surelerin Tefsiri" gibi bazı tefsirler ve diğer alanlarda yapılan çalışmaların yanı sıra manevi danışmanlıkla ilgili alan yazın dikkate alınmıştır.

c. Asr Suresi ve Bağlamsal Önemi

Asr Suresi, Mekke'de indirilmiştir; üç ayetten ibarettir; Kur'an-ı Kerim'de nüzul sırasına göre 13 ve tertib üzere 103. sıradadır; adını ilk ayetteki "asır/yüzyıl, ikinci vakti" anlamına gelen "el'asr" kelimesinden almıştır (Yazır, tarihsiz: 421; Okuyan, 2015: 601; Şener, Sofuoğlu & Yıldırım, 2016: 601).

Kur'an-ı Kerim'in 103. suresi olan Asr Suresi'nde Allah, asra yemin ederek insanın hayatını geçirdiği zaman ile ilgili zararda ve ziyanda olduğu uyarısıyla insanın zaman algısını değiştirecek manevi destek unsurlarına dikkat çekmektedir. Zaman, sadece içinde bulunulan anda geçirilen ve birtakım eylemlerin yapıldığı bir olgu olmayıp verimli ve iyi işlerle değerlendirilmesi gereken bir süreçtir. Allah, bu surede zamanı zıyan edip boşa harcamamak adına insana dikkat etmesi gereken dört hususun olduğunu söyleyerek manevi destek sunmuştur. Bu hususlar iman etme, salih amel işleme ve hakkı ve sabrı tavsiye etmek olarak sıralanmıştır. Dolayısıyla Asr Suresi, insanın doğumundan ölümüne kadar hayatını sürdüreceği zaman diliminde kaliteli ve verimli zaman geçirmesini sağlayacak manevi unsurlarla ilgili olarak ona rehberlik niteliğinde bilgileri taşıdığı için özel bir öneme sahiptir.

d. Manevi Danışmanlık Açısından Asr Suresi

İnsanın manevi yönünü geliştirmesine önem atfeden İslam dininin kutsal kitabı Kur'an-ı Kerim, insanın hem Allah'la hem de diğer insanlarla, tabiat ve evrenle olan ilişkisini düzenlemekte ve bunlara bağlı görev ve sorumluluklarını açıklamaktadır. Dolayısıyla, Kur'an, insanın Allah'ın emanetini koruma ve geliştirip yönetme görevini (Kur'an, 2/31) yerine getirmesine imkân sağlayan bilgileri de kapsayan bir kitaptır. Kur'an-ı Kerim'de yer alan Asr Suresi, tam da buna uygun olarak bireyin hayatında zaman yönetimi konusunda nasıl davranması gerektiğini aktarmakta ve Müslüman bireylere manevi destek sağlamaktadır.

d.a. Zaman Algısının Kaliteli Zamanı Oluşturmadaki Rolü

İnsanın varlığı zaman kavramından bağımsız düşünülemez. Hali hazırda insan, yaptığı eylemleri zamanla ilişkilendirerek değerlendirir. Yine insan, geçmişte yaptığı davranışları ile bağlantılı olarak pişmanlık, utanç, gelecek için endişe ve kaygı gibi bazı duygular yaşamaktadır. "An"

dediğimiz içinde bulunulan vaktin kıymeti ise çoğu zaman anlaşılama-
maktadır. Zira Asr Suresi, zamanın geçmiş, gelecek ve “an” boyutuna
işaret ederek insana vaktini bir bütün halinde nasıl değerlendireceğini
öğretici niteliğe sahiptir. Zaten “asr” kelimesi kendi başına “yüzyıl ve
ikinci vakti” anlamına gelmektedir (Yazır, trhsiz, c.9: 421-422).

Allah, Asr Suresi’ne “asra yemin olsun ki...” diyerek başlamakta-
dır. Bu hitap şekli, yani Allah’ın bir şeye yemin etmesi, tefsirlerde de be-
lirtildiği üzere, o şeyin önemini ve insan için değerini ortaya koymaktadır
(Mevdudi, 1991: 224-225; Yazır, tarihsiz: 421-427). Allah, sureye surenin
kelime anlamına uygun olarak asra yani yüzyıl gibi uzun ve fakat ikinci
vakti gibi kısa sayılabilecek zamana yemin ederek başladığından zamanın
insan açısından ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Bu da insa-
nın zamanı nasıl değerlendirilmesi gerektiğine de vurgu yapan bir algıyı
beraberinde getirmektedir. Zira özellikle çocukluk ve gençlik dönemle-
rinde birey için zaman, çok uzun sureli bir vakit olarak algılanırken za-
manın değerlendirilmesinde farkındalık düzeyi arzulanan noktaya ulaş-
mamaktadır. Çünkü insan, çocukluk ve gençlik döneminin gelişim özel-
likleri nedeniyle hayata dair öğrenilmesi gereken hususların fazla oluşun-
dan kimliğini keşfetme ve zamanını iyi değerlendirmede bazı zorluklarla
karşılaşabilmektedir (bkz. Ataç, 1991: 171-175, 309-315). Ayrıca, sosyal
hayatta yaşanan değişim, zamanla ilgili algı ve onun geçirilmesindeki tu-
tum ve davranışları da şekillendirmektedir (bkz. Özer, 2005: 305-306).
Öte yandan, günümüzde, bilgiye erişebilirlik ve ulaşılabilirlik geçmişe
göre daha hızlı ve çok yoğunudur. İnternetin yaygınlaşması ve cep tele-
fonlarının günlük yaşamın bir parçası haline gelmesi, bilgiye ulaşma ve
çok çeşitli bilgi ile karşılaşmayı sağladığından hayatı kolaylaştırdığı kadar
bazı sorunları da beraberinde getirmektedir. Özellikle, doğru ve sağlıklı
bilgiye ulaşmak oldukça güç hale gelmiştir (Çoştu, 2019: 58; Koca,
Tunca, 2020: 79; Güler, Bayzan & Güneş, 2016: 1-2).

İçinde bulunduğumuz dönemin bu tür özellikleri, bireyin davra-
nışlarını şekillendirmekte, bilgi ile ilişkisini yönetmekte ve doğru bilginin
günümüzde önemli bir güç haline gelmesine neden olmaktadır. Bu da
insanın toplumdaki statüsüne etki etmektedir. Bilgiyi kullanma becerisi,
kendi başına insanı diğer varlıklardan ayırt eden bir özellikken bireyin
kendini, içinde bulunduğu tabiatı ve yaşadığı olayları tanıması ve eylem-
lerini şekillendirmesi ile de ilişkilidir. Bütün bunlar ise zaman kavramının
doğru yönetiminden bağımsız değildir (Kayadibi, 2020: 11-12; Kande-
mir, 2021: 417-418)

**d.b. ‘İman Etme’ İlkesinin Kaliteli Zaman Geçirme ve Bi-
reyde Güven Duygusu Oluşturmaya Destek Olması**

Asr Suresi'nde insanoğlunun zaman karşısında zararda olduğu belirtilmekte ve en başta iman etme ile birlikte bu zararı önleyebilecek dört farklı manevi destek unsurundan bahsedilmektedir.

İnsan, bilgisizlik, ihmalkârlık ve dikkatsizlik gibi nedenlerden ötürü zaman yönetimi açısından yetersiz kalmaktadır. İnsan yaşamında değişen ve gelişen şartlar, yoğun ve yorucu hayat koşulları, teknolojik gelişmelerin bağımlılık gibi beraberinde getirdiği bazı sonuçlar zaman yönetiminde aksaklıklara sebep olmaktadır. Örneğin; "Hane Halkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım" araştırmasına göre, 2021 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde internet kullanım oranı %82,6 iken bu oranın bir önceki yıl %79,0 olduğu tespit edilmiştir (TUIK, 2021). Ek olarak, 2020 yılında Türkiye'de ortalama, kişi başına, günlük 4 saat 33 dakika gibi bir televizyon izleme oranı düşmektedir (aa.com.tr, 2021). Rakamların ifade ettiği üzere, günümüzde teknoloji bağımlılığı ve dijital teknolojinin kullanım süresindeki artış ile birlikte zaman yönetimi konusu bireylerin sorun yaşadığı ve yaşayacağı önemli bir sorun haline gelmektedir.

Asr Suresi'nde ise insana zamanını iyi değerlendirmesi için bir takım öğütler verilmiştir. Yukarıda da belirtildiği üzere iman eden kişiler bu öğütlerin başıca muhataplarıdır. Çünkü iman, insanın hür iradesi ile yaratıcı olarak kabul ettiği Allah'a bağlanması ve hayatını sürdürürken de O'nunla olan ilişkisi çerçevesinde davranmasını gerektiren bir eylemdir. Birey, doğru bir iman bilinci sayesinde Allah'a karşı görev ve sorumlulukları olduğunu farkındadır; Allah'ın kendisini yaratarak ona hayat hakkı verdiğini ve dolayısıyla da bu hayatı sürdürmede ona sunulan en önemli öğelerden olan zamanını iyi değerlendirmesi gerektiğini fark edebilir. Ayrıca iman, bireyin hayatta yalnız olmadığını ve kendisine şahdamarından daha yakın olan Allah'ın (Kur'an, 50/16) varlığını idrak etmesi ile kendini güvende hissetmesini sağlar. İmanın kelime anlamında da var olan "güven" (Mehmedoğlu, 2013: 52-53) Erikson'un (1987: 222-223) da belirttiği gibi insan hayatında kazanılması gereken en temel duygudur. Güven duygusu ile birey, yaşadığı zorluklar karşısında Allah'ın kendisine yardım edeceği inancıyla hayata ilişkin olumlu, umutlu ve güçlü bir baş etme yöntemi geliştirerek ona bahşedilen zamanı verimli bir şekilde kullanabilir. Kısacası iman, bireyde güven duygusu sağlamanın yanında sorumluluk bilinci ile kaliteli bir zaman geçirme imkânı da sağlayabilir. Çünkü iman, bireyin Allah'ın varlığını şah damarından daha da yakın hissetmesine vesile olacağından, yapacağı davranışları rastgele ya da keyfi bir şekilde yapmak veya zamanını boş şeylerle geçirmek yerine sorumluluk bilinci ile hareket etmesine yardımcı olur. Zaten sorumluluk, bir insanın içinde bulunduğu şartlar çerçevesinde üzerine aldığı maddi

ve manevi her türlü yükümlülüğü ifade eder. İnsanın sorumlulukları sadece toplumsal denetim mekanizmaları veya vicdanı ile ilişkili değildir; insan ayrıca Allah'a, kendinden aşkın bir varlığa, imanın getirdiği sorumluluklara sahiptir; insanın dini sorumlulukları ise bu ilk iki sorumluluğu tamamlayıcı bir özelliğe sahiptir (Nazıroğlu, Gün, Kılıç, Kaya, 2016: 199-200).

d.c. 'Salih-Amel İşleme/Yararlı İş Yapma' İlkesinin Kaliteli Zaman Geçirme, Güzel Davranışlar Sergileme ve Sosyalleşmeye Destek Olması

Asr Suresi'nde insanın zamanını verimli ve faydalı geçirmesine katkı sağlayacak ikinci husus salih amel/iyi ve yararlı işler yapmak şeklinde ifade edilmiştir. Bu husus, imanın dışa yansımaları ve temel gereği olan davranışlar bütünüdür. İman, bireyin Allah'a olan güven ve umudunu sayesinde güzel şeyler yapabilme becerisine katkı sağlamaktadır ki bu da ancak iyi, güzel ve yararlı işlerle ortaya konabilmektedir. Dolayısıyla imanın bir sonucu olarak işlenen salih amel/iyi, güzel ve yararlı işler yapmak, bireyin zamanını verimli değerlendirmesine imkân sağlamaktadır. Surede iman etmekten sonra salih amelin yer alması, bu ikisinin birbirini tamamlayan unsurlar olduğunu göstermektedir; ayrıca, salih amel işlemek, imanlı bireyin kendi sorumluluk ve kararlarını alabileceğinin bir göstergesidir. Zira salih amel, sıradan bir davranış biçimi değil, bir amaç taşıyan yönü ile öne çıkmaktadır. Bunu sağlamada da iman son derece önem arz eder. Allah'a iman ile kişinin temel amacı, O'nun rızasını kazanacak davranışlar sergilemektir. Özetle, birey yapacağı iyi, güzel ve yararlı işi Allah'ın rızasına uygun bir niyetle gerçekleştirecek şekilde yapar. Sonuç olarak da bireyin gerçekleştirdiği iyi niyetli ameller onun zamanını iyi değerlendirmesine imkân sağlarken bireyin ahirette ziyandan kurtulmasına vesile olmaktadır (Okuyan, 2022: 1527).

Salih amelin imanın ayrılmaz parçası ve yansımaları oluşu, sosyal öğrenmede birey için önemli bir yer tutmaktadır. Sosyal öğrenme, özellikle çocuk ve gençlerin etkileneceği etkili öğrenme biçimidir. Çocukluk döneminin davranış kazanımında taklit, gençlik döneminde de özdeşim örnekleri vasıtasıyla sosyal öğrenme süreci gerçekleşir (Ataç, 1991: 309-310). Çevresinde model aldığı aile bireyleri veya yetişkin kişilerin davranışları çocuk için zamanla daha da önem kazanır. Bireyin topluma katılması, yararlı ve üretken bir yurttaş olması, toplumun geçerli olan normlarını benimsemesi gibi özellikleri taşıyan sosyalleşme (Cevizci, 2010: 464) de sosyal öğrenmenin bir parçasıdır. Sosyalleşme ve topluma uyum sağlamada etkili olabilecek sosyal öğrenme sürecinde, özellikle çocuk ve

gencin etrafında bulunanların salih amel/iyi, güzel ve yararlı işleri gerçekleştirmesi çok önemlidir. Çünkü salih amel/iyi ve yararlı işler yapmak, bireyin becerilerini keşfetmesine, daha önce yaptığı davranışlarla ilişki kurarak yeni, iyi ve güzel davranışlar yapmasına imkân sağlayabilir.

d.d. ‘Hakkı Tavsiye Etme’ İlkesinin Verimli Zaman Geçirme, Sağlıklı Sosyal İlişkiler Kurma ve Sosyal Sorumluluk Bilinciyle Davranmaya Destek Olması

Sosyal bir varlık olan insan, diğer insanlar ve canlılarla etkileşim içerisinde. Toplumsal hayatta inanan insanların birbirlerini hakka yani doğru olana yönlendirmesi ve buna dair birbirlerine tavsiye ve telkinlerde bulunmaları olağandır. Bu ise insanların sağlıklı ilişkiler kurarak sağlam bir toplumun temellerini inşa etmelerine de etki etmektedir. Bireylerin birlikte geçirdikleri zamanın niteliği, sağlam toplum temellerinin atılmasında belirleyicidir. Asr Suresi’nde Allah, insanoglunun zarardan kurtulması için ona sosyal yönden de katkı sağlayacak şekilde “hakkı birbirlerine tavsiye etme...”[si] yönünde telkinde bulunmaktadır; “hakk” kavramı ise “batıl”ın zıttıdır ve Allah tarafından insanlara yapmasını emrettiği bütün değerlerin ortak adıdır (Okuyan, 2015: 449).

Hakkı, doğru olanı, tavsiye etmek bireylerin birbirlerine karşı sosyal sorumluluk bilinciyle davranmalarını sağlar. Herkesin birbirini gözettiği, haklarını koruduğu, birbirine doğru ve geçerli olan kuralları hatırlattığı ve bunları uyguladığı bir sorumluluk bilinci ile güvenilir bir toplumun oluşumu mümkündür. Bir başka ifadeyle, hakkı tavsiye etmek, insanları doğru olana yönlendirmektedir ve insanların toplumda barışı ve güveni sağlayıcı kuralları uygulamalarına sebep olacağı için emniyetli bir toplumun oluşmasına da olanak sağlayabilir. Hakkı tavsiye etme ilkesi, aynı zamanda bireyin imanının gereği olarak onu salih amele/iyi ve yararlı işlere sevkedecek yönde motive eder. Bu nedenle hakkı tavsiye etmek, sadece dini açıdan doğru ve gerçeği hatırlatmak olmayıp bireylerin güven ortamına sahip, dürüstlük, samimiyet gibi değerleri benimsemiş bir toplum içerisinde yaşayabilmeleri ile de bağlantılıdır. Böylesi toplum da ancak sağlıklı bir dini hayatın varlığı ile mümkündür. Surede bahsedilen bu ilkelerle oluşan böyle bir toplum içinde bulunan bireyler de zamanlarını iyi değerlendirebilecek bir bilince daha kolay sahip olabilirler.

d.e. ‘Sabrı Tavsiye Etme’ İlkesinin Problem Çözme Becerisi Kazandırmaya Destek Olması

Asr Suresi’nin son kısmında Allah, hakkı tavsiye ile birlikte sabrı

tavsiyeyi de öğütlemektedir. Çünkü sabır, insanın şikâyet etmeden içtenlikle her türlü zorluğa dayanmasını, direnmesini ve onunla başa çıkmak için mücadele etmesini gerektiren aktif psikolojik bir süreçtir (Özer, 2020: 178). Bir başka ifadeyle sabır, bir zorluk, sıkıntı veya sorun karşısında bireyin öfke ve isyan duygusuna kapılmadan, şikâyet ve serzenişte bulunmadan içinde bulunduğu durumu sakin ve soğukkanlı bir şekilde karşılamasıdır. Kısacası, bireyin güçlü ve dirençli olması, olayların sonunu beklemesi, telaş ve aceleye kapılmamasıdır (Hökelekli, 2000: 117). Dolayısıyla sabır, bireyin manevi zenginliğini artıran değerlerden birisi olup sabır sayesinde insan, öfkesini daha kolay kontrol edebilir; fevri davranışlardan sakınabilir ve imkânı nispetince yanlışları hoş görebilir (Nazıroğlu, Gün, Kılıç & Kaya, 2016: 245-246). Sabrın bu özellikleri dikkate alındığında, Asr Suresi'nde bireylere hakkı tavsiye etmenin akabinde sabrı tavsiye etmenin öğütlenmesi, bireyin hayatının her aşamasında kendisini olumsuz yönde etkileyebilecek iç ve dış engellerle mücadele etme gücünü kazanmasına katkı sağlayabilecek bir özelliğe sahiptir.

Sabır, bir manevi destek unsuru olarak bireyin öz benliğinin kontrolünü sağlamasına, zorluklara göğüs gererek acıyı, afeti yumuşaklık ve sükunetle karşılamasına, zorlayıcı ya da beklenmedik durumlarda ruhsal çöküntü ve gerilemeye düşmeden sükunet, iyimserlik, hoşgörülü ve ümitle davranarak çözüm arayışına ulaşmasına yardım edebilir. Zira sabrı Hz. Muhammed'in yaşanan zorluk ve sıkıntı anında, o esnada gerçekleştirilmesi gereken tutum ve davranış olarak ifade etmesi (Buhari, Cenaiz 34), sabrın bu yönlerinin dini bir delili niteliğindedir. Sabır, yaşanan olayın zorluk ve sıkıntılı anında sergilenirse işlevsel olabilir. Bunun gerçekleşmesindeki ön aşama olarak Asr Suresi'nde bilişsel ve davranışsal açıdan sabrı harekete geçirecek şekilde hakkı da tavsiye etmenin öğütlenmesi, sabrın işlevselliğini artıracak ve güçlendirecek bir durumdur. Zaten sabır, olay anında gösterildiğinde fonksiyonellik kazanır, öncesinde de kendisini hazırlayacak bireysel dinamiklere ihtiyaç duyar. Surede de belirtildiği gibi hak ile birlikte sabrın tavsiye edilmesi, insanın hayatında gerek zamanını kaliteli geçirmesine gerekse yaşadıkları karşısında olumsuzlukları aşarak kendisi için huzurlu bir ortam oluşturmaya katkı sağlar.

Asr Suresi'nde manevi destek unsuru olabilecek sabır konusu, bireyin problem çözme becerisini geliştirip probleme dayalı veya problem temelli öğrenmesine de katkı sağlayabileceği için ayrı bir değere sahiptir. Problem temelli öğrenmede, bireyin problemi tanıması, kavraması, problemle ilgili bilgileri toplaması, sorunun kaynağına inme ve çözüm yollarını bulma ile sorunu çözme çabası (Kılınc, 2007: 566), sabrı gerek-

tiren bir durumdur. Problem temelli öğrenme, hayat boyu öğrenme sürecinde örgün eğitimde de öğretmen tarafından yapılacak uygulamalarla bireyin öğrenmeyi öğrenme becerisini geliştirmede de etkili olabilecek bir öğrenme çeşitidir (Kılınç, 2007: 563).

Özetle, surede belirtilen ilkelerin sıralaması, insanın hem zaman algısına olumlu yönde etki etmekte hem de problem çözme becerisini geliştirecek olan verimli öğrenmeyi de sağlamaktadır. Topalarmak gerekirse, iman, aşkın bir varlığa inancı gerektirdiğinden bireyin hayatına katacağı manevi değerler sayesinde kişinin kaliteli ve sorumluluk bilinciyle davranmasını sağlar. Bu da bireyin her anını daha iyi değerlendirmesine ve aktif öğrenmesine katkıda bulunur. Salih amel/iyi ve yararlı işler yapmak, imanın pratik boyutunu ortaya koyan ve öğrenilen hususların hayata geçirilmesi ile de bağlantılı bir ilke olarak değerlendirilebilir. Hakkı tavsiye etmek, sosyal bir varlık olan insanın toplum içinde imanını düzgünce yaşamasına ve iyi işler gerçekleştirmesine vesile olabilir. Sabrı tavsiye etmek de bütün bu ilkelerin gerçekleştirilmesinde yaşanabilecek zorluk ve engellere karşı direnç gösterip onları aşmada kişinin gücünü toplarlamasına destek olacak özelliğe sahiptir.

Dolayısıyla, zikredilen diğer ilkelerin dinamik boyutunu ve sürdürülebilirliğini sabrı tavsiye etme ilkesi oluşturabilir. Bu nedenle, Asr Suresi'nde yer alan dört ilke, hem birbiriyle ilişkilidir hem de var olan özellikleri ile insanın zamanını kaliteli geçirmesine yardımcı olurken aktif problem çözme becerisine de katkı sağlar.

S o n u ç

Kur'an-ı Kerim'in 103. suresi olan Asr Suresi, insanoğlunun hayatını değerlendirmesi ve kaliteli zaman geçirmesi açısından yaşamı boyunca öğrenmesi ve uygulaması gereken dört temel ilkeye dikkat çeker. Bu ilkeler, Allah'ın inanan birey için öğrensini diye öğütlediği hususlar olup onun hayatını etkileyecek niteliklere sahiptir. İlk sırada yer alan iman etmek, sadece dini bir emir değildir; insanın aşkın bir varlık olan Allah ile ilişkisi çerçevesinde güvenli birey ve toplumun oluşumunda etkili bir davranıştır. İman sayesinde insan, Allah'ın kendisine şah damarından daha yakın olduğu inancıyla başta yaratıcısına ve diğer varlıklara karşı sorumluluk bilinciyle davranmaya özen gösterir ve zamanı iyi değerlendirerek her yaşta ve her ortamda aktif ve verimli öğrenmenin önemini kavrar. İkinci sırada salih amel/iyi ve yararlı işler yapmak gelmektedir. Birey yaptığı yararlı eylemler sayesinde iman gereği gibi davranır ve bu da öğrenilen şeylerin güzel eylemlerle hayata geçirilmesi anlamına geldiği için güvenli bir toplum yapısının oluşumuna katkı sağlar. Sosyal

bir varlık olarak insan, topluma katılırken ve toplumla uyumlanırken surede yer alan üçüncü ilke olan hakkı tavsiye ilkesini de yerine getirecektir. Aynı zamanda tüm bu süreçler içerisinde surede yer alan bir diğer ilke olan sabrı tavsiye sayesinde karşılaşılabileceği zorluklara göğüs gerebilecek ve öğrendiklerini kendi hayatında da uygulayarak kaliteli bir hayat ve zaman geçirmeyi başaracaktır. Dolayısıyla, bu dört ilkeyi dikkate alan inanan birey, içinde bulunduğu zamanda zarara uğrayan insan grubunda değil de zamanını iyi yönetebilen ve kaliteli bir yaşam süren insan topluluğunda yer alacaktır.

Kaynaklar

Ataç, F. (1991). *İnsan yaşamında psikolojik gelişim*. İstanbul: Beta Yayınları.

Ayten, A. (2015). *Din ve sağlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.

Bülteni, T. H. (2022). Hanehalkı bilişim teknolojileri (bt) kullanım araştırması, 2021. <https://data.tuik.gov.tr>.

Cevizci, A. (2010). *Eğitim sözlüğü*. İstanbul: Say Yayınları.

Çoştur, F. (2019). Modernite ve zaman algısı. [içinde] *Uluslararası Ekonomik, Toplum ve Kültür Sempozyumu* (s. 52-61). Ed. Nazan Kahraman (Aralık 2019). Ankara: Kibatek.

Erikson, E. (1987). *Childhood and society*. London: Paladın Grafton Books.

Güler, N., Bayzan Ş. & Güneş H. (2016). İnternette çocuklara yönelik riskler ve ailelerin bilinçlendirme faaliyetlerindeki rolü. *10. Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Sempozyumu* (s. 1-11). Rize.

Hökelekli, H. (2000). *Psikoloji, din ve eğitim yönüyle insani değerler*. İstanbul: Dem Yayınları.

Kandemir, F. (2021). Kur'an ve sünnet bağlamında zaman yönetimi, *Marifatname*, 8(2), 413-429.

Kayadibi, F. (2020). *Zamanı değerlendirme açısından hayat boyu öğrenme*. İstanbul: Cinius.

Kılınç, A. (2007). Probleme dayalı öğrenme. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(2), 561-578.

Koca, B. E. & Tunca M. Z. (2020). İnternet ve sosyal medya bağımlılığının öğrenciler üzerindeki etkilerine dair bir araştırma. *Alanya Akademik Bakış Dergisi*, 4 (1), 77-103.

Mehmedoğlu, U. A. (2013). *İnanç psikolojisine giriş*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Mevdudi, E. A. (1991). *Tefhim'ul Kur'an*. (çev. M. H. Kayani, A. Ünal, N. Şişman, H. Aktaş, Y. Karaca & İ. Bosnalı). İstanbul: İnsan

Yayınları.

Nazıroğlu, B., Gün, A., Kılıç, A. & Kaya, F., (2016). Sabır. [içinde] *Teoriden Pratiğe Değerler Eđđitimi* (ss. 245-246). Ed. M. Köylü. Ankara: Nobel Akademi Yayınları.

Okuyan, M. (2022). *Kur'an, meal-tefsir*. İstanbul: Haliç Üniversitesi Vakfı Yayınları.

Özburun, N.(2016). *Haız ve hıız çağında insan ilişkileri*. İstanbul: Hayat Yayınları.

Özer, B. (2020). Sabır. [içinde] *Etik ve insani değerler* (ss. 177-190). Ed. C. Yaşaroğlu & H. F. Ergül. Ankara: Nobel Akademi Yayınları.

Özer, S. (2005). İslam düşüncesinde kutsal (zaman) kavramı: Ritüeller/kutlamalar örneği. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 18(3), 305-322.

Sayar, K. (2020). *Rubun derin yaraları*. İstanbul: Kapı Yayınları.

Sayar, K.(2007). *Yavaşıla*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Şener, A., Sofuoğlu, C. & Yıldırım, M. (2020). *Yüce Kur'an açıklamalı - yorumlu meali*. İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları.

Yazır, H. (tarihsiz). *Hak dini Kur'an dili-9*. İstanbul: Azim Yayıncılık.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 65-100
Issue: 7 • June 2023 • 65-100



Çevresel ve Manevi Faktörler Bağlamında Hastanelerdeki Manevi Destek Hizmetinin Psiko- Sosyal Uyuma Etkisi

The Effect of Spiritual Support Service in Hospitals on
Psycho-Social Adjustment in the Context of Environmental
and Spiritual Factors

Mükerrem Saliha Kars

Yüksek Lisans Öğrencisi
Bursa Uludağ Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: saliha.kars@gmail.com
Orcid: 0000-0002-0538-1178
Bursa / Türkiye

M. Naci Kula

Doç. Dr.
Bursa Uludağ Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
E-posta: nkula@yahoo.com
Orcid: 0000-0003-1763-9620
Bursa / Türkiye

MA Student

Bursa Uludağ University
Institute of Social Sciences
E-mail: saliha.kars@gmail.com
Orcid: 0000-0002-0538-1178
Bursa / Turkey

Associate Professor

Bursa Uludağ University
Faculty of Education
E-mail: nkula@yahoo.com
Orcid: 0000-0003-1763-9620
Bursa / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1254178>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 21 Şubat 2023 • 21 February 2023
Kabul Tarihi • Accepted 05 Haziran 2023 • 05 June 2023

Ö z e t

Maneviyat, kişilerin sıkıntılı süreçlerinde başvurabilecekleri önemli kaynaklardır. Yakın geçmişe kadar sağlık alanında önemi ihmal edilen dine/maneviyata olan ilgi günden güne artmaya başlamıştır. Hastalara dolaylı da olsa sosyal açıdan destek sağlayan hizmet alanlarından biri de manevi destek hizmetidir. 1900'lü yılların sonlarında din/maneviyat, sağlık hizmetlerinde önemi yadsınamayacak bir alan olarak kabul görmeye başlamıştır. Yapılan araştırmalar, dinin/maneviyatın fiziksel, ruhsal sağlık ve iyi oluş üzerindeki etkisini ortaya koymaya devam etmektedir. Manevi destek hizmeti, Batı'da yüz yıllık bir geçmişe sahip olan, hastalıkla mücadele edilirken dini/manevi kaynaklardan destek alınması noktasında kişilere rehberlik etmek amacıyla yapılan bir alandır. Ülkemizde yeni uygulanmaya başlanan bir hizmet sahası olarak manevi destek, hastalık süreçlerinde yaşanan çeşitli problemlerin aşılmasında dini/manevi kaynakların rehberliğinde hastalara danışmanlık ve rehberlik hizmeti sunmayı amaçlamaktadır. Yaşanan ciddi hastalıklar, psiko-sosyal-manevi pek çok problemi beraberinde getirmektedir. Hastalık sürecinin meydana getirdiği kriz durumunda hastalar, çevresel ve varoluşsal açıdan çeşitli sorunlarla yüz yüze gelebilmektedirler. Bu süreçte hastaların çevresel sıkıntılarının giderilmesi, sosyal destek sağlanması, varoluşsal sorgulamalarının çözümlenebilmesi adına alternatif bakım hizmetlerine duyulan ilginin arttığı gözlemlenmektedir. Hastaların durumunu kabullenme sürecine etki eden kişisel, çevresel, hastalık kaynaklı, dini/manevi temelli pek çok etmen vardır. Bu çalışmada, hastaların psiko-sosyal uyumlarında etkili olduğu düşünülen çevresel ve dini/manevi etkenler incelenmiştir. Hastaların uyum süreçlerini etkileyebilen bu faktörlerin olumsuz tesirlerinin azaltılmasında manevi destek hizmetinin nasıl bir rol üstlendiği manevi destek personellerinin görüşleri doğrultusunda belirlenmeye çalışılmıştır. Nitel araştırma yönteminin kullanıldığı bu araştırmada nitel araştırma desenlerinden durum çalışması deseni tercih edilmiş ve yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Çalışmada İstanbul, Bursa, Ankara, Eskişehir, Adana, Antalya şehirlerinden 24 manevi destek personeliyle görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Çalışma, iki ana bölümden oluşmakta olup ilk bölümde teorik çerçeveye, ikinci bölümde mülakat sonuçlarından elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Teorik çerçevenin yer aldığı birinci kısımda din ve maneviyat kavramları tanımlanmış, manevi destek hizmetine dair genel bilgilendirme yapılmış, psiko-sosyal uyum kavramı açıklanmıştır. İkinci kısımda katılımcılarla gerçekleştiren mülakatlar sonucunda elde edilen bulgular aktarılmıştır. Sonuç kısmında elde edilen bulgular özetlenmiştir.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Din • Maneviyat
Manevi destek • Psiko-sosyal uyum

A b s t r a c t

Spirituality serves as an important resource for individuals during challenging periods. The interest in religion/spirituality, previously overlooked in the healthcare domain, has been progressively increasing. Religion/spirituality began to be acknowledged as an undeniable aspect of healthcare services in the late 1900s. Ongoing research continues to uncover the impact of religion/spirituality on physical, mental health, and well-being. Spiritual counseling service is a field that has a century-long history in the West, aiming to guide individuals in seeking support from religious/spiritual sources while battling illness. In Turkey, spiritual support has recently emerged as a new service area, aiming to provide counseling and guidance to patients based on religious/spiritual resources, with the intention of overcoming various challenges experienced during the course of illness. Serious illnesses often bring forth numerous psycho-social-spiritual issues. Patients, amidst the crisis brought about by the disease, can face various environmental and existential dilemmas. During this process, there has been an observed increase in interest towards alternative care services, aimed at addressing patients' environmental difficulties, providing social support, and resolving existential inquiries. Various factors, including personal, environmental, disease-related, and religious/spiritual elements, influence patients' acceptance of their condition. This study examines the environmental and religious/spiritual factors believed to have an impact on patients' psycho-social adjustment. Drawing on the perspectives of spiritual support personnel, the study aims to identify the role of spiritual counseling service in mitigating the adverse effects of these factors on patients' adaptation processes. The study employs a qualitative research method, specifically the case study design, and utilizes semi-structured interviews. The interviews were conducted with 24 spiritual support personnel from Istanbul, Bursa, Ankara, Eskisehir, Adana, and Antalya. The study consists of two main sections: the first section provides a theoretical framework, while the second section presents the findings derived from the interview results. The theoretical framework section defines the concepts of religion and spirituality, provides general information about spiritual support services, and explains the concept of psycho-social adjustment. The second section conveys the findings obtained from the interviews with the participants. The conclusion summarizes the obtained findings.

K e y w o r d s

Spiritual counselling and care • Religion • Spirituality
Spiritual support • Psycho-social adjustment

Giriş

Bütüncül bakımın tesis edilebilmesinde hastaların tedavi ihtiyaçlarının yanında psiko-sosyal, manevi ihtiyaçlarının da ele alınması büyük önem arz etmektedir. Hastalığın bıraktığı etkiler, bireylere göre farklılık gösterse de pek çok hastanın hemen hemen birçok ortak duyguyu deneyimlediği gözlemlenmektedir (Ayten & Özkan, 2020: 19). Hastane ortamı, bireylerin sosyal çevrelerinden, ailelerinden, evlerinden uzak kalarak bir çeşit gurbet deneyimi yaşamalarına sebep olabilmektedir. Gurbet deneyiminin getirmiş olduğu ayrılık ve yalnızlık hissi, kişiyi duygusal olarak sarsarak yeni gelişen duruma uyumunu zorlaştırmaktadır (Ağıkaya Şahin, 2017: 187; Özkan, 2017: 13). Bu süreçte hastalar, psikolojik-sosyal ve manevi açıdan desteğe ihtiyaç duyabilmektedirler (Ayten & Özkan, 2020: 16-35).

İnsan, yaşadıklarını hikâye etmeye yönelik iştiaak duymaktadır. Başa gelenlerin anlatılması, yaşanan acı tecrübenin yeniden değerlendirilmesine, olayın anlamlandırılmasına yardımcı olabilmektedir (Ağıkaya Şahin, 2017: 315). Zorlu yaşam tecrübelerinde kişilerin sosyal destek aramaları olası bir durumdur. Kişiler, bir diğerine içlerini dökerek olayın ağırlığını üzerlerinden atmaya çalışmaktadırlar. Bu bağlamda hastanelerde sosyal destek, hastaların bu ihtiyaçlarını karşılayabilmek adına gerek hastaların yakınları gerek de hastane personeli tarafından hastalara sunulan duygusal ve bilişsel destek anlamına gelmektedir. Bazı hastalar bu iletişim ihtiyaçlarını “hastalığım konuşuyor ama ben konuşmuyorum” şeklinde ifade etmektedirler (Özkan, 1993: 279). Araştırmalar da hastaların konuşmaya, duygularını anlatmaya ihtiyaç duyduklarını ortaya koymaktadır (Hill & Pargament, 2003: 64). Sosyal desteğin, hastaların tedavi süreçlerinde duygusal sıkıntılarıyla mücadele etmelerine yardımcı olarak onların ruhsal kaynaklarını kuvvetlendirdiği ortaya konulmaktadır (Ayten & Özkan, 2020: 13-35-41-42).

Hastalara dolaylı da olsa sosyal açıdan destek sağlayan hizmet alanlarından biri de manevi destek hizmetidir. Manevi destek hizmeti, ülkemizde henüz gündeme gelen bir uygulama olsa da bütüncül bakımın sağlanmasına yönelik atılan önemli bir adımdır. Manevi destek hizmeti, zorlu yaşam koşulları karşısında kişiye dini/manevi referanslar eşliğinde sunulan danışmanlık ve rehberlik hizmetidir. Hastanelerde sunulan manevi destek hizmeti, hastaların hastane ortamına ve hastalıklarına uyum sağlama sürecinde yaşanabilecek sıkıntılar karşısında dertlerini paylaşabilecekleri, seslerini duyurabilecekleri bir hizmet olarak kişiye sosyal açıdan da destek sağlamaktadır. Sık sık hastaların ziyaretine gitmek, hallerini

hatırlarını sormak dahi kişilere buldukları ortamda yalnız olmadıklarını hatırlatmakta ve sosyal açıdan desteklenmiş hissettirebilmektedir. Bu bakımdan manevi destek hizmeti kapsamında yapılan ziyaretlerin kişileri sosyal açıdan da desteklediği söylenebilmektedir.

Yaşanan ciddi hastalıklar, kişilerde manevi ihtiyaçların ve sorgulamaların ortaya çıkmasına kaynaklık edebilmektedir. Dini/manevi bir yönetime sahip olsun ya da olmasın kişiler, yaşadıklarını anlamlandırma noktasında varoluşsal sorgulamalar yaşayabilmektedirler. Bu sebeple meydana gelen ağır hastalıklar, fiziksel tahribin yanından manevi bir kriz olarak da değerlendirilmektedir (Astrow vd., 2001; Ayten & Karagöz, 2019: 207-208). Hasta; kendisiyle, çevresiyle ve Yaratıcı ile bir muhasebe içerisine girebilmektedir. Tecrübe edilen acı olay, kişiyi hem manevi kaynaklarını sorgulamaya hem de manevi kaynaklarından destek almaya yönlendirebilmektedir. Hastalığın verdiği acı ve korku halinde kişinin zihninde “Allah neden bana bu hastalığı verdi?”, “Günahım neydi benim?”, “Bana bir şey olursa sevdiğim ne olacak?” gibi birçok soru belirmeye başlamaktadır (Wright, 2005: xviii-xix). Bu süreçte kişi, zihnini işgal eden bu soruların yanıtlanmasına veya susturulmasına yönelik bir desteğe ihtiyaç duymaktadır. Manevi destek hizmeti, bireylerin cevap bulmakta zorlandıkları bu ve benzeri soruların cevaplandırılmasında, anlamlı bir zeminde değerlendirilmesinde rehberlik hizmeti sunmaktadır. Zihni meşgul eden bu soruların çözümlenmesi kişiyi rahatlatmakta ve uyum sürecini kolaylaştırmaktadır (Koç, 2018: 322). Yapılan araştırmalar, dini/manevi inanç ve uygulamaların hastaların rahatlamalarında faydalı olduğunu göstermektedir (Astrow vd., 2001).

Bu çalışmada hastaların psiko-sosyal uyum süreçlerini etkileyen çevresel ve dini/manevi kaynaklı faktörler, hastanelerde görev yapan manevi destek personellerinin izlenimleri çerçevesinde incelenmiştir.

a. Konu ve Problem

Bu çalışmanın konusu; manevi destek hizmetinin, hastanelerde yatarak tedavi gören hastaların psiko-sosyal uyum süreçlerine etkisinin ve katkısının manevi destek personelleri aracılığıyla incelenmesidir. Çalışmanın temel problemi; “*Manevi destek personellerine göre hastaların psiko-sosyal uyum süreçlerinde çevresel ve dini/manevi faktörlerin etkisi bağlamında manevi destek hizmeti nasıl bir rol oynamaktadır?*” sorusuna cevap aranmak üzere aşağıdaki problemler oluşturulmuştur:

1. Manevi destek personellerine göre hastaların, hastalığa uyum süreçlerinde çevresel etkenlerden kaynaklanan problemleri nelerdir?
2. Manevi destek personellerine göre manevi destek uygulaması,

hastaların uyum süreçlerine etki eden çevre kaynaklı problemlerin aşılmasında etkin bir role sahip midir?

3. Manevi destek personellerine göre hastaların, hastalığa uyum süreçlerinde dini/manevi etkenlerden kaynaklanan problemleri nelerdir?

4. Manevi destek personellerine göre manevi destek hizmeti, hastaların dini/manevi kaynaklı problemlerinin aşılmasında etkin bir role sahip midir?

b. Amaç ve Önem

Hastalığın beklenmedik ve ani gelişmesi, kişinin hastalığı kabullenme sürecinde çeşitli zorluklar yaşamasını da beraberinde getirmektedir. Hastanede tedavi görmeye başlayan hasta, alışık olduğu sosyal ve fiziksel çevresinden ayrılmak durumunda kalmaktadır. Bu süreçte kişi, hastalığına ve hastane ortamına uyum sağlamada çeşitli zorluklar yaşayabilmektedir. Tedavi devam ederken yaşanabilecek uyum problemlerine yönelik hastalar sık sık destek ve motivasyon yenilenmesine ihtiyaç duyabilmektedirler (Aytan & Özkan, 2020: 36).

Ülkemizde uygulanması yakın bir tarihe dayanan manevi destek hizmeti, hastaların tedavi süreçlerinde yaşanabilecek anlam sorunları, hastalığı kabullenememe, hastane ortamına uyum sağlayamama, ölüm korkusu gibi bireysel, çevresel ve hastalık kaynaklı konularda hastaların daha iyi hissetmelerinde ve yeni durumlarına uyum sağlamalarında rol oynayabilmektedir. Hastaların yaşayabilecekleri olası kriz durumlarında manevi destek, dini/manevi referanslarla talep eden kişilere moral, motivasyon desteği sağlamayı amaçlamaktadır. Bu araştırmanın amacı, manevi destek personelleri aracılığıyla hastaların uyum süreçlerine etki eden çevresel ve dini/manevi etkenler bağlamında manevi destek hizmetinin uyum sürecindeki rolünün incelenmesidir.

c. Örneklem

Bu çalışmada, amaçlı örnekleme yöntemlerinden tipik durum örnekleme tercih edilmiştir. Bu örnekleme yönteminde çalışılmak istenilen durum veya durumlar hakkında bilgi sahibi olan kişiler veya kurumlar seçilmektedir. Tipik durum örnekleminde elde edilen veriler genelleme yapmak için kullanılmamaktadır (İslamoğlu & Alnaçık, 2016: 201). Bu örnekleme türüyle çalışılan uygulama, alan, konu, yenilik hakkında bilgi sahibi olmak ve yeterli bilgiye sahip olmayanları bilgilendirmek amaçlanmaktadır (Şimşek & Yıldırım, 2018: 120-121). İlgili örnekleme yönteminden yola çıkılarak bu çalışmada, hastanelerdeki manevi destek hizmetinin çevresel ve dini/manevi etkenler bağlamında hastaların

psiko-sosyal uyumlarına etkisinin araştırılması konusunda bizzat uygulamayı gerçekleştiren manevi destek görevlileriyle görüşmeler yapılmıştır. Araştırmada Adana'dan 2 kişi, Ankara'dan 2 kişi, Antalya'dan 2 kişi, Bursa'dan 8 kişi, Eskişehir'den 1 kişi, İstanbul'dan 9 kişi olmak üzere 24 manevi destek uzmanıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Birden fazla şehirden katılımcıyla mülakat yapılmasındaki ana neden, elde edilmek istenen bulguların manevi desteğin uygulandığı çeşitli bölgelerdeki manevi destek personeli tarafından nasıl algılandığına ve değerlendirildiğine yönelik farklı bakış açılarının yansıtılma olasılığının arttırılmasıdır. Görüşmelerin pandemi dönemine denk gelmesi sebebiyle mülakatlar yalnız 1 kişiyle yüz yüze, geri kalan 23 katılımcıyla ise online olarak gerçekleştirilmiştir.

d. Yöntem

Bu çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden yararlanılmıştır. Araştırmada, nitel araştırma desenlerinden durum çalışması deseni tercih edilmiştir. Araştırmada mülakat tekniği kullanılarak manevi destek hizmetinin, hastaların psiko-sosyal uyumlarına etkisi konusunda manevi destek görevlilerinin görüşlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Veri toplamak için yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Elde edilen bulguların korunması ve analizi için görüşmeler kayıt altına alınmıştır. Görüşmeler kayıt altına alınırken katılımcılar bu konuda bilgilendirilmiş ve rızaları alınmıştır. Çalışma konusuna yönelik literatür taramasından ve görüşmelerden elde edilen verilerin mukayesesi sonucunda çeşitli bulgular elde edilmiştir.

Görüşmeler sonucu elde edilen veriler, nitel araştırma veri analiz yöntemlerinden içerik analizi ve betimsel analiz metotlarıyla incelenmiştir. İçerik analizinde ortaya çıkan bulguları açıklayabilecek kavram ve ilişkilere ulaşmak amaçlanmaktadır. Betimsel analizde ise elde edilen verilerin daha önceden belirlenmiş olan temalara göre özetlenmesi ve yorumlanması hedeflenmektedir. Bu analiz türünde katılımcıların görüş ve fikirlerini yansıtmak amacıyla doğrudan alıntılara sıkça yer verilmektedir (Şimşek & Yıldırım, 2018: 259).

Bu makalede manevi destek personellerinin tecrübelerinden yararlanılırken hastaların psiko-sosyal uyum süreçlerine dair görüşlerini serbest bir şekilde ifade edebilmeleri adına görüşmeler, yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle gerçekleştirilmiştir. Çalışmada katılımcılara alt soruların (probes/sonda) da yer aldığı 27 açık uçlu soru yöneltilmiştir. Gerekli görüldüğünde probeslerle katılımcıların konuya dair görüşlerini daha açık ve net ifade etmeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Veri çeşitliliğinin

sağlanabilmesi amacıyla farklı illerde görev yapan katılımcılar araştırmaya dahil edilmiştir. Sorular hazırlanırken din psikolojisi alanında çalışan 4 akademisyenin görüşleri dikkate alınmıştır. Mülakatlar ortalama 60-90 dakika arası sürmüştür. Çalışmada manevi destek personellerinin isimlerini kullanmak yerine MD1, MD2, MD3 gibi numaralar verilmiştir.

e. Kapsam ve Sınırlılıklar

1. Bu araştırma; İstanbul, Bursa, Ankara, Eskişehir, Antalya, Adana şehirlerindeki hastanelerde görev yapan 24 manevi destek personelinde elde edilen bulgularla sınırlıdır.

2. Çalışmanın kapsamı, çevresel ve dini/manevi kaynaklı faktörlerin hastaların psiko-sosyal uyumu üzerindeki tesirini ve manevi desteğin bu süreçteki rolünü incelemek üzerinde sınırlandırılmıştır.

3. Araştırma, manevi destek hizmetinin hastalara yönelik etkisinin incelenmesiyle sınırlıdır.

4. Çalışmada elde edilen bulgular, manevi destek uzmanlarının ifade ettikleriyle sınırlıdır.

f. Kavramsal Çerçeve

f.a. Din ve Maneviyat Kavramları

Din, sözcük anlamı olarak “kendini kutsala adama”, “millet”, “tutulan yol” ve “ceza/mükâfat” manalarında kullanılmaktadır. Din kelimesi, Yaratıcı’ya bilinçli ve iradî bir bağlılık anlamına gelmektedir. İngilizce “din” kelimesinin karşılığı “religion” kelimesidir (Kızılgeçit, 2017: 11, 2020: 18). Maneviyat ise Arapça kökenli bir kelimedir. Sözcük anlamı olarak “ruh ve mana ile ilgili olan hususlar”, “madde ve cisimle alakası bulunmayan” anlamlarında kullanılmaktadır. Üstün bir güce inanç ve bağlılık sonucu ortaya çıkan “dayanma gücü”, “ruh kuvveti”, “moral” anlamlarında da kullanılmaktadır. İngilizce’de manevi yat sözcüğü, Türkçe’ye ruhsallık olarak çevrilen “spirituality” kelimesine karşılık gelmektedir (Ayverdi & Topaloğlu, 2011: 768; Düzgüner, 2013: 14; Kızılgeçit, 2020: 292).

Gerek din gerekse de manevi yat, insanın tecrübe alanı içerisine giren fenomenlerdir (Ekşi vd., 2016: 25). İnsanlık tarihi incelendiğinde, nitelikleri farklı olsa da her toplulukta pek çok insanın dini/manevi bir bağlılığa sahip olduğu bilinmektedir (Ekşi, Kaya, vd., 2020: 13).

Din ve manevi yat, kişilerin bizzat tecrübe ettiği bir gerçeklik olmasından dolayı çok boyutlu, kişisel ve göreceli bir yapıya sahiptir. Bu sebeple yapılan her tanım, tanımlı yapan kişinin tecrübe alanı ve bakış

açısıyla sınırlıdır. Bundan dolayı din ve maneviyatın genel geçer bir tanımını mevcut değildir (Kılınçer, 2017: 21). Öte yandan bu iki kelimenin eş anlamlı kavramlar mı yoksa birbirlerinden farklı gerçeklikleri tanımlayan kelimeler mi oldukları tartışma konusudur.

Din ile maneviyat kavramları, yakın tarihe kadar birbirinin yerine kullanılmıştır. Ne var ki 1900'lü yılların ikinci yarısında din ve maneviyat kelimeleri anlamca birbirlerinden uzaklaşmaya başlamıştır. Bilhassa 1980'li yıllara gelindiğinde manevi yönelimler adı altında dinlerden bağımsız inanç biçimlerinin ortaya çıkmaya başlamasıyla maneviyat, din-den ayrı bir gerçeklik olarak kabul görmeye başlamıştır. Bu kavram ayrışması neticesinde toplumlarda, manevi bir yönelime sahip fakat dini bir inanca sahip olmayan hem dindar hem de maneviyat sahibi, dindar fakat maneviyatsız gibi çeşitli yönelimlere sahip olarak kendilerini tanımlayan kişiler ortaya çıkmaya başlamıştır. Bu ikiliğin sonucunda maneviyat; aşkın ile özel, sınırsız, vasıtasız, bireysel bir karşılaşma tecrübesini ifade ederken din daha çok katı, baskıcı, durağan, sınırlı, kuralcı, ritüelleri içeren kurumsal bir yapının tarifi için kullanılır hale gelmiştir (Ayten & Düzgüner, 2020: 21; Düzgüner, 2013: 1-15; Ekşi vd., 2016: 15; Nelson vd., 2009: 106; Ok vd., 2019: 14; Zinnbauer vd., 1997: 549; Zinnbauer & Pargament, 2013: 67).

Modern psikoloji tarihinin erken dönemleri incelendiğinde din hem bireysel/öznel hem de kurumsal yapıya sahip bir gerçeklik olarak kabul görmüştür (Hill & Pargament, 2003: 64; Zinnbauer vd., 1997: 551). Din psikolojisinin kurucu isimlerinden William James de dini, bireysel ve kurumsal din olarak iki boyutta değerlendirmiştir. Günümüze gelindiğinde ise din artık yalnızca nesnel, kurumsal bir yapıyı temsil eder hale gelmiştir. Dinin öznel/bireysel boyutu ise maneviyatın tanımı içerisine dâhil edilmiştir (Hill & Pargament, 2003: 64; James, 2017: 39-40). Maneviyat, geleneksel kullanımda hem bireysel hem de kurumsal bağlılığı içerisinde bulunduran din kavramından öznel tecrübe alanının ayrılmasıyla ön plana çıkmıştır. Dinin içerisinden öznel tecrübe alanın çıkarılması, dinin alanını daraltmış, kurumsallıkla sınırlandırmıştır. Bunun yanında maneviyatın alanı geniş, özgür, sınırsız bırakılmıştır (Zinnbauer vd., 1997: 551-563).

Her ne kadar din ve maneviyat kavramları gün geçtikçe birbirinden ayrı kavramlar olarak kabul edilir hale gelmiş olsa da bu iki kavramı birbirine bağlayan birleşme noktaları vardır. Din ve maneviyat kavramlarını birbirine yaklaştıran tanımlara bakıldığında dinin maneviyatın açığa çıkması, beslenmesi ve gelişmesinde bir “yuva” (Wright, 2005: 5) görevi üstlendiği; maneviyatın dinin “en temel işlevi” (Zinnbauer & Pargament,

2013: 92) olduğu ve dinlerin “manevi tecrübelerin kalıpları”(Ayten vd., 2018: 219) olduğu ifadelerine rastlanmaktadır. Bununla birlikte her iki kavram anlam ve amaç bulma, birliktelik, değerler arayışı, bağlılık, kut-salla ilişki halinde olma gibi herkesçe deneyimlenen konularda ortak pay-dalar taşımaktadırlar (Chochinov & Cann, 2005: 106; Zinnbauer & Par-gament, 2013: 94). Bu araştırmada bireylerin dini-manevi yönelimlerinin çeşitliliği ve ülkemiz çoğunluğunun hem dindar hem de maneviyatlı ola-rak tanımlanan kategoride ele alınabileceği göz önünde bulundurulurarak müşterek unsurlardan hareketle din ile maneviyat kelimelerine bir arada yer verilecektir.

f.b. Manevi Destek Hizmeti ve Türkiye’deki Gelişimsel Sü-reci

Manevi danışmanlık ve rehberlik; hastalık, yas, ölüm, mahkumluk, askerlik, yaşlılık, afetler, anlam arayışı, varoluşsal bunalımlar vb. gibi ki-şinin olağan yaşantısını alt üst eden, zor ve sıkıntılı süreçlerde aradığı yardım ve moral desteğinin Diyanet İşleri Başkanlığı’nın protokol imza-ladığı çeşitli devlet kurumlarında sunulan bir hizmet alanıdır. Hizmetin amacı, yaşamın farklı dönemlerinde yaşanan zorluklar karşısında acı, üzüntü, korku, kaygı, öfke, panik, yalnızlık duyguları içerisinde olan in-sanların bu sıkıntılı süreçlerine eşlik etmektir. Bireylerin hayatlarını yeni-den düzenlemelerinde, yaşananları anlamlandırmalarında onlara yar-dımcı olmaktır (Ağilkaya Şahin, 2017: 2633; Ayten & Düzgüner, 2020: 45; Karagül, 2012: 7-12; Koç, 2018: 321). İhtiyaç dahilinde dini/manevi referanslardan yararlanarak -inanç farklılıkları da göz önünde bulundu-rularak- kişilere rehberlik etmektir.

Manevi bakım (spiritual care), manevi destek (spiritual support), dini danışmanlık (pastoral counseling), dini bakım (pastoral care) gibi çeşitli isimlendirmelere sahip olan manevi danışmanlık ve rehberlik, Batı’da 1900’lü yılların başında resmi olarak uygulanmaya başlanmıştır (Ayten vd., 2016: 187; Karaaslan, 2018: 281). Batı’da manevi danışman-lık hizmeti, kurumsal anlamda ilk defa orduda uygulanmaya başlanmıştır (Karaaslan, 2018: 284). Sağlık kurumlarında uygulamanın başlatılmasına öncülük eden isim, Anton Boisen’dır (Şirin, 2016: 187). Zamanla manevi danışmanlık ve rehberlik hizmeti, cezaevleri, çocuk esirgeme kurumları, yurtlar, huzur evleri, kadın sığınma evleri gibi manevi anlamda rehberliğe ve desteğe ihtiyaç duyulan pek çok alanda ulaşılır bir hizmet haline gel-miştir (Ayten vd., 2016: 239; Karaaslan, 2018: 282-283).

Türkiye’de manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetinin hastane-lerde uygulanması 1900’lü yılların sonunda gündeme gelmiştir (Ağilkaya Şahin, 2017: 489; Altaş, 1999: 599; Ayten, 2018: 126; Ayten, Koç, Tınaz,

& H. Sinem, 2016: 260; Karaaslan, 2018: 299; Kılınçer, 2017: 39; Koç, 2018: 323; Sağlam & Yüksel, 2016: 223; Yücel, 2018: 384). O dönem farklı isimlendirmelerle anılan uygulama, 19.01.1995'te Diyanet İşleri Başkanlığı'nın çeşitli müftülöklere talimatıyla hastanelerde hizmet vermeye başlamıştır (Altaş, 1999: 599; Kılınçer, 2017: 39). Hizmetin başlamasının hemen ardından uygulamanın zararlı olduğu, kamuoyunda hastane imamlığı şeklinde algılanarak hastalara ölümü hatırlattığı gibi çeşitli eleştirilerin ve itirazların (Altaş, 1999: 613-641, 1999: 603) ortaya çıkmasıyla hizmet bir buçuk yılını doldurmadan sonlandırılmıştır (Altaş, 1999: 600-605; Kesgin, 2020: 261).

2015 yılında manevi destek hizmetinin hastanelerde uygulanması konusu tekrardan görüşülmeye başlanmıştır. Sağlık Bakanlığı ve Diyanet İşleri Başkanlığı arasında imzalanan protokol doğrultusunda 6 ilde (Ankara, Ordu, Kayseri, Erzurum, İstanbul, Samsun) pilot uygulama başlatılmıştır. Bu kapsamda 12 sağlık kuruluşunda toplam, 13 Diyanet personeli görevlendirilmiştir. 2016'ya gelindiğinde 14 ilde 76 manevi destek personelinin görevlendirilmesiyle hizmetin uygulandığı şehirler ve hastanelerin sayısı artırılmıştır (Ayten, 2018: 127; Ayten & Özkan, 2020: 9-10; Kesgin, 2020: 261; Özkan, 2017: 63-64-65-66). Hastanelerde görev yapmakta olan manevi destek personellerinin sayısının -2022 yılında Diyanet İşleri Başkanlığı'nın Göç ve Manevi Destek Birimi'nin verilerine göre- 74 şehirde 205'e yükseldiği görülmektedir.

Manevi danışmanlık ve rehberlik, ülkemizde yeni bir hizmet alanı olduğundan dolayı uygulamanın isimlendirilmesi konusunda henüz fikir birliğine varılamamıştır. Her ne kadar 7 Ağustos 2019'da 2019/104 sayılı kararla "Manevi Danışman" MYK (Mesleki Yeterlilik Kurumu) tarafından meslek olarak tanınmış ve 25 Ekim 2019 tarihinde bu kararın 30929 (1. Mükerrer) sayılı Resmî Gazete' de yayınlanmasıyla da mesleğin resmen ilan gerçekleşmiş olsa da uygulamanın farklı alanlarda farklı isimlendirmelerle anılmaya devam ettiği görülmektedir (Ayten & Düzgüner, 2020: 64).

Uygulama; "manevi destek", "moral destek", "dini danışmanlık", "manevi danışmanlık ve rehberlik", "manevi bakım" gibi farklı isimlerle anılmaktadır. Diyanet İşlerinin kullanımına bakıldığında ise uygulamanın hizmet götürülen kurumlara göre farklı şekillerde isimlendirildiği görülmektedir. Manevi danışmanlık ve rehberlik hizmeti için hastanelerde "manevi destek" isminin yaygın olarak kullanıldığı görülmektedir. Hastanelerde manevi destek personelleri, Diyanet İşleri Başkanlığı'nın "Göç ve Manevi Destek" birimine bağlı olarak görev yapmakta, kendilerine tahsis edilen odaların kapılarındaki isimliklerde "Manevi Destek Birimi" ibaresi yer almakta ve manevi destek personelleri uyguladıkları hizmet

için “manevi destek” ismini yaygın olarak kullandıklarını ifade etmektedirler. Bu bakımdan çalışmada, uygulamanın geneline hitap edilirken manevi danışmanlık/manevi danışmanlık ve rehberlik kullanımı tercih edilmiş, hizmetin hastaneler özelindeki kısmı mevzu bahis olduğunda ise manevi destek ismi kullanılmıştır.

f.c. Psiko-Sosyal Uyum ve Maneviyat

Çeşitli ölçütler yardımıyla normal veya anormal olma, sağlıklı ya da hasta olma gibi ayrımlar içerisinde kişilerin ruhsal durumları tanımlanmaya çalışılmaktadır. “Psiko-sosyal uyum” terkihi çoğunlukla “ruh sağlığı” kavramıyla benzer anlamları ifade etmek üzere kullanılmaktadır. Öte yandan gerek psiko-sosyal uyum tabirinin gerekse de ruh sağlığı kavramının üzerinde fikir birliği sağlanmış bir tanımla mevcut değildir. Her iki kavramın da ortak noktaları üzerinden gidilecek olursa sağlık, uyum kavramları bir durumun normal olarak addedilen kriterler içerisinde yer aldığını ifade etmek için kullanılmaktadır. Normallüğün temel ölçütü, kişinin kendisini iyi hissediyor olmasıdır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), ruh sağlığının normalliğinin, kişinin kendisi ve çevresiyle bir ahenk (uyum) içerisinde oluşuyla doğru orantılı olduğunu ifade etmektedir. Yapılan bir başka tanıma bakıldığında, ruhsal sağlığı yerinde olan bir kişinin kendisini iyi hissediyor olmasının yanında potansiyellerini ve isteklerini gerçekleştirebiliyor olması gerektiği ifade edilmektedir (Yapıcı, 2007: 40-41).

Üzerinde durulan tanımlar çerçevesinde psiko-sosyal uyum kavramı, psikolojik anlamda bir denge haline, psiko-sosyal kriz ise bu psikolojik denge halinde bozulmalar meydana geldiğine işaret etmektedir. Birey, içerisinde bulunduğu yaşam durumunun üstesinden gelemediğinde bahsi geçen denge bozukluğunu deneyimlemektedir (Ağılkaya Şahin, 2017: 450). Tanımlardan yola çıkılarak kişinin bu ani ve beklenmedik hadiselerle tahrip olan denge halini yeniden tesis etme mücadelesi ise psiko-sosyal uyum süreci olarak adlandırılabilir.

Hastalık deneyimi, bireylerin yaşamlarında pek çok değişikliği de beraberinde getirmektedir. Hastane ortamı kişiyi alışageldiği düzenden, sosyal çevresinden uzaklaştırmaktadır. Hastalığın verdiği acı ve kaygı durumuyla beraber yeni normale alışma süreci, bireylerde psiko-sosyal kriz durumu meydana getirmektedir (Ayten & Özkan, 2020: 13; Seçer vd., 2021: 249). Yaşanan kriz, halihazırdaki ilişki bağlarının sorgulamasına yol açabilmektedir. Bu sorgulamanın kişinin kendisiyle, diğer insanlarla ve Allah’la ilişkisine olumsuz yansımaları olabilmektedir.

Hastalık süreci bireyi; fiziksel, psikolojik, sosyal ve manevi anlamda bir bunalıma sürükleyebilmektedir. Din/maneviyat, yaşamın olağan akışını etkileyen olumsuz tecrübeler karşısında çoğu insan için önemli bir destektir (Ayten, 2012: 15; Ayten & Düzgüner, 2020: 42; Ekşi vd., 2016: 23). Din ve maneviyatın psikolojik yönden katkılarından biri de sunduğu değerler manzumesi ve yaşama dair getirdiği açıklamalar vasıtasıyla bireylerin anlam dünyalarını inşa etmede yardımcı olmasıdır. Aynı zamanda kişiler arası ilişkilerin sağlıklı bir şekilde gelişmesine sağladığı katkıyla din ve maneviyatın bireylere sosyal açıdan da etki ettiği görülmektedir (Ayten vd., 2016: 321-322; Ekşi vd., 2016: 20). Yapılan araştırmalar, dinin/maneviyatın sosyal açıdan destek sağlayarak sosyal uyumu kolaylaştırdığını, sosyal izolasyonu ve yalnızlığı azalttığını göstermektedir (Ekşi, Kırca, vd., 2020: 331).

Yaşanan ciddi hastalıklar karşısında açığa çıkan psiko-sosyal tepkiler kişilere göre farklılık gösterebilse de bu tepkiler, üç ana başlık altında incelenebilmektedir. Buna göre hastaların durumlarına uyumunu etkileyen faktörler; hastalıklarından, bireysel özelliklerinden ve buldukları çevreden kaynaklanan faktörler olarak tasnif edilmektedir (Çam vd., 2009: 74; Kocaman, 2010: 102; Özkan, 1993: 6).

g. Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine yer verilmiştir. Ayrıca manevi destek görevlilerinin görüşleri doğrultusunda uyum sürecine etki eden çevresel ve dini/manevi faktörlere yönelik bulgular, tablolar halinde gösterilmiş ve ilgili literatür ışığında yorumlanmıştır. Bu çalışmada hastaların psiko-sosyal uyum süreçlerini etkileyen çevresel ve dini/manevi kaynaklı faktörlerde manevi destek hizmetinin etkileri ve katkıları konusunda manevi destek personellerinin görüşleri sırasıyla sunulmaya çalışılmıştır.

g.a. Sosyo-Demografik Bulgular

Bu bölümde katılımcıların sosyo-demografik bilgilerine yer verilmiştir.

Tablo-1:

Katılımcıların şehirlere göre dağılımı			
	Değişkenler	Sayı	Toplam
Şehir	İstanbul	9	24
	Ankara	2	
	Bursa	8	
	Eskişehir	1	
	Adana	2	
	Antalya	2	

Manevi destek personellerinin görev yaptıkları şehirler incelendiğinde İstanbul'dan 9, Ankara'dan 2, Bursa'dan 8, Eskişehir'den 1, Adana'dan 2, Antalya'dan 2 katılımcıyla görüşüldüğü tespit edilmiştir.

Tablo-2:

Katılımcıların cinsiyet dağılımı			
	Değişkenler	Sayı	Toplam
Cinsiyet	Kadın	8	24
	Erkek	16	

Katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde 8 kadın, 16 erkek manevi destek personeliyle görüşüldüğü bulgulanmıştır.

Tablo-3:

Katılımcıların eğitim düzeyine göre dağılımı			
	Değişkenler	Sayı	Toplam
Eğitim Düzeyi	Lisans	9	24
	Lisansüstü	15	

Katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde manevi destek görevlilerinden 9'unun lisans, 15'inin ise lisansüstü eğitim düzeyinde oldukları görülmektedir. Görüldüğü üzere lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcı sayısı daha fazladır.

g.b. Çevresel Etkenler

Tablo-4:

Manevi destek hizmetinden fayda sağlamada çevresel etkenlerin rolü			
Temalar		n	%
Çevresel Etkenler Etkili		22	92
Çevresel Etkenler Etkili Değil		1	4
Bu Konuda Görüş Belirtmeyenler		1	4
Toplam		24	100

Bu bölümde, hastaların psiko-sosyal uyumunu etkileyen çevresel faktörler konusunda manevi destek personellerinin görüşleri incelenmiştir. Gerçekleştirilen görüşmelerde, 24 manevi destek personeline hastaların psiko-sosyal uyumlarında çevresel faktörlerin önemli bir değişken olup olmadığı sorulmuştur. Görüşmeler neticesinde manevi destek görevlilerinden %92'si (22 kişi) çevresel faktörlerin hastaların uyum sürecinde etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcıların %4'ü (1 kişi) çevresel faktörlerin uyum sürecine etki etmediği kanaatine sahipken, %4'ü (1 kişi) ise bu konuda net bir görüş bildirmemiştir (Tablo 4).

MD20, çevresel faktörlerin hastaların uyum süreci açısından önemli bir etken olduğunu şu sözlerle ifade etmektedir: *"Bir birey için hastalık bir anda kabul edilecek ve uyum sağlanabilecek bir durum değildir. Kişinin*

kendi başına bunu kabullenmesi ve uyum sağlaması hem zor hem de hastalığın seyri açısından olumsuz bir durum olabiliyor. Ancak çevresel etkenler hastanın hastalığını kabullenmesi ve buna uyum sağlaması açısından çok önem ifade ediyor. Hastaların hastalığa uyum sürecinde en önemli aşama morallerinin yüksek olması. Bunu da sağlamak çevresel etkenlerle mümkün olabiliyor. Çevresel etkenler olumlu ve güzel bir şekilde ilerliyorsa hastaya pozitif bir enerji olarak dönüş oluyor. Hastalık durumunda kişi daha çok çevresel etkenlere dikkat etmektedir. Onlarda da olumsuz bir durum olduğu an hasta kendini daha kötü hissetmekte ve kendini dışarıya kapatmaktadır. Çevresel etkenler hastalık süreçlerinde çok titiz bir şekilde incelenmeli ve gözden geçirilmelidir. Ancak üzülerek söylemeliyim ki hastalık süreçlerinde bu tarz çevresel etkenlere dikkat eden kişi sayısı gerçekten çok az...”

MD1 hastane personellerinin güler yüzlü olmalarının hastaya olumlu etkisini şöyle aktarmaktadır: “Hastalar, hemşireler odaya güler yüzle girdikleri zaman ağrıların azaldığını, kendilerini daha iyi hissettiklerini söylüyorlar.”

Görüldüğü üzere hastaların buldukları çevrede kurdukları ilişkilerin, hastane personelinin ve hasta yakınlarının olumlu yaklaşımlarının, hastaları pozitif yönde etkilediği söylenebilir.

g.b.a. Sosyal İlişkiler ve Manevi Destek

Tablo-5:

Manevi destek hizmetinden fayda sağlamada sosyal desteğin rolü	n	%
Temalar		
Yeterli Sosyal Desteğe Sahip Olanlar	-	-
Yeterli Sosyal Desteğe Sahip Olmayanlar	14	58
Sosyal Destek Etkili Değil	4	17
Bu Konuda Görüş Belirtmeyenler	6	25
Toplam	24	100

Gerçekleştirilen görüşmelerde 24 manevi destek personellerine, hastaların sosyal destek ihtiyaçlarını karşılama anlamında manevi destek hizmetinin faydasına yönelik izlenimleri sorulmuştur. Buna göre katılımcılardan %58'i (14 kişi), belirli sosyal desteğe sahip olmayan, yalnız, kimsesiz hastaların hizmete daha çok ihtiyaç duyduğunu ifade etmektedir. Görevlilerden %17'si (4 kişi), uyum sürecinde hizmete ihtiyaç duyma noktasında, hastaların sosyal desteğe sahip olup olmamalarının etkili bir faktör olmadığı kanaatindedirler. Manevi destek personellerinin %25'i (6 kişi), bu konuda net bir fikre sahip olmadıklarını belirtmektedirler. Manevi destek personellerinden hiçbiri uyum sürecinde yeterli sosyal desteğe sahip olan hastaların yeterli desteğe sahip olmayanlardan daha fazla manevi desteğe ihtiyaç duyduğu fikrine sahip değildir (Tablo 5).

Bu bölümde sosyal desteğe sahip olan hastalar (aile ilişkileri güçlü olup yalnızlık hissetmeyenler) ve sosyal destekten mahrum olan hastalar (aile ilişkileri zayıf olup yalnızlık hissedenler) arasında dışarıdan bir desteğe ihtiyaç duyma bakımından bir ayrımın olup olmadığına dair manevi destek görevlilerinin görüşleri aktarılmıştır. Bununla birlikte hastaların çeşitli çevresel uyum problemlerinde manevi destek personellerinin sağladıkları sosyal desteğe dair örneklerle yer verilmiştir.

MD6, manevi destek hizmetinin sadece yalnız, sosyal destekten mahrum, aciz kişilere hizmet sunmayı amaçlıyormuş gibi anlaşılması gerektiğine vurgu yapmaktadır. Aile ilişkilerindeki problemlerin çözümünde destek talep eden, aile bağları güçlü olduğu halde konuşmaya dertleşmeye ihtiyaç duyan hastaların da azımsanmayacak bir sayıda olduğunu ifade etmektedir: *“Her iki gruptan da çıkabiliyor hocam ya. Bazen tek olan bir hasta olur ama sizi anlamaz. Bazen ailesiyle olan biri olur yabut ‘Gelip eşimle görüşebilir misiniz?’ falan der eşini ikna eder bizimle görüşmeye. Ben onu daha fazla yaşadım mesela. Bu sefer şöyle anlaşılıyor; manevi danışmanlık kimsesizlere bakar. Hayır böyle bir şey yok. Kimsesiz ve yalnız olan hastalar da bizi talep edebiliyorlar, ailesi yanında olup eşini veyahut da yakını görmemişi, sohbet etmemişi isteyen, gerekirse Kur’an, dua okumamızı vs. isteyen bireyler de var yani. Her iki durumda da aslında biz onlara yardımcı olmaya çalışıyoruz.”*

Meme kanseri tanısı konan hastalar üzerine yapılan bir araştırmada hastaların çoğunun psiko-sosyal uyumunun orta ve kötü düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre tek çocuğu olan, yalnız bir yaşam süren, hastalık sebebiyle yaşamı olumsuz etkilenmiş olan hastaların uyum düzeyinin daha kötü olduğu saptanmıştır (Çam vd., 2009).

Hastane ortamının, kişiyi sosyal ortamından ve yakınlarından ayırmış olması, hastaların uyum sürecini zorlaştırmaktadır. Kişiler, bu sıkıntılı süreçte yabancı bir ortama alışma çabasının yanında destek bulacağı, konuşacağı yakınlarından da mahrum kalmaktadır. Bu durumda en önemli destek, kişinin yakınlarının varlığıdır. MD9’a göre yakınlarından ziyaretine geleni olmayan hastalar için ise süreç daha zor geçmektedir. MD9, yatağında ziyaretçi bekleyen bir hastanın sohbet etme, derdini anlatma isteğini şu sözlerle aktarmaktadır: *“Öyle hastalar var ki uzun süre hastanede yatıyor. Kapıları açılmamış. Onkoloji servisini dolaşırken 50-60 yaşlarında bir amcanın yanına gittim, sohbet etmeye başladık. Sonra baktım ki vakit biraz geçmiş, ayrılmak istedim hastanın yanından. Amcanın bana söylediği şeydi ‘Ya hele iki dakika daha dur. Hele biraz daha konuşalım.’ O kadar özlemişler ki konuşmayı, kendilerini açmayı...”*

MD24, yakınları tarafından ilgi, alaka ve bakım gören, yeterli sosyal desteğe sahip olan hastaların dışarıdan bir destek arayışına girmediklerini, ziyaretine gittiği kalabalık bir aile örneği üzerinden anlatmaktadır: *“Özellikle hocam doğudan hastalar var. Onların size ihtiyaçları yok ki bir sürü insan var etraflarında. Mesela bir Vanlı hasta vardı. (Kanser hastası, beynine pıhtı atmış 80 yaşlarında teyze) Bir çocuğu Kur’an okuyor, bir çocuğu ayaklarını ovuyor.”*

Kalp krizi geçiren hastaların psiko-sosyal uyumlarına yönelik gerçekleştirilen bir araştırma neticesine göre sosyo-ekonomik düzeyi düşük, yeterli sosyal desteğe sahip olmayan, eğitim düzeyi düşük, depresyon ve anksiyete riski yüksek olan, stres ve kaygıyla başa çıkmada zorluk yaşayan hastaların daha fazla risk taşıdığı ortaya konularak bu gruplara yönelik özel bakım tedbirleri alınmasının gerekliliği vurgulanmıştır (Çam & Nehir, 2011: 58). Nitekim elde edilen bulgularda da yanında refakatçileri olsa dahi yeterli ilgi ve alakaya kısacası sosyal desteğe sahip olmayan hastaların daha çok ilişki kurma ihtiyacına sahip oldukları söylenebilmektedir. Bununla birlikte araştırmalarda dinin/maneviyatın kişiye olumlu sosyal destek sağlayarak sosyal uyumu kolaylaştırdığı böylelikle de yalnızlığı ve sosyal izolasyonu azalttığı tespit edilmiştir (Ekşi, Kırca, vd., 2020: 331). Elde edilen bulgulara göre hastaların manevi destek personellerinden dini/manevi konularda sohbet etmelerini, Kur’an okumalarını talep etmeleri de dinin/maneviyatın desteğine ihtiyaç duyduklarını göstermektedir.

g.b.b. Ziyaretçi Beklentisi

MD22, yakınlarının kendisini ziyaret etmediğini anlatan bir hasta örneği üzerinden hizmetin, kişilerin yalnızlıklarını giderme, ümitlerini artırma yönünde sağladığı katkıdan bahsetmektedir. *“Yedi evladı olan 65 yaş üzeri bir amcamız vardı. Yaklaşık iki hafta kaldı palyatifte. Bir gün bir yakını geliyor. Evladı da değil bir yakını. Ondan sonraki günlerde ziyaretine gelen tek kişi bendim. Hiçbir evladı gelip gitmiyor. Sadece gün içerisinde bir iki defa ben yanına gidiyordum. Bu ona moral motivasyon oluyordu o ayrı ama kendisi de dertlenip yakınliyordu. Bu kadar çocuklarıma emek harcadım. 65 yılımı verdim. Şunu şunu yaptım ettim ama şurada iki haftadır yatıyorum. Ne gelen var ne giden.’ ...Bu amcamızla da uzun süre görüştük. ...on altıncı gün sonunda taburcu oldu. Hala telefonla görüşüyoruz. Bana dua ediyor. Psikolojik olarak ...böyle kişilerin ani değişimler sonucundaki ümitsizlik, korku, yalnızlık hallerinde bizler araya giriyoruz. O kişinin biraz daha ümidini, sabrını artırmak, yalnızlığımı gidermek için gayret, çaba gösteriyoruz.”*

Yeterli sosyal desteğe sahip olmayan hastaların dışarıdan bir ziyaretçiye olan ihtiyaçlarını ve buna yönelik taleplerini gösteren diğer bazı örnekler şu şekildedir:

“Zaten haftada bir gittiğinizde bile ‘neredesiniz?’, ‘nerede kaldınız?’ gibi hastalar, hasta yakınları size soruyor.” (MD1)

“Bir beyefendi ‘Ben çok yalnızım ne olur sık sık gelin.’ demişti bana.” (MD1)

Ağır ve ölümcül hastalığa yakalanmış hastaların yalnızlıklarını artıran faktörlerden biri de yakınların yaklaşmakta olan sona şahit olmamak adına ziyaretlerden uzak durmalarıdır. Beklenmeden, çağrılmasa dahi ziyarete gelen manevi destek görevlileri, kişilerin yalnızlıklarını bir nebze de olsa giderebilmektedirler. Her ne kadar kişinin ailesinin, yakınlarının yerini tutamasa da bu ziyaretler, tamamen çaresiz ve yapayalnız hisseden hastalar için teselli bulma sebebi olabilmektedir (Ağlıkaya Şahin, 2017: 358).

MD7, oğlunun kendisini ziyaretine gelmemesinden mustarip bir teyzenin, görüşmeler sonrası nasıl teselli bulduğunu anlatmaktadır. Bununla beraber hasta, çeşitli davranışlarından ötürü duyduğu pişmanlıklarını manevi destek personeliyle paylaşarak rahatlatmaktadır: *“Bir tane seksen beş yaşında teyzem vardı. Oğlu falan gelmiyordu. Biz de ziyaretine gidiyor birağ ilgilenyorduk. Nöroloji hastasıydı. ...O anlatıyordu, biz dinliyorduk. Son dönemleri olduğunu düşünüyör, tabi pişmanlıklar var onları anlatıyordu. ...Onun istediği bir şey var affını istiyor. Tövbe kapısı arıyor tabiri caizse. Ondan sonra teyze ‘Benim oğlum yanıma gelmiyor ama artık gelmesine gerek yok.’ dedi. ‘Neden teyze?’ dedim. ‘Yok, artık sen geliyorsun. Gelmesine gerek yok.’ dedi. Yani orada öyle bir ünsiyet oluşuyor ki.”*

Yapılan çalışmalar, hastalık sürecinde hastaların umut, konuşma, sevilme, dini uygulamalar gibi manevi ihtiyaçlarının ortaya çıktığını saptamıştır (Koç, 2018: 326). Manevi destek, kişinin doğal olan konuşma, paylaşma, dertleşme, teselli edilme ihtiyaçlarına karşılık vermek adına destekleyici bir hizmet olarak sunulmaktadır.

MD24, kızının evde beslediği evcil hayvanlarını bırakamadığından dolayı kendisini ziyaret edemediğini ifade eden bir annenin hüzünlü halinden bahsetmektedir: *“Hocam aslında şu anda daha çok yalnız, daha çok dayanağı olmayan, daha çok çocukları tarafından göz ardı edilen, terkedilen demiyorum ki terkedilenler de var. Hastayla görüşmeye gittiğimde hastanın bana söylediği çok manidar bir şey vardı ‘kızım altı tane köpek aldı ve bana bakmıyor. Çağırduğım zaman da ‘bebeklerim (köpeklerim) ne olacak?’ Bebekleri onun küçük köpekleri yani. Hayvan sevgisi tabi ki olmalı ama bu anneye tercih hakkını vermiyor kimseye. Bu şekilde olan hastalar, tabi ki yalnız olan hastalarda hizmet çok daha faydalı oluyor. (Palyatif hastası-diyaliz ve şeker hastası -birbirini tetikliyor bu iki hastalık-70 küsür yaşlarında bir teyze)”*

Günümüzün en yaygın problemlerinden biri yalnızlıktır. Kalabalıklar içerisinde, akrabası, eşi, çocuğu olsa da insan yalnızlık çekebilmektedir. Bireyselleşmenin arttığı modern dünyada insanlar, kendilerini diğer insanlardan soyutlamakta, bunun sonucunda ortaya çıkan yalnızlık hissini satın aldıkları eşyalarla veya evcil hayvanlarla doldurmaya çalışmaktadırlar. Kendisini yalnızlaştıran insan yine kendi yalnızlığına geçici ve insan ilişkisinin yeri tutamayacak çözümlerle çare aramaktadır. Manevi danışmanlık, günümüzün yalnız insanının çaresiz anında aradığı desteğin profesyonel bir yardım olarak sunulmasını amaçlamaktadır. Geniş ailelerin yaygın olduğu, birlik, beraberlik ve desteğin vicdani bir görev olarak yerine getirildiği geçmişten, yalnızlık bakanlıklarının kurulmaya başlandığı günümüze gelindiğinde insanların zor zamanlarında ihtiyaç duyduğu desteğin profesyonel yollarla sağlanması elzem olmuştur.

Araştırmalar, sosyal desteğin koruyucu sağlık önlemleri arasında yer aldığını ve yaşam süresini uzattığını ortaya koymaktadır. Bununla birlikte çalışmalar, yeterli miktarda ve kaliteli sosyal ilişkilere sahip olanların daha yüksek ölüm riskine sahip olduklarını ortaya koymaktadır. İnsanlar ve hayvanlar üzerinde yapılmış pek çok çalışma, sosyal izolasyonun çeşitli nedenlerden kaynaklı ölümlere yönelik önemli bir risk faktörü olduğunu göstermektedir (House vd., 1988; Koenig, 2012).

g.b.c. İletişim Problemleri

Tedavi sürecinde meydana gelen değişiklikten dolayı panik ve kaygı yaşayan bir hastaya, hastane personelinin gerekli açıklamayı yapmamasından veya yanlış anlaşılmalardan dolayı hasta öfkelenmiştir. MD15, görüşme sonrasında hasta ile hastane personeli arasındaki iletişim problemini çözüme ulaştırmış ve hastanın sakinleşmesine yardımcı olmuştur: *“Mesela diyalizde bir hasta vardı. Hemşire beni çağırmişti. ‘Diyalizde böyle böyle isyankâr bir amcamız var bizçi BİMER’e, CİMER’e falan da şikâyet etti.’ dedi. Ben de gittim amcanın yanına 60-65 civarı yaşlarında. Selam verip nasıl olduğunu sorduğumda ‘İyiyim Allah’a şükür.’ dedi. ...Baktım dilinden şükür eksik olmuyor yani hastalıktan kaynaklanan bir isyan hali yok amcada. Hastanedeki personelin yanlış yaklaşımı veyahut da ...amcanın olayları yanlış anlamasıydı. Amcayla konuşup olayı çözümledikten sonra ben hemşire hanıma gidip durumu anlattım. Ben bunları anlattığımda hemşire ‘...yerde yanlış yapıyorlarmış biz burada doğru uygulamayı yaparken illa uyum sorunu yaşanabiliyor dolayısıyla şu an durumu iyi dedi.’ tekrar gidip de durumu anlattığımda amcanın iyi olduğunu, daba anlayışlı olduğunu gördüm. Sonraki ziyaretlerimde hiç bu konu hakkında yeni bir şikâyeti olmadı. Aradaki iletişim problemi de böylelikle çözümlenmiş oldu.”*

Hastalığın getirmiş olduğu engellenme durumunun kendisini bunalttığı, aciz ve başkalarına bağımlı hissettirdiği bir hasta, durumunun

getirmiş olduğu sıkıntıyla kızlarına ve personele ters davranmaktadır. MD1'in ziyareti, hasta ile çevresinde meydana gelen gerilimli iletişimin rahatlamasına ve tarafların birbirlerini daha iyi anlamasına katkı sağlamıştır: *"Hastalarımız genelde ya fizik tedavide oluyor ya da palyatifte olan hastalarımız oluyor. Bu örnek bizim prenses teyzemiz vardı 55-60 yaşlarında. Prenses teyzemize kızları bakıyordu dönüşümlü olarak. Personel falan ber gün saçını yapıyordu, öriyordu. Ona prensesler gibi bakıldığı için 'prensес teyze' diyorduk. ...Prensес teyzemiz aksiydi biraz. ...Ben birebir görüştüğümüz zaman dedim ki 'Bak kızların etrafında dört dolanıyor. Ne güzel.'. O da 'Evet geliyorlar, bakıyorlar ama ben kendi işimi kendim yapan biriydim. Bu hastalık beni göçertti. Çöktüm. Kendi işimi kendim yapamıyorum. Ağrılarım çok fazla. Verilen ilaçlar bana çok iyi gelmiyor. Doktor da bana ne kadar yatacağımı ne kadar süre tedavinin süreceğini söylemiyor.' dedi. Ben de baklısınız... Bir şeyleri yapabilirken yapamayacak konuma düşmek, yapamayacak durumda olmak insanın çok ağırına gidiyor.' dedim. ... Konuştuk, sohbet ettik. Daha sonra bir hafta sonra gittiğimde hastayla konuştum daha ilimliydi. 'Prensес teyze bugün çok güliyorsun sen.' dedim. O da anlattı, konuştu. Çıkarken de kız 'Annem sizden sonra biraz daha rahatladı, yumuşadı, o terslemesi biraz daha azaldı. Ben de terslese de kızsız da onun hasta olduğunu, hastalığın ağırlığını düşünerek daha ona yakın davrandım. Öyle olunca annemle ilişkimiz daha da toparlandı, güzelleşti. İyi ki geldiniz. Tekrar gelin. Bir daha ne zaman geleceksiniz?' dedi."*

İletişim sorunlarını çözmek, insanlar arasında yeniden bağ kurmayı ve aidiyeti oluşturmakta, bu sayede kişi manevi güçlenmeyi tekrar sağlamaktadır. Anlaşmazlık ve tartışma sırasında hastanın dini/manevi yönelimi ve inancı hakkında bilgiye sahip bir manevi destek görevlisi, manevi sıkıntıları azaltmaya ve gerilimleri hafifletmeye yardımcı olabilmektedir (Sokol, 2020). Elde edilen bulgulara göre iletişim problemlerine yönelik sağlanan manevi destek, kişilerin sosyal ilişkilerinin düzenlenmesine katkı sağlamaktadır. İlişkileri düzelen bir kişinin uyum sürecinin kolaylaştığı ve dolaylı olarak manevi desteğin kişilere sosyal açıdan da destek sağladığı söylenebilmektedir. Psiko-sosyal uyumun, kişilerin yaşam değişimleri ve yaşam kaliteleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu bildirilmektedir. Araştırmalar, sosyal desteğin uyum sürecini kolaylaştırdığını ortaya koymaktadır (Akın & Durna, 2006: 7; Riegel & Carlson, 2002: 287-295; Rockwell & Riegel, 2001: 22-23).

MD10, oğlundan şiddet gören bir kanser hastasının örneğini aktarmıştır. Hastalığının yanında bir de oğlunun bu davranışları, anneyi daha güçsüz bırakmıştır. Zira iletişim sorunları, aidiyet ihtiyacını gideremeyen bireyin manevi güçsüzleşmesine neden olabilmektedir. MD10'la görüşmeler esnasında anne yaşadığı sıkıntıyı anlatmış ve sorunun çözümü için harekete geçilmiştir: *"Mesela kemoterapide bir anne vardı. Bu anne*

60 yaşlarında bir hanımefendiydi. Kanser hastasıydı. Kadın çok dertliydi. 'Oğlum beni dövüyor' dedi. ...Kadın kanser hastası ve oğlundan dayak yiyor. Oğlunun onu dövdüğünü söylüyor. Bu nasıl olur dedim. Her şey bir yana morale ihtiyacı var kadının bir de bunu yaşıyor. Kızı çok iyiymiş kızından çok memnundu ama oğlu sinirli bir çocukmuş 'Görüşebilir misiniz?' dedi. 'Tabi ki görüşürüm.' dedim. Randevu verdik. Ertesi gün iki kardeş odamıza geldiler. Oğlu ... 'Ya geldim işim var. Taksi dışarıda.' dedi. 'Biliyorum taksi şoförüymüşsünüz. Çok yoğun bir işte çalışıyorsunuz. Bir oturun bakalım. Beraber biraz konuşalım.' dedim. ...Neyse o delikanlıyla biraz görüşünce ama onu hiç yargılamadan, eleştirmeden, annesini dövme meselesini hissettirmeden. Kendisini annesini dövdüğünü anlatmaya başladı. ...Konuştuk, bayağı bir yatıştı. Delikanlı dedi ki 'Vallahi ilk geldiğimde kapıdan girmeyecektim. Dedim bunlar şimdi kafamı ütülecekler. Akıl verecekler. Ama siz hiç öyle yapmadınız. Sonra öyle içim ısındı ki size.' Bizim o karışılmamızı, tavrımızın etkili olduğunu gördük. Tabi psikiyatrye gitmesini çok önerdik ama gitmedi tabi ki. 'Ben hasta değilim.' diyor reddediyordu. Neyse ki bizim görüşmelerimiz güzel geçiyordu. Ailedeki o soğukluğu biraz gidermeye çalıştık, konuştuk. Hasta ile tekrar kemoterapide görüştüğümüzde o kadar dua ediyordu ki. 'Allah razı olsun.' dedi. En azından 'Artık daha çok üzerime düşüyor.' diye ifade etti. Çok mutluymuştu hanımefendi." Hastalık gibi hassas dönemlerde kişi, en yakınlarından destek ve teselli beklemektedir. En yakınlarından destek görememesi, hastayı bu mücadelede yalnız kalmış hissettiren yakınlarından görebileceği kötü muameleler de direncinin kırılmasına sebep olabilmektedir. Hastaların aileleri ve yakınlarıyla gerçekleşebilecek anlaşmazlıklarda manevi destek görevlilerinin yapıcı yaklaşımı, tedavi sürecinde önemli bir yere sahiptir.

g.b.d. Hastane Ortamına Uyum Sağlama

MD14, hastaların hastane ortamına alışmada zorluk çektiklerini, konuşacak birilerine, ziyaretlerine gelecek yakınlarla ihtiyaç duyduklarını anlatmaktadır. Hastanede durmak istemeyerek evine dönmek için serzenişlerde bulunan yaşlı bir hastanın görüşmeler sonrası ortama uyumunun arttığına yönelik izlenimlerini MD14 şu sözlerle aktarmaktadır: "Hastalarda en belirgin olarak gördüğüm şey yabancılaşma. Hastane ortamı yabancı bir ortam. Orada birkaç tane yaşlı hastalarım vardı. Onlarla konuştuğumuzda ifade ettikleri şey hastanede kendilerini yalnız hissettikleri, ortamı yabancı görmeleriydi. Biz onların yanına gide gele ...bu ziyaretler neticesinde rahatladıklarını, daha iyi hissettiklerini görüyordum. Mesela 65 yaşlarında bir teyze vardı. Köyden gelmişti. Biraz yatacağı hastanede. Bir hastalığı yoktu yaşlılıktan artık palyatifte yatıyordu. Yanında çok fazla değişkenlik gösteren bir refakatçi tayfası vardı. O hiç buraya alışmamıştı. Burasının yabancı geldiğini, eve gitmek istediğini dillendiriyordu sürekli. Yanındakilere de çok zahmet veriyordu. Aslında akli başında

bir teyzeydi ben onunla konuştukça artık bu serzenişlerinden vazgeçtiğini gözlemlemiştim. Onun gibi eve gitmek isteyen çok oluyordu. O teyze onlardan bir örnekti ve rabatladığını görmüştüm.”

MD23, günlerdir hastanede kalan, evine ve eşinin yanına gitmek isteyen, hastane ortamında yalnızlık çeken erkek bir hastanın durumundan şöyle bahsetmektedir: *“Yaşlı erkek bir hasta vardı, doksan yaşlarında ve hastalığından dolayı hastanede on günden fazladır yatırılıyordu. ... Ona neye ihtiyacı olduğunu sorduğumda ‘İlgi ve alakaya ihtiyacım var.’ demişti. Bunu açıkça ifade etmişti...”*

MD12, hastaların alıştıkları ortamdaki uzak kalmalarının uyum süreçlerine olumsuz etkisinden bahsetmekte, bu süreçte manevi destek hizmetinin sağladığı katkıları şöyle aktarmaktadır: *“Hasta ...uzun süredir hastanede ise eğer bir yabancılaşma söz konusu olabiliyor ve dışarıya hayata entegrasyonu zorlaşıyor. İçeride kala kala bir müddet sonra gerilimi artıyor. ... Buna dikkat etmekte fayda var. Bu önemli. Mesela bizim onların kendilerini güvende hissetmeleri ya da dışarıya entegrasyonlarını kolaylaştıracak bir unsur olarak kandiller, bayramlar gibi özel günlerinde tebriğe, kutlamaya gittik. Herkes çok şaşırıldı. Gözleri dolanlar oldu. Bir şekilde dışarıdaki uyumu ve içerideki uyumu bir çimento görevi taşımak adına, yabancılaşmasını engellemek adına bazen bir çiçek alarak, bazen güzel anılarla yanlarında destek olmaya çalışıyoruz. ... dışarıya çıkması mümkün olmayan hastalar için özellikle hastane içerisinde yapılan sohbetler, etkinlikler onlara moral ve motivasyon vermek adına önemlidir.”*

Elde edilen bulgulara göre hastaların kendilerini güçsüz, çaresiz hissettikleri ve alıştıkları çevreden uzak kaldıkları hastane ortamında daha fazla ilgi, alakaya ihtiyaç duydukları ve manevi destek personellerinden de bu konuda destek talep ettikleri görülmektedir.

g.c. Dinî/Manevî Etkenler

Tablo-6:

Manevi destek hizmetinde karşılaşılan dini problemler		
Temalar	n	%
“Neden Ben?”/ Anlam Arayışı Soruları	3	12
Fıkhî ve İbadetlere Yönelik Sorular	9	38
Suçluluk, Günahkârlık Duyguları	2	10
Bu Konuda Görüş Belirtmeyenler	10	40
Toplam	24	100

Gerçekleştirilen görüşmelerde manevi destek görevlilerine, hastaların dini/manevî soru ve sorunlarının uyum süreçlerine önemli bir etkisinin olup olmadığı soruldu. Görüşmeler neticesinde 24 manevi destek

görevlisinden %12'si (3 kişi), hastaların hastalık sürecinde uyumunu etkileyen dini/manevi etkenler içerisinde bu hastalığın neden kendi başlarına geldiğini sorguladıklarını, durumlarını anlamlandırma sıkıntısı yaşadıklarını ifade ederken %38'i (9 kişi), hastaların ibadetlerine engel olan sorunların, uyum süreçlerinde etkili olduğuna değinmiştir. Katılımcıların %10'u (2 kişi), hastaların uyum süreçlerinde suçluluk ve günahkarlık duygularının etkili olduğunu vurgulamıştır. Manevi destek personellerinden %40'ı (10 kişi) ise bu konuda görüş belirtmemiştir (Tablo 6).

Görüş belirtmeyen katılımcıların bu bölümde daha fazla sayıda olmasının, hasta, hasta yakını veya hastane personelinin manevi destek görevlilerinin dini tebliğ ve irşat yaptıklarına yönelik bilgi eksikliklerinden kaynaklı ön yargı sahibi olmaları, bundan dolayı da manevi destek personellerinin karşılaştıkları tepkilerden kaynaklandığı söylenebilmektedir. Zira görüşmeler esnasında katılımcılar karşılaştıkları tepkileri şöyle ifade etmişlerdir: MD20 “...*Biz sürekli ‘Benim hocayla ne işim var?’ veya ‘Benim ölümüm yakın mı da boca bana geldi?’*”; MD10, “*Kemoterapi servisinde ...bir beyefendi ben (servisten) içeri girer girmes hemen tepkisel bir şekilde kafasını çevirir gibi oldu. Kendisi ellili yaşlarda bir matematik öğretmeniydi. ...Yanına gittim ‘Merhabalar, ben hastanemişin manevi destek uzmanıyım. Perşembe günleri buraya geliyorum ve hepimizi ziyaret ediyorum. Nasılsınız? Moraliniz nasıl?’ dedim. Beyefendi ‘He ne söyleyeceksin? Allahümme sallı ala seyidine Muhammed! Tamam hadi bitti.’ dedi. Ben tabi şaşırđım.*”

Bu ve benzeri tepkilerden dolayı katılımcıların bu konuda sessiz kalmış veya savunmacı bir tavır takınmış olabilecekleri söylenebilmektedir. Manevi destek personellerine hastaların uyum süreçlerini etkileyen ne gibi dini/manevi sıkıntılar gözlemledikleri ve bu konularda hastalara destek sağlayıp sağlayamadıkları sorulduğunda pek çoğu bu soruları yanıtlamamış veya “*Ben kimseye ibadet, din anlatmıyorum. Dini bir şey anlatmıyorum. ...Namaz kılıyor musun, oruç tutuyor musun? böyle şeylere girmiyorum kesinlikle. Bir de şu var artık bilmiyorum nedense insanlar din, diyanet deyince biraz soğuk davranıyorlar. Onun için bu şekilde bir yaklaşımımız olmuyor. Ama soruyorlar mesela o zaman o konuda onlara yardımcı oluyoruz.*” (MD4), “*Biz buraya dini tebliğ ve irşat için gelmedik.*” (MD15), “*Açıkçası ben hastalarımı genel anlamda düşündüğümde dine, ibadete yönlendirdiğim hasta pek hatırlamıyorum.*” (MD21) tarzında cevaplar vermişlerdir.

MD2, hastaların uyum süreçlerini olumsuz etkileyebilen ne tür dini/manevi problemler yaşayabildiklerini şu şekilde aktarmaktadır: “*İnme rehabilitasyonda 28 yaşında erkek bir danışanımdı. ...başına gelen sıkıntının dini duyarsızlığı yüzünden olduğunu, inanç sahibi olmasına rağmen dini hassasiyetleri olmadığını ve günah bataklığı içerisinde olduğunu ve başına bu sıkıntı*

geldikten sonra dini hayatımı, Allah ile olan irtibatımı tekrardan gözden geçirdiğini söyledi ...manevi danışmanlığımızla ...bu yaşadığı şeyleri anlamlandırırken bunu Allah'ın ona verdiği bir ceza olarak adlandırmaktan vazgeçerek iyileşmesi konusunda ümitsizliğini bertaraf ettiğini söyledi. İbadete başladı. İbadetle ilgili ...kısıtlılığı sebebiyle 'İbadetlerim geçerli mi değil mi?' sıkıntısı çektiği için o konudaki sorunları izale etmiş olduk. Bu sayede ibadete meyli daha çok arttı. 'Nasıl olsa kabul olmaz.' diye ibadete yaklaşmıyordu mesela. İstiyordu, farkındaydı ama yapmıyordu. O konudaki sorularını, sorunlarını gidermiş olduk."

Elde edilen bulgulara göre manevi destek personellerinin hastalara direk dini telkin gibi bir amaçları olmadığı, bu hususu da önemle vurguladıkları bununla birlikte talep doğrultusunda hastaların dini/manevi konularda yaşadıkları problemlerde hastalara destek oldukları görülmektedir.

g.c.a. Anlam Arayışı Soruları

İnsanlar, hastalık ve felaket anlarında çoğu zaman olumlu başa çıkma eğilimine sahiptirler. Bununla birlikte bireyler, sıkıntılı süreçlerde olumsuz dini başa çıkma eğilimi de gösterebilmektedirler. Hastalık ortaya çıktığında kişi, Yaratıcı tarafından cezalandırıldığını, Allah'ın onu terk ettiğini, dini topluluğu tarafından yalnız bırakıldığını, Allah'ın kendisine olan sevgisini, olayları değiştirmedeki gücü ve kudretini sorgulayabilmektedir. Bu durumlar hastalık sürecinde olabilecek tepkilerdir (Koenig, 2005: 46).

Özellikle hastalık sürecinde durumu kabullenememe meydana gelmektedir. Bu durum uyum sürecini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. MD19, dini bir hayat yaşamış insanların hastalık sürecinde Allah'a gösterdikleri yakınlığa rağmen neden böyle bir musibetin başlarına geldiğini sorguladıklarını ifade etmektedir: "...dindar insanlarda şöyle bir şey fark ettim. Bana şunu söylüyor 'Yani hocam namaz kaldım, oruç tuttum, zekât verdim. Elimden geldiğince konu komşuya yardımcı oldum. Kimseye zarar vermeye çalıştım. Niye ben ya? Kansere oldum, sürünüyorum burada, acı içindeyim. Niye ben? Ne günah işledim?' bu soru çok soruluyor. 'Ne günah işledim ben?' yani hastalığın sanki Allah'ın bir cezası, cezalandırma aracıymış gibi algılanması. ... Biz de onlara çeşitli yüksek şahsiyetlerden bahsediyoruz. Eğer hastalık bir günah neticesiyle olsaydı Allah'ın peygamberleri günah işlemedikleri halde birçok hastalığa maruz kaldılar. ...hastalıkta çok başka hikmetler de olabilir mi? bakış açısından meseleye yaklaşılmaya çalışarak onları yavaş yavaş rahatlatmaya çalışıyoruz."

Dinin hastalıkla baş etmedeki rolüne yönelik elli sekiz meme kanseri hastası üzerine yapılan bir araştırmada hastaların %83'ünün olumlu dini başa çıkmayı benimsedikleri, hastalardan %17'sinin ise olumsuz dini

başta çıkmaya meyilli oldukları tespit edilmiştir. Araştırma bulgularına göre olumsuz dini başta çıkma yönelimine sahip hastalar, az sayılmayacak bir orana sahip olsalar da olumlu dini başta çıkma kadar yaygın değildir (Koenig, 2005: 46; Ramirez-Johnson vd., 2002: 1851).

MD6, başına gelenleri anlamlandıramayan ve “neden ben?” diye sorgulayan bu sebeple de sıkıntı yaşayan bir hastayla diyalogunu şöyle aktarmaktadır: *“Onkoloji servisinde 30-35 yaşlarında erkek bir hastamız vardı. Ben gittim. Bana ‘Hocam benim seninle işim olmaz. Şu anda çok zor durumdayım. Çok fazla kendimi kötü hissediyorum.’ diyerek pencereye doğru kafasını çevirdi. Artık yapacak bir şeyiniz yok çıkmak zorundasınız. ...eşi falan da vardı yanında. Birkaç gün sonra gittiğimde eşini dışarıda gördüm. ... Hocam eşim sizi aradı ama görüşemedi. Biz o anda bir kopukluk yaşadık sonrasında eşim de pişman oldu. Bir görüşebilir misiniz?’ dedi. Neyse girdik içeriye biraz sohbet ettik. ‘Ya hocam ben bir çıkmazın içerisindeyim. Kendime hep ‘Neden ben?’ diye sorular soruyorum. Allah bana neden böyle bir hastalığı duçar etti. Çocuklarım var.’ vs. Hastaya kendi arşimanlarımız, dini birtakım referanslar çerçevesinde anlatmaya çalıştım. ...en son ...onunla görüşmüştük. Çok memnun olduğumu ‘O gün çok rahatladım, o andan itibaren artık bir değişme hissettim.’ diye geri bildirim almıştık.”*

Hastaların hastalık sürecinde durumlarını kabullenmeleri, uyum sağlayabilmeleri açısından önemlidir. Elde edilen bulgularda görülmektedir ki hastaların “Neden Allah bana bu hastalığı verdi?” gibi sorgulamalar içerisine girmesi uyum sürecini de olumsuz yönde etkilemektedir. Manevi destek personellerinin hastalara farklı bakış açıları sunmalarıyla yaşanan olaya ve başlarına gelen hastalığa yönelik algılarının değişmesine ve bu sayede uyum ve kabullenme sürecinin kolaylaşmasına yardımcı oldukları söylenebilir.

g.c.b. Allah-Kul İlişkisi ve İnançla İlgili Sorgulamalar

Hastalık sürecinde olumsuz dini başta çıkma, kişilerin uyum süreçlerini de olumsuz etkileyebilmektedir. MD3, Allah’la kavgalı bir ilişkiye sahip olan hastanın görüşmeler sonrası daha olumlu bir bakış açısına yöneldiğini anlatmaktadır: *“Dediğim gibi çok farklı insanlar var. Mesela 26-27 yaşlarında üniversite genci vardı. Bacağımı kırmış ‘Ben zaten Allah’a inanmıyorum. Benim Allah’ın varlığıyla ilgili herhangi bir kesin bilgim yok.’ diyor. Ağlıyor, ‘Bacağım sakat kalacak.’ diye. ... o gencin annesi başlarda bana ‘Hocam bununla uğraşma. Sen bununla baş edemezsin.’ ama o çocuk şimdi namaz kılmaya başladı. Şimdi ara ara arıyor. Çocuk fizik okuyor. ‘Hocam ufkumu açtınız, farklı bir pencereden bakmama sebep oldunuz.’ dedi. ... Böyle böyle konuştuk. Çok şükür olumlu neticeye de vardık.”*

G. J. Morris ve T. McAdie tarafından yapılan bir araştırmada Müslümanlar, Hristiyanlar ve dini inanç sahibi olmayanlar arasında ölüm kaygısı ve genel iyilik durumu bakımından bir fark olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında dini inanca sahip olanlarda (hem Müslümanlar hem de Hristiyanlar) dini inanca sahip olmayanlara göre daha düşük ölüm kaygısı tespit edilmiştir. Genel iyilik durumuna bakıldığında da inançlı bireylerin herhangi bir inanca sahip olmayan kişilere nazaran iyi oluş (well-being) düzeyleri daha yüksek çıkmıştır (Morris & McAdie, 2009).

MD2, Allah'la olumsuz bir ilişki içerisinde olan, bulunduğu durumun verdiği sıkıntıyla intiharı düşünen bir hastayla olan görüşmelerini şu sözlerle aktarmaktadır: *“İntihar fikri değişen mesela fizik tedavide 71 yaşında bir bayan hasta. İntihar fikrini egale etmiş olan. Bu teyzemiz bizizat Tanrı ile kavga olduğunu kendisi söylüyordu. Hep benimle uğraşıyor.”* diyordu. Zaten intihar fikrine onu götüren sebeplerden biri de bu Tanrı algısının bozulmuş olması. Benimle görüşmelerinde bu algıda da değişme, dönüşme oldu ve şeyi hatırladı kendi ailesinin, annesinin özellikle dindar olduğunu ve Allah'ın merhametinin kullarının üzzerinde gözeticisi oluşunun kendi ailesi tarafından da anlatıldığını.”

Yapılan bir çalışmada olumlu dini başa çıkmanın, hastaların sağlık durumlarında pozitif yönde bir etki sağladığı tespit edilmiştir. Olumsuz dini başa çıkmanın ise hastaların sağlık durumlarında düşüşü beraberinde getirdiği görülmüştür (Pargament vd., 2004). Olumlu dini/manevi düşüncelere sahip kişiler, durumlarını anlamlandırma sürecinde sağlıklı anlamlara erişme ve iyileşme gösterirken, olumsuz (cezalandırıcı, yargılayıcı, reddedici vb.) düşüncelere sahip bireylerin ise iyileşmede zorluk yaşadıkları ortaya konulmuştur (Ekşi, Kırca, vd., 2020: 308). Price ve Callahan'ın 2017 yılında gerçekleştirmiş oldukları araştırmaya göre dini/manevi yönelimin ve çeşitli ibadetlere katılımın, intihar düşüncesi ve intihar girişimleri olan kişilerdeki etkileri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre dini/manevi yönelimi olan ve çeşitli ibadetlere katılım gösteren bireylerin katılım göstermeyenlere oranla daha az intihar düşüncesine sahip oldukları ortaya konmuştur (Price & Callahan, 2017).

g.c.c. İbadetler

Hastaların uyum süreçlerinde günlük rutinlerini yerine getirip getirememesi durumu önemli bir etkidir. Kişinin alışık olduğu düzenini hastane ortamında devam ettirebilmesi, uyum sürecini de kolaylaştırılmaktadır. Hastanın inancı gereği gerçekleştirdiği ibadetleri hastane ortamında bazı engellerden dolayı yerine getirememesi, Yarattıcı'ya karşı sorumlu olduğu bilinciyle günaha girme, suçluluk duyma vb. duygularla

pekişerek uyum sürecini zorlaştırmaktadır. MD1, hastaların hastane ortamında ibadetlerini yerine getirmelerine engel olan sıkıntıların çözülmesinde sağladıkları desteği anlatmaktadır: *“Bir de biz en çok şununla karşılaşmıştık. Bizim binamız yuvarlak. Blok blok, bir tane mescidimiz var o da C blokta. Ama yuvarlak olduğu için hastalar da kendileri inemediği için ya da hasta yakınları hastalarını bırakamadığı için kable konusunda çok sıkıntı yaşamıştır. Hani kable ne tarafta? Odalarında namaz kılmak istemişlerdi. Bunu idareye ilettik. Odaların içerisine kibleyi gösteren oklarımız var şu an. Bu tarz talepler oluyordu. Elimizden geldikçe bu tarz talepleri gerçekleştiriyoruz.”*

MD23, 60 yaşında bir hastanın günlük düzenli olarak Kur’an okuduğunu fakat hastanenin abdeste engel olacak kirliliği bir ortam olduğu düşüncesiyle hastanede Kur’an okumaya devam edememesinden dolayı yaşadığı sıkıntıyı aktarmaktadır. MD23’ün hastaya gerekli bilgilendirmeyi yapması sonucunda hastanın uyumuna engel olan bu sıkıntılı durum çözülmüştür: *“Ben mesela bir odaya girdim. 60 yaşlarında kadın hastalıkları bölümünde yatan bayan bir hasta vardı. Başörtülü, muhafazakâr bir Anadolu kadınıydı. Hastaya kendimi tanıttım. Süreç ilerledi, hasta kendini anlatmaya başladı ve rahatsız olduğu bir konuyu söyledi. ‘Hocam ben her sabah kalktığımda Yasin okurum. Kur’an’dan şu şu sureleri okurum. Fakat burada ne zamandır bunları yapamıyorum. Çünkü burada hastane ortamı pis bir ortam. Abdestime engeller var. Bundan dolayı ben çok üzülüyorum.’ dedi. Gerçekten moral olarak çöküntüye uğramış. Bunu yapamadığı için çok kötü hissetmiş. ‘Bakın, ...hastane ortamındaki kan ve diğer pis ortamlar sizin abdest alıp Kur’an okumanıza ve surelerini okumanıza engel değildir. Eğer vücudunuzda bu durumla ilgili bir problem yaşıyorsanız mesh alabilirsiniz. Eğer sağlığınız yerindeyse abdest alıp Kur’an okuyabilirsiniz. Hastanedeki bu ortam yetersiz bir ortam değildir ve bunu gönül rahatlığıyla yapabilirsiniz.’ dedim. Hastanın o anda gözleri parladı ‘Hocam Allah razı olsun çok sağ olun.’ dedi. Çünkü çocukluğundan... beri yapmış olduğu bir alışkanlığını yerine getirememenin ciddi anlamda acısını yaşıyordu.”*

Yates ve arkadaşlarının yapmış olduğu bir araştırmada ilerlemiş kanser hastası 71 hastanın “dini inanç, aktivite ve bağlantılar ile mutluluk, yaşam doyumu ve ağrı düzeyleri” incelenmiştir. Çalışma sonucuna göre din ve inancın yaşam doyumuyla olumlu düzeyde pozitif korelasyon gösterdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte dini faaliyet ve bağlantıların, mutluluk ve yaşam doyumuyla önemli ölçüde ilişkili olduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada dindar hastalar önemli ölçüde daha az ağrı seviyesi bildirmişlerdir. Bu sonuçlara göre dinin hastalık döneminde önemli bir destek kaynağı olduğu görülmektedir (Yates vd., 1981).

MD22, hastaların hastane ortamında çeşitli engellerden dolayı ibadetlerini gerçekleştirilememesi durumunun uyum sürecini zorlaştırdığını

fakat atılan çeşitli adımlarla hastaların dini pratiklerini gerçekleştirmelerine engel olan sıkıntılarının giderildiğini şu sözlerle aktarmaktadır: “Hastaların nelere ihtiyacı var, beklentilerini vs. Hemşirelere de sorunca onlar ‘Hocam en çok yatakta nasıl abdest alabilirim konusunda zorlanıyorlar.’ diye ifade ettiler. Ben de teyemmüm taşı temin ettim. Şimdi hastalarımız o teyemmüm taşlarında abdestlerini alıp yataklarında namazlarını rahatlıkla kılabiliyorlar. Şimdi bu onlara moral veriyor mu kesinlikle veriyor. ...Dini noktada, dinlerini yaşama, ibadetlerini yapabilmeleri için gereken koşulları sağlamada yardımcı olduk. Hatta odalarında Kur’an bulunmasını sağladık. Bunlar güzel şeyler bunları gerçekleştirdik.”

Hastalar sıkıntılı süreçlerinde Yaratıcı ile olan ilişkilerini sorgulayabilmekte, Allah’ın kendilerini cezalandırdığını ve dualarına cevap vermediğini düşünebilmektedirler. Bu durum, inançlı bir hastanın Allah tarafından terk edildiğini, yalnız bırakıldığını düşünmesine sebep olabilmektedir. MD20, bu konudan şöyle söz etmektedir: “Mesela ben şöyle bir tepkiyle karşılaşmıştım. ‘Ya hocam ben normalde duama cevap olmadığını düşünmüştüm. Ama sizi öğrettiğiniz bu duanın kesinlikle cevabı var. Bu dua neticesinde benim ağrılarımın hafıfladığını görüyorum.’ Hasta şuna bakıyor, eğer dua ettikten sonra maddi olarak ağrısı hafıfladıyseniz kedisine cevap verildiğini düşünüyor. Bizler burada doktorlarla görüşmelerimiz neticesinde biliyoruz ki ağrı, biraz daha odaklanma meselesi. Siz ağrıya odaklanırsanız o ağrıyı daha çok hissedersiniz. Eğer çok ağrınız varken o ağrıyı odak noktanızdan çıkarmaya çalışacak argümanlarla kendinizi buluşturursanız ağrıyı hafif derecede hissedersiniz. Biz de burada duayla bunu yapmaya çalışıyoruz.”

Hastaların hastane ortamına uyum sağlamalarını zorlaştıran konulardan biri de hastane ortamında ibadetlerini yerine getirirken yaşadıkları sorunlardır. Elde edilen bulgulara göre hastalar, abdest almada yaşanan zorluklar, günlük rutin haline getirmiş oldukları Kur’anlarını okuyamama, namaz kılmak için kibleyi bulamama gibi çeşitli yönlerden sıkıntılar yaşayabilmektedir. Manevi destek personellerinin hastaların ibadetlerini yerine getirirken yaşadıkları problemlerde de destek sağladıkları görülmektedir.

g.c.d. Suçluluk ve Günahkarlık Duyguları

İnsanın başına bir sıkıntı geldiğinde çevresindekiler veya bizzat durumu yaşayan kişi, bu başına gelenlerin yaptığı yanlış bir davranıştan kaynaklı olduğunu, Allah’ın kendisini cezalandırdığını düşünebilmektedir. Bu durumda kişinin kendisini suçlaması ve günahkâr olduğunu düşünmesi, hastanın durumuna uyum sürecini zorlaştırmaktadır. Yaptığı davranışlardan dolayı yaşadıklarının başına geldiğini, günaha girdiği için cezalandırıldığını düşünüp sıkıntı, pişmanlık, suçluluk duyan bir hastanın durumunu MD1 şu sözlerle aktarmaktadır: “Bir hanımefendi vardı. Hasta

53-54 yaşlarında bir hanımefendi idi. Fizik tedavi merkezinde yatıyordu. “Bu yaşadığım olay benim suçum. Benim yüzümden oldu.” dedi. ‘Ben şu an yaptığım şeyin cezasını çekiyorum.’ şeklinde konuştu. Ben de ‘Niye öyle diyorsunuz?’ dedim. Hanımefendi evlilik için bir beyefendiyle tanışmış. Beyefendiyle ablasının yanına tatile gitmişler. Tabi ...hassasiyeti de var hanımefendinin. Ellili yaşlarda kapalı bir hanımefendi idi. ‘Görüştüğümüz ama ben ablamlarda kaldım, o otelde kaldı.’ dedi. Hemen onu belirtme ihtiyacı duydu yani. ‘Ama motora bindik biz ben onun arkasına bindim. Ayrı binmem gerekiyordu. Onunla binmemem gerekiyordu. Ama biz kaza yaptık.’ Ayaklarında bir sıkıntı oluşmuş çok yürüyemiyordu. ...Ağrısı çok fazlaydı. ... İkinci evliliğini gerçekleştirecekti. Çocukları da ‘Anne biz sana bakarız. Evlenmeni istemiyoruz.’ demişler. ‘Ben evlatlarımı da dinlemedim. Ama işte arkadaşlarım kanıma girdi.’ ... böyle deyince ben ‘... Öyle düşünmeyin, kendinizi de suçlamayın. Suçlama boyutunu geçin de bundan sonrası için ne yapacağınıza hayatınıza nasıl yön vereceğinize karar verin.’ dedim.” ... Sonra yaptığı yardımlardan sadakalardan bahsetti. ‘Ben iyi ki bunları yapmışım böylelikle Allah beni korudu.’ diyerek daha olumlu yöne çevirmeye başladı. Başta Allah’ın kendisini cezalandırdığını, suçlu olduğunu düşünürken görüşmenin sonuna doğru bu boyuta geldik.”

MD6’da hastaların başlarına gelen durumlar karşısında kaderi sorguladıklarını, suçluluk ve günahkarlık hissettiklerini şu sözlerle ifade etmektedir: “Kader problemi zaten başlı başına ağır vakalarda. Kader yaklaşımı işte ‘Bu benim kaderim midir hocam?’ yine ön plandadır. Günahkarlık boyutu yine ön plandadır. “Günahlarımdan dolayı mı ben bu hastalığa duçar oldum?’ ya da tam tersi ‘Hocam ben bu kadar namaz kılarken, bu kadar dini hayatıma dikkat ederken neden bu hastalık beni buldu?’ diyenler de olabiliyor. Tabi bu soruları cevaplandırabilecek tek bir birim var hastanede biraz önce de söylediğim gibi manevi danışmanlık birimi.”

Katılımcıların ifadelerinden de anlaşıldığı üzere hastalar, başlarına gelen hastalığı, yaptıkları bir hata veya günah sonucunda bir musibet, Allah’tan gelen bir ceza olarak görebilmektedirler. Manevi destek personellerinin hastaların benimsedikleri bu yanlış/olumsuz değerlendirmeyi farklı bakış açıları sunarak olumlu hale getirdikleri görülmektedir.

g.c.e. Yanlış Dini İnançlar

Kişilerin bağlı oldukları dini/manevi inançlar, hastalık sürecinde alacakları tedavi kararlarında da etkili olmaktadır. Hastaların dini/manevi hassasiyetleri, tıbbi olarak önerilen tedaviyle çatışabilmekte ve hastanın tedaviye uyumuna etki edebilmektedir. Yapılan araştırmalar, ağır hastalığı olan kişilerin tıbbi tedavilerine dair alacakları kararda dini/manevi inançlarının etkili olduğunu ortaya koymuştur (Jw vd., 1999).

MD9, din adı altında tedaviyi engelleyici yönlendirmeler sonrası hasta yakınlarının hastalarının tedavisine devam edip etmemesi konusunda kararsız kaldıklarını şöyle anlatmıştır: “*Son evresinde kanser hastası olan bir hastamız vardı. Hasta yakınları geldiler bana bir keresinde “Sizinle bir şey paylaşacağız. Biz falan yerden bir hoca duyduk. Onu hastamıza getirdik. O hastanın gözüne şöyle bir baktığı zaman hastamız iyi olacak mı olmayacak mı karar verecekmiz. Bu kişi hastamız ile görüşükten sonra ‘Sizin hastamız zaten ölecek, cennete gidecek. Sizin onu burada tutmanıza gerek yok.’ dedi. Ama biz şey yapamadık illa sizin fikrinizi almak istedik.” dediler. ...Artık hadislerle vs. tedavi olmamız gerektiğini anlattım, anlattım sonra da artık ‘Yine de siz bilirsiniz.’ dedim. Biz zorlamıyoruz. Sadece anlatıyoruz kararı onlar veriyor. Ertesi gün ‘Bu hasta duruyor mu yoksa çıktı mı?’ diye merak ediyorum. Gittim, baktım ki hasta yakınları kapının önünde. ...‘Ne yaptınız?’ dedim onlara. “...doğru söylüyorsunuz. Bizim tedaviye devam etmemiz lazım dedik ve çıkmadık, hastanede kaldık.’ dediler. Böyle direktten döndüler büyük bir yanlışla sapmaktan. Bakın travma durumunda insanlar ne yapacaklarını şaşırıyorlar. Tutunacak bir dal arıyorlar ve bu bazen yanlış yönlendirmelere yöneltebiliyor kişiyi. Bizim orada olmamız yanlış yönlendirmelere de engel oluyor.” Manevi destek görevlileriyle yapılan görüşmeler, hastanın tedavisinde alınacak yanlış bir kararın engellenmesi ve hastanın tedaviye devamının sağlanması açısından faydalı olmuştur. Bu ve benzeri yanlış dini anlayışların engellenmesi ve kişilerin doğru yönlendirilmesi açısından manevi desteğin hastanelerdeki varlığı önem arz etmektedir.*

S o n u ç

Puchalski, pek çok hastalığın tedavisi mümkün olmasa da iyileşme için yer olduğunu ifade etmektedir. İyileşmeyi ise insanın durumunu kabul etmesi ve yaşamıyla barışması olarak tanımlamaktadır (Puchalski, 2001: 352). Bu anlayış, devası olmayan hastalıklarda dahi hastanın psiko-sosyal-manevi iyi oluşuna katkı sağlanabileceğini hatırlatmaktadır. Maneviyatın, hastalık sürecinde yaşanan ıstırapı azaltıcı, iyi oluşu artırıcı bir kaynak olduğu yapılan araştırmalarla desteklenmektedir. Manevi destek, bütüncül bakım anlayışını takip ederek dini/manevi kaynaklardan referansla zorlu süreçlerde hastaların iyilik hallerine katkıda bulunmayı amaçlamaktadır (Özcan vd., 2020: 42; Tanyi, 2002: 503).

Yapılan çalışmalar, hastalık sürecinde hastalara sağlanan desteğin bireyler açısından büyük öneme sahip olduğunu vurgulamaktadır. Elde edilen bulgular maneviyatın; öfke düzeyinin azalmasında, memnuniyetin ve yaşam kalitesinin artmasında etkili olduğunu göstermektedir (M. J. Balboni vd., 2013; T. A. Balboni vd., 2010; Epstein-Peterson vd., 2015: 2). Araştırmalar, zorlu süreçlerden geçen kişilerde, maneviyatın önemli

bir destek kaynağı olduğunu ortaya koymaktadır (Ekşi, Kırca, vd., 2020: 332).

Araştırma sonuçlarının da gösterdiği üzere maneviyat, bütüncül bakım hizmetleri arasında mühim bir yer teşkil etmektedir. Bu çalışmada, ülkemizde henüz uygulanmaya başlanan manevi destek hizmetinin hastalığın meydana getirdiği kriz durumlarıyla başa çıkma ve psiko-sosyal uyum sağlama süreçlerinde hastalara ne gibi katkılar sağladığı araştırılmıştır. Hastaların uyumlarını etkileyen çeşitli etkenlerden çevresel ve dini/manevi etkenler incelenmiş, bu faktörlerin meydana getirdiği problemler karşısında manevi destek hizmetinin nasıl bir rol üstelendiği tespit edilmeye çalışılmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Çevresel faktörlerin incelendiği bulgularda manevi destek uzmanlarının %92'sinin hastaların uyum süreçlerinde çevreden gelen etkenleri önemli buldukları tespit edilmiştir. Hastayı etkileyen çevresel birçok faktör olmasının yanında bu çalışmada, sosyal bağlantıların uyum sürecindeki etkileri üzerinde durularak manevi destek hizmetinin süreçteki olası katkısına odaklanılmıştır. Elde edilen sonuçlara bakıldığında; hastaların yalnızlık, iletişim problemleri, ortama uyum sağlama noktalarında çevre kaynaklı uyum problemleri yaşadıkları görülmüştür. Manevi destek personellerinden %58'inin kanaatiyle yalnız ve yeterli sosyal desteğe sahip olmayan hastaların uyum sürecinde manevi destek hizmetine daha çok ihtiyaç duydukları tespit edilmiştir.

Bulgular; hastaların, hastalık sürecinde yakınlarıyla ve hastane personeliyle iletişim problemleri yaşayabildiklerini göstermiştir. Manevi destek hizmetinin, gerçekleşen anlaşmazlıkların çözümüne katkı sağlamanın hastanın uyum sürecini kolaylaştırdığı anlaşılmıştır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular ışığında hastalık kaynaklı, bireysel ve çevresel etkenler yanında dini/manevi etkenlerin de hastaların psiko-sosyal uyum süreçlerinde etkili bir faktör olduğu açığa çıkmıştır. Dini/manevi etkenlerin ele alındığı kısımda hastaların hastalık süreçlerinde anlam arayışı ve varoluşsal sorgulamalardan, suçluluk ve günahkârlık duygularından, ibadetlerle alakalı soru ve sorunlardan, olumsuz Tanrı tasavvuru ve olumsuz dini başa çıkma yaklaşımı benimsemelerinden ötürü problemler yaşadıkları, bu durumundan da uyum süreçlerini olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir. Manevi destek görüşmelerinde hastaların zihinlerini meşgul eden, cevaplayamadığı soruların beraberce çözüldüğü, suçluluk ve günahkârlık duygularının bertaraf edildiği, ibadetlerle ilgili sorunlara çözümler üretildiği, hastalara farklı bakış açıları su-

nulmasıyla, olumsuz Tanrı tasavvuru ve olumsuz dini başa çıkma yaklaşımlarının olumluya dönüşebildiği gözlemlenmiştir.

Bu çalışmada, ağır hastalıklarla karşı karşıya kalan kişilerin uyum süreçlerine etki eden çevre ve dini/manevi kaynaklı faktörler incelenmiştir. Bu etkenlerin hastaları nasıl etkiledikleri ve olumsuz etkilere karşı manevi destek hizmetinin hangi yönden katkı sağladığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Yapılan incelemeler ve elde edilen bulgular neticesinde uygulamanın bu iki faktör bazında hastaların uyum süreçlerine sağladıkları katkılar ortaya konulmaya çalışılmıştır. Çevresel ve dini/manevi etkenler başlıkları altında ele alınan her bir konu ayrı ayrı inceleme konusu olabilecek niteliktedir. Çalışmanın, alana ve yeni araştırmalara katkı sağlaması ümit edilmektedir.

Kaynaklar

Ağılkaya Şahin, Z. (2017). *Manevi bakım ve danışmanlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.

Akın, S., & Durna, Z. (2006). Kalp yetersizliği hastalarının psiko-sosyal uyumu. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 10(2), 1-8.

Altaş, N. (1999). Hastanelerde dini danışmanlık hizmetleri (Türkiye uygulaması üzerine deneysel bir araştırma). *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 39(1).

Astrow, A. B., Puchalski, C. M., & Sulmasy, D. P. (2001). Religion, spirituality and health care: Social, ethical and practical considerations. *The American Journal of Medicine*, 110(4), 283-287.

Ayten, A. (2012). *Tanrı'ya sığınmak: Dini başa çıkma üzerine psiko-sosyal bir araştırma* (2. bs). İstanbul: İz Yayıncılık.

Ayten, A. (2018). *Din ve sağlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.

Ayten, A., & Düzgüner, S. (2020). *Manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri temel bilgiler kılavuzu*. Ed. A. Ayten & S. Düzgüner, Ed. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Ayten, A., & Karagöz, S. (2019). Kanser tanılı hasta ve yakınlarına yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Farklı Alanlardan Araştırma Bulguları ve Değerlendirmeler* (ss. 187-132). İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Ayten, A., Koç, M., Tınaz, N., & Meydan, H. (2018). Bireyin manevi potansiyel ve ihtiyaçlarını dikkate alan bir din eğitimi anlayışı üzerine değerlendirmeler. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. (ss. 213-257). Ed. A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz. (2. baskı, Cilt 1). İstanbul: Dem Yayınları.

Ayten, A., & Özkan, A. (2020). *Hastanelerde manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri*. Ed. A. Ayten & S. Düzgüner. (2. baskı). Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Balboni, M. J., Sullivan, A., Amobi, A., Phelps, A. C., Gorman, D. P., Zollfrank, A., Peteet, J. R., Prigerson, H. G., Vanderweele, T. J., & Balboni, T. A. (2013). Why is spiritual care infrequent at the end of life? Spiritual care perceptions among patients, nurses and physicians and the role of training. *Journal of Clinical Oncology: Official Journal of the American Society of Clinical Oncology*, 31(4), 461-467.

Balboni, T. A., Paulk, M. E., Balboni, M. J., Phelps, A. C., Loggers, E. T., Wright, A. A., Block, S. D., Lewis, E. F., Peteet, J. R., & Prigerson, H. G. (2010). Provision of spiritual care to patients with advanced cancer: Associations with medical care and quality of life near death. *Journal of Clinical Oncology: Official Journal of the American Society of Clinical Oncology*, 28(3), 445-452.

Chochinov, H., & Cann, B. (2005). Interventions to enhance the spiritual aspects of dying. *Journal of Palliative Medicine*, 8(1), 103-115.

Çam, M. O., Saka, Ş., & Babacan Gümüş, A. (2009). Meme kanserli hastaların psikososyal uyumlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Meme Sağlığı Dergisi*, 5(2), 73-81.

Çam, O., & Nehir, S. (2011). Miyokard infarktüsü geçirmiş hastaların psikososyal uyumları ile depresyon ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 27(2), 47-59.

Düzgüner, S. (2013). *Maneviyat algısı ve diğer kâmlukla ilişkisi: Kan bağışi örneğinde Türkiye ve Amerika karşılaştırmalı nitel bir araştırma*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi.

Ekşi, H., Kaya, Ç., & Çiftçi, M. (2016). Maneviyat ve psikolojik danışma. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* (ss. 13-28). Ed. H. Ekşi & Ç. Kaya. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Ekşi, H., Kaya, Ç., & Okan, N. (2020). Maneviyat ve psikolojik danışma. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma* (ss. 1-24). Ed. H. Ekşi. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Ekşi, H., Kırca, B., Aydoğdu, B. N., & Saruhan, V. (2020). Manevi danışmanlık uygulama alanları. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma* (ss. 300-340). Ed. H. Ekşi. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Epstein-Peterson, Z. D., Sullivan, A. J., Enzinger, A. C., Trevino, K. M., Zollfrank, A. A., Balboni, M. J., Vanderweele, T. J., & Balboni, T. A. (2015). Examining forms of spiritual care provided in the advanced cancer setting. *The American Journal of Hospice & Palliative Care*, 32(7), 750-757.

H. Sinem, U. B. (2016). Dini danışmanlık eğitimi: AAPC akrediyasyon kriterlerinin Türkiye açısından değerlendirilmesi. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 259-302). Ed. A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz. (Cilt 1). İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58(1), 64-74. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.64>

House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science (New York, N.Y.)*, 241(4865), 540-545.

İslamoğlu, A. H., & Alınacı, Ü. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri (SPSS Uygulamalı)* (5. bs). İstanbul: Beta Yayınları.

James, W. (2017). *Dinsel deneyimin çeşitleri* (Çev. İ. H. Yılmaz). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Jw, E., Bb, O., Th, S., Rc, C., & J, H.-F. (1999). Do patients want physicians to inquire about their spiritual or religious beliefs if they become gravely ill?. *Archives of Internal Medicine*, 159(15), 1803-1806.

Karaaslan, S. (2018). Manevi bakım hizmetlerinde etik kurallar ve profesyonel standartlar (ABD, Kanada ve İngiltere örnekleri). [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 281-302). Ed. A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz. (2. baskı, Cilt 1) İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Karagül, A. (2012). Manevi bakım, anlamı, önemi, yöntemi ve eğitimi: Hollanda örneği. *Dini Araştırmalar*, 15(40), 5-27.

Kesgin, H. (2020). Sosyal hizmet kurumlarında manevi destek hizmetleri. [içinde] *Maneviyata Duyarlı Sosyal Hizmet* (ss. 243-270). Ankara: Grafiker Yayınları.

Kılınçer, H. (2017). Manevi danışmanlık ve rehberlik (MDR) üzerine: Psikoloji, ilahiyat ve tıp alanlarında maneviyat ve MDR algısı. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Teori ve Uygulama Alanları* (ss. 19-60). Ed. A. Ayten. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Kocaman, N. (2010). Hastaların psikososyal tepkilerini etkileyen faktörler. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1), 101-112.

Koç, M. (2018). Diyanet İşleri Başkanlığı'nın hastanelerdeki manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri (1995-2015): Sınırlılıklar ve bir eğitim programı önerisi. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 321-362). Ed. A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz. (2. basım, Cilt 1). İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Koenig, H. G. (2005). *Faith and mental health: Religious resources for healing*. US: Templeton Foundation Press.

Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 2012, 1-33.

Morris, G. J., & McAdie, T. (2009). Are personality, well-being and death anxiety related to religious affiliation? *Mental Health, Religion & Culture*, 12(2), 115-120.

Nelson, C. J., Jacobson, C. M., Weinberger, M. I., Bhaskaran, V., Rosenfeld, B., Breitbart, W., & Roth, A. (2009). The role of spirituality in the relationship between religiosity and depression in prostate cancer patients. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, 38(2), 105-114.

Ok, Ü., Gedik, Z., & Erşahin, Z. (2019). *Hastalar için manevi bakım*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Özcan, G., Erduran Tekin, Ö., & Kaplaner, K. (2020). Psikolojik danışma kuramları ve maneviyat. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma* (ss. 25-68). Ed. H. Ekşi. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Özkan, A. (2017). Hastanelerde sunulan manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri üzerine bir araştırma. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Teori ve Uygulama Alanları* (ss. 61-101). Ed. A. Ayten. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Özkan, S. (1993). *Psikiyatrik tıp: Konsültasyon-Liyezyon psikiyatrisi*. İstanbul: Roche Yayınları.

Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tarakeshwar, N., & Hahn, J. (2004). Religious coping methods as predictors of psychological, physical and spiritual outcomes among medically ill elderly patients: A two-year longitudinal study. *Journal of Health Psychology*, 9(6), 713-730.

Price, S. D., & Callahan, J. L. (2017). Religious attendance serves as a protective variable against suicidal ideation during treatment. *Pastoral Psychology*, 66(1), 103-115.

Puchalski, C. M. (2001). The role of spirituality in health care. *Proceedings (Baylor University. Medical Center)*, 14(4), 352-357.

Ramírez-Johnson, J., Fayard, C., Garberoglio, C., & Jorge Ramírez, C. M. (2002). Is faith an emotion? Faith as a meaning-making affective process: An example from breast cancer patients. *American Behavioral Scientist*, 45(12), 1839-1853.

Riegel, B., & Carlson, B. (2002). Facilitators and barriers to heart failure self-care. *Patient Education and Counseling*, 46(4), 287-295.

Rockwell, J. M., & Riegel, B. (2001). Predictors of self-care in persons with heart failure. *Heart & Lung*, 30(1), 18-25.

Sağlam, İ., & Yüksel, Z. (2016). Psiko-sosyal destek ve manevi bakım uygulamaları: Augsburg örneği. [içinde] *Dezavantajlı Gruplar Psiko-Sosyal ve Manevi Bakım* (ss. 203-224). Ed. İ. Çapcıoğlu & F. Z. Belen. Ankara: Grafiker Yayınları.

Seçer, İ., Yıldırım, M., Karabulut, F., Dağcı, A., Angın, N. Y., Vural, M. E., Bayram, N. N., Çinici, M., & Kızılgeçit, M. (2021). Covid-19

sürecinde yaşlılarda ruh sağlığı ve dinî başa çıkma uygulamalı bir model geliştirilmesi ve etkililiğinin test edilmesinin tanıtımı. [içinde] *Olağanüstü Durumlarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Disiplinlerarası Araştırmalar* (ss. 249-273). Ed. Ö. F. Söylev, O. Gürsu, & B. Demirtaş. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Sokol, D. (2020). Religion and spirituality in medicine: Friend or foe? *BMJ (Clinical research ed.)*, 368, 106.

Şimşek, H., & Yıldırım, A. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (11. bs). Ankara: Seçkin Yayınları.

Şirin, T. (2016). Manevi danışma ve rehberlikte yeni bir model önerisi: İ.H.S.A.N modeli ve vaka sunumu. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 187-211). Ed. A. Ayten, M. Koç, & N. Tınaz. (2. baskı, Cilt 1) İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Tanyi, R. A. (2002). Towards clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, 39(5), 500-509.

Wright, L. M. (2005). *Spirituality, suffering and illness: Ideas for healing*. Philadelphia: F.A. Davis Co.

Yapıcı, A. (2007). *Ruh sağlığı ve din / Psiko-sosyal uyum ve dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi.

Yates, J. W., Chalmer, B. J., St James, P., Follansbee, M., & McKegey, F. P. (1981). Religion in patients with advanced cancer. *Medical and Pediatric Oncology*, 9(2), 121-128.

Yücel, F. (2018). ABD’de Müslümanlara yönelik dini danışmanlık eğitimi (Hartford Seminary örneği). [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 373-394) Ed. A. Ayten, M. Koç, & T. Tınaz. (2. baskı, Cilt 1) İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2013). Dindarlık ve maneviyat. [içinde] *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgili Alanları* (ss. 61-102) Ed. İ. Çapcıoğlu, A. Ayten, R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Ed.), & S. Düzgüner (Çev.). Phoenix Yayınevi.

Zinnbauer, B. J., Pargament, 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(4), 549–564.

* Bu makale, birinci yazarın *Manevi destek uzmanlarına göre hastanelerdeki manevi destek hizmetinin psiko-sosyal uyuma etkisi* (2022) başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 101-118
Issue: 7 • June 2023 • 101-118



Manevi Danışmanlık ile Hürmanist Psikoloji Arasındaki İlişki

Relationship between Spiritual Counseling and Humanistic
Psychology



Ayşe Nural

Yüksek Lisans Öğrencisi
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: aysenural@gmail.com
Orcid: 0000-0002-5752-7124
İstanbul / Türkiye

Ülkü Tosun

Doç. Dr.
İstanbul Medipol Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
E-posta: utosun@medipol.edu.tr
Orcid: 0000-0002-7273-2513
İstanbul / Türkiye

MA Student
Istanbul Sabahattin Zaim University
Institute of Social Sciences
E-mail: aysenural@gmail.com
Orcid: 0000-0002-5752-7124
Istanbul / Turkey

Associate Professor
Istanbul Medipol University
Faculty of Education
E-mail: utosun@medipol.edu.tr
Orcid: 0000-0002-7273-2513
Istanbul / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1133875>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 21 Haziran 2022 • 21 June 2022
Kabul Tarihi • Accepted 21 Mayıs 2023 • 21 May 2023

Ö z e t

Tarihsel olarak Orta Çağdan beri uygulanmakta olan manevi danışmanlık, bireyin psikolojik iyilik halinin devam ettirilmesi sürecinde manevi yöne vurgu yaparak alternatif çözüm yolları sunmaktadır. Bu konuda ilk çalışmalar, İslam dışındaki dinlerde ve özellikle Hıristiyanlıkta başladığı için bu dinlerle ilgili kültürel özellikleri de yansıtmaktadır. Ülkemizde son yıllarda gelişmeye başlayan manevi danışmanlık için toplumumuzun din ve kültür anlayışıyla uyumlu modellere ihtiyaç vardır. Manevi danışmanlık; sıcak, samimi ve güven içeren bir danışmanlık sürecidir ve benzer özellikler, varoluşsal kaygılara ve insanın anlam arayışına dayanan hümanist psikoloji yaklaşımında da görülmektedir. Bu ikisi arasında, bazılarının içeriklerinde benzerlikler bazılarında da farklılıklar görülmesine rağmen kavramsal olarak örtüşmektedir. Ortak unsurlarının ortaya çıkarılabilmesi amacıyla her iki danışmanlık alanı; özellikleri, tarihsel gelişimleri, vurguladıkları alanlar ve çeşitleri açısından ayrı başlıklar altında incelenmiştir. Böylece çalışmanın amacını, danışanı merkeze alan ve koşulsuz kabul gösteren hümanistik psikolojinin Müslümanlık inancı temelindeki manevi danışmanlıkla bağlarının incelenmesi oluşturmuştur. Literatürde, çeşitli psikolojik kuram ve ekollerle bağlantısı incelenen manevi danışmanlık kuramının, kişi merkezli danışmanlık sürecine odaklanan hümanist psikoloji yaklaşımları ile karşılaştırmalı olarak incelendiği bir çalışmanın olmaması, bu çalışmanın gerekçesini oluşturmuştur. Çalışmada kavramların farklı yönlerinin incelendiği, değerlendirildiği, literatür kaynaklarının derlendiği çalışma usulü takip edilmiş olup konu derinliğinin anlaşılması bakımından geçmiş-şimdi-gelecek arasındaki bağlantıların ve çıkarımların yapılmasında ve aktarılmasında etkili bir model olan hermenötik tarama modeli kullanılmıştır. Manevi danışmanlık ve hümanistik psikoloji yaklaşımlarının benzerlik ve farklılıklarının ele alındığı sonuç bölümünde ise hem isimleri hem de içerikleri açısından benzerlikler bulunan konular şunlardır: Koşulsuz olumlu kabul, insanın önemi, iyilik hali ve anlam arayışı. İsimleri örtüşmekle birlikte içeriklerinin göreceli olarak farklı olduğu konular ise şöyledir: İnsanın özgürlüğü ve özgür irade, ahlak ve sorumluluk, kötülük, dogma ve diyalektik bakış. Sonuç olarak, her iki danışmanlık yaklaşımının da insan unsuruna ve manevi öğelere odaklanmış olmaları nedeniyle kültürümüzle de uyumlu görülen hümanistik psikoloji yaklaşımlarındaki yapılandırılmış danışmanlık süreçlerinin manevi danışmanlık görüşmelerinde kullanılması, danışanlar için yararlı ve süreçler açısından kolaylaştırıcı olacağı öngörülmektedir.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Maneviyat
Psikolojik danışmanlık • Hümanizm • Hümanistik psikoloji

A b s t r a c t

Spiritual counseling, which has been practiced since the Middle Ages, offers alternative solutions by emphasizing the spiritual aspect in maintaining psychological well-being. Since its initial development in Christianity, spiritual counseling also reflects the cultural characteristics of this religion. As spiritual counseling has gained attention in recent years in our country, there is a need for models that are compatible with our society's understanding of religion and culture. Spiritual counseling involves a warm, sincere, and trusting counseling process, which shares similarities with the humanistic psychology approach based on existential concerns and the human search for meaning. While there are similarities and differences between these two approaches, they overlap conceptually. To identify common elements, both counseling fields were examined separately in terms of their characteristics, historical development, emphasized areas, and types. Thus, the purpose of this study is to explore the connection between humanistic psychology, which centers around the client and shows unconditional acceptance, and spiritual counseling based on Islamic faith. Although spiritual counseling theory has been studied in relation to various psychological theories and approaches in the literature, there is no comparative study examining it in connection with person-centered counseling processes within humanistic psychology. Therefore, this study aims to fill this gap by examining humanistic psychology approaches that focus on person-centered counseling and comparing them with spiritual counseling processes. The study followed a methodology of examining and evaluating different aspects of the concepts, and employed the hermeneutic scanning model to establish connections and draw inferences between the past, present, and future. The conclusion section discusses the similarities and differences between spiritual counseling and humanistic psychology approaches. The topics that show both conceptual and content similarities include unconditional positive regard, the value of the individual, psychological well-being, and the search for meaning. On the other hand, topics that have relative differences in content, despite overlapping in terminology, include human freedom and free will, morality and responsibility, harm, dogma, and dialectical perspective. In conclusion, it is anticipated that the structured counseling processes of humanistic psychology approaches, which focus on the individual and spiritual factors, will be beneficial and facilitate the spiritual counseling sessions in our culture.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Spirituality
Psychological counseling • Humanism • Humanistic psychology

Giriş

Manevi danışmanlık, psikolojideki temel kuramlar ve yaklaşımlardan uzun yıllar önce var olsa da psikoloji alanyazınında son yıllarda yer alabilmiştir (Corsini ve Wedding, 2012). Manevi danışmanlık, bireyin psikolojik iyilik halinin manevi yanına vurgu yaparak, bu yönde var olan eksikliklerin, sorun ve sıkıntıların giderilmesine çözüm bulmaya çalışmaktadır.

Tarihsel olarak toplumlar din adamlarından, bireylere yalnızca dini konularda bilgi vermeleri ve yönlendirmeleri değil, aynı zamanda ihtiyacı olanlarla daha yakından ilgilenmeleri ve manevi destek vermeleri gibi beklentiler içinde olmuşlardır. Orta Çağ'daki skolastik düşünce ve din adamlarının yaşadıkları toplumlar üzerindeki etkilerine dayalı olarak manevi danışmanlık hizmetlerinin de faaliyette olduğu dikkatleri çekmektedir (Ertunç, 2021). Bu dönemdeki manevi danışmanlığın temel ilkeleri; başvuruda bulunan kişiyi iyileştirme, destekleme ve yönlendirme şeklinde açıklanabilmektedir (Koç, 2012).

Benzer özellikler, günümüzde bilimsel olarak geliştirilmiş hümanistik psikoloji yaklaşımlarında da bulunmaktadır. İnsan merkezli olarak yapılandırılan hümanist psikolojide kişinin özgür iradesi, biricikliği ve varoluşundaki anlam arayışına vurgu yapılmaktadır. Danışmanlık sürecindeki gelişme ve değişim, kişinin kendi sorumluluğundadır (Burger, 2006). Kişinin kendi davranışlarından sorumlu olmasının, manevi danışmanlık alanında da karşılığı bulunmaktadır. Örneğin: “Allah, insanı hem kötülük yapma hem de kötülükten sakınma yeteneği ile yaratmıştır” (Şems Suresi 91/7-10, akt. Kırcı, 2018: 21). Hümanist psikolojide kişinin farkındalığının artmasına katkıda bulunmak için ‘şimdi ve burada’ ilkesi ile fenomenolojik alan ilkeleri uygulanmaktadır (Özen ve Gülaçtı, 2012; Soysal, Bodur & Hızlı, 2005). İnançlar açısından incelendiğinde de kişilerarası ilişkilerde kişinin, hangi yeteneklerini kullandığına/kullanacağına karar verebilmesi için kendisiyle ilgili farkındalığının artması, kendini tanıması önemli ve gerekli görülmektedir.

Hümanistik psikolojideki danışmanlıkla ilgili bilgiler ve ilkelerin manevi danışmanlıkta kullanılması bir yandan danışmanlık sürecine akıcılık getirirken diğer yandan da danışanın kişisel gelişimine destek olarak, manevi danışmanlığın psikolojik yönlerden güçlenmesine katkıda bulunacaktır. Bu çalışmada da manevi danışmanlık ile hümanistik psikoloji temelindeki yaklaşımların kuramsal temelde birbirleriyle ilişkili oldukları ortaya konulmaya çalışılmıştır. Çalışmada ulaşılmak istenen hedef, hümanistik psikolojide kullanılan terapi tekniklerinin manevi danışmanlıkta kolayca ve rahatça kullanılabilmesinin fark edilmesini sağlamaktır.

a. Problem

Manevi danışmanlık, ülkemizde son yıllarda çalışılmaya ve ilgi gösterilmeye başlanan bir alan olmakla birlikte, geliştirilmeye ve incelenmeye de ihtiyacı olan bir konudur (Gökmen, 2021). Manevi danışmanlıkla ilgili alanyazın incelendiğinde farklı psikolojik kuram ve yaklaşımlarla ilişkilerinin araştırıldığı görülmektedir. Manevi danışmanlık ve rehberlikte logo terapinin uygulanabilirliği (Özoğul, 2020), manevi danışmanlıkta öyküsel terapi ve anlam arayışı (Vural İncir, 2019) ve manevi danışmanlık ve varoluşçu psikoterapi (Dilan, 2019) çalışmaları bunlardan bazılarıdır.

Bu çalışma, iki kuramsal görüşün teorik temellerini, tarihsel gelişimlerini ve terapi sürecinde kullanıldıkları bilgi ve teknikleri kapsamaktadır. Çalışma, manevi danışmanlık ile hümanistik psikoloji yaklaşımları arasındaki ilişkileri, benzerlikleri yanı sıra farklılıkları açısından da karşılaştırdığı için önemlidir. Çalışmada amaçlanan, hümanistik psikoloji yaklaşımlarında görülen, öğrenilmesi ve uygulanması göreceli olarak kolay olan bilgi ve tekniklerin, Müslümanlık inancına sahip olan kültürümüzde başlayan manevi danışmanlık etkinlikleri için kolaylaştırıcı unsurlar taşıdığı fark edilmesinin sağlanmasıdır. Hümanistik psikoloji yaklaşımlarındaki temel unsurları, manevi danışmanlıkla karşılaştırmalı olarak sunması nedeniyle özgün bir çalışma olmuştur. Hümanistik yaklaşımlarda dine vurgu yapılan çalışmaların varlığı bilinmektedir. Örneğin; Taylor (2007, akt. Kayıntu, 2019), hümanizm ile din olgularının birbirlerini tamamladığını savunmaktadır. Manevi danışmanlık ile hümanistik psikolojideki yaklaşımların pek çok kavramda benzer özelliklere sahip olmaları, farklı özellikler yansıttıkları konularda bile aynı kavramlara vurgu yapmaları ve ülkemizde bu konuda karşılaştırmalı bir çalışmaya rastlanmamış olması bu çalışmanın gerekliliğini oluşturmuştur.

Çalışmanın temel problemi: Birey merkezli danışmanlık sürecine odaklanan hümanistik psikoloji yaklaşımlarında kullanılan unsurlar, manevi danışmanlık süreçlerinde de uygulanabilir mi?

b. Amaç

Bu çalışmanın amacı; danışanı merkeze alan ve koşulsuz kabul gösteren hümanistik psikolojinin, Müslümanlık inancı temelindeki manevi danışmanlıkla bağlarının incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevaplar aranmıştır.

1. Manevi danışmanlık yaklaşımı ile hümanistik psikoloji yaklaşımları arasındaki benzerlikler nelerdir?

2. Manevi danışmanlık yaklaşımı ile hümanistik psikoloji yaklaşımları arasındaki farklılıklar nelerdir?

c. Yöntem

Yapılan çalışmada, teoloji alanında sıklıkla kullanılan nitel araştırma yöntemlerinden hermenötik tarama modeli kullanılmıştır (Özcan, 1998). Hermenötik model; özellikle dini, felsefi ve akıl yürütme ile ilgili konularda, anlayış ve iletişim sanatlarını da içeren bir yorumlama yöntemidir (Wikipedia, 2022). Alanyazında incelenen kaynaklar, manevi danışmanlık ve hümanistik psikoloji yaklaşımları başlıkları altında, özellikleri, tarihsel gelişimleri ve içerdikleri farklı yaklaşımlar açısından ayrı ayrı ele alınmışlardır. Sonuç bölümünde araştırmanın soruları temelinde, benzerlikleri ve farklılıkları açısından karşılaştırılarak birbirlerine olan yakınlıkları ortaya konmaya çalışılmıştır.

d. Manevi Danışmanlık ve Uygulama Alanları

Manevi danışmanlık, psikoloji alanındaki bilimsel bilgilere teolojinin katkılarının dahil edildiği bir danışmanlık modelidir (Koç, 2020). Türkçe anlamı ile görülmeyen, duyularla erişilebilen ve ruhani anlamlara gelen manevi kelimesinden türetilen maneviyat, maddi öğelerle ilişkili olmayan, bireyin içsel yönünü yansıtan kavramlarla tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu, 2021). İnsanlık, varoluştan bu yana manevi değerler ve dini yönelimlere ihtiyaç duymuştur. Topluların din görevlileri ve önderleri, toplum içinde dinin manevi iyileştirici yanını vurgulamış veya farklı zamanlarda bunu bir zorbalık olarak da kullanmışlardır (Asamoah, 2018; Gökmen, 2021).

Hekimler ve sağlık personeli insanın fiziksel sağlık boyutuna; psikologlar, psikolojik danışmanlar ve psikiyatristler de psiko-sosyal boyutuna yardım sunmaktadırlar. Manevi danışmanlar ise kişilerin kendi sorunlarına, inançlarıyla bağlantılı çözümler üretmelerinde yardımcı olmaktadır (Güven, 2021). Özellikle Hıristiyan Batı dünyasında önemli yeri olan manevi danışmanlığın amaçları içinde manevi eksikliklerin giderilmesi, anlam arayışına çözüm sunmak, farklı ruhsal sorunlarda yardımcı olmak ve toplumsal işlevselliğin yeniden kazanılması için bir süreç yürütme bulunmaktadır (Ağilkaya-Şahin, 2016; Şimşek, 2019; Yıldırım, 2019). Manevi danışmanlıkta iyileştirme, destekleme ve yönlendirme ilkeleri benimsenmekte ve uygulanmaktadır (Koç, 2012). 2019 yılında gerçekleştirdiği çalışmada Şimşek, manevi danışmanlığın temel ilkelerini yedi başlıkta toplamaktadır: İçtenlik, koşulsuz kabul, empati, somutluk, pozitif atmosfer, doğallık, tutarlık ve güven.

Bu ilkeler birçok farklı alanlarda kullanılabilir. Ülkemizde

manevi danışmanlık; kurumsal ve sistemli bir biçimde hasta ve hasta yakınlarına yardım sağlamada Sağlık Bakanlığı (Altıntaş, 2018); aile bireyleri ve toplumsal bağların korunmasında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (Kaya, 2020); cezaevleri ve adli süreçler için Adalet Bakanlığı (Kesgin ve Erdem, 2018), insanların manevi ihtiyaçlarının karşılanması için Diyanet İşleri Başkanlığı (Topuz, 2015) ve madde bağımlılığı ile mücadele eden kurumlar (Çoban, 2016) bünyesinde çalışma alanı bulmaktadır.

d.a. Manevi Danışmanlığın Tarihi

ABD’de 1946 yılında kurulan Amerikan Katolik Psikoloji Derneği (ACPA) 1970’lerde Amerikan Psikoloji derneği kapsamında ‘dinsel konularla ilgilenen psikologlar’ kategorisinde çalışmalarını yürütmüştür (Koç, 2012). Manevi danışmanlık kavramının kurumsal olarak danışmanlık alanında yer alması, 1963 yılında Amerikan Manevi Danışmanlık Derneğinin (AAPC) kurulması ile gerçekleşmiştir. 1970’lerde Hıristiyan Psikolojik Çalışmaları Derneği (CAPS), Protestan Hıristiyanlar arasında yaygın kabul görmüştür. Almanya’daki din görevlileri; hastanelerde hastalara, ölümü yaklaşanlara, intihar eğilimi gösterenlere ve cezaevlerindeki suçlulara, sahip oldukları dinsel bilgileri aktararak manevi değerlerinin güçlenmesine katkıda bulunmak suretiyle manevi danışmanlığın yararlarının toplum tarafından fark edilmesini sağlamışlardır (Güven, 2020; Sered, 2009). İngiltere’de 1940’lı yıllarda ‘Birleşik Krallık Ulusal Sağlık Servisi’ (NHS) içinde yer alan manevi ve kültürel hizmetler biriminde çalışan papazlar, hastanelerde hastalarla ilgilenmişler ve 1950’li yıllarda hazırlanan ruh sağlığı yasasında papazların manevi danışmanlık görevleri yasal olarak tanınmıştır (Koç, 2012).

Maneviyat ve sezgi kavramlarını ön plana çıkaran psikolog C.G. Jung, maneviyat gelişim sürecine paralel bir gelişim süreci öneren psikolog A. Maslow, din psikoloğu James ve psikiyatrist Menninger’in çalışmaları manevi danışmanlık alanında görülen psikoloji temelli öncü çalışmalar olarak nitelenebilmektedir (Aka, 2020). Yurt dışında sistemli bir şekilde yürütülen manevi danışmanlık hizmetlerinin ülkemizde de uygulanabilmesi için 1990’lı yıllarda ilk resmi adımlar atılmış fakat ancak 1.5 yıl devam etmiştir. 2015 yılında Avrupa Birliği’ne uyum süreci çerçevesinde hazırlanan ve hayata geçirilen protokol ile ülkemizde de manevi danışmanlığın sistemli bir yapıya kavuşması amaçlanmıştır. Günümüzde İslam konusunda teolojik bilgiye sahip olan manevi danışmanlar alanda çalışmalarına devam etmektedirler (Koç, 2018).

d.b. Batı Toplumlarında Manevi Danışmanlık

Manevi danışmanlık kökenlerini Antik Yunan ve Roma kültürlerinden almaktadır. Çok tanrıcılık kültüründen ve felsefi düşünürlerin katkılarından köklenen manevi danışmanlık, Hıristiyanlığın kabulü ve yaygınlaşması ile daha fazla etkili olmuştur (Ağılkaya-Şahin, 2016). Manevi danışmanlığın sistemli temelleri ise Anton Boisen tarafından 1900'lü yıllarda atılmıştır. Boisen, 'Teolojinin Görevi ve Metotları' isimli eserinde dinsel inançları, bunların etkilerini ve insanlara faydalarını incelemiştir (akt: Koç, 2012).

Batı'da manevi danışmanlığın yerleşmesi ve kurumsal hale gelmesi resmi eğitimlerinin başlamasıyla olmuştur. Birleşik Krallık'ta 2011-2020 yılları arasında, eğitim alanında radikal değişiklikler yapılmıştır. Hıristiyanlık diniyle ilgili bilgileri empoze etmeyi amaç edinen manevi danışmanlık hizmetlerinde, üniversitelerde lisans ve yüksek lisans/doktora imkanlarının tanındığı ve özel enstitülerde de farklı eğitimlerin verildiği bilinmektedir (Koç, 2020). Aynı şekilde Amerikan Dini Danışmanlar Birliği, manevi danışmanlık alanına yönelik çalışanlara ve uzmanlara yönelik etik ilkeleri aşağıdaki gibi oluşturmuştur (Dilan, 2019; Eliason, Lepore ve Holmes, 2013):

- (a) Dini inanç ve değerlere koşulsuz saygı duyulmalıdır.
- (b) Dini ve psikolojik bilgi konusunda ehil olunmalıdır.
- (c) Toplumdaki dini kurumlara karşı yükümlülük vardır.
- (d) Tefrika yapmaktan kaçınılmalıdır.
- (e) Birey-toplum ve toplum-birey ilişkisi göz ardı edilmemelidir.
- (f) Çok uluslu yapı göz önüne alınmalıdır.
- (g) Profesyonellik ön planda tutulmalıdır.
- (h) Kişisel haklara saygı ve gizlilik esasları gözetilmelidir.
- (i) Danışmanın faydası ve menfaatleri önceliklidir.

d.c. Türkiye'de Manevi Danışmanlık

Yenen (2017), Türkiye'de son dönemlerde manevi danışmanlık alanında gelişmeler olduğunu fakat bu gelişmelerin 1995-1996 yıllarındaki tecrübeye benzer şekilde olgunlaşmadığı ve verimsiz görüldüğünü aktarmıştır. Diyanet İşleri Başkanlığıyla ilişkili 83 görevli, Sağlık Bakanlığı bünyesindeki hastanelerde manevi danışma ve rehberlik hizmeti vermektedir. Fakat bu hizmetin hastanelerle kısıtlı kaldığı başka bölüm ve alanlarda yeterince geliştirilmediğine dair kaygılar bulunmaktadır. Bu durumda ülkemiz özelinde, manevi danışmanlığın sadece hasta ve hasta yakınlarına dönük destek olarak değerlendirilmesi gibi dar ve kısır bir görüşün kökleşmesindeki çekincelere işaret edilmektedir.

Manevi danışmanlık tarihi genellikle Batı kültürü ve Hıristiyan

ilahiyatına dayandığı için temel İslam esas ve uygulamalarıyla çelişmeyen bir manevi danışmanlık modeline ihtiyaç duyulmaktadır. Bu ihtiyaç doğrultusunda Şirin (2013), yaptığı çalışmasında İHSAN (ihtiyaç, hedef ve stratejik eylem planı belirleme, adımlama, neticelendirme) adıyla simgeleştirdiği bir manevi danışmanlık modeli önermiştir. Bu model İslami uygulamalar ve tasavvuftaki İslam-İman-İhsan aşamaları korunarak oluşturulmuştur. Bir diğer model önerisi de ‘İslami Psikolojik Danışma Modelleri’ adı ile var olmuştur. Bilişsel psikoloji kuramı ile İslami ilkeleri birleştirme prensibinde oluşan bu modelin, İslami yönünün daha yoğun olduğu görülmektedir (Peçenek, 2019).

İslam dininin insana karşı hümanistik bakış açısı, ülkemizde geliştirilen manevi danışmanlık modellerindeki hümanistik yanları da göstermektedir. Özellikle Kur’an-ı Kerim’de yer alan emir ve hükümlerin yanında, Hz. Peygamberin yaşantısı içindeki sünnet ve öneriler, bireyin değerini ve önemini vurgulayan içeriklere sahiptirler. Bu bağlamda hümanistik psikoloji alanındaki bilgilerin ülkemizdeki manevi danışmanlık ekolünün özellikleriyle örtüşmekte olduğu öngörülebilmektedir (Korkmaz, 2017).

e. Hümanistik Psikolojinin Özellikleri

Varoluşçu felsefenin anlam arayışı ve varlık sorunsalı ile ortaya çıkmış olan hümanistik ekol, insanı ve değerini merkeze alan bir anlayıştır. Hümanistik psikoloji bireyin biricikliğini vurgularken, anlamlı bir yaşam arayışına yönelik etkili öneriler sunmaktadır (Burger, 2006). Hümanistik psikologlar, bireylerin yaşam içinde attığı adımlardan ve aldığı kararlardan dolayı sorumlulukları olduğunu belirtmektedirler. Edilgen bir yaşam yerine sorumluluklar temelinde etkin bir hayat ön plana çıkmaktadır (Özen ve Gülaçtı, 2012). Bunun yanında ‘şimdi ve burada’ ilkesi de hümanistik yaklaşımda önemli bir kavramdır. Geçmişin kaygılarından ve korkularından ve geleceğe yönelik kompleks düşünceler ve planlardan uzakta ‘an’ın önemine odaklanılmaktadır (Sosyal, Bodur ve Hızlı, 2005).

Hümanistik psikolojinin bireye verdiği ‘önem ve değer’ fenomenoloji kavramında karşılık bulmaktadır. Hümanistik psikologlar her bireyin tek ve biricik olduğunu düşünmektedirler. Bu nedenle her bireyin düşünce ve duyguları da birbirinden farklılık göstermekte ve bireye yaklaşımın belirlenmesinde bu fenomenoloji etkili olmaktadır. Hümanistik psikoloji öncüleri kişisel gelişim kavramı üzerine geliştirdikleri kuramlarla ön plana çıkmışlardır. Kişisel gelişim kavramı içinde de bireyin sürekli kendini geliştirmesi ve yenilemesine vurgu yapılmaktadır (Burger, 2006).

İhtiyaçlar Kuramı: Abraham Maslow'un geliştirdiği 'İhtiyaçlar Kuramı' hümanistik psikoloji yaklaşımlarının öncülerindedir. Maslow, insanların fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarını, yükselen bir piramit şeklinde belirtmiştir. Temelde yeme, içme, cinsellik gibi fizyolojik ihtiyaçlar bulunmaktadır. Sonra yukarıya doğru sırasıyla güvenlik, sevgi ve ait olma, saygı, kendini gerçekleştirme ihtiyaçları gelmektedir (Taormina ve Gao, 2013). Kişi bir ihtiyacını tam olarak karşıladıktan sonra üst ihtiyacı hissetmeye, yaşamaya ve karşılamaya başlamaktadır. Kişi yaşamı içinde tüm ihtiyaçlarını karşılamış olsa da yaşadığı 'an'da karşılanamayan ihtiyacı varsa, hemen o ihtiyacını karşılamaya yönelmektedir. Önemli olan kişinin piramidin en üstündeki ihtiyaç olan kendini gerçekleştirme aşamasına ulaşması ve orada kalabilmesidir (Eren ve Mizrahi Tokatlı, 2020; Cao vd., 2013). Son yıllarda yapılan çalışmalarda ise kendini gerçekleştirmenin bir üst adımı olarak 'kendini aşmışlık' aşamasının olduğuna yönelik güncel görüşler bulunmaktadır (Tekke ve Çoşkun, 2019).

Benlik Kuramı: Carl Rogers, geliştirdiği benlik kuramı ve potansiyelini tam kullanan kişi kavramı ile hümanistik psikolojiye önemli katkılarda bulunmuştur. Benlik kuramı kapsamında bireyin sahip olduğu özelliklerinin gerçek benliğini yansıtırken sahip olmak istediği özelliklerin ideal benliğini tanımladığını aktarmıştır. Ruhsal sağlığın belirlenmesinde, gerçek ile ideal benlik arasındaki farkların derecesi belirleyici olmaktadır (Kabasakal, 2020). Rogers'ın bir diğer katkısı olan 'potansiyelini tam kullanan kişi' tanımı, Maslow'un 'kendini gerçekleştiren kişi' tanımı ile benzeşmektedir. Bu kavram içinde bireyin yeni yaşantılara açık olması, varoluşsal bir hayat sürmesi, kendine güvenmesi ve daha işlevsel yaşantılar sürmesi gibi özelliklerin 'potansiyelini tam kullanan kişi'nin de özellikleri olduğu aktarılmıştır (Kuzgun, 1972).

Özgürlükten Kaçış Yaklaşımı: Maslow ve Rogers insanlığın pozitif ve güçlü yanlarına vurgu yaparken Erich Fromm'un yaklaşımı biraz daha karamsardır. Özellikle II. Dünya Savaşı atmosferinin baskın olduğu yıllar ve Fromm'un, otokratik yöneticiler üzerindeki çalışmaları, kuramında yönlendirici olmuştur. Fromm'a göre insanlar, özgürlüğün getirdiği sorumluluk ve yaptırımlardan uzaklaşmak için özgürlükten kaçmaktadırlar. Bu kaçış beraberinde belirli bir otoriteye bağlanma ve onun güdümünde yaşama arzusuna neden olmaktadır (Burger, 2006). İnsanların özgürlükten kaçmak için sergiledikleri davranışlarında farklılıklar bulunmaktadır. Otoritercilik davranışında, birey bağımsızlıktan uzaklaşıp belirli bir otorite altında yaşamak istemektedir. Yıkıcılık davranışında birey, özgürlüğünü tehdit eden durum ve nesnelere yok ederek özgür olmaktadır. Uyumluluk davranışında ise birey, otoriteye boyun eğmenin veya yıkıcı yönelimlerin dışında, otoritenin doğruları içinde kendine güvenli bir yer

bulmaktadır (Yavuzer, 2013).

f. Manevi Danışmanlık ve Hümanistik Psikoloji Yaklaşımları Arasındaki Değerlendirmeler

Bu bölümde çalışmanın alt problemleri manevi danışmanlık ve hümanistik psikoloji yaklaşımları arasındaki benzerlikler ve farklılıklar incelenecek ve sonuçlandırılacaktır

f.a. Benzerlikler

Koşulsuz Olumlu Kabul: Hümanistik psikologlar danışanları, inanç ve dünya tasavvuru ne olursa olsun koşulsuz olarak kabul etmektedirler. Bu şekilde güvenlik ihtiyacı karşılanan danışanın, terapi ortamını olumlu algılamasına olanak tanınmaktadır (Yılmaz Bingöl ve Vural Batık, 2018). Danışanın çok sayıda dini inancı olduğu gibi bu kişiler inançsız da olabilmektedirler. Yerel, etnik ve kültürel öğeleri benimseyebilmekte ya da çatışma içinde olabilmektedirler. Manevi danışmanlıkta da bu çeşitlilik sorun değildir ve danışan tüm özellikleriyle kabul edilmektedir (Karasu ve Demirkol, 2018). İki yaklaşımda da danışanı yansız ve yargısız şekilde kabul etmek ve yöntemleri bu ilkelere göre uygulamak, benzerlikleri arasında değerlendirilebilmektedir (Ağilkaya-Şahin, 2016).

İnsanın Önemi: Her iki yaklaşım da insana önem vermekte ve kişilerin biricik olduğunu vurgulamaktadır. Manevi danışmanlık, insanı manevi yönden tek ve biricik görürken, hümanistik psikoloji insanı birey anlamında tek ve biricik görmektedir (Burger, 2006). İki yaklaşım da bireyi desteklemekte ve gelişmeye yönlendirmektedir. Hümanistik psikoloji ‘kendini gerçekleştirme’ ve ‘potansiyeli tam kullanma’ kavramları ile bireyin kendini geliştirmesini açıklarken; manevi danışmanlık, bireyin iyi özelliklerini çoğaltması ve manevi yanının zenginleştirilmesini öngörmektedir (Tekke ve Çoşkun, 2019; Yıldırım, 2019). Manevi danışmanlıkta amaçlardan biri, kendilik ile ilgili bakış açısının geliştirilmesidir. Kişinin ‘kendiliği’ne yönelik farklı yönlerinin saptanması ve zayıflıkların farkına varılması amaçlanmaktadır. Hümanist psikologlar da kişinin öznel deneyimlerini ve kendilik hislerini ön plana almaktadırlar (Burger, 2006; Ağilkaya-Şahin, 2016).

İyilik Hali: Manevi danışmanlık ve hümanistik yaklaşımın bir diğer ortak noktasının, danışana sundukları yardım ve iyilik hali olduğu düşünülebilmektedir. Bu bağlamda her iki yaklaşım, bireylerin iyilik hallerini incelemekte ve yapılan desteklerle danışmanlık sürecinin danışanın lehine sürdürülmesini hedeflemektedirler (Burger, 2006; Koç, 2012). Hümanistik psikolojiye göre insanların içsel özellikleri olumludur, kendilerini yönetme ve kontrol etme potansiyelleri bulunmaktadır (Yazgan-

İnanç ve Yerlikaya, 2018). Potansiyelleri tam kullanan kişiler, psikolojik olarak sağlıklı kişilerdir, eksikliklerini bilmekte ve gidermek için uğraşmaktadır (Burger, 2006). Manevi danışmanlık açısından da Tanrı, iyilik yapmayı emretmekte, insanların iyi olmalarını istemektedir ve iyi işler yapanların önlerinin açıldığına inanılmaktadır (Gündoğar, 2018).

Anlam Arayışı: İki kavram arasındaki ilk benzerlik, anlam arayışına sundukları çözümlerdir. Manevi danışmanlık, anlam arayışı için manevi değerleri ve dini önerileri kullanırken; hümanistik psikoloji, bireyin önemine ve değerli yanlarına vurgu yapmaktadır. Fromm dini ve manevi yönelimi, hümaniter din ve otoriter din olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Otoriter dinde, kişinin kendini aşan bir güce, 'kendiliği'ne önemsemeden teslim olması söz konusudur. Bağımsızlık ve üretkenlik söz konusu değildir, ağırlıklı olarak aidiyet ve teslimiyet mevcuttur. Hümaniter dinde ise düşünce ve beyanlar bireyin 'kendiliği'nin ve kendini gerçekleştirme-nin değerini vurgulamaktadır. Manevi danışmanlık ve hümanistik yaklaşım arasındaki benzerlikler, hümaniter dine yakınlık oranında olmaktadır (Wulff, 2005).

İki kavram için literatürdeki çalışmalar göz önüne alındığında, eserlerin teorik alt yapıları da benzerlik göstermektedir. Tasavvufun öncüsü Hoca Ahmet Yasevi'nin insan sevgisine vurgusu, Maslow'un kendini gerçekleştirme kuramına benzer şekilde insanın kendini olgunlaştırması üzerine dört kapı ve kırk makamlık bir öğreti sunması, hümanistik psikoloji öğretileri ile örtüşmektedir (Özköse, 2017). 12. Yüzyılda Muhyiddin İbnü'l Arabî insana ve insan sevgisine ulaşmanın manevi hazzın temeli olduğunu ve Allah'a yaklaşmanın güçlü bir aracı olduğunu belirtmiştir. Mevlâna Celaleddin Rumi, Allah nezdinde değerli olan insanın, kendisi ve herkes için de değerli olması gerektiğini savunarak hümanistik bir bakış açısı ortaya koymuştur. Yunus Emre'nin 'Yaratılanı severiz, Yaradan'dan ötürü' sözü de manevi danışmanlık ile hümanistik psikoloji arasındaki paralellige ülkemiz özelinde farklı örnekler olarak sunulabilmektedir (Köse Uzun, 2019).

f.b. Farklılıklar

İnsanın Özgürlüğü ve Özgür İrade Kavramları: İki yaklaşımın özgür irade kavramına bakışları farklıdır. Manevi danışmanlık, bireyden üstün bir gücün varlığı ve bunun iyileştirici gücüne vurgu yaparken; hümanistik psikoloji, bireyin yaptıklarına ve yapabileceklerine yönelik inancı paylaşmaktadır (Karasu ve Demirkol, 2018). Bu bağlamda varoluş amacını ve içsel sorunlarına çözümleri kendisinin dışında (yüce bir güç, idealize edilmiş bireyler ve yaşantılar gibi) arayan kişi, kendi gerçek benliğinden

uzaklaşmaktadır. Kişi zamanını, sorularına dışsal cevaplar arayarak geçirmektedir. Ancak hümanistik psikoloji cevabın, insanın kendi benliğinde olduğuna inanmaktadır. Birey, kendini keşfetmekte ve kendi yaşamını şekillendirmekte özgürdür. Kendisiyle ve çevresiyle ilgili her şeyi değiştirebilme özgürlüğüne sahiptir (Atsız, 2006; Burger, 2006).

Sorumluluk ve Ahlak: Bir diğer ayrılık konusu ise sorumluluk ve ahlak ile ilgili görünmektedir. Dini ve manevi yaklaşımlar, sorumluluk almanın ve iyi bir ahlaka sahip olmanın bir nass üzere zorunluluk olduğu görüşünü paylaşırken; hümanistik ekol, kişinin kendi varlığı üzerindeki sorumluluğu üzerinde durmaktadır (Özen ve Gülaçtı, 2012). Birine yardım etmek ya da iyi davranışlar sergilemek, bunun zorunlu tutulması sonucunda mı yapılmalıdır yoksa birey bunu tamamen istediği ve özgür iradesi buna izin verdiği için mi yapmalıdır. Hümanistik ekol ikinci görüşü daha doğru bulmaktadır (Duran, 2017). Manevi yaklaşımdaki iyi-kötü ayrımı için de hümanistik psikoloji farklı yaklaşımlar sunmaktadır. İyi olarak belirtilen durum bireyin hayata ve çevresine karşı olumlu tutumlar oluşturması ve kendini geliştirmesidir. Kötü olan ise bireyin kendisine karşı sorumsuz tavrıdır (Fromm, 1994).

Kötülük: İnsanın doğasına bakış açısından da iki kavram ayrılmaktadır. Hıristiyan Batı dünyasındaki manevi danışmanlık, insanların içindeki kötü yana ve günahkâr doğaya atıfta bulunurken hümanistik psikoloji, insanın doğuştan iyi oluşuna ve saf doğasına atıfta bulunmaktadır. Hıristiyanlıktaki vaftiz töreni, kutsal su ile günahı arınma seremonisi, insanın doğuştan günahkâr olduğuna yönelik inancı paylaşmaktadır (Karakurt, 2019; Karauğuz, 2020). Dini ve manevi yaklaşımlar, insanın doğasının kötü yanlarına güçlü vurgular yapmaktadırlar. Hümanistik yaklaşım ise insan doğasının iyiye yönelmeye olan güdüsünü temel noktası yapmıştır. Hümanistler herkesin iyi olma yeterliğine sahip olduğunu, bu yeterliğin açığa çıkmasında kişisel ve çevresel değişkenlerin belirleyici olduğuna vurgu yapmaktadırlar (Duran, 2017; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2018).

Dogma ve diyalektik: Hümanistik ekol, batı dünyasında kilise boyunduruğunun hüküm sürdüğü Rönesans yıllarında, kilisenin skolastik ve dogma düşüncelerine tepki olarak ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda ortaya çıkış nedeni ile manevi yaklaşım katı düşünceleri yansıtırken hümanistik yaklaşım, özgür düşünce ve özgürlük ortamı sunmuştur. Hümanistik fikirler, Hıristiyan kiliselerin maneviyat ve din adı altında sundukları tabularını sarsmıştır (Küçük, 2008).

S o n u ç

Manevi danışmanlık ile hümanistik psikolojide kullanılan kavramlardan bazılarının içerikleri birbirine benzese veya farklı olsa da sonuçta aynı kavramlar temelinde karşılaştırma yaparak incelemek mümkün olmuştur. Bu durum, her iki kuramsal yaklaşımın, özellikleri açısından birbirleriyle örtüştükleri şeklide yorumlanabilmektedir. Günümüz koşullarına bağlı olarak oluşan psikolojik ihtiyaçlara çözüm bulmada manevi danışmanlık ile hümanistik yaklaşımların benimsedikleri danışmanlık ilkelerinin harmanlanarak danışma sürecinde yer alabilecekleri görülmektedir.

Birbirinden etkilenen ve birbirini etkileyen bu yaklaşımlar, insanın anlaşılmasında merkezi düşünceler sunmaktadırlar. Danışanın merkeze alındığı danışmanlık ilişkisinin kurulması başlangıç için önemlidir. Danışmanlık süreci içinde manevi odak ve hümanistik bağlama ne oranda değinileceğinin de dikkatle belirlenmesi gerekmektedir. Çünkü her danışan için her yöntem etkili olamayabilir. Formülasyon sürecinde eksiklerin, yanlışların veya sorun olarak belirtilen alanların çalışılması ve danışan için güvenli bir ortam sunulması esastır. Bu bağlamda hümanistik ekol prensibinde yansız ve yargısız yaklaşıma ile manevi danışmanlık prensibinde danışanın değerlerine saygı duyulması da terapötik ortama katkı sunacaktır. Danışanın 'sorumluluklarının farkına varması', 'biricikliğinin vurgulanması', 'şimdi ve burada' ve 'bireyin fenomenolojisi' önem verilmesi gereken danışmanlık becerileridir. Sonuçta, eklektik bir şekilde iki yaklaşımın iç içe geçtiği bir danışmanlık sürecinin benimsenmesi, danışana en iyi iyilik halinin sunulmasında, danışmanın yaklaşımını güçlendirecektir.

Manevi danışmanlık yaklaşımında insanın önemi, belirleyici unsurlardan biri olduğu gibi hümanistik yaklaşımda da manevi öğelerin önemi kabul edilmektedir. Manevi danışmanlığın etkili olmasında, uygulayıcıların dini ve manevi öğelerle sınırlanmamaları ve etkinliği kanıtlanmış ekollerin bilgi ve becerilerinden yararlanmaları kolaylaştırıcı olacaktır. Bu bağlamda manevi danışmanlığın farklı yaklaşımlarla ilişkisi, farklı ve benzer yönlerinin incelendiği çalışmaların alan yazına kazandırılması önerilebilir. Manevi danışmanlığın bilimsel zemine katılmasını güçlendirecek olan hümanist psikoloji bakış açısının kültürümüzle de uyumlu olması, ülkemizde manevi danışmanlık alanındaki çalışmaların hızla yaygınlaşmasına, bireylerin ve dolayısıyla toplumun iyilik halinin artmasına destek olacaktır.

Sonuç olarak, her iki danışmanlık yaklaşımının da insan unsuruna ve manevi öğelere odaklanmaları nedeniyle hümanistik psikolojide yapı-

landırılmış olan danışmanlık süreçlerinin, danışanlar için yararlı ve süreçler açısından kolaylaştırıcı olacağı öngörülerek manevi danışmanlık görüşmelerinde kullanılması önerilebilir.

Kaynaklar

Ağılkaya-Şahin, Z. (2016). Hristiyan gelenekte manevi bakımın teorik temelleri. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1(1), 47-77.

Aka, M. (2020). Dine ve kültüre duyarlı psikolojik danışmanlık-I: Manevi danışmanlık perspektifinden kuramsal Analizler. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, (2), 201-233.

Altıntaş, M. E. (2018). Hastanelerde gerçekleştirilen manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri üzerine nitel bir araştırma (Kayseri örneği). *Review of the Faculty of Divinity of Amasya University*, 11(11), 221-256.

Asamoah, G. (2018). Impact of pastoral counseling and care on church growth: A literature review and conceptual framework development. *Interdisciplinary Research Journal of Theology, Apologetics, Natural & Social Sciences*, 1(1-2), 1-32.

Atsız, H. (2006). *Erich Fromm'un hümaniter din anlayışının günümüz toplumları açısından değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. Kaknüs Yayınları.

Cao, H., Jiang, J., Oh, L. B., Li, H., Liao, X. & Chen, Z. (2013). A Maslow's hierarchy of needs analysis of social networking services continuance. *Journal of Service Management*, 24(2), 170-190.

Corsini, R.J. & Wedding, D. (2012). *Modern psikoterapiler* (çev. E. Güzelyazıcı, S. Darcan Çiftçi ve M. Türkoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Çoban, M. (2016). Uyuşturucu madde bağımlılığı ile mücadelede manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarının yeri ve önemi: İstanbul örneği. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. Ed. A. Ayten, M. Koç & N. Tınaz (ss. 127- 165). İstanbul: Dem.

Dilan, H. (2019). *Manevi danışmanlık ve varoluşçu psikoterapi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi.

Duran, M. S. (2017). Kant'ın ödev ahlakı üzerine. *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 8(6), 57-84.

Eliason, G. T., Lepore, M., & Holmes, D. (2013). Ethics in pastoral care and counseling: A contemporary review of updated standards in the field. *Journal of Pastoral Care & Counseling*, 67(2), 1-11.

Eren, Ö., & Mizrahi Tokatlı, C. M. (2020). İnsani gelişim endeksinin Abraham Maslow'un İhtiyaçlar hiyerarşisi kuramı çerçevesinde tekrar değerlendirilmesi. *R & S-Research Studies Anatolia Journal*, 3(1), 48-62.

Ertunç, A. (2021). Sağlık tesislerinde yürütülen manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri üzerine bir değerlendirme. *Kafkas Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8(16), 556-580.

Fromm, E. (1994). *Erdem ve mutluluk*. (Çev. A. Yörükan). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Gökmen, A. (2021). Manevi danışmanlık ve rehberlik çalışmaları üzerine bir bibliyografya denemesi (2017-2020). *Akıf*, 51(1), 174-195.

Gündoğar, H. (2018). *İslam temel prensipler*. İstanbul: Çıra Basın Yayın.

Güven, H. (2021). Manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri temel bilgiler kılavuzu. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, (3), 203-212.

Güven, İ. F. (2020). Türkiye’de manevi danışmanlık ve rehberlik alanında yapılan tezler (2018-2019) üzerine değerlendirmeler. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 1(1), 119-157.

Kabasakal, Y.İ. (2020). *Ergenlik döneminde izlenen popüler Türk dizilerinin birey üzerinde olumsuz etkileri: Parasosyal etkileşim, benlik saygısı ve psikolojik semptomlar açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi.

Karakurt, S. (2019). *Dinlerde su ile arınma ve Hıristiyanlıkta vaftiz anlayışı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Malatya: İnönü Üniversitesi.

Karasu, T. ve Demirkol, A. A. (2018). Üstün yetenekli öğrencilerin ihtiyaç duydukları manevi danışmanlık hizmetleri üzerine bir inceleme. *Din ve Bilim-Muş Alparslan Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, 1(2), 112- 127.

Karağuz, A. M. (2020). Cennetten kovulan insanın cenneti yeniden inşa uğraşı: Transhümanizm. *Türk Dili*, 4(3), 52-59.

Kaya, S. N. (2020). Sosyal hizmetlerde manevi danışmanlık ve rehberlik. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 2, 235-241.

Kayıntı, A. (2019). Hümanizm ve din kavşağında edebiyat. *RumeliDE Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, (16), 499-529.

Kesgin, B., & Erdem, M. (2018). Türkiye’de manevi destek hizmetlerinin kurumsallaşması. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(16), 69-92.

Kırca, C. (2018). *Kur’an ve sosyal hayatımız*. Ankara: FCR Yayınları.

Koç, M. (2012). Manevi-[psikolojik] danışmanlık ile ilgili Batı’da yapılan bilimsel çalışmaların tarihi ve literatürü (1902-2010) üzerine bir araştırma-I. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 12(2), 201-237.

Koç, M. (2018). Yüksek din öğretiminde yeni bir paradigma olarak bölümlenme: 'Manevi danışmanlık ve rehberlik bölümü' önerisi. *Balikesir İlahiyat Dergisi*, 10, 59-112.

Koç, M. (2020). Birleşik Krallık'ta manevi danışmanlık eğitimi (2020) ve uygulaması (2011) üzerine değerlendirmeler. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 1, 13-62.

Korkmaz, S. (2017). Müslümanlar için psikolojik danışma kültürü ve dine duyarlı ruh sağlığı müdahaleleri. *Kabramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (29), 321-327.

Köse Uzun, N. (2019). *Doğu ve Batı'da hümanizm/insan sevgisi: Örtü-şüp ayrıştığı kısımlar* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çankırı: Çankırı Karatekin Üniversitesi.

Kuzgun, Y. (1972). Kendini gerçekleştirme. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Cografya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 10(1), 162-178.

Küçük, S. (2008). Batı ve doğu düşünce sistemlerinde insan anlayışı ve sömürgeci zihniyet. *Fırat Üniversitesi Orta Doğu Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 181-189.

Özcan, Z. (1998). *Teolojik Hermenötik*. İstanbul: Ketebe Yayınları.

Özen, Y., ve Gülaçtı, F. (2012). Kişisel sorumluluk bağlamında insanın kendini tanıması ve insan doğası. *Uluslararası Hakemli Akademik Sosyal Bilimler Dergi*, 3(2), 370-388.

Özköse, K. (2017). Ahmed Yesevî'nin hikmetlerinde dört kapı ve kırk makam anlayışı. *Akademik İslam Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 99-133.

Özoğul, A. (2020). *Manevi danışmanlık ve rehberlikte logoterapinin uygulanabilirliği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi.

Peçenek, M. A. (2019). Manevi danışmanlık ve rehberlik I-II. *Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 104-113.

Sered, S. (2009). Ministers of themind: Protestant pastoral counseling in mid-twentieth-century America. *Reviews in American History*, 37(4), 605-610.

Soysal, A. S., Bodur, S., & Hızlı, F. G. (2005). Şimdi ve burada terapisi/The here and now therapy. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6(4), 274-280.

Şimşek, F. Z. (2019). *Manevi danışmanlık ilkeleri bağlamında Mevlâna ve Yunus Emre düşüncesinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi.

Şirin, T. (2013). *Bilişsel davranışçı psikoterapi yaklaşımıyla bütünleştirilmiş dini danışmanlık modeli*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi.

Şirin, T. (2018). *Manevi danışmanlıkta İHSAN modeli*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Taormina, R. J., & Gao, J. H. (2013). Maslow and the motivation hierarchy: Measuring satisfaction of the needs. *The American Journal of Psychology*, 126(2), 155-177.

Tekke, M. & Çoşkun, M. (2019). Kendini tanıma, kendini gerçekleştirme, kendini aşmışlık, potansiyelin tam kullanan kişi: Kişilerarası iletişim. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(70), 790-797.

Topuz, İ. (2015). Cami din görevlilerinin yeterliliklerinin manevi danışmanlık açısından değerlendirilmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 35, 27-56.

TDK (Türk Dil Kurumu) (2021). *Genel açıklamalı sözlük*. Ankara: TDK Yayınları.

Vural İncir, Z. (2019). *Manevi danışmanlıkta naratif terapi ve anlam arayışı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi.

Hermeneutics. *Wikipedi, The free encyclopedia*. Erişim tarihi 12.9.2022, url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Hermeneutics>

Wulff, D. M. (2005). Hümanistik inancın umudu: Erich Fromm. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 5(4), 243-253.

Yavuzer, N. (2013). İnsanın saldırgan ve yıkıcı doğasını anlamak. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(23), 43-57.

Yazgan-İnanç, B. & Yerlikaya, E.E. (2018). *Kişilik kuramları*. Pegem Akademi.

Yenen, İ. (2017). Türkiye’de manevi danışmanlık ve rehberlik literatürü üzerine bibliyografik bir çalışma. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10(46), 157-219.

Yıldırım, M. (2019). *İHSAN modeli ile manevi danışmanlık uygulamalarının psikolojik rahatsızlıklar üzerindeki iyileştirici etkisi üzerine deneysel bir çalışma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Yılmaz Bingöl, T., & Vural Batık, M. (2018). Psikolojik danışman adaylarının koşulsuz kendini kabul düzeyleri. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 7(4), 2438, 2453.

* Bu makale, birinci yazarın *Manevi Danışmanlık ve Hümanist Psikoterapi* (2021) başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 119-147
Issue: 7 • June 2023 • 119-147



Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Perspektifinden Tanrı Tasavvurları ve Varlık Aşamaları Üzerine Psiko-Teolojik Analizler

Psycho-Theological Analyses on God Images and Stages of
Being from the Perspective of Spiritual Counseling and Care



Zeynep Karlık

Doktora Öğrencisi
Bursa Uludağ Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: zeynepsariyer@hotmail.com
Orcid: 0000-0002-2940-6579
Bursa / Türkiye

PhD Student
Bursa Uludağ University
Institute of Social Sciences
E-mail: zeynepsariyer@hotmail.com
Orcid: 0000-0002-2940-6579
Bursa / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1279549>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 08 Nisan 2023 • 08 April 2023
Kabul Tarihi • Accepted 09 Haziran 2023 • 09 June 2023

Ö z e t

Bu makalenin amacı, manevi danışmanlık ve rehberlikte danışanın zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkmasında, anlam arayış süreçlerinde ve iyi oluş düzeylerini yükseltmede Tanrı tasavvuru ve varlık aşamalarının kullanıldığı bir yaklaşım önermektir. Bu yaklaşımla danışan daha latif hallere geçtikçe ve farkındalık kazandıkça Tanrı karşısındaki konumu değişecek ve ilahî isimleri daha yüksek derecede yansıtabilecektir. Bu ise danışanı birlik bilincine götürerek evrende iyi veya kötü olarak ayırımın olmadığı bir bilinç seviyesine çıkaracaktır. Bu bağlamda makale, Tanrı tasavvuru ve varlık aşamaları psiko-teolojik olarak analiz edilerek değerlendirilmekte ve manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarına kuramsal katkı sağlayacak teorik bir çalışma sunmayı hedeflemektedir. Tanrı tasavvuru, danışanlar arası farklılık gösterdiği gibi inançlara göre de değişiklik arz etmektedir. Bu nedenle bu çalışmada İslam düşüncesi ekseninde Allah tasavvuru modeli önerilmektedir. Tanrı'yı tasavvur ettikten sonra danışanın O'nun karşısındaki konumu varlık aşamalarıyla ifade edilmektedir. Değişen ve gelişen anlamını taşıyan varlık kavramı tüm canlılarda 'ışık'ı yansıtabilme potansiyeli ile doğru orantılı olmaktadır. İnsanda bu potansiyel en yüksek aşamaya ulaşabilmekte ancak bunun için dşşünel veya davranışsal olarak Tanrı ile arasına koyduğu perdeleri kaldırması gerekmektedir. Bu aşamalar, bilinç aşamaları olarak ilk defa Assagioli tarafından psikoloji ile tasavvufi öğeler birleştirilerek yorumlanmıştır. Frager'ın nefis aşamaları ile bu sınıflandırmayı örtüşürmesi sonucunda psikoloji ve teolojinin ortak oluşturduğu bir metot ortaya çıkmıştır. Bu metoda göre danışan yaşamındaki dünyevî zevkleri sorgulatan bir uyanma deneyimi yaşadığında alt bilincine ışık tecelli etmeye başlamaktadır. Bu tecelliler, danışanın olgunlaşma yolculuğunda eşlik ederek onu 'ışık' ile birlemeye götürmektedir. Ancak burada önemli olan konu, danışanın dşşünel ve davranışsal perdelerini kaldırması gerektiğidir. Bilinci değişen danışanın hali değişerek tecelli alma kapasitesini de değiştirecektir. Tanrı'dan gelen tecelliler İbnü'l Arabî'nin ilahî isimler teorisini ile yorumlanarak danışanın halinin tecelli eden ilahî isimlerden kaynaklandığı öne sürülmektedir. Makalede, danışanın zor yaşam olaylarıyla başa çıkmasında, anlam arayış süreçlerinde ve iyi oluş düzeyini yükseltmede Tanrı tasavvuru ve varlık aşamalarının manevi danışmanlık sürecine dâhil edilmesiyle olumlu katkı sağlanacağı sonucuna ulaşılmıştır.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Tanrı tasavvurları
Varlık aşamaları • Nefis aşamaları • Kriz danışmanlığı

A b s t r a c t

The aim of this article is to propose an approach in spiritual counseling and guidance, in which God's representation and stages of existence are used in the client's coping with difficult life events, in the search for meaning, and in raising the level of well-being. With this approach, as the client transitions to subtler states and gains awareness, his/her position before God will change, and he/she will be able to reflect divine names at a higher degree. This will take the client to a consciousness of unity and raise him to a level of consciousness where there is no discrimination as good or bad in the universe. In this context, the article analyzes and evaluates God's conception and existence stages psycho-theologically and aims to present a theoretical study that will contribute to spiritual counseling and guidance practices. The concept of God differs between clients as well as according to beliefs. For this reason, in this study, a God representation model is proposed based on Islamic thought. After envisioning God, the client's position before God is expressed in stages of being. The concept of being, which carries the meaning of changing and developing, is directly proportional to the potential to reflect 'light' in all living things. This potential in humans can reach the highest stage, but for this, they need to remove the barriers they put between themselves and God, intellectually or behaviorally. These stages were first interpreted by Assagioli as the stages of consciousness by combining psychology and mystical elements. As a result of Frager's alignment of the stages of the nafs with this classification, a method created by psychology and theology has emerged. According to this method, when the client experiences an awakening that prompts them to question worldly pleasures in life, light begins to appear in their subconscious. These manifestations accompany the client on their journey of maturation, leading them to unite with the 'light'. However, the important issue here is that the client should lift their intellectual and behavioral barriers. The state of the client, whose consciousness changes, will also change, altering their capacity to receive manifestations. The manifestations coming from God are interpreted using Ibn Arabi's theory of divine names, and it is claimed that the client's state is caused by the manifested divine names. The article concludes that including God representation and the stages of existence in the spiritual counseling process will make a positive contribution to the client's coping with difficult life events, the search for meaning, and raising the level of well-being.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • God representations
Levels of existence • Levels of nafs • Crisis counseling

Giriş

Psikoloji insan ekseninde oluşturulmuş bir bilim iken Teolojinin ana konusu Tanrı'dır. İnsanın anlam arayışı, problemlerle başa çıkması ve mutluluğa ulaşması her iki bilimin de ortak konuları arasında yer almaktadır. Psikoloji tüm kaynaklarıyla bu konulara çözüm ararken psikanaliz, hümanist psikoloji, pozitif psikoloji gibi pek çok aşamalardan geçmiş ve son gelen evrede transpersonal psikoloji (ben ötesi) kuramı ortaya atılmıştır. Teoloji ilahî kitaplarda bildirilen Tanrı kavramını zamanın anlayışıyla yorumlamaya çalışmış son gönderilen din İslam ile en yüksek seviyeye ulaşmıştır. İslam düşüncesinde kelam ve tasavvuf düşünürleri Tanrı tasavvurları hakkında teoriler geliştirmişlerdir.

Modern psikoloji ile tasavvufî kuramların ilk entegrasyonu Assagioli'nin sûfi İnyet Han ile karşılaşması olarak kabul edilmektedir. Assagioli'nin İnyet Han'ın İtalya'da verdiği bir konferansta çevirmen olarak yer alması sonucunda tasavvufî öğelerin yer aldığı ben ötesi psikoloji literatürünü geliştirdiği düşünülmektedir (Mijares, 2015: 131) Hem tasavvufta hem de ben ötesi psikolojide amaç kişiliği birleştirmektir. Bu ise özü (benlik), yüksek öz (Tanrı) seviyesine yükseltip kişiliği burada yeniden kurmak suretiyle gerçekleşmektedir. Öz'ü anlama ilmi olan tasavvufta bu konuda pek çok görüş ortaya atılmış bunlardan en çok kabul edileni İbn'ül Arabî'nin görüşü olmuştur. Transpersonal psikoloji ve İbn'ül Arabî'nin kuramı temelde Tanrı tasavvuru ve varlık aşamaları olmak üzere iki parametreye odaklanmaktadır. Birinci unsur danışanın yaşamı esnasında nasıl bir Tanrı ile ilişki kurduğunu tanımlarken ikincisi ise danışanın Tanrı ile nasıl bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmalar her iki unusun da danışanın anlam arayışı, problem çözme ve iyiliği arasında güçlü bir ilişki olduğunu göstermektedir (Alçelik, 2013; Bayraktutar, 2019; Benson & Spilka, 1973; Dezutter & Luyckx & Schaap-Jonker & Büssing, 2010; Göcen & Genç, 2019; Hoffman, 2010; Lange & Dolan, 2021; Seyhan, 2014; Yıldız & Ünal, 2017).

Psikoloji ve teoloji konularının birleştiği din psikolojisine ait son yıllarda yapılan çalışmaların sayısındaki artışla birlikte psiko-teolojik kuram ve uygulamalar hakkında yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Ayrıca bu çalışmanın manevi danışmanlık ve rehberlik alanına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Tanrı tasavvurunu belirleyen danışanın O'nunla nasıl iletişime geçeceği konusu manevi danışmanlık süreçlerinin içerisinde yer almaktadır. Bu çerçevede bu makalenin konusu danışanın yaşamda karşılaştığı olayları anlamlandırma, problemlerle başa çıkmada ve mutluluğu yakalamada sahip olması gereken Tanrı ta-

savvuru ve varlık aşamalarının incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırılan konuda kullanılabilir yöntemler açısından fikir edinmek için literatür taraması önerilmektedir (Gall & Borg & Gall; 1996). Literatür taraması yoluyla gerçekleştirilen derleme niteliğindeki bu çalışmanın amacı manevi danışmanlık ve rehberlikte danışanın Tanrı tasavvurunu ve Tanrı ile ilişkisini anlamlandırabileceği psiko-teolojik bir metod sunmaktır. Metod, İbnü'l Arabî'nin ilahî isimler teorisi ile Assagioli'nin oluşturduğu ve Frager'ın geliştirdiği benliğin aşamaları diyagramı temel alınarak oluşturulmuştur.

a. Tanrı Tasavvuru

Yaşam içerisinde mücadele eden insanın bir varlığa bağlanma, sığınma, yardım dileme, gerektiğinde af dileme gibi ihtiyaçlarını hâkim bir aşkın varlığa yöneltmesiyle Tanrı düşüncesi ortaya çıkmaktadır (Gündüz, 2016: 14-15). Tanrı kavramı nesnel ve bilişsel olarak oluşurken Tanrı tasavvuru öznel ve duygu odaklıdır (Rizzuto, 1979: 48). Tanrı tasavvuru, Tanrı'nın ilahî kitaplarda kendini insanlara açan yönüyle oluşturulan tasavvur ve insan zihninin geliştirdiği bir temsil olarak tasavvur olmak üzere iki şekilde oluşabilmektedir. Ancak zaman zaman bu iki tasavvur arasında farklılıklar görülebilmektedir. Düşünce dünyasındaki bu ayrım zihnin sonsuz olanı kavramadaki yetersizliğinden kaynaklanmakla birlikte (Kuşat, 2006: 115; Mehmedoğlu, 2011: 24) kendisi veya karşılaştığı olaylarla ilgili anlam arayışında yanlış duygu ve düşünceler içerisine girmiş olmasından da kaynaklanabilmektedir. Çünkü bireyler inandığı dinin nesnel Tanrı tasavvuruna kendi duygu ve düşüncelerini eklemek suretiyle öznel bir Tanrı tasavvuru oluşturmaktadır (Koç: 2011: 6-19).

Din psikolojisinde Tanrı tasavvuru kuramları genel olarak ilişkisel ve bilişsel olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır. İlişkisel kuramlar danışanın nasıl bir Tanrı tasavvuruna sahip olduğunun erken çocukluk döneminde çevresindekiler ile ilişkileri sonucunda oluştuğunu savunurken, bilişsel kuramlar danışanın gelişim dönemleriyle sınırlı bir Tanrı tasavvuruna sahip olduğunu ifade etmektedir. İlişkisel kuramlar nesne ilişkileri (Winnicott: 1998; 54) ve bağlanma teorisine (Bowlby, 1988: 262-263), bilişsel kuramlar Piaget'nin bilişsel gelişim kuramına (2000: 16) dayanmaktadır.

İslam dininde ilişkisel kuramlar açısından insanın Tanrı ile ilişkisi nesne-özne düzleminden özne-özne ilişkisi düzlemine taşınmıştır. Varoluşsal bu diyalog Tanrı'dan insana vahiy ile gerçekleşirken insandan Tanrı'ya olan boyutu dua ve ibadet ile gerçekleşmektedir (Hayta, 2017: 134). İslam insanın bilişsel açıdan Tanrı'yı tasavvur etmesini O'nun isim ve sıfatları ile tezahür ettirmektedir. Kur'an Tanrı'nın yüce ismini Allah

olarak vahy etmiştir. Aynı zamanda Zât'ının farklı veçhelerini ve farklı tezahürlerini açığa çıkaran başka isimleri olduğunu zikretmektedir (Yurdagür, 1996: 54). Kur'an varlık dünyasının merkezinde Allah'ın olduğunu bildirmektedir. Allah kavramı içerisinde düzenli yaratma, rızık verme, hidayet, adalet ve rahmet kavramlarını içeren bir bütünlük teşkil etmektedir. İnsana 'şah damarından yakın olan' (el-Kaf, 50/16) bununla birlikte 'herşeyden önce var olan, herşeyden sonra varlığı devam edecek olan, varlığı ve kudreti aşikâr olan, varlıkların içinde gizli olan ve herşeyi bilen ve iradesi dâhilinde gerçekleştirendir (el-Hadid, 57/3). Allah'ın yaratılmış olan akıl ile kavranılamayacağı ve gözler ile idrak edilemeyeceği bildirilerek Zâtı üzerinde düşünmekten sakındırılmıştır. İslam düşüncesinde aşkın (müteâl) ve içkin olan Tanrı tasavvuru zaman ve mekân düzleminde biçimsel mantık ile anlaşılması için O kendisini isim ve sıfatları ile insanlara bildirmiştir. İlahî isimler bilinmeyen bir varlığı adlandırmak için değil kendini tanıtan ve isimlerini bildiren bir varlığı tanımanın sonucunda ortaya çıkmaktadır.

Maturidî aşkın varlığın anlaşılması ve tanınması için tecrübe alanının kavramlarının yeterli olmadığını vurgulamaktadır (2003: 93-94). İbnü'l Arabî Tanrı'nın mutlaklığını dipsiz karanlık (Âma) olarak tanımlarken Allah lafzıyla kelime şeklinde ifade edilmesinin mutlaklığı bozmuş olabileceğini söylese de zaman zaman 'Hak' kavramı ile atıfta bulunmaktadır. Hakk'ın İhlas suresinde belirttiği 'Ahadiyyet' mertebesi sayılar ve düalizmin ötesinde akıl ile nüfuz edilmesi mümkün olmayan teklik mertebesi olarak tanımlanmaktadır. Hak mukaddes taşma (Feyz-i akdes) olarak isimlendirilen durumla kendisinden kendisine yani Ahadiyyet makamından Vahidiyyet makamına tecelli etmiştir. Vahidiyyet mertebesinde isim ve nitelikler birbirinden ayrışmamış bütün isimler tek bir halde bulunmaktadır. İsim ve sıfatlar kendi özel hakikatleri itibarıyla birbirinden ayrışarak Ulûhiyyet mertebesinde zuhur etmiştir ki Allah ismi bu mertebenin ismi olarak kullanılmaktadır. Zât'a ait bir isim olarak Allah isminin kullanılması Zât'ın bilinemezliği ile çelişmez aksine varlık mertebeleri görüşünün bir sonucu olarak Vahidiyyet ve Uluhiyyet mertebesinde zuhur etmiş olan Zât'ı ifade etmektedir (1980: 49-50).

Yaratılmamış varlıkların ilahî bilinçteki tasarımları Ayan-ı sabite alanında bulunmaktadır. Ayan-ı sabite olarak tasarlanmış 'kaplara' ilahî isimlerin tecelli etmesiyle varlık oluşmaktadır. İbnü'l Arabî'ye göre varlık kendisini bir-çok, hak-halk, bâtin-zâhir, tenzih-teşbih zıt görüntüler içerisinde sunsa da gerçekte tek bir 'Varlık' bulunmaktadır (1980: 105).

İslam düşünürleri Allah'ı araştırmak ve tartışmak için değil O'nu yaşamak ve içselleştirmek için gayret etmişlerdir (Kartal, 2009: 94). Bu

konuda araştırma yapan düşünürlerin başında İbnü'l Arabi gelmektedir. İbnü'l Arabi'nin kuramsallaştırdığı ilahî isimler teorisine göre varlığın meydana gelmesi ve insanın yetkinleşmesi ilahî isimlerle mümkün olmaktadır (Kartal, 2009: 56). Allah ile insan ilişkisini oluşturan görünüm-ler ile zıtlıkları oluşturan ve birbirine bağlayan ilahî isimlerin yer aldığı Ulûhiyet makamıdır. İbnü'l Arabi'ye göre var olan tüm zıtlıklar Allah'tan kaynaklanmaktadır. Örnek olarak Rahmet-Gazab, Hidâyet-Delâlet, Cemâl-Celâl isimleri verilebilmektedir. Ancak gazab dâhi Allah'ın varlıklara olan merhametinden meydana gelmektedir. Bu nedenle rahmeti gazabına geçmiş bir Ulûhiyet olduğu bildirilmektedir. Nitekim varlığın meydana gelmesi de rahmeti sonucu oluşmaktadır (Avcı, 2005: 181).

Danışanın nasıl bir Allah tasavvuruna sahip olduğu 'haller' kavramıyla ifade edilmektedir. Haller, Ulûhiyetin insan üzerindeki görünümü olduğu gibi insanın da Allah karşısındaki teslimiyetini ifade etmektedir. Bir diğer ifadeyle ilahî isim ve sıfatların insanda tecelli etmesi haller neticesinde gerçekleşmektedir. Geçmiş veya gelecek olmadan anda olarak yaşadığı haller, Allah iradesi karşısındaki edilgen durumunu anlatmaktadır (Kartal, 2009: 102).

İslam'da Allah tasavvurunun en temel iki boyutu olan aşkınlık ve içkinlik zihin dünyasını zorlayan kavramlar olarak nitelendirilebilmektedir. Aziz Thomas ile Kant da sonsuz olan ilahî Zât'ın kavranamayacağını belirtmektedir (Borella, 2017: 474). Borella ilahî sonsuzluğu kavramayı zihnin kendi kendini aşarak hatta yok ederek O'nun huzurunda bulunmak olarak tanımlamaktadır. Zihin kıyasla daha büyük olan hiçbir şeyin olamayacağı tarzında kavramayı denediğinde zihinde kurgusal bir yıkılış gerçekleşmektedir. 'Metafizik işlemci' olarak adlandırılan ve gizemin yorumu olarak nitelendirilen bu işlem sonucunda zihin düşündüğü aşkın içeriğe dönüşerek kendisini aşmak zorunda kalmaktadır. Bu durumda tasavvur kavramı zihinsel aynanın yüzeyine yansıyan sonsuz 'gerçekliğin' çizildiği varlık haline gelmektedir (2017: 475).

Yapılan çalışmalar aşkın Tanrı tasavvurunun danışanlara zor yaşam olaylarıyla başa çıkmada, anlam arayışında ve iyi oluş düzeylerini yükseltmede katkı sağladığını göstermektedir (Delgado, 2005: Sülü, 2014). Palyatif tedavi alan kanser hastalarıyla yapılan bir araştırma kişiselleştirilmeyen zâti özelliklere sahip aşkın Tanrı tasavvurunun baş etme stratejilerini daha uygun yordadığını göstermektedir (VanLaarhoven vd., 2010: 495-501). Danışanların rehberlik, yol gösterme talepleri için aşkın olan kaynağa yöneldikleri tespit edilmiştir (Pickard & Nelson-Becker, 2011: 144-145; Bonab & Namini, 2010: 1099). Tanrı tasavvuru ile olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkma üzerine yapılan bir çalışmada aşkın

Tanrı tasavvurunun en yüksek puana ulaştığı tespit edilmiştir (Bayraktutar, 2019: 220). Tanrı'nın aşkın bir güce sahip olduğunu bilen danışanın Tanrı'ya kaygılarını ve korkularını yatıştırarak ona güven sağlayacak bir üs işlevi gördüğü belirtilmektedir (Hayta; 2006: 44). Bunun aksine Tanrı'ya sınırlı olarak tasavvur eden bireylerin yaşamdaki iyi oluş düzeylerinin düşük olduğu ortaya konulmuştur (Wei & Chen & Wade, 2012: 174-175).

Müslüman kozmologlar Tanrı'nın aşkın olarak tasavvurunu tarif ederken kâinatın eş zamanlı olarak her an hem merkezden sâdir olduğunu hem de merkeze doğru aktığını belirtmektedirler. Allah, mutlak sonsuz ve sabittir diğer her şey hareket halinde, değişmekte ve dönüşmektedir. Bu bilgi doğrultusunda görünen herşeyin değişken olduğunu görünmeyen ve sabit olan tek varlığın Allah olduğunu söylemek mümkün olmaktadır. Hareketin istikameti Allah'ın varlığa yansıyan izlerinin artan ve azalan yoğunluğu ile değerlendirilmektedir. İslam düşünürleri bu dereceleri varlık aşamaları olarak isimlendirmektedir. Varlık aşamaları kuramının manevi danışmanlık sürecine dâhil edilmesiyle zor yaşam olaylarıyla başa çıkmada, yaşamın anlamını bulmada ve iyi oluşu sağlamada nasıl bir katkı sağlayacağı bir sonraki bölümde incelenecektir.

b. Varlık Aşamaları

Varlık kavramının çıkış noktası Yunan felsefesi olması itibarıyla Arapça'da olan kâne (kevn) fiilinden farklı bir anlama sahiptir. Kâne kelimesi 'olmak' anlamında kullanılırken varlık kavramı bir şeyin meydana gelmesinden sonra zamanla değişmesi ve gelişmesi anlamında kullanılmaktadır (Izutsu, 2012: 65). Modern görüş varlık silsilesini cansız maddeden niteliklerini geliştirmiş insana doğru bir sıralama yaparken kadim görüş Tanrı'dan yola çıkarak aşağı doğru hızı artan bir uzaklaşma ve niteliklerin kaybı olarak görmektedir (Schumacher, 2018: 29). Cansız maddenin tercih, gelişim ve tabiatını değiştirme durumu olmadığı gibi nükleer parçacıklar düzeyindeki belirsizlik de bir zorunluluktur. Başka bir görüşe göre ise varlık silsilesi görünürden görünmeze doğru ilerlemektedir (Schumacher, 2018: 49).

İnsanın biyolojik olarak en üstün bütünlüğüne rağmen zihin düzeyinde kâmil olması için eğitime ihtiyacı vardır. Zihinsel olarak zayıf bütünleştiği için kendisini her biri 'ben' diyen birçok farklı kişiliğin bir araya getirilmesi olarak algılamaktadır (Schumacher, 2018: 44-45). Dış nesnelere de farklı algılayış devam ettiği için hakikat dil, gelenek, görenek ve öğrenme süreci gibi etkiler altında gerçekleşmektedir. Bu duruma Tart 'Bilincin Halleri' isimli kitabında 'müşahede' kavramıyla dikkat

çekmektedir. Hakikati algılama olarak da tanımlayabileceğimiz ‘müşahede’ günlük alışılmış bilinç durumundan (GABD) daha merkezde yer almaktadır. Yeni doğan bebekte en saf halinde bulunan müşahede zaman içerisinde ‘akıl kabı’ dolup bilinç yüklendikçe müşahedenin ‘ışığı’ azalmakta ve dünya ‘loşlaşmaktadır’. Ve bu şekilde aydınlıktan dar ve karanlık bir alana ontolojik iniş başlamaktadır. Bu enerji ile günlük alışılmış bilinç durumunu (GABD) sürdürürken özgür iradeyi de ortaya çıkarmaktadır (1975: 120-130).

Müşahede saflaştıkça GABD’de yer almayan muhabbet, anlayış, kardeşlik, hoşgörü, coşku, ümit, güven, sezgi, yaratıcılık, estetik, ahenk, huşu gibi latif duygular ortaya çıkmaktadır. Karanlığa inildikçe bu asli evrensel duygular örtülmektedir. GABD mutlak sabit değildir. Bir yönü karanlık diğer yönü aydınlık olan iki âlem arasında kayarak seyretmektedir (Merter, 2012: 114-117). GABD derinliklerdeki gölge âlemde dahi insanı aslı, diğer kutbu olan gerçek benliğinden (can) ayırmamaktadır. İnsanın var oluşsal kutuplarını tanımlamak için Wilber’ın âlem tanımından yararlanılabilmektedir (1977: 150). Gelişim evrilen bir süreç olmakla birlikte amacı aşkınlıktır. Aşkının son hedefi ise Tanrı’da sonuçlanan nihâ ‘birlik bilinci’ (Atman) dir. Bu birlik bilinci (*Unity consciousness*) İbn’ül Arabi terminolojisinde ‘akl-ı kül’ olarak adlandırılmaktadır. Varlık aşaması açısından insanın bir kutbunda beden diğer kutbunda can bulunmakta Akl-ı kül ile can vasıtasıyla ilişki kurmaktadır. Gerçek benliğin (can) ‘birlik bilinci’ ile ilişki durumunu ifade eden konumları varlık aşamaları kavramı ile tanımlanmaktadır.

Yeni doğmuş bir bebekte rasyonel düşünce ve özgür irade başlamadığı için nefis-beden düalizmi oluşmamıştır. Bu nedenle ‘can’ aracılığıyla birlik bilincine bağlantı sağlamaktadır. Birlik bilincinden yani tevhid bilincinden ayrılmanın sonucunda bilinçdışı oluşmaya başlamakta ve alt konumlara inildikçe müşahede örtülmektedir. Bu aşamanın sonunda kişi ile akl-ı kül arasına bir perde girmektedir. Burada bahsedilen iniş/nüzul ontolojisi, Jung’da arketiplerle temellendirilen kollektif bilinç dışı, tasavvufta ilahî isimler ve sıfatlar olarak zikredilen çok katmanlı bilinç dışını ifade etmektedir.

Allah’a en yakın olan yön can (ruh) iki yüzeyi yansıtan bir ayna olarak düşünebilmektedir. Bir yönüyle evren ve nefsin alt düzeyleri yansıtılırken diğer yönüyle sonsuzluk âlemi yani Ulûhiyet yansıtılmaktadır. Allah’a bakan yönü ile Ayan-ı sabite’nin tecelligâhıdır ve sabit asıllarını yansıtmaktadır. Kevnî âleme bakan yönüyle ilahî isimlerin çıkış yeri olarak nitelendirilmektedir (Merter, 2012: 164).

Zirâ asli sabit değerlerin dünyada somut nesnelere haline dönüşmesi, Allah'ın isimleri vasıtasıyla olmaktadır. İnsan bu isim ve sıfatlara yakınlığı ile akl-ı kül karşısındaki konumunu belirlemektedir. Ancak arketiplerde bulunan kötülük anlayışı burada bulunmaz çünkü kötülük insanda isim ve sıfatların kıvamının bozulmasından kaynaklanmaktadır (Merter, 2012: 157). Wilber âlemi ikilik/dualizm ile açıklamaktadır. O'na göre bu zıtlık paranın iki yüzü gibi birbirini tamamlayıcı bir zıtlık halinde gerçekleşmektedir. İsim ve sıfatların zıtlığı ise bu anlamdan farklı bir yapı taşımaktadır (1977: 193).

Kötülüğün Tanrı ile ilişkisini anlamak için metafizik Tanrı'yı varlığı ve sıfatları olmak üzere iki yönden incelemektedir. İbn-i Sina'ya göre Tanrı mutlak anlamda 'Bir' ve zorunlu bir varlık olduğu için diğer varlıklar sudûr ilişkisiyle bu zorunludan varlık kazanmaktadır (2017: 27-34). Diğer taraftan varlık kavramının gereği olarak İbn Sina, Tanrı'nın mutlak hayır ve iyiliğin kaynağı olduğunu belirtmektedir (2017: 101). Sonuç olarak Tanrı'nın isim ve sıfatlarının olmadığı yerde kötülük bulunmaktadır. Bu açıdan kötü olarak nitelendirilen fiiller ve olaylarda dahi ilahî isimlerin zorunlu sonucu olarak mutlak hayır görülebilmektedir. Çünkü eğer evrende kötülük olarak nitelendirilen olaylar olmaması durumunda Celâlî isimleri muattal olarak nitelendirilecektir (Arabi, 1980: 120-122).

İlahî isimler teorisine göre kâinattaki tüm olgu ve fiiller Allah'a dayanmaktadır. İyi veya kötü olarak nitelendirilen tüm fiiller evrende tek ilke olduğu için Allah tek failidir. Ancak burada iki husus bulunmaktadır. Birincisi kötülük görelî bir şey olarak var olmaktadır. İkinci olarak ise bu isimler birbirini içerdiği için âlemde kötülük olarak nitelendirilebilen tüm olaylar rahmet ve iyilik anlamı taşıyan fiilleri içermektedir. Örneğin Muntakim ismi Rahmet ismini de içermektedir. İbnü'l Arabî'ye göre 'kötülük, hedeflenen yetkinlikten eksik kalınmasından kaynaklanmaktadır' (1980: 250-252). Bir başka deyişle kemalin olmaması hali olarak görülmektedir (2017: 70-78).

İslam düşüncesine göre kâinattaki varlıklar Allah'ı bilmek için var edilmiştir ancak bu bilgi parçalı olarak gerçekleşmektedir. Çünkü ilahî isimler varlıkların her birinde farklı tecelli etmekte ve her varlık Allah'ı ancak kendisini O'na bağlayan ilahî bir isim vasıtasıyla bilebilmektedir. Varlıklar içerisinde insan ilahî isimlerin tamamını yansıtabilen, Allah'ı bilme noktasında en kuşatıcı ve en yakîn olan varlık olarak nitelendirilebilmektedir. Allah'ın yerlere ve göklere sığmadığı ancak inanan insanın kalbine sığıdığı (el-Acluni, 2019: 165) kutsî bir hadiste bildirilmektedir. Evrenin var oluşunun sebebi insanın ilahî isimleri yansıtmaya özelliği olarak kabul edilmektedir. Bu potansiyelin en yüksek, bütün ilahî isimlerin

birleştiği zıtlıklar âleminde insanî mükemmellik ilkesi ile birleştiği aşama Hakikat-i Muhammediyye aşamasıdır. Bu aşama mümkünlerin hakikatleri ile Allah arasındaki vasıta olarak kabul edilmektedir. Bu aşamadan var oluş gerçekleşirken var olanlar da bu aşamadan bilgiyi almaktadırlar (Kartal, 2009: 190).

Hak'ın Zât'ından Zât'ına tecellisinde var oluşu temsil eden beş aşamadan söz edilmektedir. Bunlar; insanın akıl ile bilemeyeceği Zât mertebesi (Sırrü's-Sır), isimler ve sıfatlar mertebesi (Ulûhiyyet makamı), E'fal mertebesi (Rubûbiyyet makamı), emsal ve hayal mertebesi (Âlem-i misal), hisler ve müşahede mertebesi (Âlem-i Şuhûd) olarak sıralanmaktadır. Bu sıralamada bir alt aşamada mevcut olanlar bir üst aşamaya göre sûret veya sembollerini şeklinde holografik olarak yansımış hali olarak nitelendirilmektedir (Merter, 2014: 326).

İslam düşüncesine göre varlık kendi seviyesinde Mutlak Hakikat ile benzeşmesi sonucunda oluşmaktadır. Kâinat derece derece zuhur ederek var olmakta özünden yani Mutlak Hakikat'ten uzaklaştıkça loş hale gelmektedir. Hakikatin bu şekilde eksilmesi aşama kademelerini gerçekleştirmektedir. Bu aşamalar ahenkli, muntazam ve katmanlı olan âlemde Mutlak varlığa daha yakın veya daha uzak olmak üzere derecelendirilmektedir. Yakınlık ilahî isim ve sıfatlara iştirak derecesine göre belirlenirken, uzaklık aynı isim ve sıfatların zuhûrundaki zayıflık ile ölçülmektedir. Yakınlığı oluşturacak özelliklere birlik bilinci (tevhid), hayat, şuur, kudret, irade, merhamet, hikmet ve sevgi örnek verilebilmektedir. Bu sıfatlara uzaklık ise Mutlak Hakikat'e uzaklık olarak nitelendirilebilmektedir. Varlık, bilinç ve mutluluk doygunluğuna ulaştığında ise içindeki öze dönmüş olarak kemale erme süreci (tekâmül) tamamlanmaktadır.

İnsanın kemale ermesi Allah ile insan arasındaki ilişkiyi tanımlayan varlık aşamalarının zirvesinde gerçekleşmektedir. Allah'a doğru yükselen insanın en saf hali insan-ı kâmil olarak tanımlanmaktadır. İnsan-ı kâmil gerçek benlik veya 'can' olarak adlandırılan sınırsız olan külli düzeyden oluşmaktadır. Can (ruh) beden kabına girdiğinde nefis düzeyine inmekte asli programdaki gelişim potansiyelini muhafaza ederek sınırsızlığını kaybetmektedir. Nefsin kökeni hem bedende hem ruhta olduğu için hem maddi hem de manevi eğilimleri bulunmaktadır. Nefis dönüşüm yaşadıkça maddi olan yönü manevi yöne evrilerek Allah'a yaklaşmaktadır.

Tabi felaketler ve savaşlarda danışanların gerçekleştirdiği olağanüstü hal ve fedakârlıklar 'can'da potansiyel bulunan diğergamlık (alturizm) değerinin aktive olması buna örnek verilebilmektedir. Her insanda potansiyel olarak (kuvve) bulunan bu değerler insana dünyaya gelmeden

önce ilahî isimlerin öğretildiği insan-ı kâmil mertebesini oluşturmaktadır. İyilik, hoşgörü, diğerkâmlık, karşılıksız sevgi, tevazu, kanaatkârlık, metanet, feraset, yaratıcılık gibi potansiyeler gerçekleştirilip file dönüştürülmediğinde ise nefesini tutan bir danışanın yaşadığı sıkıntılar gibi ruhta problemler yaşanmakta (Izutsu, 1999: 197; Afîfi, 2000: 233) ve depresyon veya nevroz olarak yüzeye çıkmaktadır (Merter, 2012: 152).

Danışan seçimleriyle özgür bir şekilde ilahî isimleri toplama ve yansıtma özelliğine sahip olabilmektedir. Bir üst varlık aşamasında terfi etmesinin şartı ise zıtlıkların birleşmesi olarak bildirilmektedir. Örnek olarak sevgi ve nefretin birleşimi olan yeni bir duygu açılması verilebilir. Bu süreç tevhid (birlik bilinci) olarak adlandırılmaktadır. İbnü'l Arabî'nin teorisine göre 'zıtlar birleştiğinde Zât zuhur eder'. Hissettiğimiz tüm olumsuz duygu ve haller bu yarım kalmışlığın bir sonucu olarak görülmektedir. Ancak sevgi-nefret, öfke-hilm, kaygı-huzur, hırs-cömertlik, gurur-tevazu ile birleştiğinde bu yarım dairelerin kapanacağı belirtilmektedir. İbnü'l Arabî zıtlıklarla birlikte ilahî isimler arasında mertebe farklılığı olduğunu vurgulamaktadır. Her isim potansiyel olarak bütün isimleri ihtiva ederken yüksek isim alttakine hükmetmektedir (Izutsu, 1998: 150). Varlık aşamalarında yükseldikçe perdeler ardındaki tecelliler kalkmakta ancak Ahadiyyet mertebesinde Rab gizli kalmayı dilemektedir.

Sonsuzluğa giden varlık aşamalarında tekâmül yolculuğunda bir üst var oluşa geçmek için alt aşamada 'basınç' halinde serbest bırakılmayı bekleyen isimler bulunmaktadır. Bu isimler bir üst aşamaya geçmek için anahtar vazifesi görmektedirler. İbnü'l Arabî'ye göre ilahî isimlerin en büyüğü 'Rahman' ismi olarak kabul edilmektedir (Izutsu, 1998: 162). Perdelerin kalkmadığı insanlar Hak'ın kendilerine rahmet etmelerini istemektedirler. Keşf ehli olarak nitelendirilen aydınlanma yaşamış insanlar ise rahmetin kendilerinde var (kaim) olmasını istemektedirler. Burada esas olan Rahmet tecellisini diğer insanlara izhâr ederek Hak ile zâtî birliği gerçekleştirmektir. İnsanın var oluşunun anlam kazanması statik var oluştan dinamik var oluşa geçmesini sağlayacak olan bu ilahî isimlerin tecelligâhı olması olarak görülmektedir. Bu çerçevede danışandan alt katta kendisine tecelli eden ilahî ismi çevresine yansıtarak ilahî Rahmete ayna olması ve bir üst aşamaya geçmesi beklenmektedir (Merter, 2012: 165-171).

Allah Zâtı itibariyle bir iken isimleri itibariyle bütündür. Her varlığın Allah'dan aldığı pay kendi özel Rabbi olarak görülmektedir. Allah ile ilişkisini o varlığın sebebi olan isim bakımından kurmaktadır. Melekler

Allah'ın takdis ve hidâyet anlamı taşıyan isimlerinin bilgisine sahip olduğu için Allah'ı bu yönden bilmektedirler. Bu durum ismi bilen varlık ile o ismin aynı hakikatte olmasından kaynaklanmaktadır. Bir diğer ifadeyle ismi bilen gerçekte kendini bildiği için varlığında zıtlık barındırmamaktadır. Örnek olarak Mudil isminin tecelli ettiği bir varlığın Allah'ı bilmesi ve Allah ile ilişkisi Mudil ismi bakımından gerçekleşmektedir. Bu durumda dalâlete uğramış kimsenin özel Rabbi Mudil ismi olduğu söylenebilmektedir (Arabi, 1980: 90).

İlahî isimler âlem ile ilişki bakımından Celâl ve Cemâl olarak, ihata ve anlam bakımından Hadî (Hidâyet veren), Şafî (Şifa veren), Rezzak (Rızık veren), Mün'im (Nimet veren) vb. isimler olarak tasnif edilmektedir. Bir de olumlu anlama sahip isminin karşılığında olumsuz anlam taşıyan mukâbil isimler bulunmaktadır. Bunlara Kakhâr, Kabız, Dâr isimleri örnek olarak verilebilmektedir. ed-Dâr ve en-Nâfi isimleri birbirine zıt anlam içermekte ve birbirini tamamlamaktadır. Tüm bu isimler Rahman isminde toplanmaktadır. Allah ismi ise ilahî isimler sınıflamasında en başta durmaktadır (Cili, 2006: 19-20). Burada Allah'ı tam ve kuşatıcı olarak bilmek için en önemli husus Allah'ı bütün zıtlıkları içeren isimleri kendinde topladığı hakikati bilmek ile gerçekleşmektedir.

İlahî isimler Celâl ve Cemâl olarak iki ana kategoride toplanmaktadır. Celâlî isimler Kakhâr, Kabız, Muzil, Mumit, Muntakim, Muksit ve Darr olmak üzere yedi adettir. Celâl ve Cemâl dengesi kişilik gelişiminde önemli bir unsur olarak kabul edilmektedir. Jung'un kavramsallaştırdığı anima ve animus kavramları Celâl (animus) ve Cemâl (anima) isimlerinin tecellisi olarak nitelendirilebilmektedir. Danışanın tekâmülü için önce isimlerin zıtlıklarının aşılması sonrasında Cemâl ekseninde bir varoluş gösterilmesi ve dikey yükselişe geçmesi gerekmektedir (Merter, 2014: 362). Bir başka açıdan er-Rahman, er-Rahim, el-Latif, el-Gafur gibi Cemâlî isimlerin anlamlarına bakıldığında anne ile güvenli bağlanmanın özellikleri olan merhamet, sevgi, koruyup kollama gibi özellikler içerdiği görülmektedir (Hayta, 2017: 140; Vitz & Lynch, 2010: 63). Cemâl eksenindeki bu gelişmenin danışanda oluşan güven duygusunun bir göstergesi olduğu görülmektedir.

Gelişmemiş bir anima yani en asli yön olan nefis, danışanın eşyaya, tabiata, kişinin kendisine en sonunda Allah'a karşı hoyrat bir tutum sergilemesine neden olmaktadır. Danışanın içinin yansıması olan Allah tasavvuru, antropomorfize edilmiş nörotik Tanrı tasavvuruna düşülebilmektedir. Danışanın nefsin artı ve eksi yönleri birleştirilerek bu duruma düşmemesi ve birlik bilincine (tevhid) ulaşması sağlanabilmektedir (Karlık, 2021: 115-116).

Allah'ın insan üzerindeki tasarrufu 'hal' olarak adlandırılmaktadır. Murakabe, kurb, muhabbet, havf, reca, şevk, üns, müşahede ve yakın bazı hallere örnek verilebilmektedir. Ancak birbirine zıt haller de bulunmaktadır. Bunlardan bazıları kabz-bast, heybet-üns, cem-fark, gaybet-huzur, sahv-sekr, sahv-sekr, mahv-isbat, telvin-temkin ve kurb-bûd'tur. Kişinin ilahî isimlerin mahalli olması sebebiyle hal ile iki durum ortaya çıkmaktadır. İbnü'l Arabî'ye göre birinci durum Allah'ın mutlak fail olması, ikinci durum ise insanın ilahî isimlerin mahalli olması sebebiyle edilgen kaldığı durumdur. Örnek olarak kişinin yaptığı hatalı bir davranış yüzünden hissettiği hal 'Kabz' hali olarak tanımlanırken iç huzuru, nesi ve zihin açıklığı hali 'Bast' olarak tanımlanmaktadır. Kişinin bu hallerle muhatap olmasının sebebi Allah'ın Kâbız ve Bâsıt olması olarak söylenebilmektedir.

'Haller nazariyesi' olarak tanımlanan bu duruma göre mutlak fail olan Allah'ın isim ve sıfatlarından kişinin durumuna göre sürekli bir tecelli gerçekleşmektedir. Diğer bir ifadeyle Allah ile insanın sürekli ilişki içerisinde olduğu söylenebilmektedir. Kuşeyri bu durum için kişinin hangi ismin gereği olarak bir hale sahip ise halini değiştirmeye çalışmak yerine ona rıza göstermesini tavsiye etmektedir (Kartal, 2009: 102). İlahî isimlerin tamamını taşıma potansiyeli olan insan, serbest iradesi ile isimler arasından seçim yapma özgürlüğüne de sahip kılınmıştır (Merter, 2012: 166).

Varlık ve eşyanın temel yapı taşı olarak nitelendirilebilecek ilahî isimler, Ayan-ı sabite olarak tasarlanmış 'kaplara' ilahî olanın tecelli etmesi sonucunda oluşmaktadır. İbnü'l Arabî'ye göre ilahî tecelli'nin iki kutbu bulunmaktadır. Birinci kutbu Ayan-ı sabite mertebesindeki gizli yönü ikinci kutbu ise evrendeki varlık ve canlıların isimlerin tecellisindeki 'alıcı yetenekleri' yani istidatları olarak tanımlanmaktadır (2017: 99-100). Mercek metaforu kullanılarak bir ışığın mercekten geçerek değişik renkler yansıtması gibi Allah'ın da ilahî isimleri merceğinden geçerek tek bir Nur'un evrene değişik renklerde yansıdığı düşünülmektedir. İnsanın yapısında tüm renkler olmakla birlikte kendisi dilediği rengi seçebilmektedir.

İnsanın tekâmülü de bu karşıtlıkların birleştirilip bir üst varoluş konumuna geçmesi ile gerçekleşmektedir. Örnek olarak manevi danışmanlık ve rehberlik esnasında karşılaşılan nefret duygusu sevgi ile birleştirildiğinde yeni bir duygu açığa çıkmaktadır. Bu durum tevhid veya birlik bilinci olarak tanımlanmaktadır (Merter, 2012: 167). 'Zıtlar birleştiğinde Zât zuhur eder' düşüncesinin nefis aşamalarıyla yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Danışan ancak içindeki zıtlıkları giderdiğinde bir

üst nefis aşamasına çıkabilmektedir. Danışanın içinde tamamlanmamış daireler (gestaltler) olduğu sürece tekâmül gerçekleşmemektedir. Manevi danışma ve rehberlik sürecinde sevgi-nefret, öfke-hilm, kaygı-huzur, şehvet-saygı, hırs-cömertlik, gurur-tevazu birleştiğinde danışan varoluş amacını keşfetmiş olacaktır.

Kur'an-ı Kerim'de Nur suresinde Allah'ın nur üstü nur olduğu ancak bu nura erişmek isteyenleri eriştirileceği bildirilmektedir. İnsan, varoluş aşamalarında sadece kendisinde beliren bu ışık üstü ışıktan nefis veya ben olarak nitelendirilen varlığıyla uzaklaşmaktadır. İnsan bu 'merkezden' uzaklaştıkça alacakaranlık dar bir alana sıkışır ve geri dönmek için çabalamaya başlamaktadır. Varlık aşamalarındaki bu uzaklaşmanın en belirgin örneği 'Işıkgetiren' (*Lucifer*) olarak bilinen şeytanın ışığın yansımaları olduğunu unutarak kendisi ışık olma iddiasında bulunmak istemesi olarak gösterilebilmektedir (Borella, 2017: 323).

Varlık aşamalarında danışan kendisini doğru konumlandığında iyi-kötü, ödül-ceza ve mutlak istekleri olan Tanrı tasavvurundan, her yerde bulunan ve varlığın başlangıcı olan Hakikat bilincine ulaşmaktadır (Schuon, 1997: 24). Maslow kişinin hayatta kalma ve güvenlik düşüncesini aşır sevgi merkezli D-Biliş seviyesine oradan da B-Biliş varlık bilincinde yükseldiğinde vucût aşamasında Hak'ı tam manasıyla bilebilmenin mümkün olduğunu söylemektedir. Bu ise ancak beşerî duygu ve sıfatların eriyip kaybolarak gerçekleşeceğini ve bu deneyim sonucunda yargılayıcılıktan uzak kabul ve teslimiyet içerisinde evreni bir bütün olarak algıladığını söylemektedir. Maslow'un kendini gerçekleştirmiş insanı İbnü'l Arabî'de insan-ı kâmil olan Hakikat-i Muhammediye (*logos*) mertebesidir (Kılıç, 2018: 127)

Alan yazındaki çalışmalarda erkeklere göre daha duygusal hislerle donatılmış kadınların Tanrı tasavvurlarının Cemâlî özelliklere yönelimli olduğu, erkeklerin ise Celâlî yönelimli Tanrı tasavvuruna sahip olduğu görülmektedir. Bu kişinin bulunduğu hale göre Tanrı tasavvuruna sahip olduğu hipotenizi doğrulamaktadır (Potvin, 1977; Mehmedoğlu, 2011; Yıldoğan, 2012; Kula, 2012; Çalışkan & Sağlam, 2012; Yıldız & Ünal, 2017; Arıcı & Tokur, 2017; Dalfidan, 2019). Danışanların Allah'ın Celâl ve Cemâl sıfatlarını dengelemeleri sonucunda kendilerini gerçekleştirdikleri kaydedilmiştir (Hayta, 2019: 156). Yani danışanlar tecellileri haller nazariyesinde bildirildiği gibi kabul ederek kendindeki yarım kalmışlıkları tekâmüle ulaştırmaktadır. Arıcı ve Tokur (2017: 31-48) Tanrı tasavvuru ve değerlere ilişkin yaptığı çalışmada teslimiyet, şefkat gibi latif değerlere sahip olan danışanların seven, koruyan, bağışlayan ve merhamet

eden Cemâlî Tanrı tasavvuru algısına sahip olduklarına ulaşmıştır. Toplumsal bütünleşmeyi sağlayarak latif duygu ve değerlere yönlendiren inanç sistemleri bu değerler ekseninde Tanrı ile ilişkiyi oluşturmaktadır (Mehmedoğlu, 2013). Bu ilişkiyle danışan sahip olduğu Tanrı tasavvurunun yaşantısında içselleştirmesi suretiyle oluşan inanç ve değerlerle olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkma, yaşamın anlamını bulma ve iyi oluşu sağlamada başarılı olmaktadır (Arslan,2011). Cemâlî Tanrı tasavvuruna sahip olma ile hayatın anlamı arasında çok tutarlı ve sağlam bir ilişki olduğu görülmektedir (Stroope & Draper & Whitehead, 2012: 25-44). Tanrı tasavvurunun hayatın içine dâhil edilmesiyle danışanların psikolojik iyi olma hallerine ve anlam arayışına katkı sağladığı kaydedilmiştir (Merwe & Eeden & Deventer, 2010: 10). Yapıcı (2007: 54)'nın yaptığı çalışmada Tanrı ile içsel temas kuran danışanların iyi oluşu daha iyi sağladıkları ve olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkmada daha başarılı oldukları tespit edilmiştir.

c. Nefsin Aşamaları ve Farklı Bilinç Durumları

İnsanın evrende buluşunu sağlayan, onu diğer canlılardan ayıran ruh, aynı zamanda Allah ile ilişkisini de oluşturmaktadır. Ruh ile Allah arasındaki bağlantıyı kuranın da ilahî isimler olduğu bildirilmektedir. Ruh her an ilahî isim ve sıfatlarla ilişki içerisinde bulunmaktadır (Frager, 2018: 71). Ancak ruh bağlantısını dünyadaki heveslerine yönelttiği zaman ilahî isim ve sıfatları yansıtamaz hale gelmekte (Frager, 2018: 37) ve alt bilinç kontrolü ele almaktadır. Bu durumun aksine danışanın ilgisini ve düşüncesini Allah'a yöneltmesi, nefsin sıfatlarının zamanla ilahî sıfatlara dönüşmesini sağlamaktadır (Nurbakhsh, 1992: 45). Allah'ı anarak şuur ve dikkat ile farkındalığını arttıran danışan aydınlanacak ve karanlıkta hâkimiyetini sürdürebilen nefis ve alt bilinç kontrolü ele alamayacaktır.

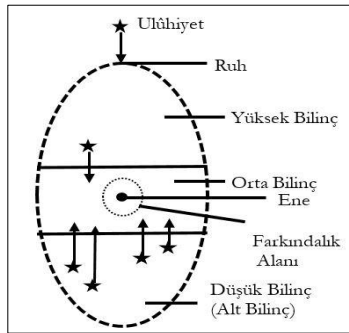
Assagioli dünyevî zevk ve hedef odaklı yaşayan, değerleri dahi sorgulamayan, her şeyi ona verildiği şekilde kabul eden insanı 'sıradan insan' olarak tanımlamaktadır. Bir kayıp veya hayal kırıklığıyla beklemeyen bir değişiklik yaşaması sonucu 'hayatın anlamı'nı sorgulamakta ve ruhsal bir uyanış başlamaktadır (1991: 116). Assagioli'ye göre ruhun uyanışı insanda bir takım tesirler meydana getirmektedir. Bunlar; fiziksel bir ısınma ve yanma hissinin olduğu 'olağan üstü aydınlanma hissi' (*extraordinary dazzling sense of light*) ve herşeyin birbiri ile ilişkili olduğu ve yüce bir gerçeklik tarafından yönetildiğini algıladığı 'görünür dünyanın dönüşümü' (*transformation of visible world*)'dür. (1991: 146-147). Ruhun uyandırılması ile kişi zaafalarının ve isteklerinin olduğu alt bilinç verilerinin yanında üst bilinç dışından bir akış olduğunu fark etmektedir. Assagioli,

insanın sadece alt bilinç ile sınırlandırılmayacağını vurgulamaktadır. Birbiri ile iletişim halinde ve aralarında geçişi mümkün olan katmanlardan oluşan bilinç yapısını oval diyagramda göstermektedir (2012: 17).

Assagioli'nin geliştirdiği oval diyagram Frager tarafından nefes aşamalarına adapte edilmiştir. Benliğin aşamaları diyagramları incelendiğinde bilincin üç seviyesi görülmektedir. Ovalin en üst düzeyi olan yüksek bilinç, psişenin manevî, aşkın ya da ben ötesi kısmını temsil etmektedir. Orta bilinç, psişenin uyanıklık alanı iken dairenin dışındaki alan hâlihazırda uyanık olmayan ancak kolaylıkla canlandırılabilen hatıraları içermektedir. Ben (ene) orta bilincin merkezinde kim olduğuna dair sınırlı duygunun merkezi olarak nitelendirilmektedir. En alttaki düşük bilinç ise bastırılmış travmatik hatıraların ve dürtülerin bulunduğu Freud'daki bilinçaltı kavramı ile tanımlanabilmektedir. Buradaki materyal güçlü bir baskı bariyeri ile GABD den uzak tutulmaktadır.

Mistik veya manevî tecrübeler sonucunda tecrübe edilen yüksek bilinçte Allah ile danışan arasında bulunan perdelerin kalktığı hissedilmektedir. Burada Cemalî sıfatlar en derin şekilde tecelli etmektedir. Ruh ovalin en üstüne yerleşmiş halde ovalin her yerini kapsamakla birlikte psişeden farklı ancak birleşik olarak bulunmaktadır. Allah ile doğrudan ilişki kuranın ruh olduğu kabul edilmektedir. Ruh, GABD dışında faaliyet göstererek kılavuzluk etmektedir. Her danışan farkında olmasa da ruh Allah ile sürekli ilişki içerisinde bulunmaktadır.

Şekil-1:
Nefs-i emmare



Nefs-i emmare aşamasında üst bilinç ile bilinç güçlü bir bariyer ile birbirinden ayrıldığı için yaşam anlam, sevgi ve mutluluktan kopuk olarak hissedilmektedir. Yüksek bilinçaltındaki materyal bilince sızmayı başarır ise danışana mutluluk dolabilmektedir. Ancak nefis-i emmare aşamasında geçişe izin verilmemektedir. Ruh tamamen devre dışı olduğu için

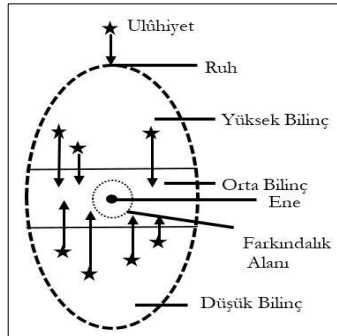
'Ben' psişenin merkezinde olduğunu düşünmektedir. Orta ve alt bilinç arasındaki sınır çok kalın olmakla birlikte geçişler olabilmektedir. Farkındalık arttıkça dürtülerin egemenliği azalmaktadır (Frager, 2018: 85; Ayış, 2019; 556). Nefs-i emmare'de ağır basan haller korku (havf) ve ümit (reca)'tir.

İnsan nefsin arzu ve isteklerini dizginlemiş ve varoluşunun tabiatını bozmamışsa kendisini bir üst açıdan görmeye başlamaktadır. Bir üst basamak olan nefs-i levvamede yaşanacak haller tevekkül (güvenme), tefviz (yaşamadan hazır olma), sîka (sonucunu hissetme ve teslim olma) ve sekinedir. İnsan can ile bağlantı kurarak Allah ile ilişkisini yeniden idrak ettikten sonra kanaat, hayret, huşu, hayranlık gibi değişik haller yaşamaya başlamaktadır. Bu halleri yaşayabilmek için nefsin dönüşümü gerekmektedir (Peker, 1993: 43).

Danışan nefs-i emmarenin hükümdarlığı altında içinde bulunulan durumu fark edememektedir. İman ve iç farkındalık ışığı güçlendikçe kişi kendini bilmeye başlamaktadır. Nefs-i levvame bilincin olduğu ilk aşama olarak kabul edilmektedir. Bu aşamada değişme yeteneği yeterli seviyede olmasa da ben merkezli yaklaşımın olumsuz etkileri fark edilmeye başlanmaktadır (Frager, 2018: 86). Bu aşamada nefsin sıfatları manevî gurur, ikiyüzlülük, inanç katılığı, dünyevî hazlar peşinde koşmaktır. Bu nefis yapısı Freud'un 'süperego' kavramından farklılık arz etmektedir.

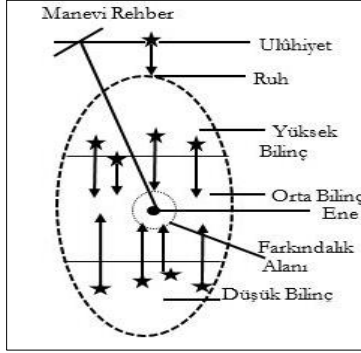
Nefs-i levvame ilahî bağlantısı olan vicdanı temsil etmektedir. Dolayısıyla bir üst bakıştan bakılarak nefs-i emmarede çözüm bulunamayan ölüm, özgürlük, yalnızlık ve anlam gibi varoluşsal kavramların düğümleri giderilmektedir. Nefs-i emmarenin tekliflerine mukavemet gösterebilen danışan bu aşamaya çıkabilmekte ve ilahî ışığın tesirleri başlayabilmektedir (Merter, 2014: 192).

Şekil-2:
Nefs-i levvâme



Nefs-i levvame aşamasında psişenin manevî yönlerini ayıran bariyer bu aşamada incelmektedir. Yüksek bilinçaltının ışığı bilince girdikçe danışan kendisini ve alt bilinçten gelen dürtüleri daha iyi farkına varmaktadır. Ancak bu dürtüler ve benlik hala güçlü halde bulunmaktadır.

Şekil-3:
Nefs-i mühlimme



İbadet ve tefekkür gibi manevî faaliyetlerden zevk alınmaya başlandığı aşama Nefs-i mühlimme aşamasıdır. Varlıklara karşı sevginin hissedildiği aşama burada gerçekleşmektedir. Mekanik davranışların gerçek uygulamaya geçişi olarak nitelendirilebilmektedir. Bu aşamanın sıfatları cömertlik, küçük şeylerle tatmin olma, Hakk'a teslimiyet, tevazu ve tövbe olarak söylenebilmektedir (Peker, 1993: 43). Yaşamda karşılaşılan acılar azalmaz ancak bu aşamadaki kişi artık acıları dışarıdan izlemeye başlamaktadır (Merter, 2012: 198).

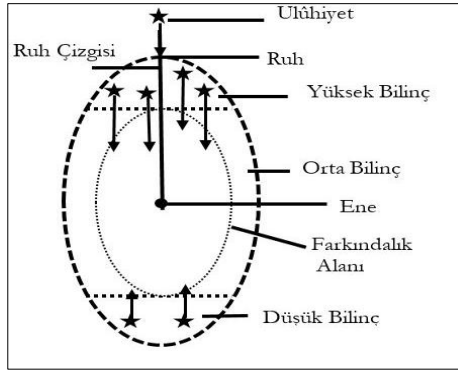
İlham, iç kılavuz sesin işitilmesi ile gerçekleştiği gibi manevî rehberin iç ses haline gelmesi sonucu oluşabilmektedir. Bu ilhamlar nefsi kendisiyle gurur duyma, kendisini önemseme gibi sıfatlara sebebiyet verdiği için dikkat edilmesi gerekmektedir. Manevi tecrübe ve farkındalık yeteneği kibire sebebiyet verebilmektedir (Ayış, 2019: 559). İlham ile meşgul olan sanatçılar, yazarlar, müzisyenler ve bilim adamları arasında zaman zaman ilhamın kaynağının kendileri olduğunu zannetmeleri olarak tesir etmektedir. Bu aşamada tamamen aydınlanmış olduğunu zannetme de bir diğer yanılsama olarak ortaya çıkmaktadır (Frager, 2018: 89-91). Ancak ilhamın asli kaynaktan olduğu bilindiğinde keşf, hayret, himmet, hikmet gibi latif halleri oluşturmaktadır (Merter, 2012: 198). Burada manevi danışmanın nefsi-i mutmain mertebesinde olması ve ruhsal psikosentezini gerçekleştirmiş olması önem arz etmektedir (Merter, 2014: 121).

Nefs-i mülhimme diyagramında yüksek bilinçten akışın gerçekleşmesi daha çok görülmektedir. Yüksek ve alt bilinç konusunda daha fazla farkındalık yaşadığı için orta bilinçaltı genişlemiştir. Ancak 'ben' psişenin merkezi olarak varlığını sürdürdüğü için yüksek üst bilinçten gelen dürtüler saptırılarak manevi gelişme yerine ego amaçlı kullanılabilir. Bu aşamada henüz ruh ile ben arasındaki bağlantı sağlanamamıştır. Bu nedenle manevi rehber bu bağlantıyı kurmaya yardımcı olmaktadır. Danışanın içindeki Kutsal'ı bulmadan önceki adımı olarak gerçekleşmektedir (Frager, 2018: 91-93).

Nefs-i mutmainne aşamasında Allah'a güvenmek, tefviz (ileride olabileceklere daha olmadan hazır olmak) (Merter, 2012: 141), iyi ameller, manevi zevk, ibadet, şükür ve rıza sıfatları bulunmaktadır. Bu aşamada hikmet ve sevgi anlayışı hâkimdir. Kalp açıldığı için kalpten gelen nur kötü sıfatları gidermek sûretiyle iyi sıfatları karakterize etmektedir. Bu aşamada önceki aşamalarda gerçekleştirilen mücadele sona erdiği için önceki sıfatlar kötü olarak değerlendirilmektedir. Bu aşamada Allah'dan gayrılık duygusu azaltılarak psişedeki kimlik ve eğilimler birleştirilmektedir (Ayış, 2019: 560).

Bu konumdaki danışanın hali 'maneviyat savaşçısı' olarak adlandırılmaktadır. Bu noktada benliğin tesiri devam etmekte ancak murâkabe ve münâcaat ile kontrol edilebilmektedir. Allah sevgisine dayanan başına her gelen durumda memnun olma hali söz konusu olmaktadır. Bu aşamada alt aşamalardaki beklentili sevginin yerini aşk almaktadır. Bu aşk ile Hakikat zuhûr etmeye başlayarak insan ve eşyanın aslı belirlemektedir (Merter, 2012: 141).

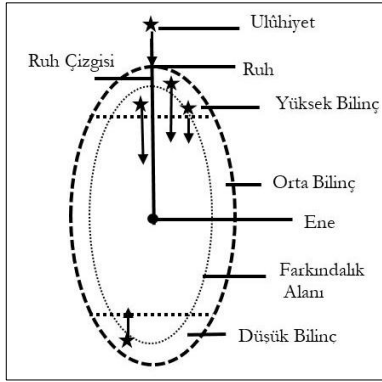
Şekil-4:
Nefs-i mutmainne



Bu aşamada oval diyagramda yüksek bilincin enerjilerinden daha çok istifade edilmekte, alt bilincin dürtüleri etkilerini azaltmaktadır. Danışanın psişesinin derinliklerinde daha şuurlu hale gelmekte ve içsel hoşnutluk ve huzur artmaktadır. Ben-ruh eksenini genişletmek için kaygıların yerini ebediyet ve ölümsüzlük anlayışı almakta ve ben dönüşümünü tamamlamaktadır (Ayış: 2019: 561). Ben psişesinin merkezi olmaktan çıkarak dürtülerin gücüne karşı güvene girmektedir (Frager, 2018: 93-96).

Nefs-i raziyye aşamasında danışan hakkına razı olmanın yanında yaşadığı güçlüklerle de rıza göstermektedir. Bu aşamada olanlar kendilerine ne olursa olsun Allah'a şükran duygusunda kalmaktadırlar (Ayış, 2019: 562). Danışanlar Allah'ın rahmet ve iyiliği ile kuşatılmış olduğunun farkındalığına bu aşamada ulaşmaktadırlar. Bu nedenle duyduğu şükran duygusu en acı olayları dahi olumlu olarak göstermektedir (Peker: 1993: 44).

Şekil-5:
Nefs-i râziyye

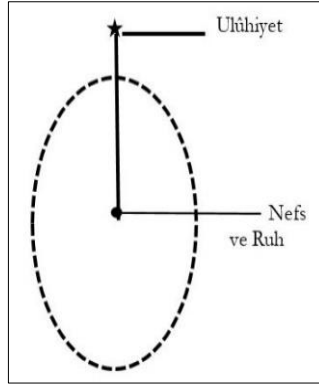


Bu aşamanın sıfatları istiğna (gönül tokluğu), ihlas, tefekkür ve zikirdir. Bu aşamada Allah'a odaklanma arttığı için Allah ile danışan arasında içten bir iletişim oluşmaktadır. Bu aşamada danışan yüksek ve alt bilincin tüm yönlerinin farkında olmaktadır. Daimî bir zikir (hatırlama) ve idrak hali mevcut olmaktadır (Ayış, 2019: 561). Bu aşamada ben ruh eksenini derinleştirdiği için bilinçaltı olarak bilinen artık bilinçli olarak idrak edilmektedir. Allah'ı hiçbir zaman unutmayanlar için bu dünyanın sınamaları ve acıları bir rüya olarak hissedilmektedir (Frager, 2018: 96-98). Alt aşamalardaki bir takım oyunlara katıldığı için farkında olarak icracı değil adeta izleyen konumunda bulunmaktadır. Bu durum psikolojide derealizasyon olarak tanımlanmaktadır (Merter, 2014: 202).

Alt aşamalardaki niteliklerden ve rollerden bir daha dönmek üzere sıyrılmak tasavvufta 'fena' olarak tanımlanmaktadır. Bu duruma

ek olarak rasyonel düşüncenin oluşturduğu dünyevî kavramların aşılması veya tüm bilinçli korteks ile yapılan düşüncenin durması hali olarak tanımlanmaktadır. Kaybolan niteliklerin yerini ilahî nitelikler (ilahî isim ve sıfatlar) kişilikte yer almaya başlamaktadır. Buzun denizde çözülmesi gibi insanın Allah'da erimesi nefs-i mutmainnede başlamakta ve nefs-i raziyye'de kemale ermektedir. Bundan sonraki hal 'bekâ' hali olarak tarif edilmektedir (Merter, 2014: 145-146).

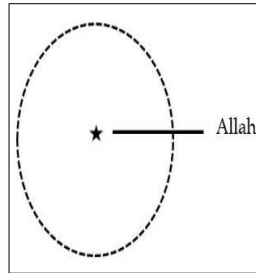
Şekil-6:
Nefs-i marziyye



Nefs-i marziyye aşamasında nefs ile ruh birlik haline ulaşmaktadır. Bu aşamada dünya bütün ve birleşik olarak görülmektedir. Bu içsel vahdet halinde kişi Allah'ın onun hakkındaki kararına gönül hoşnutluğu ile kabul etmektedir. Dış dünyaya yönelik istekler sona ererken iç dünyada büyük bir zenginlik yaşanmaktadır (Ayış, 2019: 563).

Oval diyagramda nefs ve ruh birleşmekte ve psişedeki ikilem ve zıtlıklar ortadan kalkmaktadır. Kişideki bu birlik sayesinde dünyadaki ilahî birlik fark edilmektedir. Bu durum kırık aynanın çokluk içindeki yansımasının onarıldıktan sonra tek bir görüntüye ulaşmasına benzetilebilmektedir.

Şekil-7:
Nefs-i sâfiyye



Nefs-i safiyye aşamasında danışan benliğinin ötesine geçmektedir. Ancak çok az kişi bu seviyeye ulaşabilmektedir. Bu aşama ‘ölmeden önce ölmek’ olarak tanımlanmaktadır (Peker, 1993: 49). Aşk ile kişi kendinden kurtularak mutlak Hâkim ve Kâdir hükümdarın huzurunda olmak olarak nitelendirilebilir. Nefsin en üst düzeyi nefs-i sâfiyye olarak bilinmektedir (Frager, 2018: 100). Bu aşamada kişilik tıpkı saf ve mükemmel bir kristal gibidir ve ilahî vâridatı neredeyse hiçbir kayıp ya da bozulmaya uğratmadan yansıtmaktadır. Nefsin bu nihâî dönüşümü aşırı derecede nadir görülen bir başarı olup, yalnızca büyük evliyalarda ve peygamberlerde bulunmaktadır (Frager, 2018: 30). Sâfi nefis diyagramında okyanusun içinde erimiş tuz gibi benlik ile Allah arasında hiçbir sınır bulunmamaktadır. Var olan tek şeyin Allah olduğunun farkına varmaktadır (Ayış, 2019: 564).

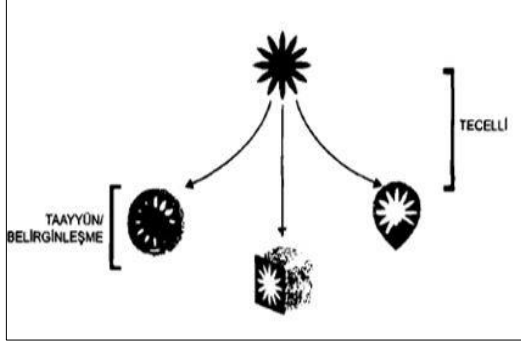
Alt benlik ile ruh arasında kişide tıpkı fiziki kalp gibi çalışan manevi kalp bulunmaktadır. Bir yüzü maneviyat diğer yüzü alt benliğe dönük olarak bu iki âlemi dengeleme vazifesi görmektedir. Öfke, korku, açgözlülük gibi nefisten gelen duyguları hikmet ve nur ile arındırmaktadır. Nefs arzu ve istekleri ile ilgilenmekteyken manevi kalp ancak Allah’ı anmaktan zevk almaktadır. Manevi kalp kişinin sözleri veya davranışlarına göre şekillenmektedir (Frager, 2018: 46-47). Nefs aşamalarında ilerlemenin hedefi kalpleri geliştirerek dua edecek hale getirmektir. Nefs (alt benlik) sadra girip kişiyi olumsuz eğilimlere yönlendirmeye çalışmaktadır. Kalbin iman nuru nefsin sadra egemen olmasını önleyebilmektedir. Ancak bunun için başkalarına zarar verme ya da dürüstlük, doğruluk, şefkat gibi evrensel manevî değerleri ihlâl ederek kalbin kapatılmamış veya katılaştırılmamış olması gerekmektedir.

İç âlemimizde gizli olanı kavrayabilmek ve ilahî isimleri yansıtabilmek için yumuşak, hasas ve bilen bir kalbe sahip olmak gerekmektedir (Frager, 2018: 53). Sadr amellerimize bağı olarak genişleyebilir veya darabilirken manevi kalp güneş ışığı gibi sabit kalmaktadır. Manevi kalbi perdeyecek üç unsur bulunmaktadır. Bunlar; ihmâl, unutkanlık ve itaatsizlik olarak bildirilmektedir. Bu durumda manevi kalbin nefis (alt benlik) üzerindeki tesir gücü azalmaktadır. Ancak farkındalık ve geri dönüşle (tevbe) bu perdeler kalkabilmektedir (Merter, 2014: 55).

Nefsin aşamalarında en alt konumdaki nitelikler alışkanlığa dönüştüğünde dinamik ve dikey olan zaman yatay ve statik hale gelmektedir. Bu durum daha hızlı zaman akışının olduğu bir üst kata çıkılmasına engel olmaktadır. Nefs-i emmare ile ruh arasındaki her ara katın isteklerden kaynaklanan kendine has bir zamanı bulunmaktadır. İsimlerin te-

cellisi ile istemenin arasında bir ilişki bulunmaktadır. Her an yeniden yaratılış (Kuran 55/29) kanuna göre her olay bir ismin tecellisine ve buna tekabül eden bir belirginleşmeye (taayyüne) tekabül etmektedir. Zamanı geldiğinde her hale kabının yapısına göre bir tecelli gerçekleşmektedir.

Şekil-8:
Kaba göre tecelli ve taayyün
(Merter, 2012: 248).



Haller her an değiştiği için tecelliler de değişmektedir. Alt nefis aşamalarındakiler tecellinin zamanını beklemediği için mutsuz ve doyumsuz olmaktadır. Ancak hal tamamlandığında kab hazır olmakta ve tecelli vuku bulmaktadır. Üst nefis aşamalarındakiler sabırla beklemenin sonucunda tecellinin olacağını bildikleri için teslimiyet, tevekkül, rıza, güven ve ümit içinde yaşamaktadırlar (Merter, 2012: 249).

Danışanların değer yönelimleri ve haz odaklı yaşamları ile Tanrı tasavvuru arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bu bilgileri doğrulamaktadır. Dini değerlere yönelen danışanların aşkın Tanrı tasavvurunun daha güçlü olduğu gözlemlenmiştir. Bu danışanların aşkın varlığa itaatlerinin, istek ve arzuları sınırlandırmalarının, ahlâkî sınırlar içerisinde yaşamalarının daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Haz odaklı olan danışanların Tanrı ile ilişkilerinin olumsuz yönde etkilendiği kaydedilmiştir (Asar,2020: 89). Duriez ve arkadaşları (2001: 93-113) benzer sonuçlara ulaşarak Tanrı'yı tasavvur etme ile haz odaklı yaşam arasında negatif ilişki tespit etmiştir. Emre ve Yapıcı (2015) haz odaklılık ile Tanrı'yı hissetme arasında negatif ilişki saptamıştır. Bu bulgular düşünce ve duygularını kontrol ederek tekâmülünü gerçekleştiren danışanların içsel bir Tanrı tasavvuru oluşturabildiklerini göstermektedir.

Markus ve Kitiyama (1991) danışanların olumsuz yaşam olayları karşısında güvende hissetmesinin aile, çevre özellikle de Tanrı'yla bütün-

leşmesine bağlı olduğunu belirtmişlerdir. Güven ve sevginin içselleştirildiği danışanlarda Tanrı'yla ilişkilerle beraber toplumsal ilişkilerin iyileştiği görülmektedir (Mehmedoğlu, 2011: 243). Bununla birlikte modernite, sekülerizm, özgürlük algısı gibi psiko-sosyal faktörlerin haz odaklı yaşamı tetikleyerek Tanrı tasavvurunu ve Tanrı'yla ilişkileri olumsuz etkileyeceği kaydedilmiştir (Gülfil, 2019: 1296). Özdoğan, danışanların kendilerinden yola çıkarak Tanrı'yı tasavvur etmelerinde kendileriyle bir paralellik olduğunu saptamıştır. Latif değerlere sahip olan danışanların Tanrı'yı da affeden, seven, koruyan gibi Cemâli sıfatlarla tanımladıkları görülmüştür. Bunun sonucunda danışanlarınolumsuz yaşam olaylarına daha iyimser bakarak daha anlamlı bir yaşam ve pozitif ilişkiler deneyimledikleri vurgulanmaktadır (2005: 135-161).

Bu veriler ışığında insanın yükselebilmesi için bazı isimleri tekrar tekrar yaşamak yerine kendisindeki tüm isim potansiyellerini harekete geçirmesi gerekmektedir. Bunun sonucunda yarım daireler (gestaltlar) kapanarak tekâmül gerçekleşerek birlik bilincine ulaşılacaktır. Bir üst katta aldığı Rahmet'i vererek insan içindeki derin huzuru hissedebilmektedir. Böylelikle alt bilincin dürtüleri üst katlarda evrenin hareket ettirici gücü olan sevgiye dönüşmektedir (Merter, 2012: 252). Burada önemli olan husus benliğin bilinç içeriklerinden kurtarıldığı gibi yüksek öz ile özdeşleşme düşüncesinden de uzaklaştırılması gerekmektedir. Benlik kendi kapasite ve hakikati içinde anlaşılıp yaşamda bu ayrımın yapılması önem arz etmektedir (Assagioli, 1991: 121-122).

S o n u ç

Evrende varlık olarak nitelendirilen maden, bitki, hayvan ve insan varoluşu gereği ruha muhtaçtır. Varoluşsal aşamalarda bu ruh gelişimi ilahî olan ruhu yansıtabilme potansiyeline göre sırasıyla artmakta ve insanda zirveye ulaşmaktadır. Ancak insan bazen ilahî olanı tanımlayamadığı için bazen de yaşadığı olayları veya kendisini araya koyduğu için oluşan perdeler nedeniyle bu potansiyelini tam olarak gerçekleştirememektedir. Bu nedenle dünyaya geliş amacı olan tekâmüle ulaşmamaktadır. Bu makalede insanın tekâmül sürecinde nasıl bir Tanrı tasavvuruna sahip olabileceği ve bulunduğu basamakları çıkarken izleyeceği kademeler olan varlık aşamaları ele alınmıştır. Bunun için İbnü'l Arabî'nin ilahî isimler teorisi ve Assagiolini'nin bilinç aşamaları üzerine entegre edilmiş nefis aşamaları incelenmiştir (Frager, 2018: 85).

Frager'e göre nefsin her aşaması ilahî isim ve sıfatlarla ilişki içerisinde bulunmaktadır (2018: 71). Bu aşamalarda yükselen insan barış, huzur, sukûnet ve kemâl hallerine ulaşabilmektedir. İnsan isimlerin tamamını toplama özelliğine sahip olduğu gibi serbest iradesi ile seçim yapma

özgürlüğüne de sahip bulunmaktadır. Ancak bir üst aşamaya geçmenin şartı zıtlıkların birleşmesi olarak kabul edilmektedir. Örnek olarak nefret-sevgi, öfke-hilm, kaygı-huzur, şehvet-saygı, hırs-cömertlik birleştiğinde bir üst aşamaya geçilmekte ve burada yeni bir hal ile tanışılmaktadır. Benliğin yaptığı seçimler sonucunda an şuurunda bilinçte aydınlanma gerçekleşmekte bunun sonucunda hal değişmektedir. Değişen hal ile birlikte perdeler kalkarak tecelliler başlamaktadır. Burada tekâmülün şartı yaşam boyunca ilerlerken düşünce ve davranışlarda saflaşma (tasfiye) olarak nitelendirilebilecek temizliğin yaşanması olarak kabul edilmektedir (Merter, 2014: 445). Böylelikle ‘birlik bilinci’ne ulaşılarak yaşamda anlamın bulunmasına katkı sağlanmaktadır.

Danışan ilahî isim ve sıfatlarla kendisini doğru konumlandırırsa yaşamsal olaylarda karşılaştığı durumlar ne kadar acı ve karmaşık olursa olsun sonrasında üzerine derin bir sukûnet/sekine halinin geldiğini fark edebilmektedir (Merter, 2014: 436). Yaşanan olumsuzlukların uykudan uyanma deneyimi olduğu ve yaşamın amacının evrende Tanrı’yı bulma olduğu fark edildiğinde yaşamın anlamı ve mutluluğu da kendini gösterecektir. Araştırmalarda Celâl ve Cemâl sıfatlarını birlikte içeren aşkın Tanrı tasavvuru ve Tanrı’yla içkinleştirilmiş ilişkilerin manevi danışmanlık sürecine dâhil edilmesinin olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkma, yaşamın anlamını bulma ve iyi oluşun sağlanmasına olumlu katkı sağladığı kaydedilmiştir (Kasapoğlu, 2017: 277; Özgen, 2017: 31; Yusupu, 2017: 317).

Manevi danışmanın, manevi danışmanlık ve rehberlik sürecinde danışanı Tanrı tasavvurunu konuşurken olumlu veya olumsuz olarak nitelendirmekten kaçındırması önem arz etmektedir. Danışanın Tanrı’yı tasavvur ederken Zât’ında aşkın, isim ve sıfatlarında bütünsel olarak tasavvur etmesinin manevi danışmanlık sürecine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Danışanın Tanrı ile ilişkisinde haz odaklı düşünce ve davranışlar yerine, Tanrı’ya itaat ve ahlâkî sınırlara dikkat eden davranışlar sonucunda Tanrı ile bütünleşmeye yönelmesinin olumsuz yaşam olaylarında kendisini güvende hissetmesini sağlayacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında bu model uygulanırken danışmanın yeterli süpervizyona sahip olması gerekmektedir. Danışanın Tanrı ile ilişkisinin olması ve bu yöntem için istekli olma ön şartını sağlaması beklenmektedir. Sonraki araştırmalarda psikoloji ve teoloji kuramlarından kaynak alınarak oluşturulan manevi danışmanlık uygulamalarının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Alçelik, Z. (2013). *Yaşlılık döneminde Tanrı tasavvuru ve benlik saygısı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Arabi, M. İ. (1980). *Fususul-hikem (thk. Ebu'l-Ala Affi)*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Arabi, M. İ. (2008). *Varlık ağacı şeceretu'l kevn*. İstanbul: Kitsan basım yayın.
- Arabi, M. İ. (2017). *Fütubat-ı Mekkiyye*. (çev. E. Demirli). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Arıcı ve Tokur (2017). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin Tanrı algıları ve hoşgörüler eğilim düzeyleri arasındaki ilişki. *Karşılaştırmalı Dini Araştırmalar Dergisi*, 12(10), 31-48.
- Arslan, H. (2011). Dindarlığın boyutları, algıları ve uygulamaları. *Hikmet Yurdu Düşünce Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 4(7), 39-62.
- Asar, Ç. (2020). *Lise öğrencilerinin Tanrı tasavvuru ile değer yönelimleri arasındaki ilişki üzerine bir araştırma: Yalova örneği*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Assagioli, R. (1991). *Transpersonal development: The dimension beyond psychosynthesis*. Detroit: The Aquarian Press.
- Assagioli, R. M. (2012). *Psychosynthesis: A collection of basic writings*. USA: The Synthesis Center Inc.
- Avcı, S. (2005). *El-Fütühâtü'l-Mekkiyye'de İbn Arabî'nin hadis anlayışı*. İstanbul: Ensar Yayıncılık.
- Ayış, M. Ş. (2019). Nefis mertebelerinin psikolojideki karşılıkları üzerine bir değerlendirme: Robert Frager Örneği. *Süirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 547-567.
- Arslan, H. (2011). Dindarlığın boyutları, algıları ve uygulamaları. *Hikmet Yurdu Düşünce Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 4(7), 39-62.
- Bayraktutar, M. (2019). *İmam hatip lisesi öğrencileri örnekleminde dini başa çıkma ve Tanrı tasavvuru ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Benson, P. & Spilka, B. (1973). God image as a function of self-esteem and locus of control. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 12(3), 297-310.
- Bonab, B. G. & Namini, A. S. (2010). The Relationship between attachment to God and reliance on God. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1098-1104.
- Borella, J. (2017). *Dinsel simgeliğin bunalım*. (çev. F. L. Topaçoğlu). İstanbul: İnsan Yayınları.
- Bowlby, J. (1988). *Asecure base: Parent-child attecment and belaty human development*. London And New York: Routledge-Basic Books.

Çalışkan, H. ve Sağlam H. İ. (2012). Hoşgörü eğilim ölçeğinin geliştirilmesi ve ilköğretim öğrencilerinin hoşgörü eğilimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2 (2), 1431-1446.

Cili, A. (2006). *Meratib-i Vüüd*. İstanbul: Furkan Kitaplığı.

Dalfidan, B. (2019). *Tanrı tasavvuru ve mutluluk ilişkisi. (Bursa-İstanbul örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir: Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Delgado, C. (2005). A discussion of the concept of spirituality. *Nursing Science Quarterly*, 18(2), 157-162.

Dezutter, J. & Luyckx, K. & Schaap-Jonker, H. & Büssing, A. & Corveleyn, J. & Hutsebaut, D. (2010). God Image and happiness in chronic pain patients: The mediating role of disease interpretation. *Pain Medicine*, 11(5), 765-773.

Duriez, B. & Fontaine, J. R. J. & Luyten, P. (2001). La religiosité influence-t-elle encore notre vie? Nouvelles preuves soutenant la différenciation des structures de valeurs en fonction de différents types de religiosité. [çinde] *Religion et Développement Humain* (ss. 93-113). Ed. V. Saroglou & D. Hutsebaut. Paris: L'Harmattan.

el-Acluni, İ. M. (2019). *Keşfü'l hafa* (çev. M. Genç). İstanbul: Beka Yayınları.

el-Afifi, E. A. (2000). *Fusûsü'l Hikem okumaları için anahtar kavramlar*. İstanbul: İz Yayıncılık.

Emre, Y. & Yapıcı, A. (2015). Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti vatandaşlarının değer yönelimleri. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(2), 329-350.

Frager, R. (2018). *Kalp, nefis ve rub*. İstanbul: Sufi Kitap.

Göcen, G. & Genç, M. (2019). Ebeveyn kaybı yaşamış bireylerde otobiyografik bellek, Allah tasavvuru ve dini başa çıkma. *Bilimname: Düşünce Platformu*, 2019(40), 313-349.

Gülfil, D. (2019). Ateistlerde olumsuz Tanrı algısının psiko-sosyal açıdan değerlendirilmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 1289-1312.

Gündüz, Ş. (2016). *Dinler tarihine giriş. Yaşayan dünya dinleri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

Hayta, A. (2017). *Allah'a bağlanmak*. İstanbul: Onto Yayınevi.

Hayta, A. (2006). Anneden Allah'a: Bağlanma teorisi ve İslâm'da Allah tasavvuru. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 4(12), 29-63.

Hoffman, L. (2010). Working with the God image in therapy: An experiential approach. *Journal of Psychology and Christianity*, 29(3), 268-272.

Izutsu, T. (2012). *Kur'an'da Tanrı ve insan*. (çev. M. K. Atalar). İstanbul: Pınar Yayınları.

Izutsu, T. (1998). *İbn Arabî'nin Fusûs'undaki anahtar kavramlar*. (çev. A. Y. Özemre). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

İbn Sîna. (2017). *Kitabu's-şifa: Metafizik*. (çev. E. Demirli & Ö. Türker). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Karlık, Z. (2021). *Manevi danışmanlık ve rehberlikte kriz terapisi üzerine düşünceler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi.

Kartal, A. (2009). *İlahî isimler teorisi: Allah insan ilişkisi*. İstanbul: Hayy Kitap.

Kasapoğlu, F. (2017). Terapötik süreçte maneviyatın değerlendirilmesi. [çinde] *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat: Kuramlar ve Uygulamalar*. Ed. H. Ekşi. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Kılıç, M. E. (2018). *İbnü'l Arabî*. İstanbul: İslam Araştırmaları Merkezi.

Koç, A. (2011). *Üniversite öğrencilerinde Tanrı tasavvuru, benlik algısı ve öfke yaşantısı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kula, T. (2012). *Ergenlerde öfke duygusu; benlik algısı, Tanrı algısı, suçluluk ve utanç duyguları açısından bir değerlendirme (Diyarbakır örneği)*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kuşat, A. (2006). *Ergenlerde Allah tasavvuru: Dindarlığın sosyo-psikolojisi*. Adana: Karahan Kitapevi.

Lange, L. L. & Dolan, S. L. (2021). The role of God image in alcohol and mental health outcomes for trauma-exposed adults. *Alcoholism-Clinical And Experimental Research*, 45, 237A-237A.

Markus, H.R. & S. Kitayama (1991). Culture and the self: Implication for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.

Maturidi. (2003). *Kitabü't tevhid*. (çev. B. Topaloğlu). İstanbul: İSAM Yayınları.

Mehmedoğlu, A. U. (2011). *Tanrıyı tasavvur etmek*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Merter, M. (2012). *Dokuz yüz katlı insan*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Merter, M. (2014). *Psikolojinin üçüncü boyutu nefis psikolojisi ve rüyaların dili*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Merwe, E. K. & Eeden, C. & Deventer, H.J.M. (2010). A psychological perspective on God-belief as a source of well-being and meaning. *HTS Theologese Studies*, 66(1), 1-10.

Mijares, S. G. (2015). *Modern psychology and ancient wisdom: Psychological healing practices from the world's religious traditions*. New York: Routledge.

Nurbakhsh, J. (1992). *The psychology of sufism*. London/New York: Khaniqahi Nimatullahi Publications.

Özdoğan, Ö. (2005). İnsan Allah ilişkisi. *Dini Araştırmalar Dergisi*, 7, 135-161.

Özgen, G. (2017). Tanrı algısı ve psikodinamik terapide kullanılması. [içinde] *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat: Kuramlar Ve Uygulamalar*. Ed. H. Ekşi. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Peker, H. (1993). Tasavvuf psikolojisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7, 35–52.

Pickard, J. G. & Nelson-Becker, H. (2011). Attachment and spiritual coping: Theory and practice with older adults. *Journal of spirituality in mental health*, 13, 138–155.

Piaget, J. (2000). *Çocukta zihinsel gelişim*. (çev. H. Portakal). İstanbul: Cem Yayınları.

Rizzuto, A. M. (1979). *The birth of the living God: A psychoanalytic study*. Chicago and London: The University of Chicago Press.

Potvin, R. H. (1977). Adolescent God images. *Review of Religious Research*, 19(1), 43-53.

Schumacher, E. F. (2018). *Aklı karışıklar için kılavuz*. (çev. M. Özel). İstanbul: Küre Yayınları.

Schuon, F. (1997). *Varlık bilgi ve din*. (çev. Ş. Yalçın). İstanbul: İnsan Yayınları.

Sülü-Uğurlu, E. (2014). Hemşirelikte manevi bakım uygulaması. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 5(3), 187-191.

Stroope, S. & Draper, S. & Whitehead, A.L. (2012). Images of a loving God and sense of meaning in life. *Soc. Indic Res.* 111, 25-44.

Seyhan, B. Y. (2014). Üniversite öğrencilerinde Tanrı tasavvuru ve psikolojik iyi olma hali üzerindeki ilişkiler. *C.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, XVIII(1), 65-97.

Tart, C. (1975). *States of consciousness*. New York: Plume.

VanLaarhoven, H. & Schilderman, J. & Visser, K. & Verhagen, C. & Prins, J. (2010). Images of God in relation to coping strategies of palliative cancer patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 40(4), 495-501.

Vitz, P. C. & Lynch, C. P. (2010). Thérèse of lisieux from the perspective of attachment theory and separation anxiety. *International Journal for the Psychology of Religion*. 17(1), 61-80.

Wei, M. & Ku, T.Y. & Chen, H.J. & Wade, N. & Liao, K.Y.H. ve Guo, G.J. (2012). Chinese Christians in America: Attachment to God, stress, and well-being. *Counseling and Values*. 57, 162-180.

Winnicott, D. W. (1998). *Oyun ve gerçeklik*. (çev. T. Birkan). İstanbul: Metis Yayınları.

Wilber, K. (1977). *The spectrum of consciousness*. Wheaton: Theosophical Publishing House.

Yapıcı, A. (2007). *Ruh sağlığı ve din: Psiko-sosyal uyum ve dindarlık*. Adana: Karahan Kitapevi.

Yıldız, M. & Ünal, V. (2017). Tanrı Tasavvuru ile engelliliğe yönelik tutumlar arasındaki ilişki. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 8-21.

Yıldıoan, Ç. (2012). *7-12 yaş arası çocuklarda Tanrı tasavvuru, Kırşehir/çiçekdağı ilçesi örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Kayseri: Erciyes üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yurdaür, M. (1996). *Ayet ve hadislerde Esmâ-i Hüsnâ- Allah'ın isimleri*. İstanbul: Marifet Yayınları.

Yusupu, R. (2017). Yaşlılık sorunlarıyla baş etmede maneviyat ve manevi danışmanlık. [içinde] *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat Kuramları ve Uygulamaları*. Ed. H. Ekşi. İstanbul: Kaknüs Yayınları.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 149-161
Issue: 7 • June 2023 • 149-161



Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma

- Ekşi, H. (2020). *Manevi yönelimli psikolojik danışma*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık (366 s.)
- Ekşi, H. (2020). *Spiritually oriented psychological counseling*. Ankara: Nobel Academic Publishing (366 p.)
ISBN:978-605-033-256-8



Tuba Nur İskeçlier

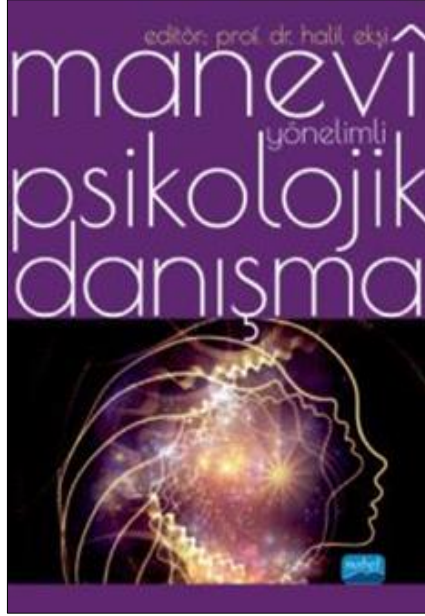
Yüksek Lisans Öğrencisi
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: 513820220000@ogrenci.ogu.edu.tr
Orcid: 0000-0002-8378-284X
Eskişehir / Türkiye

MA Student
Eskişehir Osmangazi University
Institute of Social Sciences
E-mail: 513820220000@ogrenci.ogu.edu.tr
Orcid: 0000-0002-8378-284X
Eskişehir / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1167121>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Kitap İnceleme • Book Review
Geliş Tarihi • Received 27 Ağustos 2022 • 27 August 2022
Kabul Tarihi • Accepted 15 Şubat 2023 • 15 February 2023



Ö z e t

Değerlendirmesi yapılan “Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma” isimli bu eser, din psikolojisi bilim dalının uygulamalı bir alt dalı olan manevi danışmanlık ve rehberlik alanında yapılmış bir çalışmadır. Editöryal bir çalışma olan bu eser, psikolojik danışman eğitimi açısından manevi yönelimli müdahalelerin ele alınmasını içeren yazılardan oluşmakta olup Türk manevi danışmanlık ve rehberlik literatürüne önemli katkılar sağlamaktadır.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Psikolojik danışma • Maneviyat
Manevi terapi • Sufi terapi

A b s t r a c t

The evaluated work titled "Spiritual Oriented Psychological Counseling" is a study conducted in the field of spiritual counseling and guidance, which is an applied sub-branch of the psychology of religion. This editorial work consists of articles addressing spiritually oriented interventions in the context of counselor education and provides significant contributions to the Turkish literature on spiritual counseling and guidance.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Psychological counseling
Spirituality • Spiritual therapy • Sufi therapy

Editörlüğünü Halil Ekşi'nin yaptığı bu eser, Yüksek Öğretim Kurumunun Türkiye'deki eğitim fakültelerinin ders planlarına ilişkin değişiklikleri kapsamında, 2018-2019 eğitim öğretim yılından itibaren yürürlüğe giren yeni psikolojik danışma ve rehberlik lisans ders planlarında "Manevi Danışmanlık" adıyla zorunlu kılınan ders kapsamında yardımcı bir materyal olarak hazırlanmış olup on bir bölümden oluşmaktadır.

Editöryal bir çalışmanın ürünü olarak kitap formatı açısından değerlendirilmesi yapılan bu eserin öncelikle 'içindekiler' bölümüne bakıldığında, kısa içindekiler, konu başlıklarının ele alındığı ayrıntılı bir içindekiler bölümü ve önsöz ile 11 bölümde incelenen kuramsal ve uygulamalı içerikten oluştuğu görülmektedir. Ayrıca kitaptaki her bölümün başında içerikte kazandırılması hedeflenen bilgi ve becerilerin kısa bir sunumuna ve her bölümün sonunda vaka örneklerine, sonuç/özet bölümlerine ve ilgili çalışmaya yönelik oluşturulan kaynakçaya da yer verilmiştir. Birçok bölümün son kısmında değerlendirme sorularına ve en son kısımda içerikleri oluşturan yazarlarla ilgili kısa bilgilere de yer verilmiştir.

Eserin editörü tarafından kaleme alınan kitabın Önsöz'ünde (ss. xi-xiii) öncelikle insan tecrübesinin önemli unsurlarından biri olması sebebiyle manevi deneyimin insanın yaşam tecrübesinin bir parçası olarak görülmeye başlandığı ve maneviyatın son yıllarda uygulamalı psikoloji araştırmalarında ve psikolojik yardım alanlarında potansiyel bir kaynak olarak ele alınarak bu konuda ülkemizde de çeşitli çalışmalar yapıldığına, psikolojik danışma ve psikoterapide manevi yönelimli etkilerle ilgili çeşitli çalışmalar yapıldığına değinilmiştir. Daha sonra tek tek eserde yer alan temel kitap bölümlerinin içerikleri ve potansiyel katkılarını değerlendiren editör, kaleme alınan bu kitapta yer alan çalışmaların psikolojik danışman eğitimi açısından yapılan çalışmalara katkı sağlayacak yardımcı bir materyal olarak yararlı olmasını dilediklerini belirterek önsözü tamamlamıştır.

Eserin, Maneviyat ve Psikolojik Danışma başlıklı birinci bölümü (ss.1-21) Halil Ekşi, Çınar Kaya ve Nesrullah Okan tarafından kaleme alınmıştır. Bu bölümün amacı, okuyuculara maneviyat kavramını tanıtmak, din kavramını maneviyat ile beraber ele alarak aralarındaki benzerlik ve farklılıkları belirtmek, maneviyat ve din, maneviyat ve psikoloji arasındaki ilişkileri açıklamak ve bunlara yönelik var olan yaklaşımlar hakkında bilgi vermek, bu iki kavramın niçin psikoterapide kullanılması gerektiği ile ilgili hususları ve manevi yönelimli danışmanın önemine ilişkin temel önermeleri aktarmaktır. Bölümde psikoterapi ve psikolojik danışma sürecinde, ruh sağlığı uzmanlarının maneviyat yönelimli müdahalelerde bulunmalarına karşı çıkan bazı araştırmacıların olduğu, manevi

yönelimli müdahalelerin bilimsel etkinliğinin sınırlı olduğunu ifade ettikleri ve bu tür müdahalelerin sadece din görevlileri tarafından yapılmasının gerekliliğini savunduklarına değinilmiştir. Bu konudaki tartışmaların alan yazında devam etmekle beraber ülkemizin zengin bir manevi mirasa sahip olduğu dikkate alınarak manevi yönelimli psikolojik çalışmalar üzerine yapılacak bilimsel araştırmalara ve tartışmalara ihtiyaç duyulduğu ifade edilmiştir. Dinin ve maneviyatın psikoloji ve psikolojik danışma sürecine zenginlik katarak maneviyat ve dini inançlar konusunda hassasiyeti olan danışanların psikolojik danışma sürecinden faydalanmalarını kolaylaştıracağı, bu sebeple insan hayatında önem taşıyan bu kavram ve olguların görmezden gelinmesinin mümkün olmadığı belirtilmiştir. Psikolojik danışma süreci ve din /maneviyat kavramları arasındaki etkileşimin ortaya çıktığı durumlara misal teşkil eden bir vaka örneği ve bu örnek çerçevesinde konu ile ilgili ortaya çıkan sorular sıralanarak bölüm tamamlanmıştır.

İkinci bölüm (ss.25-59) Psikolojik Danışma Kuramları ve Maneviyat ismini taşımakta olup Gökhan Özcan, Özge Erduran Tekin ve Kübra Kaplaner tarafından kaleme alınmıştır. Bu çalışma, başta psikanalizin kurucusu Freud olmak üzere, bireysel ve analitik psikoloji, ego psikolojisi ve nesne ilişkileri ile maneviyat ilişkisi, hümanist psikoloji, varoluşçu yaklaşım ve logoterapinin maneviyatla ilişkisi ile terapi sürecinde kullanılan terapötik tekniklerde maneviyatın yeri ve önemi, pozitif psikoloji ve manevi yönelimli terapi süreci ve terapötik uygulama teknikleri ile terapide kullanılan yeni bir yaklaşım olarak affedicilik ve affediciliğin manevi yönelimdeki rolü, şükran ve maneviyatın psikolojik iyi oluşa katkısı, transpersonal psikoloji, bilişsel davranışçı psikoloji ve kabul kararlılık terapisi ile maneviyat arsındaki ilişki ve terapi seanslarında manevi danışmanlık uygulamaları örnekleri hakkında bilgi vermek amacıyla kaleme alınmıştır. İnsan maneviyatının sorunlarla başa çıkma, hayata anlam katma gibi alanlarda psikoterapi ve psikolojik danışmada iyileşme potansiyeline olumlu katkı yaparak değişimin gücünü artırdığı belirtilmiştir. Bu bölümde ele alınan kuramların maneviyatla ilişkisine ve uygulamalarına dair açıklamaların, psikoterapi kuramlarına maneviyatın nasıl dahil edileceği sorularına bir ölçüde cevap verebilmek, ayrıca alanda çalışan uzmanlara ve öğrencilere fayda sağlamak amacıyla yapıldığı ifade edilmiştir. İncelenen kuramların maneviyatla entegrasyona kapalı olmadığını fark edildiği ve yapılan pratik uygulamaların iyileşme sürecine olumlu katkı sağladığının örnek gösterilen vaka çalışmalarında görüldüğü vurgulanmıştır.

Üçüncü bölüm (ss.69-86) Halil Ekşi ve Berra Keçeci tarafından kaleme alınan ve ilk halinin Spritual Psychology and Counseling (SPC)

dergisinde yayımlandığı belirtilen Manevi Yönelimli Psikolojik Danışmanlığın Kültürel Temelleri başlıklı çalışmasından oluşmaktadır. Bu kısımda maneviyat ve psikoloji ve psikolojik danışmanlık ile aralarındaki ilişkiye değinilmiş, kültürel bakış açısı ile maneviyatın psikoterapideki ele alınışına yer verilmiş, danışma ortamında kültürel olarak çeşitli yollarla ifadesinin ve keşifinin mümkün olduğu belirtilmiştir. Manevi danışmanlığın kültürel temelleri açıklanmış, dünyadaki farklı kültürlerin psikolojik iyi oluş hali için öne sürdükleri ve uygulayageldikleri görüş ve işleyişler sırasıyla ele alınmış ve bu görüş ve işleyişler hakkında bilgi sahibi olmanın farklı kültürlerden gelen danışanları anlama konusunda ve uygun yöntemleri belirleme noktasında faydalı olacağı ifade edilmiştir. Uygulama, vaka örnekleri de eklenerek açıklamalar pratiklerle zenginleştirilmiştir. Psikolojinin gündün güne mekanik insan görüşünden sıyrılarak, maneviyatın insan hayatındaki etkisini ve önemini fark ettiği ve günümüz psikoterapik uygulamalarının çoğunluğunun zaten toplumların yaşatmaya devam ettiği manevi gelenekten ve öğretilerden etkilenerek ve faydalanılarak yapılan benzer yaklaşım ve uygulamalar olduğunun görüldüğü belirtilmiş ve ülkemizde bu alanda yapılan çalışmaların Batı literatürüne kıyasla daha sınırlı olduğu ve bunun yanında kendi kültürümüz içerisinde var olan manevi uygulama ve anlayışları tanımanın günümüz psikoterapi ve danışmanlık uygulamalarıyla geçmiş uygulamalar arasında bir bağlantı kurmak ve literatür ve uygulamalarımızı zenginleştirmek adına büyük önem taşıdığı vurgulanmıştır.

Dördüncü bölümde (ss.91-109) Dini Gelenekler, İnanç ve Manevi Yönelimli Danışmanlık adlı çalışma Gülşen Özgen ve Zehra Eminoğlu tarafından kaleme alınmıştır. Bu bölümde günümüzde dünya üzerinde etkin olan dinlerden başta Hristiyanlık olmak üzere Budizm ve Musevilik dinlerinin kültürel temelleri ile psikoloji alanına dahil olma süreçleri ve bu kültürel temellerin süreç içerisindeki etkilerinin açıklanması amaçlanmıştır. Bölüm arasına bu dinlere ait kutsal isimler veya metinlerden alıntılanan manevi danışma alanındaki uygulamaları destekleyici söz ve tavsiyeler serpiştirilmiştir. Dini kültürel ilkeler ve uygulamalar, günümüz pozitif psikoloji psikoterapi uygulamaları ile ilişkilendirilmiştir. Dini kültürel anlamda uygulanan ve benimsenen ilkelerin, pozitif psikoloji alanındaki bulguları daha da geliştirilmesine katkı sağlayacağı vurgulanmıştır. Dini gelenekte yer alan umut, iman, memnuniyet, iyimserlik, mutluluk gibi emirlerin/kavramların ruh sağlığını iyileştirmeye katkı sağlayabileceği ve bu amaçla kullanılabilir tekniklerin geliştirilmesine zemin hazırlayabileceği vurgulanmıştır.

Beşinci bölümdeki İslam Geleneğinde Manevi Danışma adlı çalışma (ss.115-154) Hatun Sevgi Yalın, Tuğba Türk ve Ayşenur Yabanigül

tarafından kaleme alınmıştır. Bu bölümde, Kur'an ve Hadis ışığında İslam'ın insana, evrene ve varlığa bakışı ele alınmaya çalışılmış, İslami düşünce ve geçtiği aşamalarla ilgili dönemsel bilgilere yer verilmiştir. İslam düşünürlerinin hayat hikayelerine kısaca değinilmiş, tasavvufi fikirleri ve anlayışları ve isimlerini günümüze taşıyan yolculuklarının her bir merhalesi detaylıca aktarılmıştır. Her birinin eserlerinden kesitler bölüm aralarında örneklendirilerek aktarılacak istenen düşüncenin ana fikrini kuvvetlendirmiştir. Tasavvufun dayandığı temel ilkelerin Kur'an-ı Kerim'de yer alan ve her bir peygamberin hayatında örneklendirdiği ahlaki ilke, emir ve yasaklar olduğu ifade edilmiş, bahsedilen ilkelerin aynı zamanda insanın manevi gelişim sürecine etki eden yönleri vurgulanmıştır. Bölümün devamında diğer İslam Düşünürlerine ek olarak Mevlâna Celâlettin Rumi'nin tasavvufi anlayış ve fikirlerine detaylıca yer verilmiş, onun maneviyat anlayışının psikoloji ile ilgili çalışmalarla ilişkilendirilmesine yol açtığı ifade edilmiştir. Bu amaçla yapılan çalışmalarda Mevlana'nın görüşlerinin terapötik yansımaları olan tespitler bilinçli farkındalık temelli yaklaşımlar, bibliyoterapi, Rogerian anlayışı, bilişsel davranışçı yaklaşım, logoterapi gibi danışmanlık yaklaşımlarında destek bir anlayış olarak ele alınmıştır. Her iki kısımdaki görüşlerde aynı amaca götüren benzer ve ortak noktalar örneklerle açıklanmıştır. Bölümde bahsi geçen tüm İslami düşünürlerin hem sözleriyle hem de insanın manevi gelişimine rehberlik eden davranış ve uygulamalarıyla isimlerinin dünya çapında duyulduğu ve bu alandaki çalışmalara konu oldukları vurgulanmış, bu değerli şahsiyetlerin aktardığı birikimlerin insan ve insan davranışlarını inceleyen psikoloji alanı için değerinin tartışılmaz olduğu belirtilmiş ve konu ile ilgili araştırmaların artmasının gerekliliği üzerinde durulmuştur.

İslam geleneği ile şekillenen tasavvuf ilminin psikolojik danışmanlık ve terapi alanına yansımaları olarak sufi terapinin karşımıza çıktığı söylenmiş, insanın tasavvufi yaklaşımla incelendiği sufi terapide sahip olunması gereken erdemlerin kazandırılmasında bir mürşit rehberliğinin gerekliliği vurgulanmıştır. Sufi terapide, sufi öngörü ve metotları kullanılarak insanlara hayatlarının dönüm noktalarında yol gösterilerek ve yardımda bulunularak, bir çeşit hayat felsefesi danışmanlığı yapılmaya çalışıldığı üzerinde durulmuş, danışanın farkındalığının soru, anlatım ve yönlendirmelerle artırılarak, hayatı ile ilgili yorumları yapmasını sağlamanın, iyileştirilmesi gereken hususları fark ettirmenin, hayatındaki gerçeklerle yüzleştirmenin ve danışanı çözüm yolu bulmaya yönlendirmenin asıl amaç olduğu ifade edilmiştir. Sufilerin yüzyıllardır sahip oldukları bilgi ve tecrübelerle sufi terapi uyguladıkları ve yardıma ihtiyacı olan kişilere, onların bilinç seviyelerine ve mizaçlarına uygun olarak özel manevi reçeteler uyguladıklarına değinilmiştir. Bununla beraber İslam dininin yapılmasını

gerekli gördüğü ibadetlerin de insan psikolojisine katkısının tartışılmaz bir öneme sahip olduğu örneklerle ayrıntılı bir şekilde ifade edilmiş ve tüm bu uygulamaların manevi danışmanlar ve sufi terapistlerce başvurulan önemli destekler olduğu aktarılmıştır. Zengin bir birikime olan İslam tasavvuf eserlerinin incelenmesi ve tanıtılmasına dair yapılacak tüm çalışmaların, insanı anlamada, hayatı anlamlandırmada ve insanın ruhsal sorunlarını veya iyi oluş hallerini açıklayabilme hususunda etkili ve faydalı olacağı vurgulanmıştır.

Altıncı bölümdeki Manevi Danışmanlık Yeterlilikleri adlı çalışma (ss.165-180) Dilek Akça Koca ve Yahya Şahin tarafından kaleme alınmıştır. Yeterlilik kavramı çok yönlü olarak tanımlanarak, psikolojik danışmanlıkta manevi ve dini konuları kullanma yeterlilikleri, Batı kaynakları tarafından uluslararası platformda belirlenen standartlarca sınıflandırılarak detaylıca ele alınmıştır. Daha sonra manevi danışmanın terapideki rolüne değinilmiş, bu rolü anlamaya yönelik iki vaka örneği paylaşılmıştır. Bu vakalar üzerinden terapistin en önemli rolünün, danışanların ihtiyaçlarının ve temel motivasyonlarının ne olduğunu anlamaları olduğu vurgulanmış, bu süreçte her türlü yeni fikre açık olmaları ve cevapları bildiklerini varsaymamalarının gerekliliği üzerinde önemle durulmuştur. Böylelikle terapi süreci ve terapistin rolü anlatılmaya çalışılmıştır. Ülkemizde manevi danışmanlık ve psikolojik danışma sürecinde maneviyatın kullanımını ile ilgili çalışmaların hem teoride hem de pratikte çok yeni olmasından dolayı, manevi danışmanların sınırlılıkları ile ilgili çalışmaların da batılı kaynaklarca oluşturulduğu ve ülkemizde de evrensel nitelik taşıyan bu yeterliliklerin geçerli olduğu belirtilmiştir.

Yedinci bölümde Figen Kasapoğlu tarafından yapılan çalışma (ss.185-212) Manevi Danışmanlıkta Ölçümler başlığını taşımaktadır. Bu bölümde okuyuculara psikolojik danışmada manevi değerlendirmenin tanımlanması, gerekçeleri, zamanlaması ve aşamaları, maneviyatın ölçülmesi ile ilgili genel konular, maneviyatın nicel ve nitel değerlendirilmesi, yurtdışında ve ülkemizde geliştirilen bazı maneviyat ölçekleri ve çocuklar için maneviyat ölçümleri tanıtılmaya çalışılmıştır. Danışanlarının maneviyatının terapötik süreçte değerlendirilmesinin, danışmanlara danışanlarının kaygılarının, sorunlarının ve destek kaynaklarının anlaşılması konusunda olanak sağlayarak terapinin planlanması ve müdahale stratejilerinin belirlenmesinde yardımcı olabileceği belirtilmiştir. Maneviyatın ölçümünün, bilimsel güvenilirliğin sağlanmasına destek olduğu için önemli görüldüğü vurgulanmış, bu hususta iyi bir ölçek geliştirebilmek için belirli kriterlere sahip olunması gerektiği söylenmiş, son zamanlarda geliştirilen ve standart hale gelen maneviyat ölçeklerinin çoğunun, psikolojik

danışmanlık adına uygunluğunun tespit edilmesi için ek çalışmalara ihtiyaç duyulduğu ifade edilmiştir. Değerlendirmenin basit bir süreç olmadığı vurgulanmış, manevi değerlendirme süreci için klinik değerlendirmenin önemi üzerinde durulmuştur.

Sekizinci bölümdeki Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma Teknikleri adlı çalışma (ss.219-253) Halil Ekşi ve M. Şerif Keskinoglu tarafından kaleme alınmıştır. Bu bölümde insanın önemli bir boyutunu oluşturan “maneviyat olgusu” nu incelemenin, insanı tanıma ve anlamlandırma zorunlu bir hal aldığına değinilmiştir. Manevi danışmanlıkla ilgili teknikler doğru kullanıldığında danışanın ruh sağlığı ve esenliğini olumlu yönde etkilediğinin ve benzer seküler müdahalelerle kıyaslandığında daha etkili olduğunun son yıllarda yapılan çalışmalarla ortaya konulduğu ifade edilmiştir. Manevi yönelimli psikolojik danışma sürecinde terapistin ağır bir sorumluluk üstlenmekte olduğu vurgulanmış ve terapi sürecinde dikkat edilmesi beklenen hususlar açıklanmıştır. Manevi danışmanlıkta kullanılacak teknikler ele alınmış ve bu teknikler vaka örnekleriyle pekiştirilmiştir. Psikolojik danışmanların maneviyata yönelik müdahalelerinde kültürel duyarlılıklar çerçevesinde bu teknikleri nasıl kullanabilecekleri teorik olarak aktarılmaya çalışılmıştır. Ayrıca manevi danışmanlara kolaylık sağlamak amacıyla, manevi danışmanlıkta pratiğe yönelik müdahalelerin, tedaviye nasıl uygulanacağına dair pratik stratejilerin klinik örnekleri verilmiş, ampirik araştırmalar teorik ve etik konularla birlikte ele alınmıştır. Elde edilen sonuçların manevi danışmanlık tekniklerinin uygulanabilirliği ve yararlılığını gösterdiği ifade edilmiştir. Dini/manevi danışmanlık tekniklerinin tüm dünyadaki bilim çevreleri tarafından kullanılan uygulamalar olduğu ve bu konuda İslam kaynaklı dini/manevi danışmanlık teknikleri hususunda ülkemizin zengin bir birikime sahip olduğu belirtilmiştir.

Dokuzuncu Bölüm Halil Ekşi, Çiğdem Demir Çelebi ve Neslihan Yaman tarafından yapılan Kurumlarda Manevi Danışma ve Rehberlik adlı çalışmadan (ss.265-292) oluşmaktadır. Bu bölümde manevi danışmanlık hizmetlerinin çeşitli kurumlarda uygulanması konusunda bilgi verilmeye çalışılmıştır. Başta eğitim kurumları olmak üzere, yaşlılık hizmetlerinde, ceza infaz kurumlarında, sağlık kurumlarında ve askeri hizmetlerde manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin dünyada ve ülkemizdeki tarihsel süreci uygulamaların kapsam ve yöntemi ile uygulamada karşılaşılan zorluklar aktarılmıştır. İlgili kurumsal alandaki manevi danışmanların uygulamaları esnasında dikkat etmeleri gereken hususlar belirtilmiş, görevlilerin yetki alanları, sınırlılıkları ve etik standartlar açısından ele alınmıştır. Bahsi geçen kurumlarla ilgili manevi danışmanlık ve reh-

berlik hizmetlerinin nasıl ve hangi kapsamda sunulacağına dair uluslararası alanyazında pek çok çalışma bulunduğu ifade edilmekle beraber Türkiye’de bu alanla ilgili çalışmaların sınırlı sayıda olduğu ve dolayısıyla çalışmaların yaygınlaştırılmasının sahada yürütülen uygulamaların niteliği ve sınırlarının belirlenmesi bakımından önemli bir ihtiyaç olduğu vurgulanmıştır. Maneviyat ve din kavramlarının farklı kavramlar oldukları, manevi danışmanlık ve dini danışmanlık kavramlarının da benzer tanım ve uygulamalar ile sınırlandırılmayacağı, maneviyatın özünde hayatı anlamlandırma çabası olduğu ve kaynağını dini bir inançtan alma zorunluluğunun bulunmadığı vurgulanmıştır. Kurumlarda manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarına yönelik genel bir değerlendirme yapılmış ve manevi danışmanlık ve rehberlik alanına yönelik çalışmaların daha sağlıklı yürütülüp gelişmesine dair önerilerde bulunulmuştur. Manevi danışmanlık ve rehberlik alanında kurumlarda çalışmalar değerlendirildiğinde ülkemizde ve uluslararası alanda farklılıklar olduğuna dikkat çekilmiştir.

Okullardaki manevi danışma ve rehberlik konusunda uluslararası alandaki uygulamalara bakıldığında bu çalışmaların dini misyon taşıyan okullarda gerçekleştirildiği buna karşın ülkemizdeki okullarda bizzat manevi danışma ve rehberlik başlığı altında çalışmalar yapılmadığı sonucuna varılmıştır. Alanyazın ve diğer kaynaklar incelendiğinde bu konudaki çalışmaların birkaç deneme ile sınırlı olduğunun tespit edildiği ifade edilmiştir. Yaşlılık hizmetlerinde manevi danışma ve rehberlik uygulamaları kapsamında ülkemizde Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü ve Diyanet İşleri Başkanlığı Eğitim Hizmetleri Genel Müdürlüğü arasında 2013 yılında bir iş birliği protokolünün imzalanmış olup bu protokol bağlamında özellikle kadınların eğitimi ile ilgili çalışmalar yapılmış olduğu görülmekte olup protokol içeriği incelendiğinde ise uygulama içinde manevi danışmanlık ve rehberlik çalışmalarına ne yönde yer verileceğinin tanımlanmadığı görülmektedir. Bu belirsiz duruma rağmen Diyanet Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından yayınlanan raporlarda ülke genelinde birçok kuruma manevi danışma ve rehberlik hizmeti sunduğu ve bu etkinliklerin özellikle huzurevlerinde yaygınlaşmaya başladığı görülmektedir. Ceza infaz kurumlarındaki manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin 1950 yılından bu yana çeşitli biçimlerde uygulanmaya devam ettiği, cezaevlerinde manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin planlı ve programlı bir şekilde ilk defa 1982 yılında uygulanan çalışmalarla gerçekleştiği belirtilmiştir. Manevi danışmanlık kavramının ilk kez ele alındığı fakat Ceza İnfaz Kurumlarında manevi rehberliğin neyi kapsadığına ve nasıl uygulanacağına tanımlanmadığına vurgu yapılmış, protokolün amacının ceza infaz kurumların-

daki hükümlü ve tutuklulara yönelik din hizmetleri, ahlaki gelişim ve manevi rehberlikle ilgili faaliyetler sunmak suretiyle dini ve ahlaki duygularını geliştirerek yeniden topluma kazandırılmaları sürecine katkı sağlamak olduğu ifade edilmiştir. Değerler eğitimi ismiyle verilen seminerler incelendiğinde, herhangi bir suç ayrımı yapılmadan aynı değerlerin farklı suç profillerindeki hükümlülere verildiği görülmüş ve seminerin beklenen faydayı sağlamadığı gibi dini yaşama ve dolayısıyla dindarlara karşı olumsuz bir bakışın oluşmasına yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca ceza infaz kurumlarında manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri kapsamında Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi ders içeriklerinin kişilerin rehabilitasyonunda işlevsel olabileceği öngörülse de bu içeriklerin mahkumların ihtiyaçları doğrultusunda şekillendirilmediği ve onların ruh hallerini göz önünde bulundurmadığı gibi sebeplerle uygulamada beklenen sonuçlara ulaşamadığı belirtilmiştir.

Sağlık kurumlarında manevi danışmanlık ve rehberlik alanında ülkemizde destek sunan görevlilerin Diyanet İşleri Başkanlığı tarafından “manevi destek görevlisi” olarak tanımlanmakta olduğu ve gerçekleştirdikleri faaliyetlerin ise “manevi destek uygulaması” olarak geçtiği ifade edilmekte olup hastanelerde hizmet sunan bu görevlilerin yeterliği konusunda eksikliklerden ve yapılan yanlış uygulamalardan dolayı eleştirilerek uygulamaların durdurulduğu belirtilmiştir. Hastanelerde manevi danışmanlık ve rehberlik hizmeti sunan görevlilerin amacı her ne kadar talep eden hastalara, hasta yakınlarına ve hastane personeline içinde buldukları şartlar göz önünde bulundurularak hastaların iyileşmelerine katkıda bulunmak amacıyla moral motivasyon ve manevi destek sağlamak olarak tanımlansa da uygulamalara bakıldığında hasta ve yakınlarının destek almak amacıyla yönlendirileceği standart bir çerçevenin olmadığına, uygulamalarda etik unsurların, hastaya ve deneyimlerine yönelik koşulsuz kabulün göz ardı edildiğine, ayrıca hastanın yaşadığı sağlık sorunlarının bir imtihan olduğu şeklindeki yönlendirmelerin kişi üzerinde pek çok zarar verici etki yarattığına dikkat çekilmiş, tüm bu aksaklıkların görevli personelin yeterlilikleri ile ilgili olduğuna vurgu yapılmıştır. Ülkemizde askeri hizmetlerde manevi danışmanlık uygulaması yürütülmediği ve bu hizmetlerin uluslararası alanda vaazlar, din dersleri, birlikte ibadet ve dua etmek, günah çıkartmak, hazırlama törenleri, bilinçlendirme ve moral günleri, dini bayramlar, aile gezi ve programları gibi uygulamaları kapsadığı ve askeriyede manevi danışmanlık sunan ülkelerin uygulamalarında papazları görevlendirdiği ifade edilmiştir. Bölüm, psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerine katkı sunmak amacıyla ele alınan kitabın konularının pekişmesine yönelik değerlendirme soruları ve konu ile ilgili fikir ve öneri sunmak amacıyla eklenen kitap ve film önerileriyle tamamlanmıştır.

Onuncu bölüm Manevi Danışmanlık Uygulama Alanları adlı bir çalışma (ss.299-332) olup Halil Ekşi, Beyza Kırca, Bilge Nuran Aydoğdu ve Vildan Saruhan tarafından kaleme alınmıştır. Bu bölümde bağımlılık, travma, kaygı, rehabilitasyon, çift ve aile terapisi uygulamaları hakkında bilgilendirmeler yapıldıktan sonra bu alanlarda maneviyat ile ilgili yapılan çalışmalara yer verilmiştir. Bağımlı bireylerde psikolojik danışmada bağımlılığın önlenmesi ve tedavi sürecinde maneviyatın kullanımına dair örnekler verilmiştir. Mevcut araştırma sonuçlarının, manevi/dini katılımanın alkol, uyuşturucu kullanımına karşı önemli bir koruyucu faktör olabileceğini gösterdiği sonucuna varılmıştır. Travma ve kaygıya yönelik çalışmalarda manevi yönelimli müdahale çalışmaları ve yapılan uygulamalar hakkında bilgi verilmiş, travmaya maruz kalmış çocuklarla gerçekleştirilen araştırmalar sonucunda manevi yönelimli müdahalelerin travma sonrası sorunlarla baş etmede etkili olduğunun görüldüğü sonucuna varılmıştır. Çift ve aile terapisi sürecinde manevi yönelimli müdahalelerin kullanımı açıklanmış, maneviyatın hem mutlu bir evlilik hem de işlevsel bir aile yapısı için önemli bir kaynak olduğu vurgulanmıştır. Rehabilitasyon danışmanlığında da bireylerin yaşama anlam katmaları ve uyum sağlama-larında ve içsel olarak güçlenmelerinde maneviyatın önemli bir rolü olduğu ifade edilmiştir. Bireylerin hayat yolculuğunda deneyimlediği zorlukların ve başlarına gelen yıpratıcı süreçlerin karşısında sadece bilişsel, fiziksel ve duygusal yönünün değil manevi yönünün de ele alındığı bütüncül yaklaşımlara ihtiyaç duyulduğu vurgulanmış, manevi yönelimli uygulamaların birçok problem alanında başarılı sonuçlar sağladığının görüldüğü ifade edilmiştir.

Kitabın son bölümü Manevi Danışmanlıkta Etik Konular (ss.341-356) başlığını taşımakta olup Halil Ekşi ve Yakup İme'ye aittir. Bu bölümde ilk olarak ahlak, etik ve mesleki etik kavramları tanımlandıktan sonra manevi danışmanlık sürecinin yol basamakları sıralanmış, manevi danışmanlık sürecinde dikkat edilmesi gereken temel etik ve ilkelere yer vermeye çalışılmıştır. Bu bağlamda terapistin ilk olarak dini manevi değerlerine bağlı danışanların yararı için terapötik süreçte insan gelişiminin önemli bir parçası olan maneviyatı kullanmaları tavsiye edilmiş, bunu yaparken terapistin kendi değer ve inançlarıyla danışanları etkileyebilme ihtimallerinin her zaman bulunduğu ve terapistin kendi değer ve inançlarının doğru olduğu konusunda danışana baskı yapmamasının bilincinde olması gerektiği hususuna önemle değinilmiştir. Ayrıca terapistin danışana benimsediği teorik bakış açısını, yaklaşımı, gizliliği, mali konular ve uygulayacağı manevi müdahale teknikleri hakkında bilgi verdiği bilgilendirilmiş onam, danışanın dini liderleriyle iş birliği kurmasının önemi, danışanın dini liderleriyle iş birliği içinde olma süreci ve bu süreçte dikkat

etmesi ve özen göstermesi gereken hususlar etrafıca ele alınmıştır. Genel olarak terapistin danışanı ile ilişki kurma prensipleri sıralanmış, bu durumun danışanın yüksek yararı için danışan danışman ilişkisinin dışına çıkmaması gerektiği belirtilmiştir. Terapistin kendini manevi danışmanlık alanında yeterli görmediği durumlarda yönlendirme sürecine girmesinin gerekliliği üzerinde durulmuş, terapistlerin manevi terapi ile ilgili kendi yetkinliklerini geliştirecekleri çalışmalar yapmaları tavsiye edilmiş, eğitim, konsültasyon ve süpervizyon almalarının önemine dikkat çekilmiştir.

Sonuç olarak bu eser hakkında genel bir değerlendirme yapıldığında;

(a) *Güçlü yönleri:* İncelenen ve tanıtımı yapılan kitap (i) psikolojik danışma ve rehberlik alanlarında uzman kişiler tarafından yapılan çalışmalarla psikolojik danışman eğitimi açısından manevi yönelimli müdahalelerin ele alınış şeklini incelemiş olması, (ii) psikolojik danışma ve rehberlik alanında okuyan öğrencilere manevi dini yönelimli bir anlayış sunması ve bu konuda bilgilendirici anlatımı bakımından önemli bir çalışmadır. (iii) Konuların belli bir düzen içerisinde bütünlükle sunulması, her bölümün başında okuyucuya aktarılması hedeflenen kazanımların yer alması, her bölümün sonunda bölümle ilgili öğrencileri -okuyucuyu düşünmeye yönlendirici değerlendirme sorularına yer verilmesi, anlatılan konularla ilgili vaka örnekleri üzerinden detaylandırıcı pekiştirmeler yapılması, bölüm aralarına küçük bilgi kutularının yerleştirilmiş olması, kitabın hedef kitesinin alan lisans öğrencileri olduğu göz önünde bulundurulduğunda oldukça faydalı görünmektedir. (iv) Ciltli bir şekilde okuyucuya sunulan bu eser, kapak fotoğrafı ve kalitesi, her bölümünün farklı kapak renklerine sahip olması ve numaralandırmaların bile farklı renklerde yapılmış olması detayıyla oldukça ilgi çekicidir. (v) Aynı zamanda eserin tüm dini kültürel geleneklerin manevi yönelim ve uygulamaları hakkında bilgi vermeye elverişli bir yaklaşım sergilemesinin yanı sıra İslam geleneğinde manevi danışma başlıklı çalışmasıyla yüzyıllardır Anadolu'nun sahip olduğu değerler konusunda okuyucuyu ve hedef kitlesi olan alan lisans öğrencilerini detaylı olarak bilgilendirmesi büyük öneme sahiptir.

(b) *Zayıf yönleri:* (i) Kitabın basım kalitesi kapak kalitesinin güzelliğine gölge düşürür nitelikte olup okuyucunun okuma keyfini aşağı çekmektedir. Kitabın ciltlenmesinde bazı sıkıntılar olduğu ve bu sıkıntıların keyifli bir okuyuş yapmayı engellediği gözlemlenmiştir. (ii) İçerik konularında bazı bilgilerin yeniden düzenlenmesi gerektiği gözlemlenmiştir. Örneğin günümüz okullarında din eğitiminin verildiği "Din ve Ahlak Bil-

gisi “dersinin adı (s.268) “Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi” şeklinde değiştirilmelidir. Yine benzer şekilde İslam geleneğinde manevi danışmadan bahsederken “tasavvuf” kavramının tanımı içerisinde sonsuzun bilgisine vasıtasız olarak ulaşmaya imkân tanıyan ifadesi kullanılmış (s.124) fakat bölümün devamında bir ustanın eşliğinde (s.138) gerçekleştirilen bir husus olduğu belirtilmiştir. Bu ifadelerin dini gelenek hakkında bilgisi az veya olmayan okuyucular açısından kafa karıştırıcı anlamlar ifade edebileceği düşünülmektedir.

(c) *Geliştirilebilir yönleri:* (i) “Sufi Terapi” bölümünde yer alan anlamların diğer bölümlerdeki vaka örnekleri gibi “Nefs Psikolojisi” ile günümüzde yapılan psikoterapi ve uygulama yöntemlerinden örneklendirmeler yapılarak zenginleştirilmesinin bu terapi türünün halen geçerliğini ve işlevselliğini koruyan ve atalarımızın kültür mirasını güncelleyerek hayatımızdaki varlığını gösteren bir şekilde yaşatılması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. (ii) Bu eserin amacı her ne kadar maneviyat ve manevi yönelimli müdahaleleri psikolojik danışma bağlamında ele almak ve psikolojik danışmanlık mesleki formasyonuna sahip uygulamacıların pratiklerini daha etkili hale getirmelerine yardımcı olmak olarak ifade edilip eserin adı da ona göre düzenlense de “Manevi yönelimli psikolojik danışma ifadesinin “manevi danışmanlık” kavramını gölgede bıraktığı düşünülmektedir. Zira “manevi danışmanlık” kavramı kendi başına müstakil bir kavram olarak ele alınabilecek içerik ve donanıma sahiptir. Sufi/tasavvufi geleneğe ait kavramlar psikoloji yöntemleriyle yorumlanmış ve yepyeni bir psikoterapi yöntemi olarak “manevi danışmanlık” çatısı altında toplanmıştır.

Sonuç olarak emek ürünü olduğu gözler önünde olan bu değerli çalışmanın okuyucuyla buluşması, manevi danışmanlık ve rehberlik alanı için oldukça önemlidir. Manevi danışmanlık ve rehberlik konusuna ilgi duyan tüm okuyucular ve alan lisans öğrencileri için oldukça doyurucu, teorik ve pratik bilgiler içeren bu kitap, bölüm sonlarına eklenen kaynakçaların zenginliği göz önünde bulundurulduğunda kendinden sonra bu alanda yapılacak diğer çalışmalara da öncülük edebilecek bilimsel içeriğe sahiptir.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 163-174
Issue: 7 • June 2023 • 163-174



Aile Terapisi: Manevi Yönelimli Bir Perspektif

- Ekşi, H. Ed. (2020). *Aile terapisi: Manevi yönelimli bir perspektif*
Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık (324 s.)
- Eksi, H. Ed. (2020). *Family therapy: A spiritually oriented perspective.*
Ankara: Nobel Academic Publishing (324 p.)
ISBN: 978-625-406-392-3



Rümeysa Sancak

Yüksek Lisans Öğrencisi
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: rmys.snck@gmail.com
Orcid: 0000-0001-9988-8692
Eskişehir / Türkiye

MA Student
Eskisehir Osmangazi University
Institute of Social Sciences
E-posta: rmys.snck@gmail.com
Orcid: 0000-0001-99888692
Eskisehir/ Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1263155>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Kitap İnceleme • Book Review
Geliş Tarihi • Received 10 Mart 2023 • 10 March 2023
Kabul Tarihi • Accepted 25 Mart 2023 • 25 March 2023



Ö z e t

Tanıtımı yapılan “Aile Terapisi: Manevi Yönelimli Bir Perspektif” isimli bu eser Halil Ekşi editörlüğünde hazırlanmış bir kitaptır. Bu kitabın manevi danışmanlık ve rehberlik alanına katkı sağlayan bir çalışma olduğunu söylemek mümkündür. Manevi yönelimli perspektifin aile terapilerine olan faydalarının sunulduğu bu eser farklı yazarlar tarafından oluşturulan, içeriğinde özet ve sonuç kısımlarını barındıran on dört bölümden oluşmaktadır.

A n a h t a r K e l i m e l e r
Manevi danışmanlık ve rehberlik • Aile
Terapi • Maneviyat • Aile terapisi

A b s t r a c t

The book titled "Family Therapy: A Spiritually Oriented Perspective," introduced here, is a book prepared under the editorship of Halil Ekşi. It can be said that this book is a study that contributes to the field of spiritual counseling and guidance. This work, consisting of fourteen chapters created by different authors, presents the benefits of the spiritually oriented perspective for family therapies, including summary and conclusion sections.

K e y w o r d s
Spiritual counseling and care • Family
Therapy • Spirituality • Family therapy

Kitabın editörü ve aynı zamanda yazarlarından biri olan Halil Ekşi, 1970 yılında Rize’de dünyaya gelmiştir. İlk ve orta öğretimini Üsküdar’da tamamlayan Ekşi, 1992 yılında Boğaziçi Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünden mezun olmuştur. 1992-1996 yıllarında farklı orta öğretim kurumlarında öğretmenlik ve psikolojik danışmanlık yapmıştır. 1996 yılında ise Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümüne araştırma görevlisi olarak girmiş; 1998 yılında yüksek lisansını, 2001 yılında doktorasını tamamlamıştır. 2005 yılında Eğitim Psikolojisi alanında doçent unvanı kazanan Ekşi, 2011 yılından itibaren profesör unvanı elde etmiştir. Halen daha Marmara Üniversitesi’nde öğretim üyesi olarak akademik hayatını sürdürmektedir. Özel çalışma alanları, psikolojik perspektiften ahlak/moral gelişimi, araştırma yöntemleri ve eğitimi ile manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışmanlıktır.

Manevi yönelimli bir perspektiften aile terapisinin incelendiği bu eser, önsözün ardından çeşitli aile terapilerinin manevi yönelimle ele alınmasından bahseden 14 bölümden oluşmaktadır. Her bölüm sonunda sırasıyla sonuç, özet ve kaynakça kısmı barındırmaktadır. 14. Bölümün akabinde kitaptaki 9 yazarın kısa biyografisi kitabın son kısmına (ss. 321-324) eklenmiştir. Bölümlerde; alanda eksik olan manevi yönelimli terapinin öneminin, her bir bölümün var olan boşluğu doldurmasının ve alana katkı sağlamasının hedeflendiğinin altı çizilmektedir.

Birinci bölüm “Manevi Eğilimli Çift, Evlilik ve Aile Terapileri”, ikinci bölüm “Bowen Aile Terapisinin Dini ve Manevi Boyutu”, üçüncü bölüm “Satır Dönüşümsel Sistemik Terapi ve Maneviyat”, dördüncü bölüm “Sistemik Aile Terapilerine Manevi Yaklaşım”, beşinci bölüm “Manevi Yönelimli Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi”, altıncı bölüm “Narrative Çift ve Aile Terapisinde Maneviyatın Kullanımı”, yedinci bölüm “Duygu Odaklı Çift Terapisi ve Maneviyat”, sekizinci bölüm “Evlilik Öncesi Danışmanlık Hizmetlerine Manevi Bakış”, dokuzuncu bölüm “Evlilikte Affetme ve Maneviyat/Din”, onuncu bölüm “Dinlerarası Evliliklerde Psikolojik Danışmanlık”, on birinci bölüm “İnfertiliteye Maneviyat Penceresinden Bakış”, on ikinci bölüm “Aile Terapileri Perspektifinden Alzheimer, Demans ve Maneviyat”, on üçüncü bölüm “Aile İçi Şiddet Yaşayan Bireylerin Korunmasına Yönelik Manevi Temelli Psikolojik Danışma”, on dördüncü ve son bölüm “İlişkisel Çatışma/ Boşanma ve Maneviyat” başlığı altında oluşturulmuştur.

İlk olarak manevi yönelimden bahseden Önsöz’de, aile terapilerinin gerekliliği ele alınmaktadır. Devamında ise aile terapilerinde manevi

yönelimli bir perspektifin ihtiyaç olduğu savunulmakta ve kitap içerisindeki bölümlerden kısaca bahsedilmektedir.

“Manevi Eğilimli Çift, Evlilik ve Aile Terapileri” (ss. 1-20) isimli birinci bölümün yazarları Şeyda Çetintaş ve Halil Ekşi’dir. Bölümde ilk olarak neden manevi yönelimin gerekli olduğu hususuna değinilmektedir. Ardından konu aile hayatındaki maneviyat; ebeveyn-çocuk ilişkisi, eşler arası ilişki, ergenlikten yaşlılığa geçiş gibi süreçler bağlamında değerlendirilmektedir. İnsanın geçtiği çeşitli dönemlerde maneviyatla olan bağının, ruhsal durumuna olumlu-olumsuz etkileri olduğu ortaya konmaktadır.

Bölümün devamında; çift, evlilik ve aile terapisi sürecinde maneviyatın aile yaşamı üzerindeki dinamik doğası, maneviyatın klinik uygulama sürecine dâhil edilmesi, klinik değerlendirmede manevi boyutun keşfi gibi konular üzerinde durulmakta aynı zamanda vaka örneği de sunulmaktadır. “Terapistlerin Maneviyatın Kendi Kişisel ve Profesyonel Yaklaşımlarındaki Rolüne Yönelik İnançları” adlı alt başlık altında çeşitli araştırmaların bulgularına yer verilmekte, genel anlamda manevi boyutun önemli görüldüğü tespit edilmektedir. Maneviyatın klinik süreçlere katılabilmesinin ise etik çerçeve dâhilinde olması gerektiğinin üstünde durulmakta ardından konunun genel hatlarından bahsedilen sonuç bölümüne geçilmektedir.

İkinci bölüm “Bowen Aile Terapisinin Dini ve Manevi Boyutu” (ss. 23-44) adıyla Özlem Acar Bulut tarafından kaleme alınmıştır. Bölümde Bowen Aile Terapisi, ana hatları ve kavramlarıyla sunulmaktadır. İlk olarak Bowen aile sistemleri terapisinden bahsedilmekte, onun aile sistemlerinin işleyişini kapsamlı ele alan bir yaklaşım oluşu ortaya konmaktadır. Ardından bu sistemin temel kavramları olan benlik farklılaşması, üçlemeler/üçgenlemeler, çekirdek ailenin duygusal sistemi, çok kuşaklı aktarım süreci, aile yansıtma süreci, duygusal kopma, kardeş konumu ve toplumsal gerilemenin manevi boyutu bağlamında ele alındığı görülmektedir. Bowen Aile Terapisinde terapistin rolü üzerinde durulmakta, ardından konu Müslüman ailelerde Bowen Aile Sistemleri terapisi ele alınarak devam ettirilmektedir. Detaylı bir vaka örneği sunulduktan sonra Bowen aile terapisinin manevi yönetime oldukça açık bir terapi olduğundan söz edilen sonuç kısmı verilmektedir.

“Satir Dönüşümsel Sistemik Terapi ve Maneviyat” (ss. 49-65) adlı üçüncü bölüm Sinan Okur tarafından yazılmıştır. İlk olarak var olan aile terapilerinden kısaca bahsedilmekte, ardından maneviyatın çeşitli tanımları verilmektedir. Devamında en temelde aile bireylerinin yaşadıkları

duyguları fark edemeyip bunları baskıladıkları görüşünü esas alan yaşantısal aile terapisinin; kendilik değeri, benlik mandalası, iletişim, aile kuralları, buzdağı metaforu ve temel üçgen olarak ifade edilen kavramları açıklanmaktadır. Bu terapinin temsilciliğini yapan Satir' in terapi anlayışı ve özellikleri hakkında bilgi verilmektedir. Ardından bu terapinin manevi yönelimli şeklinin sunulduğu görülmektedir.

Satir Dönüşümsel Sistemik terapinin maneviyata bakışından bahsedildikten sonra maneviyat temelli olarak bu terapiden ve uygulamasından söz edilmektedir. Literatürdeki bazı yaklaşımlar verilerek çeşitli adımlar ve aşamalar hakkında kısa açıklamalar yapılmaktadır. Manevi perspektifle bu terapinin gerçekleşmesinde terapötik süreçten bahsedilmekte, ardından manevi temelli satir dönüşümsel sistemik terapidde psikolojik danışmanın rol ve sorumluluklarının neler olduğu ortaya konmaktadır. Konu, danışan-danışman açısından değerlendirilmektedir. Satir aile terapisinde kullanılan birçok teknikten söz edilmektedir. Manevi teknikler; aile haritaları, mizah, aileyi yeniden yapılandırma, buzdağı metaforu, benlik mandalası, meditasyon, hayal gücü, nefes egzersizleri ve rahatlama teknikleri olarak verilmekte ve kısaca açıklanmaktadır. Ardından manevi temelli satir dönüşümsel sistemik terapi kapsamında örnek bir vaka verilmektedir. Sonuç bölümünde ise Satir' in kendi aile terapisi yaklaşımında maneviyata verdiği önem ve literatüre yaptığı katkılar ifade edilerek Türkiye'deki araştırmaların yeterli ölçüde olmadığı vurgulanmaktadır.

“Sistemik Aile Terapilerine Manevi Yaklaşım” (ss. 69-89) başlığıyla dördüncü bölüm Hasan Kütük tarafından kaleme alınmıştır. Bölümde ilk olarak Sistemik aile terapisinden genel hatlarıyla bahsedilmekte, ardından sistemik aile terapisinin temel kavramları tarafsızlık, bütünlük, geri bildirim, yaşam dönemleri, kurallar, alt sistemler sınırlar ve sibernetik açıklanmaktadır. Devamında sistemik aile terapilerinde seansların yapılandırılması ele alınmaktadır. Ardından maneviyatın tanımları sunulmakta, maneviyat ve din kavramları incelenmektedir.

Akabinde sistemik aile terapisinin manevi yönüne geçilmekte ve onun tarihi seyrinden söz edilmektedir. Sistemik aile terapisine maneviyatın nasıl uyarlanabileceği, danışmanların nelere dikkat etmesi gerektiği ve etik durumlar gibi hususlara dikkat çekilmektedir. Manevi yönelimli sistemik aile terapisinde kullanılan teknikler, dini hikâyelerden yararlanma ve manevi diyalog olarak verilmekte, ikisinde de vaka örnekleri sunulmaktadır. Sonuç kısmında konuyla ilgili genel değerlendirmenin ardından pozitif psikoloji alanında maneviyat kavramıyla ilgili pek çok ça-

alışma yapıldığı ifade edilmekte fakat sistemik aile danışmanlığında maneviyatın kullanımıyla ilgili çalışmaların sınırlı olduğundan söz edilmektedir.

Beşinci bölüm “Manevi Yönelimli Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi” (ss. 91-113) Tuğba Turgut ve Füsun Ekşi tarafından yazılmıştır. Bölümde ilk olarak bilişsel davranışçı terapiye genel bir bakış sunulmakta, bilişsel davranışçı terapi yaklaşımları akılcı, duygusal, davranışçı terapi ve bilişsel terapi çerçevesinde incelenmektedir. Ardından bilişsel davranışsal aile terapisi anlatılmakta, bu yaklaşımda nelere dikkat edilmesi gerektiğinden ve hangi tekniklerin kullanıldığından bahsedilmektedir. Devamında manevi yönelimli bilişsel davranışçı aile terapisinden söz edilmekte, birtakım güçlü ve sınırlı yönlerine değinilmektedir. Bilişsel davranışçı terapide din ve maneviyatın değerlendirilme süreci olarak oryantasyon, fonksiyonel değerlendirme, iş birliği, izleme şeklinde dört aşama ifade edilmektedir.

Akabinde bilişsel davranışçı terapiyi din ve maneviyatla çerçevelemeden, bu konuda önem arz eden ve dikkate alınması gereken konulardan söz edilmektedir. Manevi yönelimli bilişsel davranışçı aile terapisinde temel teknik ve uygulamalar ayrıntılı bir şekilde sunulmaktadır. Manevi yönelimli bilişsel davranışçı teknikler; bilişsel yeniden yapılandırma, başa çıkma ifadeleri, manevi ve dini hikâyeler, dini manevi bilişsel teknikler olarak verilmektedir. Dini manevi davranışsal teknikler ise manevi bilişsel yeniden yapılandırma, başa çıkma ifadeleri, manevi ve dini hikâyeler, yoga, rehberli meditasyon, farkındalık, şükran egzersizleri, bağışlama egzersizleri olarak ifade edilmektedir. Ardından bilişsel davranışçı aile terapisinde manevi temelli uygulamalardan bahsedilmektedir. Sonuç kısmında manevi yönelimli bilişsel davranışçı terapinin içeriği yeniden ifade edilmekte, konuyla ilgili genel değerlendirmelerin ardından Türkiye’de henüz manevi yönelimli bilişsel davranışçı terapi çalışmalarının başlangıç niteliğinde olduğu söylenmektedir.

“Narrative Çift ve Aile Terapisinde Maneviyatın Kullanımı” (ss. 119-137) adlı altıncı bölüm Zehranur Akbulut tarafından yazılmıştır. İlk olarak amacı, kişinin öyküsündeki olumsuz yapıların yıkılması ve yeniden yapılandırılması olan Narrative terapiye genel bir bakış ile başlanmaktadır. Narrative çift ve aile terapisi ile ilgili bilgilendirme yapılmakta, ardından bu çift ve aile terapisinin sürecinden, terapistin görevlerinden bahsedilmektedir. Devamında Narrative terapi ve maneviyat ilişkisi üzerinde durulmakta, maneviyat tanımlanmakta ve maneviyatın terapiye katılmasının faydaları sunulmaktadır. Akabinde ise bir vaka örneği verilmektedir.

Narrative çift/aile terapisi teknikleri verilmesinin ardından manevi unsurlar dâhil edilerek tekniklerin nasıl kullanılabileceği açıklanmaktadır. Soru sorma, dışsallaştırma konuşmaları, özgün sonuçların bulunması, anlatılmamış ama hikâyede örtük olarak var olanın bulunması, söyleme ve şahit olma, yeniden dâhil etme konuşmaları gibi tekniklerin manevi unsurlarla nasıl kullanılabileceği üzerinde durulmaktadır. Çeşitli sorular ve vaka örneği verilerek konu açıklanmaktadır. Konu hakkında genel manada bilgi verilen sonuç bölümünde, yurt içindeki literatür incelendiğinde, Narrative terapinin maneviyata olan bakış açısını ele alan çalışmaların olmadığı ve bunun önemli bir eksik olduğu ifade edilmektedir.

Yedinci bölüm “Duygu Odaklı Çift Terapisi ve Maneviyat” (ss. 142-155) Merve Nurlu tarafından kaleme alınmıştır. Bölümde öncelikle duygu odaklı terapiden bahsedilmekte, ardından duygu odaklı çift terapisi ile ilgili bilgi verilmektedir. Devamında bu hususla alakalı romantik bağlanma ve yetişkin bağlanmasının diğer türü olarak Tanrı bağlanmasından bahsedilmektedir. Duygu odaklı terapi yaklaşımının manevi değerlerle birleşiminin, terapi sürecindeki yeri ile ilgili açıklamalar verilmektedir. Akabinde manevi öğelerle danışmaya gelen çiftlerle çalışırken müdahale yöntemlerinin nasıl olacağından söz edilmektedir. Çiftlerle çalışırken duygu odaklı terapi yaklaşımının kullanılmasıyla ilgili; oluşturulan üçgenlerle çalışma, duygu odaklı çift terapisi ve inanca duyarlı yaklaşım, duygu odaklı çift terapisi ve çiftler arası dini anlaşmazlıklar vaka örnekleriyle birlikte sunulmaktadır. Manevi yönelimin ne denli yarar sağladığının yanı sıra verilen son vaka örneğiyle olumsuz sonuçlarının olabileceği de ortaya konmaktadır. Sonuç kısmında, bölümün içerdiği konular genel bir çerçeveden açıklanmaktadır.

“Evlilik Öncesi Danışmanlık Hizmetlerine Manevi Bakış” (ss. 159-175) isimli sekizinci bölüm Hasan Kütük tarafından yazılmıştır. İlk olarak evlilik öncesi rehberlik ve danışmanlık hizmetlerinden bahsedilmekte, yaygın olarak ele alınan konulardan ve eğitim programlarından söz edilmektedir. Evlilik öncesi danışmanlığın amaçları sunulduktan sonra manevi yönelimli evlilik öncesi danışmanlık hakkında bilgi vermeye başlanmaktadır. Manevi yönelimli evlilik öncesi danışmanlık yapacak kişinin kendini yetiştirmiş olması gerektiğine dikkat çekilmektedir. Bölüm; manevi yönelimli çiftler ile ilişkiler kurma, çiftler arası ilişkinin değerlendirilmesi, içgörü kazanımı ve paylaşılan anlam, evlilik sürecine yönelik düşüncelerin yeniden yapılandırılması şeklinde dört aşamadan oluşan danışmanlık modelinden bahsedilerek devam etmektedir. Ardın-

dan Müslüman toplumlarda evlilik öncesi danışmanlık üzerinde durulmakta, Müslüman çiftlere evlilik öncesi danışmanlık hizmeti verilirken temelde cevap aranan sorulardan bahsedilmektedir. Bunun yanı sıra bölümde, profesyonel bir danışman yardımının önemine vurgu yapılmakta ve din adamları ile danışmanların iş birliği yapmasının gerekliliğinin altı çizilmektedir. Sonuç bölümünde bu alanda ülkemizde oldukça eksik kaldığından söz edilmektedir.

Dokuzuncu bölüm “Evlilikte Affetme ve Maneviyat/Din” (ss. 179-196) Zehranur Akbulut tarafından kaleme alınmıştır. Bölümde öncelikle affetme kavramı tanımlanmakta, bu kelime yerine kullanılan ifadeler açıklanmaktadır. Yaratılışsal ve durumsal affetme, hata odaklı affetme ve olayın önemini yitirmesinden kaynaklı affetme, sessiz affetme ve sahte affetme, kimin bağışlandığında göre affetme gibi affetmenin türleri hakkında bilgi verildikten sonra maneviyat/din ve affetme ilişkisi üzerinde durulmaktadır. Devamında evlilikte affetme ve maneviyat/din konusu ele alınmaktadır. Psikolojik danışmada ailelere yönelik kullanılan affetme modelleri; Hargrave’in affetme modeli, ilişkileri içinde empati alçak gönüllülük ve bağışlamanın ifadelendirilmesi modeli, Reach modeli, bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı bilişsel affetme modeli, affetmenin süreç modeli şeklinde verilerek açıklanmaktadır. Sonuç kısmına geçmeden evvel ailede maneviyat ve affetmenin birlikte ele alınarak nasıl danışmanlık yapılabileceğine dair vaka analizi örneği verilmektedir. Sonuç kısmında ise bölümün genel içeriğiyle alakalı bilgiler verilmekte, yurtiçi literatür incelendiğinde, maneviyat ile evlilikte affetme ilişkisi ele alınan bir çalışmaya rastlanmadığına dikkat çekilmektedir.

“Dinlerarası Evliliklerde Psikolojik Danışmanlık” (ss. 203-220) başlıklı onuncu bölüm Merve Nurlu tarafından yazılmıştır. Bölümde ilk olarak dinlerarası evliliklerden, ülkelerin ve kişilerin bu duruma bakışından bahsedilmektedir. Bunun yanı sıra farklı dinlerden bireylerle evliliğe bakışın araştırıldığı bazı çalışmaların sonuçlarından kısaca söz edilmektedir. Ardından dinlerarası evlilikte çocuktan, çocuğa hangi dinin öğretileceği hususunda farklı seçimlerden, bu konuda ortaya çıkan sorunlardan ve bunların ne gibi çözümlerle aşılabacağından bahsedilmektedir. Akabinde dinlerarası evliliklerde psikolojik danışma yaklaşımları, sistemik yaklaşım ve seçim teorisi/gerçeklik terapisi olarak sunulmakta vaka örnekleriyle birlikte ortaya konmaktadır. Dinler arası evliliklerde çalışma yaparken kullanılacak teknikler ise genogram, manevi genogramlar, vaka örneğiyle birlikte temel ihtiyaçlar genogramı, heykelleştirme, duygu

haritaları olarak verilmekte ve kısaca açıklanmaktadır. Sonrasında dinlerarası evliliklerde, psikolojik danışmanın yeterlilikleri üzerinde durulmaktadır.

On birinci bölüm “İnfertiliteye Maneviyat Penceresinden Bakış” (ss. 223-243) Özlem Acar Bulut tarafından kaleme alınmıştır. Giriş kısmında infertilite ve farklı ülkelerde infertiliteye bakış hakkında bilgi verilmektedir. İnfertilitenin kadınlar üzerindeki olumsuz etkilerinden bahsedildikten sonra infertilitenin evlilik üzerindeki olumsuz etkilerinden söz edilmektedir. Bölüm, infertilitede maneviyyatın yeri hakkında bilgi verilerek devam etmekte, infertilite ile dini ve manevi başa çıkma hususunun üzerinde durulmaktadır. Ülkelerdeki farklı manevi başa çıkma uygulamaları ortaya konmaktadır. Ardından dini ritüellere yönelme, din adamlarından veya dini cemaat üyelerinden destek isteme, dini yardım, olumlu dini yeniden değerlendirme, dini teslimiyet, manevi desteğe inanç, mucizelere inanç, çocuk sahibi olma inancı, dini bilinç; pozitif dini başa çıkma stratejileri olarak verilmektedir. Manevi memnuniyetsizlik, din adamlarından duyulan memnuniyetsizlik, şeytani yeniden değerlendirme ise negatif dini başa çıkma stratejileri olarak sunulmaktadır. Akabinde farklı dinlerde infertilitenin yerinden söz edilmekte ve çeşitli örneklerle ifade edilmektedir. Sonrasında profesyonel psikolojik yardım konusunda bireylere fayda sağlayacak infertilite danışmanlığı hususunda bilgi verilmektedir.

“Aile Terapileri Perspektifinden Alzheimer, Demans ve Maneviyat” (ss. 245-269) başlıklı on ikinci bölüm Tuğba Turgut ve Füsun Ekşi tarafından yazılmıştır. Öncelikle demans ve Alzheimer hakkında bilgi verilmekte, akabinde demans, Alzheimer ve maneviyyat ilişkisi üzerinde durulmaktadır. Demans ve Alzheimer hastalık süreçlerinde maneviyyatın önemine dikkat çekilmekte, terapi sürecinde tanının açıklanmasında odaklanılacak manevi nitelikli sorulardan bahsedilmektedir. Aile terapileri sürecinde aile içerisinde yaşanan sağlık sorunlarına ilişkin manevi değerlendirme süreci; anlam ve amaç, güçler, ilişkiler, inançlar, aile üyesinin bireysel maneviyyatı, ailenin manevi bakım tercihi şeklindeki temalar ile açıklanmaktadır. Demans ve Alzheimer hastalarının manevi ihtiyaçları üzerinde durulmakta sonrasında ise aile sürecinde demans ve Alzheimer hastalarına bakım verenler açısından maneviyyat ele alınmaktadır. Ailede demans ve Alzheimer hastalarına bakım veren bireylerin yaşadıkları sınırlardan bahsedilmekte ve bireylerin duygusal, problem odaklı, işlevsel olmayan şeklinde sınıflandırılan başa çıkma stratejileri hakkında bilgi verilmektedir.

Bunların yanında aile terapistlerine manevi inançlara ilişkin müdahalelerin, hizmetlerin tasarlanması ve sunulmasına yardımcı olacak öneriler verildikten sonra demans ve Alzheimer'a müdahalede manevi yönelimli uygulamalardan bahsedilmektedir. Bu uygulamalar; işlemsel ve duygusal dini etkinlik terapisi, dini/manevi uygulamalar, drama terapi ve maneviyat, sanat terapisi ve maneviyat, müzik terapi ve maneviyat, meditasyon uygulamaları, farkındalık uygulamaları, maneviyatı keşfetmek için fotoğraf çıkarma yöntemleri, manevi hatırlama terapisi, tam daire (demanslı bireyler için manevi bir terapi), bütünleştirilmiş bilişsel davranışçı manevi danışmanlık olarak verilmekte ve ayrıntılı açıklanmaktadır. Bölümün genel izahının yapıldığı sonuç kısmında, Alzheimer demans ve maneviyat hakkında dünya literatüründe zengin bir birikim olmasına rağmen Türkiye'de çalışmaların henüz başlangıç niteliğinde olduğu belirtilmektedir.

On üçüncü bölüm "Aile İçi Şiddet Yaşayan Bireylerin Korunmasına Yönelik Manevi Temelli Psikolojik Danışma" (ss. 278-291) Sinan Okur ve Halil Ekşi tarafından kaleme alınmıştır. Bölümde ilk olarak şiddet kelimesi kavram olarak açıklanmakta; sözlü, fiziksel, psikolojik, cinsel, toplumsal ve ekonomik şiddet olarak pek çok türü olduğundan bahsedilmektedir. Farklı çalışmalar verilerek maneviyat ve şiddetin zıt kutuplar olduğu hakkında bulgular ortaya konmakta, dolayısıyla aile içi şiddetin önlenmesinde maneviyatın rolü üzerinde durulmakta, maneviyatın baş etme mekanizmalarını geliştirdiğinden bahsedilmektedir. Akabinde İslami bakış açısına göre aile içi şiddetten söz edilmekte, İslam dinine göre kadınlara merhamet, şefkat ve nezaket gösterilmesi gerektiğinin altı çizilmektedir. Bölüm; değer odaklı, koruyucu önleyici ve eğitim odaklı, sosyal yaklaşımları içeren kadına yönelik şiddete karşı dini ahlaki sosyal model sunulmaktadır. Özellikle kadını hedef alan şiddetin önlenmesi için aile içi şiddetin önlenmesine yönelik öneriler sunulmakta; erkeklerin ağırlıklı olduğu kıraathane, camii, askeri kurum gibi yerlerde gerekli eğitimlerin uzman kişiler tarafından verilmesi gerektiğinden bahsedilmektedir.

"İlişkisel Çatışma/ Boşanma ve Maneviyat" (ss. 297-317) başlığıyla on dördüncü ve son bölüm Şeyda Çetintaş ile Halil Ekşi tarafından yazılmıştır. Giriş kısmında aile sisteminin kutsal yönünden bahsedilmekte, din ve maneviyatın evlilikte yapıcı bir işlevi olduğundan söz edilmektedir. İlişkisel çatışma süreçlerinde din ve maneviyat üzerinde durulmakta, yapılan bazı çalışma örnekleri verilmekte, dindarlığın evlilik çatışmasının çeşitli aşamalarına etkisi ile ilgili bir model sunulmaktadır. Manevi bir travma olarak ele alınan boşanma, kutsal kayıp ve kutsal

olana saygısızlık değerlendirmeleri üzerinden incelenmektedir. Akabinde boşanma sürecinde çocuk ve maneviyat ile ilgili bilgi verilmekte, incelenen bazı çalışmalardan bahsedilmekte; boşanma sırasında daha işlevsel manevi başa çıkmaya sahip oluşun, boşanmadan kaynaklanan travma sonrası büyüme seviyeleriyle olumlu yönde ilişkili bulunduğu ortaya konmaktadır.

Boşanmada manevi travma varsayımları verildikten sonra boşanma ve manevi mücadelelerden bahsedilmekte, çeşitli vaka örneklerinden kesitler konunun aralarında yer almaktadır. Manevi mücadeleler; kutsal manevi mücadeleler, içsel mücadeleler, kişiler arası mücadeleler olarak verilmekte ve bazı çalışmalardan görüşme örnekleri sunularak açıklanmaktadır. Boşanma sonrası maneviyat ve dinin, başa çıkmada olumlu etkiye sahip olduğu öne sürülmektedir. Dolayısıyla boşanma sonrası kullanılan manevi kaynaklar ve başa çıkma yöntemlerinden bahsedilmektedir. Adaptif kutsal/tanrı odaklı manevi başa çıkma yöntemleri, adaptif içsel olumlu manevi başa çıkma yöntemleri, kişiler arası olumlu manevi başa çıkma olarak boşanma sonrası uyumu kolaylaştıracak manevi kaynaklar açıklanmaktadır. Maneviyatın hem travma sonrası büyüme süreci için engel oluşturabilen bir yöne sahip olup hem de manevi bir büyüme gerçekleştirilebilmesi için olumlu etkide bulunması açısından paradoksal bir konumda olduğu ifade edilmektedir. Danışanların manevi inanç sistemlerini anlamaya çalışmasının öneminin vurgulandığı, bölümün genel içeriğinden bahsedilmenin yanı sıra örnek soruların da sunulduğu sonuç kısmının ardından özet ile bölümün sona erdiğini söylemek mümkündür.

Sonuç olarak “Aile Terapisi: Manevi Yönelimli Bir Perspektif” adlı eserle ilgili bir değerlendirme yapılacak olursa;

(a) *Güçlü yönleri:* (i) Kitap isimlendirmesi kitabın içeriğiyle alakalı net bir bilgi vermekte ve kitabın yalnızca ismine bakarak alınıp okunması durumunda kişinin beklentisini karşılayacağı düşünülmektedir. (ii) Eser 10’den fazla bölüme sahip olmasına rağmen içeriğinde barındırdığı bölümler çok uzun tutulmadığından konu ne çok özet olacak şekilde ne de fazla ayrıntılı şekilde verilmekte; öz, okuyucuya iletilebilmektedir. (iii) Bölümler kendi içerisinde birçok alt başlığa ayrılmasının yanında her bölüm, içinde özet ve sonuç barındırdığı için konu daha anlaşılır hale gelmektedir. (iv) Yoğun bir akademik dil kullanılarak okuyucu sıkılmamaktadır, bu nedenle akademi camiası dışındaki insanlara dahi okuduğunda birçok şey katabilecek bir muhtevaya sahiptir. Bilgi sahibi olmaksızın kitabı okuyan kişilerin bile en azından aile terapisinde maneviyatın önemli bir yere sahip olduğunu kavrayabilmesi mümkün kılınmaktadır. (v)

Alandaki eksikliklerin doldurulabilmesi adına çalışma oldukça önem arz etmekte, aile terapisinde manevi yönelimin önünü açacak bir perspektif sunmaktadır.

(b) *Zayıf yönleri:* (i) Eserin birkaç yerinde yazım hataları bulunmaktadır. (ii) Bazı kısımlarda anlam düşüklüğü bulunan cümlelere rastlanmaktadır.

(c) *Geliştirilebilir yönleri:* (i) Kıtaptaki yazım hataları ve anlam düşüklükleri yeniden denetlenmelidir.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 7 • Haziran 2023 • 175-187
Issue: 7 • June 2023 • 175-187



Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma

- Ekşi, H. & Kaya, Ç. Ed. (2016). *Manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışma*. İstanbul: Kaknüs Yayınları (281 s.)
- Ekşi, H. & Kaya, C. Ed. (2016). *Spiritually oriented psychotherapy and psychological counseling*. İstanbul: Kaknüs Publications (281 p.)
ISBN: 9789752565227



Feyza Nur Taşkaya

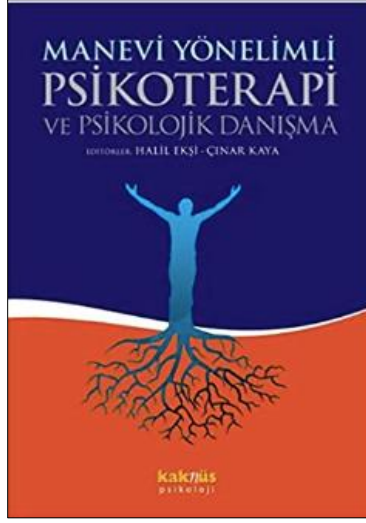
Yüksek Lisans Öğrencisi
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
E-posta: feyzataskaya05@gmail.com
Orcid: 0000-0001-7619-2633
Eskişehir / Türkiye

MA Student
Eskisehir Osmangazi University
Institute of Social Sciences
E-mail: feyzataskaya05@gmail.com
Orcid: 0000-0001-7619-2633
Eskisehir / Turkey

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1254579>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Kitap İnceleme • Book Review
Geliş Tarihi • Received 21 Şubat 2023 • 21 February 2023
Kabul Tarihi • Accepted 30 Mart 2023 • 30 March 2023



Ö z e t

Bu eser, din psikolojisi bilim dalının uygulamalı yönünü yansıtan, bir alt dalı olan Manevi danışmanlık ve psikolojik danışma alanında yapılmış bir çalışmadır. Editöryal bir çalışma olan bu eser, maneviyat ve psikolojik danışmanlık ilişkisi, manevi danışmanlığın gelişimi, başlıca manevi yönelimli yaklaşımlar ve teknikler, maneviyat ve psikoterapi entegrasyonunda karşılaşılabilecek sorunlar gibi oldukça önemli konulara ilişkin katkı ve tartışmalardan oluşmaktadır.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Psikoterapi
Manevi yönelimli psikoterapi • Psikolojik danışma

A b s t r a c t

This work, is a study conducted in the field of Spiritual counseling and psychological counseling, a sub-branch that reflects the applied aspect of the science of religion psychology. This editorial work consists of contributions and discussions on highly important topics such as the relationship between spirituality and psychological counseling, the development of spiritual counseling, the main approaches and techniques of spiritual orientation, and the challenges that may arise in the integration of spirituality and psychotherapy.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Psychotherapy
Spiritually oriented psychotherapy • Psychological counseling

Editörlüğünü Halil Ekşi ve Çınar Kaya'nın yaptığı bu eser, manevi yönelimli müdahalelerin anlaşılması, uygulanması ve geliştirilmesi için temel oluşturacak kurumsallaşan birikim, tartışmalar, manevi geleneklere yönelik bilgiler ve insan doğası ve yapısına yönelik yaklaşım ve düşüncelerin sunulması hedeflenerek oluşturulmuştur.

Kitabın editörlerinden Halil Ekşi, 1992 yılında Boğaziçi Üniversitesi fen edebiyat fakültesi ve psikoloji lisans programından mezun olmuş, 1998 yılında da Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde yüksek lisansını tamamlamıştır. 2001 yılında Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde doktorasını tamamlayan yazar, 2005 yılında eğitim psikolojisi alanında doçent unvanını, 2011 yılında da Profesörlük unvanını almıştır. Temel ilgi alanları; eğitim psikolojisi, kişilik, moral/ahlaki gelişim, karakter/değerler eğitimi, alternatif terapi modelleri gibi konulardan oluşmaktadır. Bu konular ve ilgili diğer konularda çok sayıda uluslararası makale, kitap bildiri ve proje çalışmalarına imza atmış, pek çok yüksek lisans ve doktora tezi yönetmiştir.

Kitabın bir diğer editörü Çınar Kaya lisans öğrenimini Boğaziçi Üniversitesi psikolojik danışma ve rehberlik programında 2009 yılında tamamladı. 2010-2012 yılları arasında Millî Eğitim Bakanlığına bağlı bir rehberlik araştırma merkezi ve bir ilköğretim okulunda psikolojik danışman olarak görev yaptı. 2013 yılında Sakarya Üniversitesi eğitim ve psikolojik hizmetler yüksek lisans programındaki öğrenimini tamamladı. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim dalında doktorasını tamamladı. 2020 yılında göreve başladığı Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında Dr. Öğr. Üyesi olarak görevini devam ettirmektedir. Pozitif psikoloji, pozitif psikoterapi, kişilik özellikleri, psikometrik çalışmalar ve alternatif psikolojik danışmanlık modelleri gibi konular araştırma ilgileri arasındadır. Yayınlanmış çeşitli makale ve kitap bölümü çalışmaları bulunmaktadır.

Editöryal bir çalışma olarak değerlendirilmesi yapılan bu eserin içindekiler bölümüne bakıldığında, kısa bir önsözden ve 5 ana bölümden oluştuğu görülmektedir. Aynı zamanda eser 284 sayfadan oluşmaktadır. Bu ana bölümlerin içerisinde alanında uzman araştırmacıların farklı konu başlıkları altında katkılarıyla oluşturulmuş yazın çalışmalarına yer verilmiştir. Ayrıca eserde yer alan her çalışmanın sonunda ilgili çalışmaya yönelik oluşturulan kaynakça da bulunmaktadır.

Editörler tarafından kaleme alınan eserin önsözünde (ss. 9-11) ilk olarak psikolojinin kurumsallaştığı çağda hâkim olan pozitivizmin etkisiyle din ve maneviyat konularının göz ardı edildiğinin vurgusu yapılmıştır. Bu alanda öncü olarak kabul edilen, sıradan ve maddi olanın ötesindeki deneyimler konusunda çalışmaları başlatan isimlere değinilmiştir. Manevi deneyimler konusunun Batıdaki olgunlaşma aşamasında oluşuna ve Türkiye’de ise bu alandaki çalışmaların gelişmekte fakat daha başlangıç seviyesinde olduğu dikkatlere sunulmuştur. Kitapta maneviyat ve psikolojik danışmanlık ilişkisi manevi danışmanlığın gelişimi, başlıca manevi yönelimli yaklaşımlar ve teknikler, maneviyat ve psikoterapi entegrasyonunda karşılaşılabilecek sorunlar gibi oldukça önemli konulara ilişkin katkı ve tartışmalar sunulacağı bildirilmiştir.

Kitabın içeriğinde aynı zamanda maneviyata ilişkin temel bilim boyutundaki birikime ışık tutmak amacıyla William James ve Ken Wilber’in insan doğası ve maneviyata ilişkin kuramsal katkılarına, öğretileri ile bu coğrafyadaki manevi birikimde önemli yer tutan isimlerden Mevlana, Yunus Emre ve Konevi gibi mutasavvıf kişiliklerin, Müslüman filozof İbn Rüşd ve çağdaş doğulu düşünür Seyyid Hüseyin Nasr’ın varlık, insan doğası, gelişimi, yaşamın anlamı gibi konulardaki katkılarına işaret edildiğinden bahsedilmiştir. Kitaptaki içerik ve tartışmaların gelişmeye ve eleştirilere açık olduğu belirtilerek önsöz tamamlanmıştır.

Eserin “Kavramsal Çerçeve” başlıklı birinci bölümü iki alt çalışmadan oluşmaktadır.

“Maneviyat ve Psikolojik Danışma” (ss. 13-28) adlı birinci bölümün ilk çalışması kitabın editörlerinden olan Halil Ekşi, Çınar Kaya ve bir diğer isim Muhammed Çiftçi tarafından kaleme alınmıştır. İçeriğine bakacak olursak ilk olarak modern psikolojinin bir bilim dalı olarak ortaya çıkıp gelişmesinden bahsedilmiştir. Devamında modern psikolojinin metafizik alana dair eksikliğine, davranışların incelenmesinde zihinsel süreçler ve doğrudan gözlemlenmeyen olgu ve yapıların ihmal edilmesinin insanı anlamayı güçleştirdiğine değinilerek giriş yapıldıktan sonra alt başlıklarla çalışmaya devam edilmiştir.

“Maneviyat ve Din” alt başlığında bu iki kavramın tanımlanması noktasında görüşler dile getirilmiştir. “Psikoloji Açısından Maneviyat Alanının Önemi” alt başlığında ise psikolojik yaklaşımlarının eksik yönünün maneviyat olduğu vurgusu yapılmıştır. “Paradigma Dönüşümüne Doğru” alt başlığında çağımızı şekillendiren tarihsel dönüşümler ve hâkim paradigmaların bireydeki etkilerinden, evrensel olarak sunulan modellerin indirgemeci ve maneviyatı göz ardı edici olduğundan söz edilmiştir. “Psikoloji ve Maneviyat Arasındaki İlişki” alt başlığında ise

psikoloji ve maneviyat alanının birbirine benzerliği ve farklılığı hangisinin öncelikli olacağı konusunun açıklığa kavuşturulması noktasında Sperry ve Mansager'e göre ortaya konulan beş muhtemel yaklaşım olduğu belirtilmiş ve bu yaklaşımlar açıklanmıştır. “Psikoterapide Maneviyat” alt başlığında ise psikolojik yardım sürecinde üç temel durumda maneviyat temelli psikoterapinin uygulanması tavsiye edilmiş ve terapi alanında manevi alana duyarlı olunması teşvik edilmiştir.

“Psikolojik Bir Kaynak Olarak Maneviyat” alt başlığında maneviyatın kaynak olarak kullanılması noktasında Tanrıyla kurulan ilişkinin güvenilirliğine göre olumlu ve olumsuz sonuçların doğacağına vurgu yapılmıştır. “Psikoterapide Maneviyatın Korunması ve Dönüştürülmesi” başlığında bireyin yaşamı boyunca başına gelebilecek kriz olaylarının dönüştürülmesi noktasında maneviyatın bütünleştirici rolüne değinilmiştir. “Psikoterapide Manevi Arayış” maneviyat temelli psikoterapide, danışanın manevi arayışları cesaretlendirilmesi ve bu sayede yardımcı olmaya çalışılması belirtilmiştir. “Temel Bilim Olarak Psikoloji ve Maneviyat” alt başlığında ise pozitif psikolojinin maneviyat alanındaki çalışmalarının artışıdaki önemli katkısına değinilmiştir. Son olarak “Sonuç” alt başlığında çalışmanın kısa bir değerlendirmesi yapılmıştır.

“Manevi Danışmanlığın Gelişimi” (ss. 29-46) başlıklı birinci bölümün ikinci çalışması Simel Parlak tarafından kaleme alınmıştır. Parlak çalışmasında ilk olarak manevi danışmanlığın tarihsel arka planının bir sorgulamasını yapmış ve ruhsal problemlerin modern döneme gelene kadar normal karşılandığı fakat modern dönemden sonra bu problemlere sahip bireylerin uysallaştırılması gereken kişiler olarak algılandığını hatta hapishanelere kapatıldığına vurgu yapmıştır. Aynı zamanda tedavi yöntemi olarak da insanlık dışı muamelelere başvurulduğu belirtilmiştir.

Daha sonra tarihsel süreç içerisinde akıl hastalarına yapılan muamelelerin insanlık dışı bulunduğu, bunun neticesinde dini ve manevi inanca sahip kişilerin aktivistik bir ahlaki hareket oluşturdukları, bu hareket ve akıl hastalarının maliyetinin artmasıyla birlikte akıl hastalarının hapishanelerden çıkarıldığı vurgusu da yapılmıştır. Modern psikolojinin akıl hastaları ve ruh sağlığına ihtiyaç duyan bireylere yönelik uyguladığı biyolojik tutuma karşı çıkan dini ve manevi yönelimli kişilerin, manevi danışmanlığın gelişiminde ve insancıl bir tutum geliştirmesinde önemli rol oynadıkları belirtilmiş ve yazının devamında dini ve manevi yaklaşımın kuramsal yaklaşımlarının açıklanacağı bildirilmiştir.

“Pastoral Danışmanlık” alt başlığında bu yaklaşım açıklanmış, teorik temellerinin nasıl olduğundan, hangi alanlar ile ilgilendiğinden, hangi bireylerle birlikte yürütüldüğünden, pastoral yaklaşımı benimseyen

psikolojik danışmanlar ve psikoterapistlerin tedavi sürecinde odaklandığı noktalardan ve son olarak da pastoral danışmanlığın önemli isimlerinden biri olan James Fowler'ın altı inanç gelişim basamağından bahsedilmiştir. "Hümanistik Psikolojide Maneviyat" alt başlığında ise psikoloji ve maneviyyatın birbiriyle ilişkisinden fakat psikolojinin insanı ele alırken ihmal ettiği manevi yönün bulunduğundan bahsettikten sonra Transpersoneel Psikolojinin, hümanist psikolojiden etkilendiğine de vurgu yapılmıştır. "Transpersoneel Psikoloji" alt başlığında transpersoneel yaklaşımın amacından, odaklandığı konulardan ve ana boyutlarından söz edilmiştir. "Sufi Psikolojisi" alt başlığında ise sufi psikolojisinin Kalp, Nefs, Fena, Ruh gibi önemli temel kavramları açıklanmıştır. Değirmek istenilen konularda "Sonuç" alt başlığında verilerek çalışma sonlandırılmıştır.

Eserin "Öncü Kuramcılar" başlıklı ikinci bölümünde iki alt çalışma bulunmaktadır.

"William James: Felsefe ve Psikoloji Yaklaşımı" (ss. 47-58) adlı ikinci bölümün ilk çalışması Çiğdem Demir Çelebi tarafından kaleme alınmıştır. Çelebi çalışmasında gerek felsefe gerekse psikoloji alanında önemli katkıları bulunan William James'in kısa bir şekilde hayatı ve eserlerinden ve bu eserlerin farklı alanlarda araştırmalar içerdiğinden bahsettikten sonra bu eserlerden faydalanarak çalışmasını oluşturduğunu vurgulamıştır. Çalışma dört alt başlıkta incelenmiştir. İlk olarak "William James'in Pragmatizm Görüşü" alt başlığında pragmatizmin ortaya çıkıp gelişmesinde etkili olan faktörlerden sunduğu yöntemlerden ve bazı eleştiriler aldığından bahsedilmiştir. "William James'in İnsan Görüşü" alt başlığında ise James'in insanı felsefi ve farklı yönlerden kavramsal olarak ele almasına ve bu kavramlara verdiği manalara değinilmiştir.

"William James'in Din ve Tanrı Görüşü" alt başlığında ise James'in dünyanın ilk deneysel laboratuvarlarından birinin kurucusu olduğu vurgulanmış bu nedenle de dini tanımlama noktasında teklifi reddedip ampirist bir bakış açısına sahip tanımlar yaptığından bahsedilmiştir. Belirli bir din tasnifi oluşturan James'in aynı zamanda *The Varieties of Religious Experience* adlı kitabından çıkarımlarla dini deneyimin meyesi olarak isimlendirilen farklı aşamaları da açıklanmıştır. "William James'in Psikoloji Alanına Katkıları" alt başlığında ise James'in din psikolojisi tarihi incelendiğinde alana metodolojik olarak büyük katkıları bulunduğuna ve günümüzde de değerini sürdüren eserler ve çalışmalar bıraktığına değinilmiştir. Çalışma, bahsedilenlerin genel değerlendirmesinin yapıldığı "Sonuç" kısmı ile sonlandırılmıştır.

"Ken Wilber ve Bütüncül Yaklaşım" (ss. 59-82) isimli ikinci bölümün ikinci çalışması Tuğba Türk tarafından kaleme alınmıştır. "Hayatı

ve Eserleri” alt başlığı altında Wilber’in çocukluğundan başlayan dikkat çekici özelliklerinden bahsedilmiş ve dine, manevi literatüre olan ilgisi üzerinde durulmuştur. Aynı zamanda eserlerinin isimlerine de yer verilmiştir. “İntegral (Bütünleştirici) Model” alt başlığında bu modelin nasıl oluştuğundan, neyi amaçladığından, çalışmada sembolleştirilen kadranın farklı bölümlerinin neyi temsil ettiğinden ve aralarındaki ilişkinin Wilber tarafından nasıl anlamlandırıldığından bahsedilmiştir.

“İnsan Gelişimi” başlığı altında Wilber’in anahtar kavramlarından biri olduğu ve bu gelişimi nasıl açıkladığı vurgulanmış ve bilincin yedi temel gelişim seviyesinden bahsedilmiştir. ”Transpersonel Açıdan Gelişim” alt başlığında ise Wilber’ in her bütünü başka bir bütünün parçası olarak görmesi ve ruhun tabakalarının da bütüne ulaşma noktasında geliştiği belirtilmiştir. “Maneviyat ve Din” alt başlığında ise bu iki kavrama son yıllarda verilen manalara ve aynı zamanda meditasyon üzerinde de durularak meditasyonda bulunan manevi yöne de değinilmiştir.

“Manevi Açılım” alt başlığında ise manevi açılımın dört büyük aşamasından bahsedilmekte ve bu aşamaların açıklamalarına yer verilmektedir. “Ölüm ve Tanrı” alt başlığında ise Wilber tarafından ölümün insanlar tarafından inkâr edilen veya bastırılan bir düşünce olduğunun ve bu yönden Freud’un fikirlerinin aksine ölüme yönelik düşüncelerinin bulunduğu vurgusu yapıldıktan sonra Wilber’ın Tanrı düşüncesi üzerinde durulmuştur. “Tam Spektrum Teorisi” alt başlığında ise bir yetişkinin terapi esnasında kişiliğin belirli yönleri ve geçici alanlarıyla çalışıldığı oysa Wilber’ın oluşturduğu Tam Spektrum Terapisinde ise bedenin, gölgenin, egonun, varoluşsal benliğin, özün ve ruhun hepsini bilince getirmekle ilgili çalışıldığını ve bunların bütüncül olarak ele alındığına değinilmiştir.

Eserin “Terapötik Uygulamalar” başlıklı üçüncü bölümünde ise iki alt çalışma bulunmaktadır.

“Manevi Temelli Bütüncül Psikolojik Danışmanlık” (ss. 83-97) isimli üçüncü bölümün ilk çalışması Neslihan Yaman tarafından kaleme alınmıştır. Yaman çalışmasında psikolojinin bir bilim dalı olarak insan tanımlarını nasıl ele aldığından söz etmiş, maneviyatın eksiklikleri giderme noktasındaki rolüne vurgu yapıldıktan sonra danışmanlık sürecinde bireyi ele alırken faydalanılan tasavvuf ilmi çerçevesinde kalp, nefis ve ruh kavramları üzerinde durulmuştur. Bir başka üzerinde durulan kavram çifti ise maneviyat ve din kavramları olmuştur. Daha sonra maneviyat, din ve ruh sağlığı alanı arasındaki pozitif ilişkinin danışmanlık sürecindeki bütünleştirici etkisi üzerinde durulmuş fakat teorik olarak

sınırlılığı da vurgulanmıştır. Son olarak “Sonuç” alt başlığı ile kısa bir değerlendirme yapılmıştır.

“Manevi Yönelimli Danışmanlık ile Psikoterapi Yöntem ve Teknikleri: Doğu ve Batı’dan Örnekler “ (ss. 99-122) isimli üçüncü bölümün ikinci çalışması Çağla Çelimli ve Şeyma Tozlu Güldal tarafından kaleme alınmıştır. “Anlam Arayışı ve Psikoterapi” alt başlığında anomiden bahsedildikten sonra günümüzün en hümanist psikoloji ekollerinin dahi anlam sorununun kaynağına dair çözüm oluşturamaması vurgulanmıştır. “Doğu-Batı Kültürleri ve Psikoterapi Anlayışı” alt başlığında ise psikoterapi sürecinin nasıl sürdürüleceği üzerinde durulmuş ve bu psikoterapi anlayışının batı temelli olması sebebiyle batı kültürünün sosyo-psikolojik temeline hitap ettiği doğu kültürüne uyum konusundaki problemleri vurgulanmıştır.

“Doğu Ülkelerindeki Terapi Uygulamaları” alt başlığı içerisinde de doğu ülkelerinde uygulanan bazı terapi uygulamalarından örnekler verilmiş ve İran’da Peseschkian’ın geliştirdiği psikoterapinin, önemli unsurları sıralanmış ve açıklanmıştır. “Din, Maneviyat ve Hayatın Anlamı” alt başlığında ise din ve maneviyyat üzerinde durulduktan sonra dinin insanın hayatını anlamlandırmadaki etkin rolü hakkında görüşlere yer verilmiştir. “Manevi Psikolojik Danışmanlık ve Anlam Arayışı” alt başlığında bahsedilen anlam arayışı sürecinde bir yardım mekanizması olarak manevi danışmanlığın bazı danışmanlık alanlarıyla dinamik bir bağlantı kurarak tedavi şekilleri oluşturduğu noktasında bilgilendirme yapılmıştır.

“Manevi Danışmanlık Tasarısına Doğru” alt başlığında ise anlatılan tüm bilgilerle birlikte bir manevi danışmanlık modelinin sunulmasının mümkün olduğu belirtilmiş ve i) insan doğasına bakış, ii) manevi danışmada temel amaçlar, iii) manevi danışmanlıkta danışan-danışman ilişkisi ve iii) manevi danışmanlıkta kullanılacak yöntem ve teknikler şeklinde bölümlendirilerek açıklanmıştır. Son olarak da “Sonuç” alt başlığı içerisinde çalışmada üzerinde durulan noktalar özet şeklinde dikkatlere sunulmuştur.

Kitabın “Manevi Gelenekler” başlıklı dördüncü bölümü altı alt çalışmadan oluşmaktadır.

“İbn Rüşd Düşüncesinde İnsan” (ss.123-139) isimli dördüncü bölümün ilk çalışması Neslihan Yaman tarafından kaleme alınmıştır. “İbn Rüşd’ ün Hayatı” alt başlığında kısaca hayatından, düşünce dünyasının oluşma aşamasında etkilendiği isimlerden, kendisine verilen görevlerden bahsedilmiştir. “İbn Rüşd’ ün Felsefe Anlayışı” alt başlığında ise İbn

Rüşd sonrası felsefi geleneğin yetersizliğinden oluşan İslam dünyasındaki düşünce yapısına değinildikten sonra İbn Rüşd'ün felsefi anlayışını oluştururken faydalandığı Aristoteles'ten bahsedilmiştir. “İbn Rüşd'ün İnsan Hürriyeti, İrade ve Ahlak Anlayışı” alt başlığında ise irade kavramının İbn Rüşd'te ele alınış şekli ve bu kavramın ahlakla ilişkisi üzerinden insan eylemlerinin sonuçları üzerinde durulmuştur.

“İbn Rüşd'de Nefs Kavramı” alt başlığında ise nefis kavramının farklı düşünür ve yaklaşımlar tarafından nasıl ele alındığı kısaca belirtilmiş, İbn Rüşd'ün nefsi ele alırken farklılaştığı noktalara değinilmiş nefsin birtakım güçleri olduğu düşüncesi üzerinde durulmuştur. “Akıl ve İnsan İlişkisi” alt başlığında ise İbn Rüşd düşüncesinde insanın varlıklar arasındaki yerinden, onda bulunan aklın belirleyici özelliklerinden, gücünden, işlevlerinden, bilme eylemine yönelik aşamalarından ve nefsin ölüm sonrası ne olacağından bahsedilmiştir. “Akıl ve Nefs İlişkisi” alt başlığında ise yine İbn Rüşd'ün aklı nefsten ayrı bir varlık olarak gördüğü vurgulanmıştır.

“Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Perspektifinden Mevlâna” (ss. 141-167) isimli dördüncü bölümün ikinci çalışması Çınar Kaya tarafından kaleme alınmıştır. Kaya ilk olarak çalışmasında hangi konular üzerinde inceleme yaptığını ve bazı anahtar kavramları tanıtmaya çalışmıştır. Daha sonra “Hayatı” alt başlığında Mevlana'nın kısaca hayatı tanıtılmış, “Eserleri” alt başlığında da verimli bir yazar, şair olduğu vurgulanmış ve eserlerine yer verilmiştir. “Mevlâna Okumalarındaki Zorluklar” alt başlığında ise Mevlâna üzerinde çalışmalarıyla önemli bir uzman kabul edilen Schimmel'in tespitlerinden bahsedilmiş ve Mevlâna metinlerini okuma ve sistematikleştirme konusundaki zorluklara değinilmiştir.

“Tasavvuf Anlayışı” alt başlığında ise Nasr'ın Mevlana'nın mesnevisi hakkındaki görüşlerine yer verilmiş, Şemsle olan ilişkisi üzerinde durulmuş ve İbn Arabî düşüncesi ile Mevlâna arasındaki paralellığe değinilmiştir. “Mevlana'da Varlık ve İnsan” alt başlığında ise Mevlâna düşüncesinde insan-ı kâmil ile benzerlik kurulan ney metaforu üzerinde durulmuş ve ayrı alt başlıklar halinde Mevlâna düşüncesindeki ‘aşk’, ‘birlik içinde yok olma’, ‘zühd’, ‘ölüm’ gibi kavramlar açıklanmıştır. “Arasteh'in Mevlâna Çözümlemesi” alt başlığında ise Arasteh tarafından Mevlana'nın biyografik bir çözümlemesinin yapıldığından bu çözümlemede Şems ile ilişkisi bağlamının değerlendirildiği dikkatlere sunmuştur.

“Manevi Psikoloji ve Danışma Açısından Mevlâna” alt başlığında ise öncelikle manevi öğretisi ve disiplinler ile psikoloji ve psikolojik yardım arasında nasıl bir ilişki kurulacağına ilişkin bir çerçeve ve yöntem

tanımlanmasının gerekliliği vurgulanmış ve bu konu üzerine Sperry ve Mansager'ın beş olası yaklaşımından söz edilmiştir. “Mevlana'nın Eserlerinin Bibliyoterapide Kullanımı” alt başlığında ise ilk olarak bibliyoterapi uygulamaları, kullanımı ve yararları hakkında bilgi verilmiş ayrıyeten bibliyoterapi de kullanılan hikayeleri gayet kullanışlı bir araç olarak gören Peseschkian'ın psikoterapi sürecinde kullanılacak bu hikayelerin sekiz temel fonksiyonu açıklanmıştır. Çalışmanın sonunda Mevlana'nın Mesnevisinden alınan ve ek olarak belirtilen bölümde kesitlere yer verilmiştir.

“İnsanlığın Ortak Mirası: Bilgelik Yönünden Yunus Emre” (ss. 169-212) isimli dördüncü bölümün üçüncü çalışması Murat Dinçer tarafından kaleme alınmıştır. Çalışma “Tarihsel Bilgiler ve Menkıbeleri”, “Eserleri”, “Tasavvufi Ön Bilgiler”, “Yunus Emre'nin İnsanı”, “Nefs ya da Benlik Kavramı”, “İnsan ve Korktuğu”, “Aşk ve Mürşit-Mürit ilişkisi”, “Narsisizm Sorunsalı ve Mürşit-Mürit İlişkisi”, “Bağlanma ve Mürşit-Mürit İlişkisi”, “Aktarım ve Mürşit-Mürit ilişkisi”, “Tasavvufi Yetişme”, “Akıl, Aklın Yetersizliği ve İlim”, “Ahlak ve Erdemler”, “Aynılık-Farklılık Sorunsalı” alt başlıklarından oluşmaktadır.

Dinçer'inde belirttiği gibi bu çalışmada önce Yunus Emre'nin hayatı ile ilgili tarihsel bilgilere, menkıbelerine kısaca değinilmiş, ardından bahsedilen sınırlılıklarla beraber şiiirlerinden yola çıkıldığı kadarıyla onun insana, insanın amacını ve korkularını nasıl anladığına değinilmiştir. Sonrasında ise bütün bunların cereyan ettiği mürşit ve mürit ilişkisi aşk, narsizm, bağlanma ve aktarım boyutları ile ele alınmıştır. Ardından Yunus Emre'nin tasavvufi yetişme metotlarına, aklı konumlandırmasına, ahlaki ele alışına, aynılık farklılık sorunsalına bulduğu çözüme değinilmiştir. “Sonuç” alt başlığında ise çalışmada bahsedilen konular üzerinde kısaca durulmuştur.

“Konevi ve Beşeri Tekamül” (ss. 213-224) isimli dördüncü bölümün dördüncü çalışması Muhammed Çiftçi tarafından kaleme alınmıştır. “Sadreddin el-Konevi'nin hayatı” alt başlığı ile kısaca hayatından söz edilmiştir. “Tasavvuf Anlayışı” alt başlığı ile tasavvuf anlayışından bahsedilmiş, “Bilgi Görüşü” alt başlığı ile insanı hakikate götüren iki yöntemden bahsedilmiştir. “İnsan ve Nefs Görüşü” “Yaratıcı ve İnsan İlişkisi”, “İnsan Doğası Anlayışı” gibi alt başlıklarında da bu konulardaki düşüncelerine yer verilmiştir, “Şahsiyet Tekamülü ve İnsan-ı Kamil” alt başlığında Işitan'ın Konevi metinlerindeki insanın kişilik gelişimi ile ilgili yapıya ilişkin bir model denemesinde bulunduğu belirtilmiş ve yedi maddede topladığı tespitlerine yer verilmiştir. Yine “Hakikat-ı Muham-

medîye”, “İtidal”, “Daiye”, “İnsanın Amacı” gibi alt başlıklarda Konevi’nin bu konu ve kavramlardaki düşüncelerine yer verilmiştir. Son olarak da “Sonuç” alt başlığında anlatılanların bir özeti sunulmuştur.

“Manevi Danışmanlıkta Uzak Doğu Etkileri: Budizm” (ss. 225-246) isimli dördüncü bölümün beşinci makalesi Mustafa Öztürk tarafından kaleme alınmıştır. İlk olarak psikoloji biliminin geçirdiği aşamalarla kısa bir değişim ve dönüşüm değerlendirmesi yapılmıştır. “Budizm Hakkında” alt başlığında öncelikle Budizm’in doğuşu, gelişimi ve yayılışından söz edilmiştir. Daha sonra Budizm’inde kurucusu kabul edilen Siddarta Gotama Budanın kısaca hayatından, Budizmin temel kavramlarından, Budizm’de aydınlanmanın yolu olarak kabul edilen dört yüce gerçekten, bu dört gerçekten -Kurtuluşa götüren yol ‘sekiz basamaklı yol’ dur- gerçeğinde söz edilen sekiz basamaklı yoldan bahsedilmiştir. Aynı zamanda Budizm’in temel kavramlarından nedensellik, karma ve 12 nidandan, Budistlerin tanımlamasına göre tüm insanların sorumlu olduğu beş evrensel ilkedен söz edilmiştir.

“Budist Psikolojisi” alt başlığında ise Budizm’deki insan ve psikoloji tasavvuruna değinilmiş ve bu tasavvurlar analizlenerek noktalar halinde sıralanmıştır. Budist psikolojideki temel kavramlar üzerinde durulmuş ve Budizm’de duygularında konuşmaları ve eylemleri etkilediğinin altı çizilmiştir. Budizm’e göre insan varoluşunun temelini akıl ve bilinç olduğuna değinilmiş ve aklın davranışları olarak adlandırılan kavramlar üzerinde aklın davranışlarından sayılan bağlanma ve odaklanma kavramları açıklanmıştır. Budist düşünce ve Psikolojik danışmanlık uygulamaları ve bu alanda temel olarak hangi sorunun cevabını bulmaya odaklandığı belirtilmiş, “Sonuç” kısmı ile özetlenerek çalışma noktalanmıştır.

“Seyyid Hüseyyin Nasr’ın İnsan Tasavvuru” (ss. 247-260) isimli dördüncü bölümün beşinci çalışması Muhammet Aykuthan Ulusoy tarafından kaleme alınmıştır. Ulusoy ilk olarak Nasr’ın kısa bir hayat tanımını yapmış, ardından bahsi geçecek kavramları Nasr’ın düşünce yapısını anlamaya yardımcı olması düşüncesiyle açıklama gereği duymuştur. “Din ve Gelenek” alt başlığı altında Nasr’a göre bu kavramlar açıklanmıştır. “Din ve Çevre” alt başlığında yine aynı şekilde Nasr’ın bu kavramlara bakışının ve birbirlerine etkileri üzerinde durulmuştur. “İnsan” alt başlığında Nasr’ın tanımlamalarında insanın farklı yönlerine dikkat çekilmiş ve aynı zamanda vahiyle olan ilişkisi üzerinde durulmuştur. Bu alt başlığa ek olarak “Çağdaş Batı İnsanı”, “Kâmil İnsan”, “Serkeş İnsan” gibi alt başlıklarla Nasr’ın düşüncesinden insana farklı açılardan bakılmıştır. “İnsanın Kurtuluşu ve Benliğin İnşası” alt başlığında ise insanın ne olursa olsun kendi asli tabiatıyla uyumlu olabilmesinin maneviyata

meyletmesi ile gerçekleşeceği vurgulanmıştır. Son olarak “Sonuç” alt başlığı altında çalışmanın kısa bir özeti yapılmıştır.

Kitabın “Sonuç” başlıklı beşinci ve son bölümünde bir çalışma bulunmaktadır.

“Manevi Danışmanlık İçin Çözülmesi Gereken Meseleler “ (ss. 261-276) başlıklı son çalışma Murat Dinçer ve Halil Ekşi tarafından kaleme alınmıştır. Çalışmanın isminden de anlaşılacağı üzere alana odaklanmak isteyen ruh sağlığı çalışanı için cevaplanması gereken sorular ve çözmesi gereken meseleler özetlenmeye çalışılmıştır. “Elementer mi, Holistik mi?” alt başlığında Sperry ve Mansger’in baş farklı pozisyon içeren taksonomisine yer verilmiş ve bu yaklaşımlar açıklanmıştır. “Hangi Hakikate Rehberlik Yapılacak?” alt başlığında ise Aldous Huxley tarafından ben ötesi psikolojinin üzerine kurulduğu felsefenin öncüllerini özetlediği maddelere yer verilmiş ardından temel problem olarak belirlenen hakikat arayışı ile hakikatle ilgili kabullerimizin aynı şey olmaması ayırımındaki kasıt ile ilgili açıklığa kavuşturmak adına bazı sistemleştirilmiş sorulara yer verilmiştir.

“Manevi Danışmanlık/Rehberlik mi Manevi Refiklik mi?” alt başlığında ise danışman veya rehber kelimesi yerine refik kelimesinin uygunluğundan çünkü alanda rehberlik veren kişinin de hakikat yolcusu olduğuna değinilmiştir. “Manevi Danışmanlık/Rehberlikte İlişkisel Meseleler” ve “Çerçeve ve Etik Meseleler” alt başlıklarında ise hem psikolojik hem de manevi süreçleri içeren meselelerin ortaya çıkmasında olası manevi ve psikolojik boyutlar maddeler halinde özetlenmiştir. Alandaki etik meselelere de değinildikten sonra, son olarak “Sonuç ”alt başlığıyla değerlendirilip çalışma sonlandırılmıştır.

Sonuç olarak bu eser hakkında genel bir değerlendirme yapıldığında;

(a) *Güçlü Yönleri:* (i) Bölümler içerisinde bulunan her çalışmanın sonunda kaynakçaya yer verilmesi özellikle o konuda yapılacak bir çalışmada başvurulacak bir yardımcı olması açısından önemlidir. (ii) Alanında uzman araştırmacıların çalışmaları ile farklı konu perspektifleri etrafında manevi danışmanlığa yeni boyutlar kazandırılması okuyucuya yeni ufuklar çizecek değere sahip olmuştur. (iii) Kitap sonunda çalışmalarını kaleme alan akademisyenlerin alandaki yetkin kişiler olduğunun göstergesi olarak kısaca tanıtıldığı bir bölüme yer verilmiş olması kitaba ve bilgilere olan güvenin artmasını sağladığı için önemlidir. (iv) Eserin son bölümünde Manevi danışmanlıkta çözülmesi gereken meselelerin dile

getirilmiş olması alanın eksiklerinin görülmesi noktasında yol gösterici olmuştur.

(b) *Zayıf Yönleri:* Eserde yer alan bazı çalışmaların sonuç alt başlığı içerisinde özetlenmesi bazılarının özetlenmemesi okuyucunun çalışmanın sonunda genel bir resim oluşturamaması yönünden zayıf olarak görülebilir.

(c) *Geliştirilebilir Yönleri:* Eserin yeni baskıları düzenlenirken sonuç kısımlarına yer vermeye özen gösterilmesi yerinde olacaktır.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Yazar Bilgileri | Author Information

Ayşe Nural (Yüksek Lisans Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Cumhuriyet Mahallesi Begonya Sokak Uğur Apt 3-8 Küçükçekmece, İstanbul ■ *Elektronik Posta / E-mail:* ayseenural@gmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0002-6269-1834 ■ *İlgi Alanları / Areas:* (a) Manevi danışmanlık, (b) Maneviyat, (c) Hümanizm, (d) Hümanist psikoloji.

Esmâ Zennure Kavurkacı (Doktora Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* 15 Mayıs Mah. Resam Sok. No:41 Kat: 2 Pamukkale/Denizli ■ *Elektronik Posta / E-mail:* zen.kavurkaci@gmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0003-3529-6449 ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Teoloji, (b) Din psikolojisi, (c) Manevi danışmanlık ve rehberlik, (d) Çocuk psikolojisi, (e) Psikopatoloji, (f) Şema terapi, (g) Oyun terapisi.

Feyza Nur Taşkaya (Yüksek Lisans Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Büyükdere Mah. Bayraktepe Sok. No: 103/3 ■ *Elektronik Posta / E-mail:* feyzataskaya05@gmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0001-7619-2633 ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Nefs psikolojisi, (b) Tasavvuf, (c) Manevi danışmanlık.

Mustafa Naci Kula (Doç. Dr.) –

■ *Kurum / Institution:* Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi B Blok Görükle Kampüsü Nilüfer/Bursa ■ *Elektronik Posta / E-*

mail: nkula@yahoo.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0003-1763-9620 ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Teoloji, (b) Din psikolojisi, (c) Manevi danışmanlık ve rehberlik.

Mükerrem Salih Kars (Yüksek Lisans Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Fethiye Mah. Fayda Sok. No: 2/1 Kat: 3 Daire: 3 Nilüfer/Bursa ■ *Elektronik Posta / E-mail:* salih.kars@gmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0002-0538-1178 ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Teoloji, (b) Din psikolojisi, (c) Manevi danışmanlık ve rehberlik.

Rümeysa Sancak (Yüksek Lisans Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Sultanorhan Mah. 1130 Sok. No: 16 Kat 4 Daire 4 Gebze/Kocaeli ■ *Elektronik Posta / E-mail:* rmys.snck@gmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0001-9988-8692 ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Din sosyolojisi, (b) Din psikolojisi, (c) Din sosyal psikolojisi, (d) Manevi danışmanlık ve rehberlik.

Tuba Nur İskeçlier (Yüksek Lisans Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Eskişehir Osmangazi Üniversitesi. Meşelik Kampüsü. Büyükdere Mah. Prof. Dr. Nabi Avcı Bulvarı. No: 4. 26040 Odunpazarı/Eskişehir ■ *Elektronik Posta / E-mail:* tubanuriskec@gmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0002-8378-284X ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Din psikolojisi, (b) Manevi danışmanlık ve rehberlik, (c) Nefs psikolojisi.

Ülkü Tosun (Doç. Dr.) –

■ *Kurum / Institution:* İstanbul Medipol Üniversitesi ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Medipol Üniversitesi. Kavacak Güney Yerleşkesi. Eğitim Fakültesi. Göztepe Mah. Atatürk Cad. No: 40/ 16 34815 Beykoz /İstanbul ■ *Elektronik Posta / E-mail:* utosun@medipol.edu.tr ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0002-7273-2513 ■ *İlgi Alanları / Areas:* (a) Rehberlik ve psikolojik danışmanlık, (b) Kariyer danışmanlığı, (c) Çatışma çözme, (d) İletişim.

Zeynep Karlık (Doktora Öğrencisi) –

■ *Kurum / Institution:* Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Yüzüncüyıl Mah 415. Sk. No:59 Buhara Evleri A Blok D:12 Nilüfer/Bursa ■ *Elektronik Posta / E-mail:* zeynepsariyer@hotmail.com ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0002-2940-6579 ■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) Din psikolojisi, (b) Manevi danışmanlık ve rehberlik, (c) Kriz ve yas danışmanlığı.



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Yayın ve Yazım İlkeleri Principles of Publishing and Writing

■ **Yayın İlkeleri** | Principles of Publishing

- Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi (TMDRD), yılda iki kez (Haziran-Aralık) yayımlanan bilimsel ve uluslararası hakemli statüsünde akademik bir alan dergisidir.
- Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi'nin yazı dili Türkçe'dir. Ancak yayın kurulu kararıyla İngilizce yazılar da yayımlanabilir.
- Dergide yayımlanan yazıların dil, bilim ve hukuksal açıdan her türlü sorumluluğu yazarlarına aittir.
- Yazıların yayımlanıp yayımlanmamasına derginin yayın kurulu karar verir.
- Derginin bir sayısında bir yazara ait en fazla iki çalışma yayımlanır.
- Dergide din ve maneviyat ilişkisi kapsamında manevi danışmanlık ve rehberlik bilim dalının tüm araştırma konularına ilişkin telif, çeviri, sadeleştirme, kitap tanıtımı ve kongre-sempozyum değerlendirmeleri vb. çalışmalar yayımlanır.
- Dergiye gönderilen yazılar daha önce başka bir yerde yayımlanmamış veya yayımına karar verilmemiş olmalıdır.
- Dergiye gönderilen yazılar, intihal programıyla benzerlik oranlarına bakılarak kabul edilir.
- Yazarlara telif ücreti ödenmez.
- Dergiye yayımlanmak üzere gönderilen yazılar, editörün ön incelemesinden sonra yayın kurulu tarafından belirlenen konunun uzmanı iki hakeme gönderilir. Yazının gönderildiği her iki hakemden olumlu rapor gelmesi durumunda yazı yayımlanır. İki hakemin olumsuz görüş belirtmesi durumunda yazı yayımlanmaz. Bir hakem olumlu, diğeri olumsuz görüş belirtmişse alan uzmanı üçüncü bir hakeme gönderilir. Üçüncü hakemden olumsuz rapor gelmesi durumunda yazı yayımlanmaz. Ancak olumlu rapor gelmesi durumunda yazının

yayımlanması konusundaki son karar, raporların içeriği dikkate alınarak editör görüşüyle yayın kurulu tarafından verilir.

- Yayımlanmasına karar verilen yazıların hakem raporlarında "düzeltmelerden sonra yayımlanabilir" görüşü belirtilmiş ise yazı, gerekli düzeltmelerin yapılması için yazarına geri gönderilir. Düzeltmeler yapıldıktan sonra hakem uyarılarının dikkate alınıp alınmadığı editör ve editör yardımcısı tarafından kontrol edilerek son karar verilir.
- Yayımlanan yazıların bütün yayın hakları, Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi'ne (TMDRD) ait olup yayıncının izni olmadan tamamı veya bir kısmı basılamaz, çoğaltılamaz ve elektronik ortama taşınamaz.
- Yayımlanma ve yazım ilkelerine uygun yazılmadan dergiye gönderilen yazılar değerlendirilmeye alınmaz.

■ Yazım İlkeleri | Principles of Writing

- Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi'nde (TMDRD) yayımlanması istenen yazılar, manevi danışmanlık ve rehberliği merkeze alan ve/veya bu bilim dalına katkısı olan diğer bilim dallarıyla ilişkili özgün çalışmalar olmalı ve aşağıda belirtilen nitelikleri taşımalıdır:
- Türkçe ve yabancı dildeki başlıklar; yazının içeriğiyle uyumlu olmalı, yazının konusunu kısa, açık ve yeterli ölçüde yansıtmalıdır.
- Türkçe ve yabancı dildeki özetler yazının problemini, amacını, kapsamını, metodolojisini ve sonuçlarını yansıtmalıdır.
- Makale, akademik bir çalışma türü olan bildiri, yüksek lisans veya doktora tezinden üretilmiş ise bu durum, mutlaka metnin ilk sayfasında belirtilmelidir.
- Makalenin hazırlanmasında bilimsel teknik ve yöntemlere uyulmalıdır. Aynı zamanda çalışmanın konusu, amacı, kapsamı, hazırlanma gerekçesi vb. bilgiler yeterli ölçüde ve belirli bir sistematik düzen içinde verilmelidir.
- Makale metninin içindeki 'Giriş' ve 'Sonuç' bölümleri dışındaki ana ve alt başlıklandırmalar alfabetik sisteme göre düzenlenmelidir. Örnek yazım: a., a.a., a.b. gibi.
- Yazıda kullanılan kaynaklar, yazım kurallarına uygun olarak düzenlenmeli, kullanılan her türlü belge, kaynaklar kısmında yer almalı, ancak yazıda yer verilmeyen belgelere kaynaklar kısmında yer verilmemelidir.
- Makalenin sonuç bölümü, araştırmanın amaç ve kapsamına uygun olmalı, ana çizgileriyle ve öz olarak verilmeli, ana metinde sözü edilmeyen veri ya da bulgulara yer verilmemelidir.
- Sayfa yapısı: Kenar boşlukları üstten 2,5 cm, alttan 1,5 cm, iç 2,0 cm, dış 2,0 cm şeklinde ayarlanmalı ve cilt payı 0,4 cm olmalıdır. Kâğıt boyutu genişlik 16 cm ve yükseklik 24 cm seçilmelidir.
- Yazı biçimi: Metin kısmı Garamond yazı tipi, ana metin 12 punto ve başlıklar bold olarak yazılmalıdır. Ana metin kısmı satır aralığı 1,0 ve çok gerekli durumlardaki dipnot yazımı ise metinle aynı yazı tipinde 10 puntoyla yazılmalı-

dır. Ana metindeki paragraf aralığı → Önce: 6 nk, Sonra: 0 nk şeklinde olmalıdır. Tüm metin hizalama ise iki yana yaslı biçimde olmalıdır. Paragraf girintisi 1 cm olmalıdır.

- Makalenin başlığı ilk sayfanın başına, dergiye özgü şablon kullanılarak kalın 14 punto büyük harflerle sayfa ortalanarak Türkçe ve İngilizce yazılmalıdır.
- Yazar bilgileri-i (Makale başında): Dergi şablonu kullanılarak makale başlığından sonra 2 satır aralığı verilerek sayfanın ortasında yazar/ların adları, soyadları, akademik unvanları, çalıştıkları kurum ve orcid numaraları Türkçe ve İngilizce olarak belirtilmelidir. Ayrıca yazarların iletişim bilgileri şablona uygun olarak verilmelidir.

Örnek yazım:

Ali Ulvi Mehmedoğlu

Prof. Dr.

Marmara Üniversitesi

İlahiyat Fakültesi

E-posta: aliulvi@marmara.edu.tr

Orcid: 0000-0001-8546-9614

İstanbul / Türkiye

Professor

Marmara University

Faculty of Theology

E-mail: aliulvi@marmara.edu.tr

Orcid: 0000-0001-8546-9614

İstanbul / Turkey

- Yazar bilgileri-ii (Makale sonunda): Dergi şablonu kullanılarak makalenin en sonuna 2 satır aralığı verilip yazarın kişisel bilgileri verilmelidir.

Örnek yazım:

Ali Ulvi Mehmedoğlu (Prof. Dr.) –

■ *Kurum / Institution:* Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi ■ *Yazışma Adresi / Correspondence Address:* Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Mahir İz Cad. No: 2. 34662 Üsküdar/İstanbul

■ *Elektronik Posta / E-mail:* aliulvi@marmara.edu.tr ■ *Akademik Kimlik Numarası / Orcid:* 0000-0001-8546-9614

■ *İlgi Alanları / Areas of Interest:* (a) İnanç psikolojisi, (b) Dindarlık, (c) Tanrı tasavvurları, (d) İnanç, (e) Değerler.

- Makalenin ikinci sayfasında özet kısmı 11 punto Garamond yazı tipiyle yazılmalıdır. Türkçe ve İngilizce özet, en az 300 ve en fazla 305 kelimedenden oluşmalıdır. Özet / Abstract bölümünde, araştırmanın problemi, amacı, kapsamı, metodolojisi ve sonuçları belirtilmelidir.
- Hem Türkçe hem de İngilizce özet bölümünde en az 5, en çok 8 sözcükten oluşan “anahtar kelimeler/keywords” yer almalıdır. İlk anahtar kelime mutlaka bilim dalı adı (manevi danışmanlık ve rehberlik) olmalıdır. Daha sonra metin içeriğini tam olarak yansıtan diğer anahtar kelimeler eklenmelidir.

- Makalede yer alan tablo, şekil veya grafiklerdeki yazılar ve/veya sayılar, Garamond yazı tipinde ve 10 punto olmalıdır.
- Makalede yer alan tablo, şekil, grafik veya fotoğraf başlıkları Garamond yazı tipinde ve 11 punto olmalıdır ve küçük harfle yazılmalıdır (Örnek yazım: Şekil-1:)
- Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi'nde (TMDRD) yayımlanan yazılarda hem metin hem de kaynakça yazımında APA stili / APA style kullanılır. Bu sebeple metin içi APA atıf sistemine göre yazılmış yazılar kabul edilir.
- APA stiline göre metin içinde atıf gösterme şu şekildedir: Yazar soyadı, yayım yılı: Sayfa numaraları. (Örnek yazım: Pargament, 2001: 46-49).
- Birincil kaynaklara ulaşılamamış ise atıf yapılırken önce asıl kaynak, sonra da alıntılanan ya da aktarılan ikincil kaynak belirtilir: (Örnek: Pargament, 2001: 210'dan akt. Cengil, 2014: 31).
- APA stiline göre kaynakça yazımı şu şekildedir: Yazar soyadı, adı, yayım yılı, eser adı, yayımlanan yer ve yayınevi. (Örnek yazım: Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press).
- Yazıda bir yazarın birden çok eseri kullanılmış ise kaynaklar, kaynakça bölümünde kronolojik sırayla yazılır. Bir yazarın aynı yıl yayımlanmış birden fazla çalışması kullanılmış ise eser adlarının alfabetik sırasına göre "2008a", "2008b" şeklinde sıralanır.
- *Not:* APA Atıf Stili / APA Citation Style'nin kullanımına ilişkin örnekler ve detaylı teknik bilgi için bkz. <https://www.apastyle.org>.

Issue: 7 Year: 2023 June
ISSN: 2687-2714

TURKISH JOURNAL FOR THE SPIRITUAL COUNSELING AND CARE

7

