

# MANEVÎ YÖNELİMLİ PSİKOLOJİK DANIŞMA

EDİTÖR: PROF. DR. HALİL EKŞİ



# KISA İÇİNDEKİLER

<b>1. BÖLÜM</b>	Maneviyat ve Psikolojik Danışma . . . . .	1
	<i>Halil Ekşi, Çınar Kaya, Nesrullah Okan</i>	
<b>2. BÖLÜM</b>	Psikolojik Danışma Kuramları ve Maneviyat . . . . .	25
	<i>Gökhan Özcan, Özge Erduran Tekin, Kübra Kaplaner</i>	
<b>3. BÖLÜM</b>	Manevî Yönelimli Psikolojik Danışmanlığın Kültürel Temelleri . . . . .	69
	<i>Halil Ekşi, Berra Keçeci</i>	
<b>4. BÖLÜM</b>	Dini Gelenekler, İnançlar ve Manevî Yönelimli Danışmanlık . . . . .	91
	<i>Gülşen Özgen, Zehra Eminoğlu</i>	
<b>5. BÖLÜM</b>	İslam Geleneğinde Manevî Danışma . . . . .	115
	<i>Hatun Sevgi Yalın, Tuğba Türk, Ayşenur Yabanigül</i>	
<b>6. BÖLÜM</b>	Manevî Danışmanlık Yeterlilikleri . . . . .	165
	<i>Dilek Akça Koca, Yahya Şahin</i>	
<b>7. BÖLÜM</b>	Manevî Danışmanlıkta Ölçümler . . . . .	185
	<i>Figen Kasapoğlu</i>	
<b>8. BÖLÜM</b>	Manevî Yönelimli Psikolojik Danışma Teknikleri . . . . .	219
	<i>Halil Ekşi, M. Şerif Keskinoglu</i>	
<b>9. BÖLÜM</b>	Kurumlarda Manevî Danışma ve Rehberlik . . . . .	265
	<i>Halil Ekşi, Çiğdem Demir Çelebi, Neslihan Yaman</i>	
<b>10. BÖLÜM</b>	Manevî Danışmanlık Uygulama Alanları . . . . .	299
	<i>Halil Ekşi, Beyza Kırca, Bilge Nuran Aydoğdu, Vildan Saruhan</i>	
<b>11. BÖLÜM</b>	Manevî Danışmanlıkta Etik Konular . . . . .	341
	<i>Halil Ekşi, Yakup İme</i>	



# İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ .....	xi
<b>1. BÖLÜM MANEVİYAT VE PSİKOLOJİK DANIŞMA .....</b>	<b>1</b>
A. Giriş .....	2
B. Maneviyat ve Din .....	3
C. Psikoloji ve Maneviyat Arasındaki İlişki .....	8
1. Psikolojik Bir Kaynak Olarak Maneviyat .....	10
2. Psikolojik Danışmada Maneviyatın Korunması ve Dönüştürülmesi .....	11
3. Psikolojik Danışmada Manevî Arayış .....	11
4. ManevîYönelimli Psikolojik Danışmaya İlişkin Temel Önermeler .....	11
D. Sonuç .....	19
Özet .....	21
<b>2. BÖLÜM PSİKOLOJİK DANIŞMA KURAMLARI VE MANEVİYAT .....</b>	<b>25</b>
A. Psikanaliz ve Maneviyat .....	26
B. Post-Freudyan Ekoller ve Maneviyat .....	27
1. Bireysel Psikoloji ve Maneviyat .....	27
2. Analitik Psikoloji ve Maneviyat .....	29
3. Ego Psikolojisi ve Maneviyat .....	33
4. Nesne İlişkileri ve Maneviyat .....	35
C. Hümanist Psikoloji ve Maneviyat .....	37
D. Varoluşçu Yaklaşım ve Logoterapinin Maneviyatla İlişkisi .....	39
E. Pozitif Psikoloji ve Maneviyat .....	41
1. Pozitif Psikolojide Manevi Yönelimli Terapi Süreci ve Terapötik Uygulama Teknikleri ..	42
2. Terapide Yeni Bir Yaklaşım Olarak Affedicilik ve Manevi Yönelimde Affediciliğin Rolü ..	42
3. Psikolojide İyi Oluş Şükran ve Maneviyat .....	43
F. Transpersonal Psikoloji ve Maneviyat .....	45

G. Bilişsel Davranışçı Terapi ve Maneviyat . . . . .	49
H. Kabul Kararlılık Terapisi (ACT) ve Maneviyat . . . . .	54
I. Sonuç . . . . .	59

<b>3. BÖLÜM MANEVÎYÖNELİMLİ PSİKOLOJİK DANIŞMANLIĞIN KÜLTÜREL TEMELLERİ . . . . .</b>	<b>.69</b>
A. Maneviyat ve Psikoloji . . . . .	.71
B. Maneviyat ve Psikolojik Danışmanlık . . . . .	72
C. Çok Kültürlülük ve Danışma . . . . .	72
D. Kültürel Perspektiften Maneviyat . . . . .	.73
E. Manevî Danışmanlık . . . . .	.75
F. Manevî Danışmanlığın Kültürel Temelleri . . . . .	76
G. Kültürlere Özgü Manevî Müdahaleler . . . . .	.77
1. Aborijinler . . . . .	.77
2. Güney Afrika ve Geleneksel İyileşme . . . . .	.79
3. Curanderismo . . . . .	80
4. İslam ve Şifa . . . . .	.81
5. Hinduizm . . . . .	.83
6. Geleneksel Çin Tıbbi ve İyileşme . . . . .	.85
H. Sonuç . . . . .	86

<b>4. BÖLÜM DİNİ GELENEKLER, İNANÇLAR VE MANEVÎ YÖNELİMLİ DANIŞMANLIK . . . . .</b>	<b>.91</b>
A. Hıristiyanlıkta Manevî Danışmanlık . . . . .	92
1. Tarihsel Gelişim . . . . .	92
2. Hıristiyanlıkta Manevî Danışmanlığın Hedefleri . . . . .	94
3. Hıristiyan Manevî Danışmanının Özellikleri . . . . .	.95
4. Hıristiyan Danışmanlık Süreci . . . . .	100
B. Budizm ve Budizm'in Temel Kavramları . . . . .	101
1. Budist Psikoloji . . . . .	.105
2. Budist Psikoloji Perspektifinden İnsana Bakış . . . . .	.105
1. Budizm ve Psikolojik Danışmanlık . . . . .	.107
C. Musevilik ve Psikolojik Süreçler . . . . .	109

<b>5. BÖLÜM İSLAM GELENEĞİNDE MANEVÎ DANIŞMA</b> . . . . .	<b>115</b>
A. Giriş . . . . .	116
B. Kur'an ve Hadis Işığında İnsana Bakış ve Manevî Başa Çıkma Aracı Olarak Din . . . . .	118
C. Dini Başa Çıkma . . . . .	120
D. İslami Düşünce ve Geçtiği Aşamalar . . . . .	121
1. 6-8. Yüzyıl Arasında İslami Düşünce . . . . .	122
2. 9-12. Yüzyıl Arasında İslami Düşünce . . . . .	124
3. 13. Yüzyıl ve Sonrasında İslami Düşünce . . . . .	138
E. Sufi Terapi . . . . .	151
Özet . . . . .	154
<b>6. BÖLÜM MANEVÎ DANIŞMANLIK YETERLİLİKLERİ</b> . . . . .	<b>165</b>
A. Manevî Danışmanlık Yeterlilikleri . . . . .	166
B. Psikoterapi Sürecinde Manevî Danışman ve Rolü . . . . .	173
C. Manevî Danışmanın Rolüne İlişkin Vaka Örnekleri . . . . .	175
D. Sonuç . . . . .	179
Özet . . . . .	180
<b>7. BÖLÜM MANEVÎ DANIŞMANLIKTA ÖLÇÜMLER</b> . . . . .	<b>185</b>
A. Giriş . . . . .	186
1. Psikolojik Danışmada Manevî Değerlendirmenin Tanımlanması . . . . .	186
2. Manevî Değerlendirmenin Zamanlaması ve Aşamaları . . . . .	188
3. Manevî Değerlendirmenin Gerekçesi . . . . .	190
B. Maneviyatın Nicel Değerlendirilmesi . . . . .	192
1. Maneviyatın Ölçülmesiyle İlgili Genel Konular . . . . .	192
2. Çeşitli Maneviyat Ölçümleri . . . . .	193
3. Maneviyatla İlgili Seçilen Ölçekler ve Psikometrik Özellikleri . . . . .	195
4. Türkiye'de Geliştirilen Maneviyat Ölçekleri . . . . .	199
5. Çocuklara Yönelik Maneviyat Ölçümleri . . . . .	203
C. Maneviyatın Nitel Değerlendirilmesi . . . . .	203
1. Manevî Tarih/Görüşme . . . . .	203
2. Cümle Tamamlama Testleri . . . . .	205
3. Manevî Zaman Çizelgeleri . . . . .	206
4. Manevî Genogram . . . . .	207
5. Manevî Eko-Haritalar . . . . .	208
6. Manevî Yaşam Haritaları . . . . .	210
Özet . . . . .	212

<b>8. BÖLÜM</b>	<b>MANEVÎ YÖNELİMLİ PSİKOLOJİK DANIŞMA TEKNİKLERİ . . .</b>	<b>219</b>
A. Giriş . . . . .		220
B. Manevî Danışmanlıkta Kullanılabilecek Teknikler . . . . .		223
1. Manevî Danışmanlıkta Görüşme Tekniği . . . . .		223
2. Manevî Danışmanlıkta Otobiyografi Tekniği . . . . .		224
3. Manevî Danışmanlıkta Şiir Tekniği . . . . .		225
4. Psikodrama . . . . .		226
5. İmajinasyon Tekniği . . . . .		226
6. Rüya Yorumlama Tekniği . . . . .		228
7. Model Gösterme . . . . .		229
8. Anlam Arayışı Tekniği . . . . .		230
9. "Pozitifim" Tekniği . . . . .		230
10. "Hediye" Tekniği . . . . .		231
11. Gösterip Yaptırma Yöntemi . . . . .		231
12. Kendini ve Başkalarını Affetme . . . . .		231
13. Problem Çözme . . . . .		232
14. Logoterapi . . . . .		232
15. Manevî Danışmanlık Tekniği Olarak Müzik . . . . .		235
16. Sanat Terapisi . . . . .		236
17. Farkındalık Terapisi . . . . .		237
18. Farkındalık Meditasyonu . . . . .		239
19. Manevî Danışmanlıkta Bibliyoterapinin Kullanımı . . . . .		241
20. Öyküsel Terapi . . . . .		242
21. Destek Grupları . . . . .		244
22. Hareket Terapisi . . . . .		244
23. Dua . . . . .		244
24. İbadet . . . . .		248
25. Kutsal Metinlerle Manevî Danışmanlık . . . . .		249
26. Sabır, Şükür ve Tevekkül . . . . .		252
27. Tefekkür . . . . .		252
28. İlahiler . . . . .		252
29. Tövbe . . . . .		253
<b>9. BÖLÜM</b>	<b>KURUMLARDA MANEVÎ DANIŞMA VE REHBERLİK . . . . .</b>	<b>265</b>
A. Giriş . . . . .		266
B. Eğitim Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik . . . . .		266
1. Eğitim Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerinin Tarihsel Geçmişi . . . . .		268

2. Eğitim Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarının Kapsamı, Yöntemi ve Karşılaşılan Sorunlar . . . . .	269
3. Okullardaki Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Görevlilerinin Yetki Alanları, Sınırlılıkları ve Etik Standartlar . . . . .	270
<b>C. Yaşlılık Hizmetlerinde Manevî Danışmanlık ve Rehberlik . . . . .</b>	<b>272</b>
1. Yaşlılık Hizmetlerinde Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerinin Tarihsel Geçmişi . . . . .	273
2. Yaşlılık Hizmetlerinde Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarının Kapsamı, Yöntemi ve Karşılaşılan Sorunlar . . . . .	274
3. Yaşlılık Hizmetlerinde Çalışan Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Görevlilerinin Yetki Alanları, Sınırlılıkları ve Etik Standartlar . . . . .	276
<b>D. Ceza İnfaz Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik . . . . .</b>	<b>278</b>
1. Ceza İnfaz Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerinin Tarihsel Geçmişi . . . . .	279
2. Ceza İnfaz Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarının Kapsamı, Yöntemi ve Karşılaşılan Sorunlar . . . . .	280
3. Ceza İnfaz Kurumlarında Manevî Danışmanlık Görevlilerinin Yetki Alanları, Sınırlılıkları ve Etik Standartlar . . . . .	281
<b>E. Sağlık Kurumlarında Manevî Danışmanlık ve Rehberlik . . . . .</b>	<b>282</b>
1. Hastanelerde Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerinin Tarihçesi . . . . .	284
2. Hastanelere Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarının Kapsamı, Yöntemi ve Karşılaşılan Sorunlar . . . . .	285
3. Hastanelerde Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Görevlilerinin Yetki Alanları, Sınırlılıkları ve Etik Standartlar . . . . .	285
<b>F. Askeri Hizmetlerde Manevî Danışmanlık ve Rehberlik . . . . .</b>	<b>285</b>
1. Askeri Hizmetlerde Manevî Danışmanlık ve Rehberliğin Tarihsel Geçmişi . . . . .	286
2. Askeriyede Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarının Kapsamı, Yöntemi ve Karşılaşılan Sorunlar . . . . .	287
3. Askeriyede Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Görevlilerinin Yetki Alanları, Sınırlılıkları ve Etik Standartlar . . . . .	287
<b>G. Kurumlarda Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına Yönelik Genel Değerlendirme ve Öneriler . . . . .</b>	<b>289</b>
<b>H. Özet . . . . .</b>	<b>291</b>
<b>Bölümle İlgili Kitap ve Film Önerileri . . . . .</b>	<b>292</b>

<b>10. BÖLÜM MANEVÎ DANIŞMANLIK UYGULAMA ALANLARI</b> . . . . .	<b>299</b>
<b>A. Bağımlılık Çalışmalarında Maneviyat</b> . . . . .	<b>300</b>
1. Bağımlılık . . . . .	300
2. Bağımlılık Ölçütleri ve Bağımlılık Türleri . . . . .	300
3. Manevî Perspektifte Bağımlılık . . . . .	301
4. Uygulamalar . . . . .	302
<b>B. Travma Çalışmalarında Maneviyat.</b> . . . . .	<b>305</b>
1. Travma ve Travma Temelli Ruhsal Bozukluklar . . . . .	305
2. Travma ve Maneviyat . . . . .	306
3. Uygulamalar . . . . .	308
<b>C. Kaygı Bozukluklarında Maneviyat</b> . . . . .	<b>314</b>
1. Kaygı ve Kaygı Bozuklukları . . . . .	314
2. Maneviyat ve Kaygı . . . . .	314
3. Uygulamalar . . . . .	316
<b>D. Çift ve Aile Terapisinde Maneviyat.</b> . . . . .	<b>320</b>
1. Çift Terapisi . . . . .	320
2. Aile Terapisi . . . . .	321
<b>E. Rehabilitasyon Danışmanlığında Maneviyat</b> . . . . .	<b>325</b>
1. Rehabilitasyon Danışmanlığı . . . . .	325
2. Rehabilitasyon Danışmanlığında Maneviyat. . . . .	326
<b>F. Sonuç</b> . . . . .	<b>332</b>
<b>11. BÖLÜM MANEVÎ DANIŞMANLIKTA ETİK KONULAR</b> . . . . .	<b>341</b>
<b>A. Giriş</b> . . . . .	<b>342</b>
<b>B. Manevî Danışmanlık Sürecinin Yol Basamakları Nelerdir?</b> . . . . .	<b>342</b>
<b>C. Manevî Danışmanlık Sürecinde Dikkat Edilmesi Gereken Altı Temel Etik İlke</b> . . . . .	<b>343</b>
1. Bilgilendirilmiş Onam . . . . .	343
2. Danışanların Dini Liderleriyle İş Birliği . . . . .	345
3. Danışanla İkili ve Çoklu İlişkiler Kurma . . . . .	347
4. Seküler, Manevî ve Dini Danışmanlığın Belirlenmesi/Yönlendirme . . . . .	350
5. Danışanın Dini ve Manevî Değerlerine Saygı . . . . .	351
6. Terapistin Yetkinlik Alanı . . . . .	354
<b>Özet</b> . . . . .	<b>356</b>
<b>YAZARLAR</b> . . . . .	<b>359</b>

# ÖN SÖZ

Maneviyat, insan deneyiminin önemli unsurlarından biridir. Psikoloji ve alt alanlarında maneviyat, maneviyat ile ilişkili yapı ve davranışlar iyi oluş açısından yadsınamayacak bir potansiyele sahiptir. Nicelik ve nitelik açısından geniş bir literatür, bu potansiyele işaret etmektedir. Günümüz itibarıyla manevi deneyimi, hem olumlu hem de olumsuz yönleriyle, insan işlevselliğinden ayırmak mümkün değildir. Psikoloji alanındaki görgül ve kuramsal birçok çalışmada, alanın teşekkülünün ilk yıllarından beri maneviyatın insan bilişi, davranışı ve duygusal süreçlerinde nasıl bir işlev gördüğü merak edilmiş ve incelenmiştir. Bununla birlikte özellikle son yıllarda uygulamalı psikolojik araştırmalarında ve psikolojik yardım alanlarında da maneviyat sadece ele alınan bir nesne ve insan deneyiminin bir yönü olarak değil aynı zamanda da psikolojik iyi oluş ve işlevsellik açısından potansiyel bir kaynak olarak ele alınmaya başlanmış ve psikolojik yardım sürecinde maneviyatı hesaba katan birçok yaklaşım ve yöntem geliştirilmiştir. Psikoloji ve psikolojik yardım alanlarındaki bu gelişmelerin Türkiye’de de yansımaları olmuş, psikolojik danışma ve psikoterapide manevî yönelimli müdahalelere yönelik çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Çoğunlukla var olan yöntemlerin tanıtılması ve maneviyat ile ilişkili psikolojik yapıların özellikleri üzerinde odaklanan çalışmalardan oluşan bu literatüre son yıllarda artarak devam eden uygulamalı ve deneysel olarak sınanmış özgün müdahalelerin de katıldığı görülmektedir. Psikolojik danışman eğitimi açısından da manevî yönelimli müdahalelerin ele alınması ile ilgili gelişmelerden söz etmek mümkündür. Yüksek Öğretim Kurumu’nun Türkiye’deki eğitim fakültelerinin ders planlarını ilişkin değişiklikleri kapsamında 2018-2019 eğitim öğretim yılından itibaren yürürlüğe giren yeni psikolojik danışma ve rehberlik lisans ders planlarında “Manevî Danışmanlık” adıyla zorunlu bir ders konulmuştur. Elinizdeki kitabın bu ders kapsamında da yardımcı bir materyal olarak yararlı olabileceği düşünülmektedir. Burada kitabın bölümlerinin içerikleri ve potansiyel katkılarına işaret etmekte yarar görüyoruz:

İlk bölümde, maneviyat ve din kavramları, psikoloji ve maneviyat arasındaki ilişki hakkındaki farklı yaklaşımlar özetlenmiştir. Psikolojik yardım sürecinde maneviyattan hangi açılardan yararlanılabileceği sunulmuştur. Gerek manevî yönelimli danışmanın anlaşılmasında gerekse manevî yönelimli danışmanın neden gerekli olduğunu anlamada yararlı olabilecek temel önermeler sunulmuştur.

İkinci bölümde, farklı psikolojik danışma yaklaşımlarında maneviyatın nasıl ele alındığına ilişkin kuramsal bilgilerin yanı sıra uygulamaya yansımaları da sunulmuştur. Psikanalitik ekollerdeki kuramsal ve uygulamalı literatürde maneviyatın yeri, hümanist Psikoloji, Varoluşçuluk, Logoterapi

Pozitif Psikoloji, Bilişsel ve Davranışçı Terapiler, Kabul Kararlılık Terapisi ve Transpersonal (Benötesi) Psikoloji ile maneviyat ilişkisi ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

Üçüncü bölümde, ise kültür, maneviyat ve danışmanlık alanlarının ilişkisi ele alınmış; farklı kültürlerdeki geleneksel manevî yardım türleri sunulmuştur. Psikolojik yardımı da içerebilecek şekilde genellikle bütüncül bir “şifa” kavramı kapsamında ele alınabilecek bu uygulamaların Aborijin kültürlerde, Latin Amerika’daki Curanderismo şifacılığında, Güney Afrika’da, İslam toplumlarında, Hinduizmde ve Çin toplumlarındaki görünüşleri üzerinde durulmuştur.

Dördüncü bölümde, öncelikle manevî yönelimli müdahalelerin psikolojik yardım sürecinde kullanılmasının belki de ilk ve kapsamlı örneklerini görebildiğimiz Hristiyanlık bağlamında manevî yönelimli yardım süreçleri ele alınmıştır. Bu bölümde ayrıca Musevilik ve Budizm öğretilerinin manevi boyutları ve psikolojik yardıma ilişkin potansiyellerine işaret edilmiştir. Beşinci bölümde ise, İslam düşüncesi ve özelde tasavvufta manevî bakıma ilişkin tarihi bir bağlam sunulmakta ve İslam geleneğinin manevî yönelimli müdahaleler açısından potansiyeline işaret edilmektedir. Ayrıca İslami manevî birikimin manevî yönelimli danışma süreçlerinde kullanılmasına ilişkin yararlanılabilecek çerçeveler sunulmaktadır.

Altıncı bölümde, manevî yönelimli danışmanlık yeterlikleri ele alınmıştır. Bu bölümde daha çok manevî yönelimli danışmanın gelişip örgütlendiği ABD’deki önemli kuruluşların standartları ve yeterlik tanımları aktarılmıştır. Bu standartların Türkiye özelinde uyarılma ve tartışmaya açık olduğunu vurgulamak gerekir. Özellikle Hristiyanlık bağlamındaki manevî yönelimli müdahale örnekleri verilen bölümde, manevî yönelimli müdahaleler bağlamında profesyonel bir danışmanın sahip olması gereken beceriler ve yetkinlikler çeşitli örnekler üzerinden sunulmaktadır.

Yedinci bölümde, manevî yönelimli danışma süreçlerinde değerlendirme ve ölçme yöntemleri üzerinde durulmaktadır. Psikolojik danışmada ve özelde manevî yönelimli danışmada değerlendirmenin önemi ve gerekçeleri, manevî değerlendirme süreçleri ve aşamaları ardışık bir şekilde sunulmuştur. Sonrasında yapılandırılmış ve ölçümlere ve araştırmalarda ve/veya uygulama sürecinde kullanıma uygun çeşitli ölçme araçları ve nitel yöntemler tanıtılmıştır. Bu bölüm hem araştırmacı hem de uygulamacılar için yararlı olabilecek değerlendirme süreçlerini tanıtmaktadır.

Sekizinci Bölümde ise manevî yönelimli danışmada kullanılan teknik ve yöntemlerden örnekler sunulmuştur. Adeta bir “alet çantası” taslağı olarak ele alınabilecek bölümde psikolojik danışmanların yararlanabileceği onlarca teknik ve prosedür tanıtılmaktadır. Organize bir dine dayalı olarak kullanılan teknikler de ayrı bir başlık altında incelenmiştir.

Dokuzuncu bölümde, çeşitli kurumlarda uygulanan manevî yönelimli danışmanlık hizmetleri ile bu hizmetlerin teşekkül ettiği ABD’deki ve Türkiye’deki kurumlara ilişkin mevcut durum ve geleceğe ilişkin yansımalar sunulmaya çalışılmıştır. Eğitim kurumları, yaşlılara hizmet veren kurumlar, ceza infaz kurumları, hastaneler ve askeri kurumlar gibi farklı nitelikler arz eden kurumlarda manevî yönelimli danışmanın mevcut ve olası uygulamaları, etik ve mesleki standartları da bu bölümde sunulmuştur.

Onuncu bölümde de, manevî yönelimli danışmanlığın farklı uygulama alanlarından örnekler sunulmaktadır. Bağımlılık, travma, kaygı bozukluklarında manevi yönelimli müdahalelere ilişkin prosedürler ve uygulama örnekleri sunulmaktadır. Çift-aile terapisi ve rehabilitasyon danışmanlığı alanındaki manevî yönelimli uygulamalar da ayrıca sunulmaktadır. Bu bölümde her bir konu ve alanın temel kavramları verilerek okuyucuların geniş bir kavramsal çerçeveye aşına olmaları sağlanmaktadır.

Son bölümde ise, manevî yönelimli danışmada etik konular ele alınmaktadır. Bölümde manevî yönelimli müdahalelerin danışana uygun olup olmadığının belirlenmesinde dikkat edilecek konular, baştan sona etik standartlara uygun bir manevi yönelimli danışma sürecinin basamakları uygulamacıların takip edebileceği netlikte sunulmaktadır.

Kitapta Türkiye’de daha önce yapılan çalışmalardan görece farklı olarak, hem lisans düzeyinde öğrenim gören psikolojik danışmanlık öğrencilerine hem de konu hakkında bilgi almak, bilgi sahibi olmak isteyen uygulamacıların yararlanabileceğini umduğumuz bir anlatım şekli ve yapılandırma tercih edilmiştir. Bölümlerde kullanılan dil ile ilgili belirtmemiz gereken bir konu da “manevî danışmanlık” ve “manevî terapi” gibi ifadelerin gerek bilgi aktarılan kaynaklar ile metnin uyumluluğunu sağlamak ya da akıcılığı korumak amacıyla “manevî yönelimli psikolojik danışma” ifadesinin yerine tercih edilmiş olmasıdır. Bu eserin maneviyat ve manevî yönelimli müdahaleleri psikolojik danışma bağlamı özelinde ele almayı amaçladığını ve psikolojik danışmanlık mesleki formasyonuna sahip uygulamacıların pratiklerini daha etkili hâle getirmelerine yardımcı olacak kuramsal ve uygulamalı içeriklerden oluştuğunu özellikle vurgulamak isteriz.

*Prof. Dr. Halil Ekşi*



# 1. BÖLÜM

## Maneviyat ve Psikolojik Danışma

Halil Ekşi  
Çınar Kaya  
Nesrullah Okan

### Bu bölümü okuyan kişinin;

- Maneviyat ve din kavramlarına psikoloji tarihindeki bakış açıları hakkında,
- Maneviyat ve din kavramları arasındaki benzerlik ve farklılıkların neler olduğu konusunda,
- Maneviyat ve dine ilişkin var olan yaklaşımların ve maneviyat türlerinin neler olduğuna dair,
- Psikolojik ve maneviyat arasındaki ilişkiyi ve buna yönelik yaklaşımlar hakkında,
- Maneviyat ve dinin psikoterapide neden olması gerektiğine dair önermelerin neler olduğu ile ilgili, bilgi ve becerilere sahip olması beklenmektedir.

## A. GİRİŞ

İnsan; biyolojik, sosyal, psikolojik, kültürel ve manevî yönleri başta olmak üzere bir çok yönleri olan bir varlıktır. Bilim ve uygulamalı bilim alanları, insanın doğayı veya bir bölümünü anlama ve etkileme çabasının organize olmuş hâlleridir. Farklı düşünsel disiplinler ve bilim dalları insan gerçekliğini farklı açılardan incelemiş ve insan ile ilişkili müstakil bir çok alan ortaya çıkmıştır. Bunlardan psikoloji ve psikolojik danışma gibi uygulamalı alanları, insanın bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yönleri üzerinde odaklanmış ve psikolojik sıkıntı ve uyumsuzluğun sağaltılmasına çalışmışlardır. Psikoloji alanlarının tarihî gelişiminde insan deneyimin manevî ve dini yönüne ilişkin çalışmaların azınlıkta kaldığını söylemek mümkün olsa da ilk yıllardan itibaren bu çalışmaların mevcut olduğu rahatlıkla söylenebilir.

Din ve psikoloji alanı arasındaki ilişkilerele aldığında psikoloji tarihi açısından hiç şüphesiz akla William James gelmektedir. William James, din olgusuyla ilgilenmiş ve kişinin dini ve manevî tecrübelerini de anlama gayreti göstermiştir (Aydın, 2004). Flournoy da sağlıklı bir dini anlayışı üzerinde çalışmalar yapmış ve bunun olumlu yönleri hakkında görüşler belirtmiştir (Parson, 2013). Dolayısıyla din ve psikoloji kavramları bazı zamanlarda birbirlerinden uzaklaşsalar da sürekli bir etkileşim hâlinde olmuştur. Özellikle psikolojik yardım alanında maneviyat, adeta yeniden keşfedilmeye başlanmış ve artık daha yapıcı yaklaşımların geliştiği yeni bir döneme girilmiştir.



İnsanı, gördüklerinden ibaret sayma,  
görmediklerinde ara. İçidir hakikatın resmi,  
dışı sadece bir manzara.

*Mevlana'nın Mesnevi'sinden*

Maneviyat ve dini tecrübe kavramları, devam eden süreçte davranış bilimleri açısından üzerinde durulan bir değişken olarak ele alınmaya başlanmıştır. Artık dini ve manevî olarak yaşanan deneyimlerin beden ve ruh sağlığı üzerindeki etkilerine ilişkin hatırı sayılır önemli tıp, psikiyatri, psikoloji ve ilgili alanlardaki dergilerde çok sayıda çalışmaların yayımlandığı görülmektedir. Manevî deneyimlerin beden sağlığı, ruh sağlığı ve iyi olma durumu ile ilişkili olduğu birçok çalışma da bulunmaktadır. Bununla beraber bu alanda kanıt olarak sunulan çalışmalarda zaman zaman abartıların da olduğu bilinmektedir. Çok sayıda yetkin çalışmadan elde edilen ampirik kanıtlar maneviyat ile ruh sağlığı arasında olumlu ilişkiler bulunmakla birlikte (Pargament, 1997) dini ve manevî değişkenlerin sağlık ve iyi olma ile ilişkisi arasındaki mekanizmaların net olarak anlaşılamadığına işaret etmektedir (Shafranske ve Sperry, 2007). Yine de Haque (2011) gibi araştırmacılar, din ve psikoloji arasında organik bir bağın varlığını kabul etmekte, dolayısıyla da aralarında çok yönlü bir uyumun olduğunu belirtmektedirler.

Psikoloji ve psikolojik yardım alanlarında manevî süreçlere ilişkin olumsuz bir tutumun varlığından da söz etmek mümkündür. Materyalist ve pozitivist anlayışın psikoloji alanındaki etkilerinden dolayı kimi kuramcı ve uygulamacılar öz, maneviyat, sezgi gibi kavramlar ve maneviyat ve din ile ilgili birikimi psikoloji ve bilim dışı olarak tanımlamışlardır. Bu algılanan yapısal uyuş-

mazlık nedeniyle de modern psikolojinin gelişimi içinde çoğunlukla maneviyatın insan işlevselliği üzerindeki etkisi yeterince önemsenmemiştir (Frager, 2009).

Bilimin yalnızca tartışılabilen değil, nesnel olarak gözlemlenen olgularla ilgili bilgi edinmesinin gerekli olduğunu ve metafizik ya da kurgusal her türlü tartışmanın bilimin alanı dışında olması gerektiğini savunan pozitivist felsefe, modern psikolojideki bu tutumun önemli düşünsel temellerinden birini oluşturmaktadır. Aynı zamanda madde dışındaki metafizik gerçekliğin varlığını kabul etmeyen materyalizm akımı da modern psikolojinin yapısını büyük oranda etkilemiştir (Schultz ve Schultz, 2001, s. 81). Aslında psikoloji alanındaki bu tutum, özellikle davranışçılığın hâkim yaklaşım olduğu yıllarda “zihinsel süreçler” gibi, “doğrudan gözlemlenemeyen” olgu ve yapıların dışlanmasına ve yalnızca gözlemlenen davranışın incelenmesine yol açmıştır (Haque, 2001). Maneviyat ve psikoloji ilişkisinin çeşitli yanları takip eden başlıklarda farklı yönleri ile ele alınacaktır.

## B. MANEVİYAT VE DİN

Kavramın gerek halk dilindeki gerekse de farklı alanlardaki çeşitli kullanımlarının varlığından dolayı maneviyatı tek bir çerçevede tanımlamak ya da üzerinde uzlaşılan bir tanımına ulaşmak oldukça zordur. Aynı şekilde, maneviyat kavramını dar bir çerçeve içine hapsetmek de onu gerçek bağlamından uzaklaştıracaktır. Maneviyat ilişkili olduğu kavramlar ile birlikte ele almak ve bu bağlamda tanımlamak en azından maneviyat hakkında bilgi sahibi olmayı kolaylaştıracaktır. Manevî Etik ve Dini Değerler Derneği (Association for Spiritual, Ethical and Religious Values in Counseling - ASERVIC) (2009) maneviyatın genel çerçevesini belirlerken çok sayıda kavramı, maneviyat bağlamında ele almaktadır. Bunlar; ruh, nefes, canlılık, cesaret, barış, şefkat, umut, aşkınlık, iyilik ve bütünlük gibi çeşitli kavramlardan oluşmaktadır. Maneviyat, kişinin hayatındaki gücü ortaya çıkarmak ve bu gücün farkına varmasını sağlayan önemli bir etmendir. Aktif ve pasif bir süreç olarak yaşanır. Maneviyat, aynı zamanda tüm insanlar için doğuştan gelen ve kendine özgü bir kapasite ve eğilim olarak tanımlanır. Bu manevî eğilim kişiyi bilgiye, sevgiye ve anlamaya doğru sürükler.

Maneviyat; kişinin yaratıcılığa, büyümeye ve bir değer sisteminin gelişmesine yönelik kapasitesini içerir. Maneviyat; deneyimler, inançlar ve uygulamalar dâhil olmak üzere çeşitli fenomenleri kapsar. Maneviyat; psikolojik, dini ve kişilerarası dâhil olmak üzere çeşitli bakış açılarıyla ele alınmaktadır. Maneviyat, genellikle kültür aracılığıyla ifade edilirken, kültürden öncesini ve sonrasını da kapsamaktadır (ASERVIC, 2009).

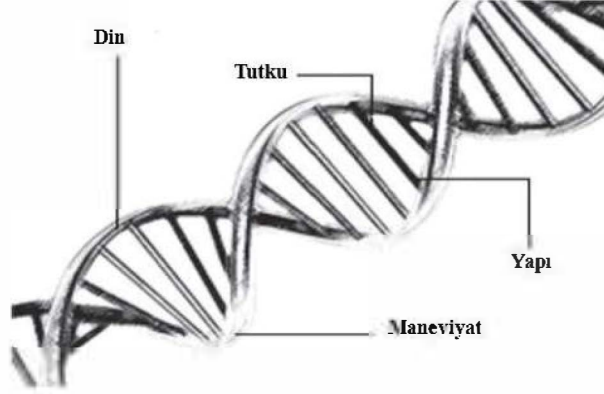
Maneviyat, Türkçeye Arapçadan geçmiş bir kelimedir ve “anlam”ın karşılığı olan “mana” kelimesine dayanır ve “madde ve cisimle alakası bulunmayan, ruh ve mana ile ilgili hususlar, manevî şeyler” anlamındadır (Ayverdi, s. 768). Psikolojik bakış açısından ise çeşitli yazarlar, kavramın değişik tanımlarını ele almışlardır. Kelly (1995), bunu evrendeki aşkın bir bağlantının kişisel olarak doğrulanması olarak tanımlamaktadır. Shafranske ve Gorsuch (1984), kendi içine bakmak ve güvenmek için cesaret olarak ele almıştır. Aynı zamanda görülen ve güvenilen şey, derin bir aidi-

yet, bütünlük, bağlılık ve sonsuzluğa açıklık olarak da ele alınmıştır. Elkins ve arkadaşları (1988), maneviyatı aşkın bir boyutun farkındalığıyla ortaya çıkan ve kendine, başkalarına, doğaya, hayata ve kişinin nihai olarak kabul ettiği her şey ile ilgili olarak tanımlanabilir değerler ile karakterize edilen bir varlık ve deneyimin bir yolu olarak tanımlamaktadır. Bu tanımlar, fiziksel olarak sonlu olanın ötesinde bir gerçekliğin özlemini ve yaşama derin ve kalıcı bir anlam arayışını araştıran, insan doğasına ilişkin bir görüşü belirtmektedir. Hage (2006), maneviyat ve din terimlerinin tamamen birbirinin yerine geçmemesine rağmen, birbirleriyle örtüşen anlamlara sahip olduklarını ve literatürde genellikle birlikte kullanıldığını iddia etmiştir. Maneviyat, genellikle kişinin hayatındaki anlamı ve amacı, bütünlük arayışı ve aşkın bir varlık ile olan ilişkisini ifade eder. Kişinin maneviyatı; genellikle bir inanç, ritüel ve süregelen gelenekler sistemine katılım anlamına gelen din veya dini katılım yoluyla ifade edilebilir.

Anlam, aşkınlık ve bağlılık kavramları, insan maneviyatının doğasında var olan durumlardır. Maneviyat, birisinin yaşamdaki anlamı aramasına ve keşfetmesine, maddi bir tecrübenin ötesine geçen, başarılı bir anlam çıkarmasına yol açar (May, 1982). Bu durum, olumsuz koşulların varlığında bile bir insanı iç huzura kavuşturabilecek son derece kişisel bir tecrübe durumudur. Aşkınlık, daha büyük bir kutsallıkla bağlantı için kişisel bir arayışı vurgulayan bir kişilik özelliğidir (Piedmont, 1999). İnsan maneviyatının bu aşkın niteliği kişilerin yaşamı daha geniş, daha nesnel bir perspektiften görebilecekleri zaman ve yer duygusunun dışında durma kapasitelerini ifade etmektedir (Piedmont, 1999). Kişinin maneviyatı; kişiye yaşamla, doğayla ve kendi biyolojik ölümünün fiziksel sınırlarının ötesine geçen başkalarıyla bağlantı kurma hissi verir. Kişi manevî yaşamında, kendisinden daha büyük, belki de mistik ve kendi bireysel varlığından daha önemli ve anlamlı durumları yaşar.

Maneviyat, din ile aynı şey değildir. Din, kişilerin maneviyatlarını ifade etmeleri veya deneyimlemelerinin bir yolu olsa da maneviyatın kendisi ile aynı şey değildir. Din, bir kültür veya alt kültürde ortak olan inancın örgütlenmesi, toplumların nihai ortak bağlantılarının kodlanması, kurumsallaştırılması ve ritüelleştirilmesi olarak düşünülebilir (Kelly, 1995). Din, insanların kutsal veya en yüksek değere sahip olduklarını yönlendirerek yaşamlarına anlam kattığı (veya anlam bulduğu) bütünlük bir inanç, yaşam tarzı, ritüel faaliyetler ve kurumlar sistemidir (Corbett, 1990). Dinler aynı zamanda katılımcının yaşamı, ritüel ifade biçimleri, yaşamın kökeni ve anlamı hakkında açıklamalar ve gelenek hakkındaki yetkilerini de ortak olarak kullanırlar (Smith, 1994). Maneviyat ve dini pratik, ne birbirini dışlar ne de otomatik olarak bir bireyde aynı anda yaşar. Bu bağlamda din kavramı, daha ziyade organize bir dine ve teolojik bir doktrine bağlılığı anlatırken, maneviyat ise aşkın olan ile bağlantıyı ifade ettiği ve bazı bireylerde bu olguların birbirinden bağımsız olabileceğini vurgulanmıştır.

Alister McGrath (1999), maneviyatı din bağlamında tanımlamaktadır. “Maneviyat, bir dine özgü fikirleri ve bir dinin temelindeki ve kapsamındaki yaşam deneyimini bir araya getirmeyi içeren gerçek bir yaşam arayışı ile ilgilidir”. Post, Wade ve Cornish (2013), Hill ve arkadaşlarının (2011) tanımlarına göre iki kavram arasında ciddi bir örtüşme bulmuşlardır: (a) maneviyat, kutsal



**ŞEKİL 1.1.** Yapı ve Tutku:  
Din ve Maneviyat (Brownell, 2015)

arayışından kaynaklanan ve “kutsal”ın kişi veya ilahi bir varlık veya nesne tarafından algılanan nihai gerçeklik veya gerçeği ifade ettiği duygular, düşünceler, deneyimler ve davranışlardır; (b) din, kutsal arayışından kaynaklanan duygular, düşünceler, deneyimler ve davranışlar gibi oldukça benzerdir, ancak bu kutsal arayış içinde, aidiyet, anlam ya da sağlık gibi özsel arayışlar da vardır. Din ayrıca bir topluluk içinde gerçekleşir ve topluluk bunu destekler.

Bununla beraber Hill ve Pargament (2003), dini deneyim ile maneviyat arasındaki kurumsal ve bireysel şeklinde yapılan bu ayrımın çeşitli sorunlara yol açacağını savunmaktadırlar.

Birinci eleştirileri, bütün manevî deneyim ifadelerinin aslında organize inanç geleneklerinden doğduğudur. Bütün inanç gelenekleri ya da dinler aslında kişisel deneyimi düzenlemeyi amaçlamaktadırlar. Maneviyatın olumlu, dinin ise olumsuz olarak tanımlandığı bir çerçeve ise her ikisinin de potansiyel olumlu ve olumsuz yönlerinin görülmesine mâni olabileceği için sakıncalı olabilir.

Birçok dinin mensubu maneviyat ile dini ayırmamaktadırlar. Ayrıca böyle bir ayrımın bilimsel anlamda kavram kirliliğine, dolayısıyla uygulanan ölçme araçlarının ve araştırma prosedürlerinin gereksiz şekilde tekrarlanmasına neden olacaktır. Maneviyat ve din ilişkili kavramlardır ve birbirinden bağımsız değildirler (akt.: Shafranske ve Sperry, 2007). Ancak kişisel deneyimler, dini ve manevî yaşantılar her kişide farklı bir şekilde anlam bulabilir. Dolayısıyla bu kavramların her bireyde aynı anlam ve etkiye sahip olduğunu ifade etmek mümkün değildir. Brownell (2015), din ve maneviyatı DNA diziliminin iki kutbu gibi tanımlamaktadır. Bunlar birbirlerinden ayrı kutuplarda gibi görünse de aslında birbirlerini tamamlayarak bir bütün oluşturmaktadır. Biri yapıyı oluştururken, diğeri ise tutkuyu ifade etmektedir. Yani her iki kavram da birbirleri için olmazsa olmazlardır.

Görüşünüz, yalnızca kalpten bakabildiğinizde berraklaşır. Dışarı bakanlar düşünür, içeri bakanlar uyanık yaşar.

Jung

Hill ve arkadaşları (2001), dinin ve maneviyatın karakteristik özelliklerini şu şekilde karşılaştırmışlardır (bk. Tablo 1.1).

**TABLO 1.1.** Din ve Maneviyatın Karşılaştırılması (Hill ve ark., 2001)

Dinin Tipik Özellikleri	Maneviyatın Tipik Özellikleri
Düşünce ve eylemin teolojiler üzerine kurulu olduğu Tanrı'ya yönelik, geniş ya da dar bir şekilde tasarlanmış durumlar.	İnsanların motive olduğu veya insanların bağlı olduğu doğaüstü/aşkın güç.
Kişide güçlü bir düşünce meydana getiren his.	Dünya odaklı, ekoloji ve doğa ile olan ilişkiyi vurgulama.
Belli bir güce yönelik gerçekleştirilen ritüel eylemler.	Hümanist, insani başarının ve potansiyelin vurgulanması.

Din kavramı, daha çok organize bir dine ve teolojik bir doktrine bağlılığı anlatırken; maneviyat ise aşkın olan ile bağlantıyı ifade ettiği ve bazı bireylerde bu olguların birbirinden bağımsız olabileceği savunulmuştur.

<b>1. YAKLAŞIM</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dindar</li> <li>Maneviyatlı</li> </ul>	Birey hem dindar hem de manevî olabilir.
<b>2. YAKLAŞIM</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dindar</li> <li>Maneviyatsız</li> </ul>	Birey dindar olabilir ancak manevî bir yönü yoktur.
<b>3. YAKLAŞIM</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Maneviyatlı</li> <li>Dini mensubiyeti yok</li> </ul>	Birey manevî deneyimler yaşayabilir ancak bir dine bağlı değildir.
<b>4. YAKLAŞIM</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Maneviyat yok</li> <li>Dini mensubiyeti yok</li> </ul>	Bireyin hem manevî hem de dini deneyimleri yoktur.

**ŞEKİL 1.2.** Maneviyat ve Dine İlişkin Dört Yaklaşım (Worthington, Kuruşu, McCullough ve Sandage, 1996)

Bütün durumlar birlikte değerlendirildiğinde, maneviyat ve dindarlık kavramlarının anlamlarına dair birtakım genel sonuçlara ulaşılmıştır (Zinnbauer ve Pargament, 2013):

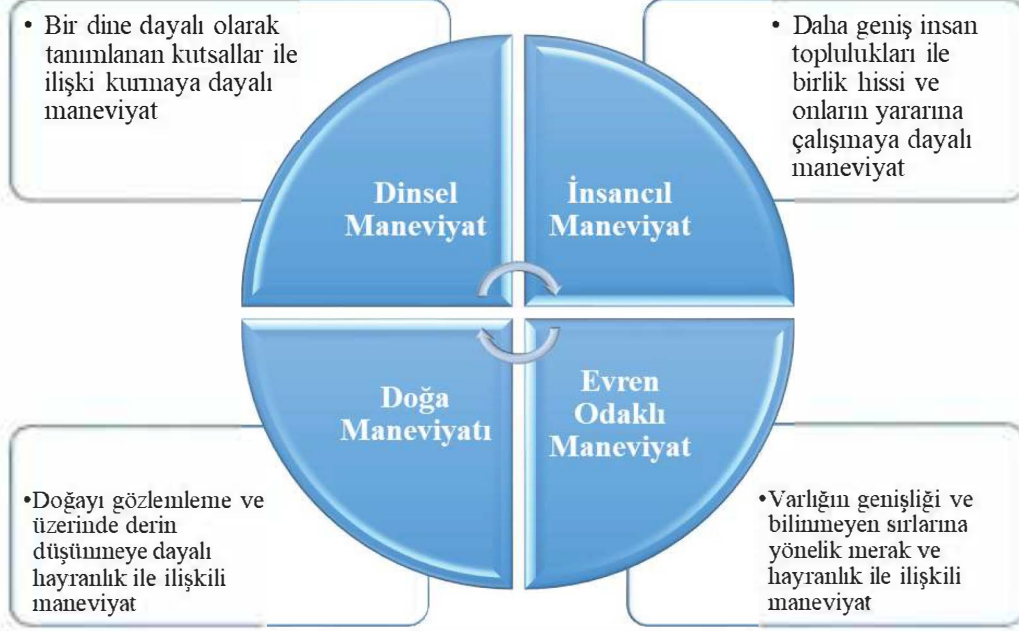
- Dindarlık ve maneviyat; kültürel gerçeklerdir, diğer süreç ve olgulara indirgenemezler.
- Birçok insan kendini “hem dindar hem de maneviyatlı” olarak tanımlamaktadır.

- c. Küçük bir grup kendisini “manevî ancak dindar değil” şeklinde tanımlamaktadır. Bu kimseler; maneviyatı, dini reddetme aracı olarak kullanabilmektedir.
- d. Dindarlık ve maneviyat çoğunlukla iç içedir. Ayrıca bu kavramlar genellikle “birbiri ile ilişkili ama birbirinin aynı değil” şeklinde ele alınmıştır.
- e. Dindarlık ve maneviyat, karmaşık ve çok boyutlu yapılardır.
- f. Gerek dindarlığın gerekse maneviyatın hem kendi içinde anlamlı ve değerli hem de işlevsel yönleri vardır.
- g. Dindarlık ve maneviyat, çok düzeyli yapılar olup bunlar; biyolojik, duygusal, bilişsel, ahlaki, ilişkisel, kişilik veya öz kimlikle; sosyal, kültürel ve küresel olgularla ilgilidir.
- h. Bireylere ve gruplara göre dindarlık ve maneviyat, zaman içinde gelişebilir veya özellikleri değişebilir.
- i. Kullanım alanları değiştikçe dindarlık ve maneviyat, farklı şekillerde ifade edilmektedir. Dindarlık sıklıkla sosyal veya grup analiz düzeyi ile ilişkilendirilirken; maneviyat, çoğunlukla, bireysel analiz düzeyi ile ilişkilendirilmiştir (s. 77).

Bu bağlamda, maneviyat kavramının bir şemsiye terim olarak, dini de kapsayan ancak din dışındaki bazı felsefi yaklaşımları ve bireysel deneyimleri de içine alacak şekilde tanımlanması alan yazında giderek kabul görmektedir. Hodges’a göre (2002, s. 112) maneviyat ve dinin ortak noktaları, aşağıdaki alanlara katkı sağlamalarıdır:

- Yaşam anlamı,
- Davranışının temeli olarak içsel değerleri esas almaları,
- Aşkılık,
- Daha yüksek bir güçle ilişki,
- Yaratıcı ve evrensel bir güce inanç,
- Daha büyük bir bütünün içerisine dâhil olma hissi,
- İlahi bir plan aracılığıyla rehberlik,
- Evren hakkında düşünürken huşu ve hayranlık duygusu doğuran deneyimler,
- Topluluk içinde paylaşılan değerler ve toplumsal destek sağlamaları.

Maneviyatın sınırları, bireylerin olgusal/fenomenolojik alanlarının sınırlarına denk düşer. Maneviyatın türlerinin olduğuna ilişkin bir çerçevede de maneviyat dört temel türe ayrılmıştır. Bu sınıflama da maneviyat alanının genişliği hakkında fikir verebilir (Şekil 1. 3.).



ŞEKİL 1.3. Maneviyat Türleri (Worthington ve Aten, 2009)

Dinsel maneviyat; bir ibadete katıldığımızda, kutsal kitabı ibadet niyetiyle okuduğumuzda veya Tanrı'ya dua ettiğimizde deneyimlediğimiz maneviyattır. İnsancıl maneviyat ise türdeşimiz olan diğer insanlarla birliğimizi hissetme ve onların iyiliğine adanmışlığı hissetme gibi deneyimlerle ilintilidir. Doğa maneviyatı ise doğayı gözlemlerken (örneğin, bir doğa yürüyüşünde canlıların ve doğal güzelliklerin karşısında hayranlık duyduğumuzda) deneyimlediğimiz maneviyat türüdür. Evren odaklı maneviyat ise evrene ilişkin soyut düşünceler esnasında, uçsuz bucaksız bir gerçeklik olarak evrenin bir parçası olduğumuzu hatırladığımızda deneyimlediğimiz maneviyat türüdür.

### C. PSİKOLOJİ VE MANEVİYAT ARASINDAKİ İLİŞKİ

Manevî danışmanlık uygulamalarında kuramsal ve uygulama alanlarında ilerleme olabilmesi için öncelikle yaşamın manevî ve psikolojik alanları arasındaki temel ilişkinin tanımlanmış olması gerekir. Bunu tanımlarken de öncelikle bu iki alanın birbirine benzerliği ve farklılığı ve hangisinin öncelikli olacağı konusunun açıklığa kavuşturulması gerekmektedir. Sperry ve Mansager'e göre, bu sorulara verilecek cevaplara göre ortaya konulan beş muhtemel (2003, akt.: Sperry ve Shafranske, 2007) yaklaşım vardır (bk. Şekil 1.4).

		Özdeşlik	
		Aynı/Özdeş	Ayrık/Bağımsız
Öncelik	Psikolojik Alan	1. Yaklaşım	2. Yaklaşım
	Manevî Alan	3. Yaklaşım	4. Yaklaşım
	Hiçbiri	5. Yaklaşım	

**ŞEKİL 1.4.** Psikoloji ve Maneviyata İlişkin Beş Yaklaşım

*Birinci yaklaşıma göre*, insan deneyimi ve gelişiminin manevî ve psikolojik boyutları aslında özdeşler ve psikolojik alan önceliklidir. Bu anlayışa göre manevî gelişim; kişilerarası uyum, sosyal uyum gibi psikolojik gelişimin farklı boyutlarından biridir. Etkili bir psikoterapötik ilişkide danışan bütünleşmesini tamamlar; böylece manevî olarak da gelişmiş olur. Bu nedenle danışan faydalı bulmadığı sürece manevî disiplinlere ihtiyaç yoktur. Psikolojik indirgemecilik olarak da ele alınabilecek bu yaklaşımın klasik psikanalizde var olduğu söylenebilir. Bu ekolde analiz sürecini tamamlayan bireylerin bütünlüğe ulaştıkları varsayılmaktadır.

*İkinci yaklaşıma göre*, insan deneyimi ve gelişiminin manevî ve psikolojik boyutları özdeşler ve maneviyat alanı önceliklidir. Bu tutumu birinci yaklaşımın karşı ucunda konumlandırmak ve manevî indirgemecilik olarak tanımlamak yanlış olmaz. Bu yaklaşıma göre manevî gelişme psikolojik gelişmeyi de doğuracaktır. Bu tutum geleneksel Jungcu ekolde, pastoral danışma ve manevî yöneltmeye ilişkin birtakım geleneksel yaklaşımlarda görülebilirse de genel olarak kabul edilebilirliği kısıtlıdır.

*Üçüncü yaklaşımda* insan deneyimi ve gelişiminin manevî ve psikolojik boyutları bazen örtüşmeler de ayrı alanlar olarak görülür ve psikolojik alan önceliklidir. Maneviyat ve psikolojik gelişim alanlarından birindeki gelişim öbürüne yansiyabilse de her zaman böyle olmak zorunda değildir. Psikolojik gelişim, manevî gelişime göre daha önceliklidir. Diğer bir ifadeyle psikolojik gelişimini tamamlamayan bireyin manevî gelişimi üzerinde durmak anlamsızdır. Maneviyata yönelik çalışmalarda hassas ve derin çatışmalar ortaya çıktığında, odak noktası psikolojik gelişime döner. Bu yaklaşıma manevî yönelimli psikanaliz, insanlı ve varoluşçu yaklaşımlar örnek olarak verilebilir.

*Dördüncü yaklaşıma* benimseyen kuramcı ve uygulamacılar da insan deneyimi ve gelişiminin manevî ve psikolojik boyutları bazen örtüşmeler de ayrı alanlar olarak ele almaktadırlar ve bunlara göre manevî alan önceliklidir. Maneviyat ve psikolojik gelişim alanları zaman zaman etkileşip birindeki gelişim öbürüne yansiyabilirse de bu her zaman böyle olmak zorunda değildir. Bu yaklaşıma göre hem manevî disiplinler, hem de psikoterapötik çalışmalar gereklidir. Özellikle teistik bütüncül terapi gibi ekollerde bu yaklaşımın hakim olduğu ifade söylenebilir.

*Beşinci yaklaşıma* göre ise insan deneyimi ve gelişiminin manevî ve psikolojik boyutları birbirinden ayrı boyutlarıdır. Biri öncelikli değildir ve biri birine indirgenemez. Maneviyat ile psikoloji ve psikoterapi/psikolojik danışma, farklı hedeflere yönelmiş ardışık aşamalar içeren ve amaç yönelimli süreçler olarak ele alınır. Danışanın birinci önceliği semptomların giderilmesi veya prob-

lem çözümü ise psikoterapötik yönelimli müdahaleler yerinde olacaktır. Eğer danışanın ilgisi arayış, aşkınlık, dönüşüme yönelmişse manevî yönelimli uygulamalar uygun olacaktır. Bu bütüncül yaklaşıma sahip olan bir uygulamacı; psikoterapötik müdahaleler, manevî yöneltme ve maneviyat yönelimli müdahalelere rahatlıkla geçiş yapabilir, yardım sürecinde uzun vadeli, kısa vadeli ya da aşkınlığa yönelik amaçlara ulaşmak için çalışabilir. Danışanın kişisel inanç yapısına ve ihtiyaçlarına göre yardım sürecinin tasarlanmasını gerektiren bu yaklaşımın; Yoğun Ruh Bakımı (Intensive Soul Care) ve Adli Terapi'de var olduğu söylenebilir (Sevim, 2017).

Bununla birlikte bu yaklaşımın şu şekilde zenginleştirilmesi de mümkündür: Manevî gelişimin mi, yoksa psikolojik gelişimin mi öncelikli olduğu sorusuna danışanın vereceği cevabı dikkate almak ve müdahaleyi buna göre tasarlamaktır. Örneğin, bir danışan için manevî gelişim (örneğin, varlığın hakikatine doğru bir arayış), kişilerarası sorunlarını çözmekten daha önemli olabilir. Danışanın hangi gelişim türünü hangi düzeyde önemseydiğini hesaba katan bir danışma sürecinde danışanın katılımı da kolaylaşacaktır. Beşinci tutumu biraz geliştirerek yeniden ifade etmek gerekirse, "Biri öncelikli değildir ve biri birine indirgenemez." yerine "Hangisinin öncelikli odak olacağını danışanın danışma sürecinde psikolojik ve manevî durumu ve tercihleri belirler." şeklinde belirlenmesi yerinde olacaktır. Maneviyatın psikolojik danışma bağlamında yararlı olacağı çeşitli durumlar, takip eden başlıklarda ele alınacaktır.

## 1. Psikolojik Bir Kaynak Olarak Maneviyat

Genellikle manevî acı ve çatışmalar, bireyleri psikolojik yardım almaya yönelir. Sağlık problemleri, finansal problemler ve kişilerarası problemler gibi birçok zorlanma, acıyı beraberinde getirir. Acı veren durumlar bireyin umudunu kırma ve durumla baş etme gücünü sınarlar. Bu tür durumlarda din/maneviyat önemli bir kaynaktır. Bu durumlarda psikolojik müdahalelerin yanında din/maneviyat alanına da bir kaynak olarak başvurulmalıdır (Shafranske ve Sperry, 2007). Giderek artan sayılarda titiz bilimsel prosedürler kullanılarak yapılan araştırmalarda din ve maneviyatın bu özelliği kanıtlanmaktadır (Miller ve Thoresen, 2003). Bununla birlikte maneviyat ve dini deneyimin psikolojik işlevsellik açısından etkileri, faydalı olabileceği gibi olumsuz da olabilir. Konuyla ilgili bir literatür tarama çalışmasında Pargament (2002), dindarlığın olumlu ve olumsuz etkilerini incelediği bir çalışmada bazı dini yönelimlerini diğerlerinden daha faydalı olduğunu, içselleştirilmiş, içsel olarak güdülenen, Tanrı ile güvenli bir ilişki kurulan bir dini yönelimin iyi olma ile olumlu; buna karşın dayatılmış, incelenmeden kabul edilmiş, Tanrı ve dünya ile zayıf bir ilişki tanımlayan bir din anlayışının ise olumsuz yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Köktendincilik gibi tartışmalı dini inanç formlarının bile avantajları ve dezavantajlarını olduğunu da bulmuştur. Araştırmada toplumdan dışlanan gruplarda ve dini yaşamlarında merkeze oturtan bireylerde dinin ve maneviyatın özellikle faydalı olduğu bulunmuştur. Dini deneyimlerinin genellikle bireylerin sınırlarını zorlayan stresli deneyimlerde özellikle değerli olduğu ve dinin psikolojik işlevsellik üzerindeki etkililiğinin bireylerin onu hayatlarına yansıtmaları ile doğru orantılı olduğu çeşitli araştırmalarda bulunmuştur (Pargament, 2002).

Psikolojik yardım sürecinde şu üç temel durumda maneviyat temelli psikolojik danışmanın uygulanması tavsiye edilmektedir (Shafranske ve Sperry, 2007):

- a. Maneviyatın psikolojik kaynak olarak işlevsel olduğu durumlar;
- b. Manevî alanın korunması, beslenmesi ya da dönüştürülmesi gereken durumlar;
- c. Manevî arayışın birey açısından gerekli olduğu durumlar.

## 2. Psikolojik Danışmada Maneviyatın Korunması ve Dönüştürülmesi

Fiziksel ya da psikolojik iyi olmayı etkileyen krizler, aynı zamanda manevî alanda da krize yol açabilir (Shafranske ve Sperry, 2007). Örneğin; bir aile bireyinin kaybı, iş kaybı, ölümcül bir hastalığa yakalanmak gibi durumlarda kişinin yaşama bakışını etkileyen manevî çerçeveleri de etkileyen krizler meydana gelebilir. Bu durumlarda maneviyat yönelimli psikoterapi ve danışma süreçlerinde bireylerin inanç perspektifleri üzerinde çalışarak anlamlı ve sağlıklı bir bütünleşmenin önünü açmak için onları dönüştürmelerine yardım edilmesi amaçlanır (Shafranske ve Sperry, 2007).

## 3. Psikolojik Danışmada Manevî Arayış

Yaşamın büyük sorularına cevaplar vermek her insan için önemlidir. Çocukluktan yetişkinliğe; doğum, ölüm, ölüm-ötesi, Tanrı'nın varlığı gibi konulara ilişkin sorulara genellikle aileden aktarılan dini geleneklerden çeşitli cevaplar alırız. Bu cevaplar, bizim kişiliğimizin dayandığı bir temel oluşturur. Bununla birlikte bireyin oluşturduğu bu temel bazen bireyin yaşadığı anlamsızlık hissini doldurmasına yetmeyebilir. Hatta bazı durumlarda bireylerin yaşadığı manevî anlamsızlık psikolojik problemlerinden daha öncelikli bir sorun olabilir. Kişinin varoluşsal boşluğunu doğru şekilde doldurması için temel bir çerçeve oluşturması maneviyata dayalı psikoterapi ve danışma müdahaleleri açısından önemli bir hedeftir. Manevî yönelimli danışmada, bu anlamıyla danışanın manevî arayışları cesaretlendirilerek ona yardımcı olunmaya çalışılır (Shafranske ve Sperry, 2007).

## 4. Manevî Yönelimli Psikolojik Danışmaya İlişkin Temel Önermeler

Manevî yönelimli danışmanın temel özelliklerinin anlaşılması açısından özetleyici bir çerçeve olarak Johnson (2013) tarafından ortaya konulan önermeler sunulacaktır. Manevî yönelimli müdahalelere yönelik Neoanalitik bir yaklaşımı olan Johnson'un önermeleri eleştirel bir bakış açısı ile farklı yaklaşımlara da uygulanabilecek şekilde ele alınabilir. Bu önermeler Şekil 1.5'te özetlenmiştir.

<p><b>1. Önerme:</b> Manevî, dini ve felsefi düşünceler, inançlar ve uygulamalar insan deneyiminde merkezi öneme sahiptir ve bu nedenle etkili psikolojik danışmada göz önünde bulundurulması gereken önemli unsurlardır.</p>
<p><b>2. Önerme:</b> Manevî ve dini yönelimli danışma becerileri çok kültürlü bir danışmanın bir şekli olarak ele alınabilir.</p>
<p><b>3. Önerme:</b> Birçok terapist/danışman ruh sağlığı alanındaki hakim temel kuramsal paradigmalara dayanarak danışmada manevî ve dini sorunları ele almakta zorlanır.</p>
<p><b>4. Önerme:</b> Danışmanın kendi manevî-ayırışma seviyesi, danışma alanındaki manevî ve dini meseleleri ele alma konusundaki etkinliğini belirler.</p>
<p><b>5. Önerme:</b> Psikolojik kuramları geniş tabanlı, tematik ve kapsayıcı bir maneviyat görüşüyle bütünleştiren model(ler) kullanmal, danışmanların çeşitli inanç ve manevî konulardan gelen danışanlarla manevî ve dini meseleleri değerlendirme ve ele alma-daki yetkinliklerini artırır.</p>
<p><b>6. Önerme:</b> Gerçek benlik kavramı, psikolojik teoriler ve danışanın tanımladığı manevî-dini inanç ve uygulamalar arasında kavramsal bir bağ kurar.</p>
<p><b>7. Önerme:</b> Danışmada, danışan tarafından tanımlanan bir maneviyat ve din anlayışından yararlanmak terapötik değişim sürecinde danışanlarla bağlantı kurmak için önemli bir yol ve kaynak olabilir.</p>

**ŞEKİL 1.5.** Manevî Yönelimli Danışmanın Önemine İlişkin Temel Önermeler

### **a. Birinci Önerme: Maneviyat ve Din, İnsan Deneyimlerinin Merkezinde Yer Alır**

İnsanlık tarihi incelendiğinde, insanlık tarihi mirasının temel yapısını dini ve manevî motiflerin oluşturduğu görülmektedir. Aynı zamanda dünya üzerinde yaşayan toplumların genelinde, oranlar farklılık gösterse de, çoğunun kendilerini bir dine veya manevî disipline mensup olarak hissettikleri ve bir inanç sistemine aidiyet duydukları görülmektedir. Bu durum birçok araştırma ile desteklenmektedir. Kosmin ve Kayser (2009) Amerika'da yaşayan kişilerin çoğunun bir dine mensup oldukları ve Tanrı inançlarının olduklarını belirtmişlerdir. Bir dine mensubiyeti olmayan kişilerin neredeyse tamamının manevî deneyimler yaşadıkları Gallup'un (2007) yaptığı araştırmada vurgulanmıştır. Her insanın hayata dair varoluşsal soruları ve hayatın anlamı ile ilgili düşünce ve inançları olduğu bilinmektedir. Nihayetinde kendilerini inançsız ya da herhangi bir yerde tanımlamayan kişilerin de bir felsefeleri vardır. Gelişen teknoloji ve baş döndürücü bilimsel yenilikler ile birlikte insanların arayışları da hız kazanmaktadır. Sperry (2003) bu durumun bir neticesi olarak, danışanların psikolojik danışmada artarak süregelen bir manevî arayış ve bu arayışlarıyla var olan endişelerini gidermeye çalıştıklarını ifade etmektedir.

Yapılan çok sayıda araştırma ile birlikte, maneviyat ile psikolojik ve hatta fiziksel sağlık arasındaki olumlu bağlantı kanıtlanmıştır (Miller ve Thoresen, 2013). Bu durum, danışma sürecine gelen danışanın manevî, dini ya da felsefi inançlarını keşfetme ve bunları seansa katma noktasında danışmana zorunlu manevî bilgi edinimini gerekli kılmaktadır. Bu durumların bir yansıması olarak, Amerikan Psikoloji Derneği, Amerikan Psikolojik Danışma Derneği ve bunlar gibi birçok kurum ve kuruluş maneviyat araştırmalarına ve danışan taleplerine dayalı olarak maneviyatı insan deneyiminin merkezi öneme sahip bir alanı olarak kabul etmektedirler. Aynı şekilde psikolojik danışma sürecinde manevî ve dini konuları ele almak için ASERVIC, psikolojik danışmanları çeşitli yeterliliklere sahip olması gerektiğini ele almış ve bu durum APA tarafından da benimsenmiştir. ASERVIC (2009) bu konuda altı kategoride 14 yeterliliğin olması gerektiği noktasında fikir birliğine varmıştır. Bu yeterlilikler, kitabın "Manevî Danışmanlık Yeterlilikleri" adlı bölümde detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

Yapılan araştırmalar, psikolojik danışmanların pek çoğunun seans esnasında, dini ve manevî yönü güçlü danışanlara nasıl müdahale etmeleri gerektiği konusunda yeterince bilgi sahibi olmadıklarını göstermektedir. Bir çalışmada psikolojik danışmanların yaklaşık dörtte üçünün manevî durumların seansta ele alınmasının önemli olduğunu düşündükleri ancak bu konuda kendilerini yeterli görmediklerini göstermektedir (Hickson, Housley & Wages, 2011). Aynı şekilde lisansüstü eğitimde maneviyatın psikolojide kullanılmasının önemi noktasında fikir birliği olmasına rağmen, ders hocalarının kendilerini bu konuda hazır hissetmedikleri görülmektedir (Robertson, 2010). Bu bağlamda, insan deneyimlerinin merkezinde yer alan maneviyat ve dinin psikolojik danışma sürecine dâhil edilmesi, psikolojik sorunların anlaşılmasında ve bu sorunların çözümünde kolaylık sağlayacaktır. Bu durum günden güne maneviyat ve psikoloji arasındaki bağların daha sağlıklı ve kabul edilebilir bir zemine doğru ilerlemesine yardım etmektedir.

**b. İkinci Önerme: Manevî Yönelimli Danışma Çok Kültürlü Bir Danışma Olarak Kabul Edilebilir**

Yeryüzündeki her kıtanın, her kıtadaki her devletin, her devletteki her bölgenin, her bölgedeki her şehrin ve hatta her şehirdeki köy ve kasabaların dahi birbirilerinden farklı örf, adet, gelenek ve kültürlerinin olması muhtemel bir durumdur. Bu kadar farklılığın olduğu bir dünyada sadece belli başlı kalıplarla bireylerin psikolojik sorunlarına müdahale etmek ve bu müdahale neticesinde çözüm beklemek çok da kabul edilebilir bir durum değildir. Zira bireyler yaşadıkları toplumsal çevreden kendilerini ve dünyayı tanımlar ve bunun üzerine bir düşünce biçimi inşa ederler. Burada çok sayıda faktörün etkisinin olduğu bilinmektedir. Bunlar; etnik köken, ırk, yaş, cinsiyet, engellilik durumu, politik ideoloji, göç, maneviyat ve din gibi faktörlerden oluşabilmektedir. Özellikle maneviyat ve din; kültürlerin örf, adet ve gelenekleri üzerinde oldukça büyük bir etkiye sahiptir. Seans odasına maneviyat ve din üzerinden inşa edilmiş bir düşünce biçimini getiren danışanı yargılamadan anlamak ve ona göre bir müdahale biçimi belirlemek, danışma sürecinin başarıya ulaşmasında çok önemli bir etkidir. Bu durumun oluşabilmesi için de danışmanların, danışmaya gelen kişilerin kültürel yapılarını ve özellikle dini ve manevî inanışlarını bilmeleri gereklidir. Vacc, DeVanney ve Witter (1995), psikolojik danışma sürecinde yaygın olarak kabul edilen şu üç duruma değinmişlerdir:

1. Psikolojik danışman, kültürleri öğrenme ve tanımaya açık olmalıdır.
2. Danışanların kültürel yapılarını, manevî ve dini inançlarını tanımaya açık olmalıdır.
3. Danışanların seansa getirdikleri kültürel, manevî ve dini inançlarını tartışmaya açık olmalıdır.

Psikolojik danışmanların çoğu, çok kültürlü bir danışmayı benimsemiş olmalarına rağmen, kültürel oluşumların yapı taşlarını oluşturan dini ve manevî konuların danışma sürecine getirilmesi konusunda mesafeli bir duruş sergilemektedirler (Fukuyama, Siahpoush & Sevig, 2005).

Mesela birçok danışman, danışanlarının; ırk, köken ya da cinsiyetleri hakkında konuşmaktan çekinmezken, manevî ve dini konuları ayrı bir durum gibi değerlendirir. Son dönemlerde danışanların, danışmanlardan kendilerini manevî ve dini yönden anlamaları noktasında beklentileri artmaktadır (La Torre, 2002; Sperry, 2003). Bundan dolayı da psikolojik danışmanlar, danışanların bu beklentilerini en iyi şekilde karşılamalıdır. Manevî ve dini konuların kendisi için önemli olduğunu belirten bir danışana, bunları görmezden gelerek yapılacak bir müdahale eksik kalacaktır. Danışanların manevî ve dini inançlarını ve düşüncelerini anlayıp buna göre bir seans düzenlemenin daha etkili bir sonuç vermesi beklenir. Callahan ve Vollmer (2010) psikolojik danışmanın, danışanın ihtiyaç ve beklentilerine cevap verecek bilgi birikimine sahip olmaları gerektiğini belirtmişlerdir. Yapılan bazı araştırmalar, danışanların manevî ve dini inançlarının göz ardı edilmediği aksine desteklediği danışma süreçlerinde, bu durumun danışma başarısını artırdığını göstermektedir (Hook, Davis ve McDaniel, 2011). Hatta maneviyatın ve

dinin danışma sürecinin odağı olmadığı durumlarda bile, manevî ve dini bileşenler barındıran danışma süreçlerinin faydalı olduğu gözlenmiştir (Worthington ve Atten, 2009). Son tahlilde, maneviyat ve dini inançları kültürel öğelerin bir parçası olarak ya da ayrı birer olgu olarak ele almak gerekirse, maneviyat ve din, psikolojik danışmada göz ardı edilmeyecek kadar önemli gerçeklerdir. Şunu da ifade etmek gerekir ki, maneviyat ve din, kültürlerin oluşmasında oldukça etkilidir ve hatta kendi özgün kültürlerini de meydana getirme gibi bir işlevleri de vardır. Dolayısıyla maneviyat ve dini, sadece kültürel bir zeminde ele almak, bu iki kavramı anlamamızda eksiklik oluşturacaktır. Bu bağlamda Robertson'un (2010) bu önermesi eleştiriye açıktır.

**c. Üçüncü Önerme: Temel Psikolojik Kuramlarla Manevî ve Dini Konuları Ele Almak Zordur**

Özel bir danışma merkezinde çalışan Ahmet Bey, 40 yaşlarındaki bir danışanla bireysel danışma oturumları yapıyordu. Oturumlar danışanda yaygın kaygı ve panik atak süreçleri üzerinde odaklıydı. Ahmet Bey, danışanın endişelerinin azalmasında yardımcı olacak nefes alma becerileri, otomatik düşünceler üzerinde çalışma, düşüncenin odağını değiştirme gibi çeşitli bilişsel-davranışçı teknikler kullanmıştır. Birkaç oturum sonra, danışan güçlü bir Müslüman olduğunu, namaz kıldığını ve her gün Kur'an'dan çeşitli bölümler okuduğunu da ifade etmiştir. Bu danışma sürecine de kaderinin bir parçası olduğu için devam ettiğini söylemiştir. Ahmet Bey, bu içerikler karşısında derin bir duygu karmaşası yaşamaya başlamıştır. Bir tarafı danışanla bu konular üzerinde daha fazla durmak ve psikolojik işlevsellik ile bağlantısını kurmak isterken, diğer bir tarafı da sorularına nasıl cevap verebileceğini bilmemekteydi. Ahmet Bey bu danışanla çalışıp çalışamayacağını sorgulamaya başlamıştı.

Ahmet Bey'in manevî alana ilişkin hissettiği çelişkileri diğer pek çok psikolojik danışmanın da yaşadığını söylemek abartı olmayacaktır. Ayrıca bu durumunun sadece kişisel tercihlerinden kaynaklandığını söylemek de kolay değildir. Katı şekillerle belirlenmiş psikolojik danışma oturumlarında maneviyat ve dini ele almak birkaç husustan dolayı zordur. Bunun temel nedeni de modern psikolojideki üç temel bakış açıdır. Bunlardan birincisi Freud'un dine ilişkin görüşleridir. Bu görüşler tüm psikolojik kuramları etkilemiştir. Her ne kadar Psikanalitik'ten sonra gelen psikoloji ekolleri kendilerini Psikanalitik yaklaşımdan farklı bir yerde konumlandırırsa da, esasen birçok noktada bu yaklaşımın etkisinde kalmışlardır. Bu yüzden de, psikolojik danışma ve danışmadaki güçlü paradigmalarda maneviyatı ele almak oldukça zordur. Çünkü bu kuramsal çerçevelerde maneviyat ve din genellikle psikolojik işlevsellikten uzak yapılar olarak ele alınmıştır. Psikolojik danışmanlar teorik bilgi ve becerilerini danışman ile konuşmada herhangi bir zorluk yaşamazken, manevî ve dini konuları doğası gereği tartışmaktan emin olamaktadırlar. Dolayısıyla bu konularla çalışmayı genellikle reddederler. Böyle durumların bir neticesi olarak, manevî ve dini konuları seansa getirebilmek adına, psikolojik danışmanlar bir eğitim ya da rehberliğe ihtiyaç duymaktadırlar.

Ancak temel psikolojik kuramların din ve maneviyat ile ilişkileri genellikle kopuk olması, bu kuramların takipçilerinin de dine ve maneviyata ait konulara soğuk bakmalarına sebep ol-

muştur. Örneğin Freud, dinin, bir bireyin çocukluğunun, her şeye gücü yeten bir baba figürü tarafından gözetilerek doyurulmasına ilişkin nevrotik amaca hizmet ettiğini savunmaktaydı. Bireyler duygusal ve psikolojik olarak olgunlaştıklarında, artık “çocukça güvenlik battaniyelerine” ihtiyaç duymayacaklardı. Burada o yıllarda baskın olan pozitivist düşüncenin izleri görülmektedir. Bu fikre göre din, bilinmeyi açıklama girişimidir. Makul açıklamalar bulunana kadar Tanrı bu boşluğu doğurur. Modernist ve bilimsel akılcılık olarak nitelendirilen paradigmalardan etkisiyle, manevî ve dini konuların psikolojik danışmada tartışılması genellikle gereksiz olarak görülmüştür. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin kurucusu Ellis (1980) ise bu konuda daha sert ve açık bir yaklaşıma sahipti. “Dindarlık birçok bakımdan irrasyonel düşünme ve duygusal rahatsızlığa eşittir.” diyordu. Ateizmin, optimum insan işleyişi ile ilgilenenler için tek makul ve rasyonel seçim olduğunu bilimsel makalelerinde ve farklı mahfillerde dile getirmekten geri durmuyordu. Gelineen noktada insan deneyimlerinin önemli yanlarını göz ardı eden yaklaşımların değişime direnemedikleri görülmektedir. Bu yaklaşım zaman zaman, danışanların manevî ve dini inanışlarının seanslarda göz ardı edilmesine de neden olmuştur. İnsalcı Yaklaşım ya da Danışan Merkezli Yaklaşım ise, danışmanın tamamen değerden arınmış bir şekilde seansa girmesi gerektiğini savunmaktadır. Bireyin getirdiği manevî ve dini konular bireyi bağlamaktadır. Danışman hiçbir telkinde bulunmaz ve bu konuları danışma ortamına getirmez. Ancak burada asıl olan temel sorun; manevî ve dini motifli yıkıcı yönelimlere sahip olan danışanlara karşı değerden arınmış bir şekilde nasıl durulacağıdır. Zira danışanın seansta olma sebebi danışanın sorunlarını çözmesine yardım etme isteğidir. Bu bağlamda, manevî ve dini konuları ele almada yetkin psikolojik danışmanlar, danışma seanslarını daha işlevsel ve gerçekçi bir hâle getirebilirler.

#### ***d. Dördüncü Önerme: Danışmanın Manevî-Ayrışma Seviyesi, Manevî ve Dini Meseleleri Ele Alma Konusundaki Etkinliğini Belirler***

*Ayrışma:* Bireyin yaşamındaki önemli kişilerle temas hâlinde kalırken, özerk işlev görebilme yeterliğini ifade eder. Kerr ve Bowen (1988) ayrışmayı, kişinin ailesine duygusal düzeyde bir bağı varken, kendi özerkliğini koruyabilme becerisi olarak tanımlamıştır. Ayrışmayı başarmış bireyler, kendi duygu ve düşüncelerini başkalarından ayırt edebilir ve kendilerine ait kararlara verebilir. Aynı şekilde Skowron ve Friedlander (1998), oldukça ayrışmayı başarmış bireylerin “duygusal ve rasyonel seviyelerde eşit derecede iyi işlem yaparken” kendi ilişkilerinde özerkliği koruyabileceklerini ileri sürmektedirler. Kerr ve Bowen (1988), ayrışmanın, psikolojik sorunlar da dâhil olmak üzere çok çeşitli insan işleyişiyle ilişkili olacağını öngörmüştür.

*Manevî ayrışma* ise kişinin manevî ve dini konularda tepkisellikten uzak, otantik, kararlı ve sahiplenmiş olma düzeyini ifade eder. Danışmanın kendi manevî gelişimine zaman ayırması ve fenomenolojisini kavraması ve manevî ayrışma sürecini tamamlaması manevî yönelimli müdahaleler açısından büyük öneme sahiptir. Danışmanın, danışanın dini ve manevî sorunla-

rına en iyi önerileri sunmak ve tarafsız bir bakış açısıyla seansı programlamak için, kendi farklılaşma düzeyine ulaşması çok önemlidir. Bireysel farklılaşmayı ya da ayırmlaşmayı sağlayan bireyler, duygusallıktan çok az etkilenirken, farklılaşmamış olanlar ise daha çok duygularıyla hareket ederler. Farklılaşmak, kendi iç dünyasını kontrol edebilme becerisi sağladığından, duygusallıktan ziyade objektif bir bakış açısı geliştirmeye katkı sunmaktadır (Johnson, Buboltz ve Seemann, 2003). Bowen (1978) farklılaşmada, bireyin çekirdek ailesiyle olan ayrılık ve beraberlik durumlarındaki kaygıyı yönetme durumunun etkili olduğunu belirtmiştir. Hâliyle çocuklara aktarılan fazla düzeydeki kaygı düzeyleri düşük farklılaşmaya sebep olmaktadır. Ayırmlaşma ya da farklılaşma elbette sadece danışanlar için ele alınması gereken bir konu değildir. Aynı şekilde psikolojik danışmanlar içinde oldukça önemlidir. Zira ayırmlaşmayı başaramamış danışmanın psikolojik sorunlara sağlıklı çözümler sunması pek muhtemel gözükmemektedir (Chen ve Rybak, 2004). Özellikle manevî ve dini konuların ele alındığı bir seans ortamında kendi ayırmlaşmasını tamamlamış bir psikolojik danışman, sürecin başarılı devam etmesi için hayati bir öneme sahiptir. Bundan dolayı danışmanlar üç adımı çok önemsemişlerdir. Bunlar; manevî ayırmlaşma, manevî-dini konulara karşı kabullenici tavır ve danışanı sahiplenme olarak sıralanmıştır (Johnson, Buboltz ve ark., 2003). Psikolojik danışmanların da her birey gibi çeşitli manevî ve dini süreçlerden geçmiş olması muhtemeldir. Psikolojik danışmanın kendi manevî ve dini inançlarının farkında olup, danışanın manevî ve dini inançlarıyla karıştırmadan, iki durumu birbirinden ayırması gerekmektedir. Elbette manevî ve dini konuları çalışmak, psikolojik danışman için zor olabilir ve bu durumun getirdiği çeşitli zorluklar bulunmaktadır. Ancak psikolojik danışmanın kendi manevî ayırmlaşmasını tamamlaması ve bu konuda yetkinliğini artırması danışma sürecinin selameti açısından oldukça faydalı olacaktır. Zaten manevî danışma süreci yetkinliğini ve ayırmlaşmasını tamamlamış olan psikolojik danışmanların danışma süreçlerini yürütmeleri çok doğru bir durum olmayacaktır.

***e. Beşinci Önerme: Psikolojik Danışma Kuramlarını Manevî ve Dini Temalarla Zenginleştirmek Psikolojik Danışmanın Yetkinliğini Artıracaktır***

Hâkim paradigmaların din ve maneviyata ilişkin bakış açıları ve ön yargılarından dolayı, danışmada manevî ve dini konuların nasıl ele alınacağı ve kavramsallaştırılacağı konusunda etkili modeller geliştirememişlerdir. Ancak bu paradigmaların hâkimiyetlerine rağmen, maneviyat ve psikoloji arasındaki boşluğu doldurmaya çalışan kuramcılarının var olduğu da bilinmektedir. Bunların önemli olanlarından birisi Carl G. Jung'dur. Jung, psikanalitik yaklaşımın maneviyatı ve dini reddeden bakış açısından koparak dinin ve maneviyatın iyileştirici gücüne odaklandı. Ona göre her bireyin derin bir bilgi havuzu (kolektif bilinç dışı) vardı ve aynı zamanda bu havuz ortak arketiplerden de etkilenmekteydi. Jung, Tanrı'nın bilinç dışı arketiplerden olduğunu ve bunu her bireyin inansın ya da inanmasın tecrübe ettiğini belirtmiştir. Her bireyin zihninde Tanrı, psikolojik bir gerçek olarak durmaktadır. Zihinde Tanrı, çağrılrsa da çağrılmasa da hep var olacaktır (Jung, 1958). Bundan dolayı da Jung'un, "psikolojide bastırılmaya ve dışlanmaya çalışılan maneviyat ve dinin yeniden hatırlanmasına zemin hazırlamıştır" denilebilir.

Son zamanlarda maneviyat ve din kavramı, psikoloji literatüründe daha sık kullanılmaya başlamıştır. Bu durum psikoloji ve maneviyatın bütünleştirilerek yeni modeller oluşturulmasının önünü açmaktadır. Aynı şekilde maneviyat ve din arasındaki tanımlama da gittikçe daha doğru bir zemine doğru ilerlemektedir. Bunların neticesinde de maneviyat kendine yeni terapi/danışma ekollerinde gittikçe daha fazla yer bulmaya başlamıştır. Bunlardan bazıları şöyle sıralanabilir: Kabul Kararlık Terapisi, Pozitif Psikoloji, Diyalektik Davranışçı Terapi, Transpersonal Psikoloji'nin bazı yönelimleri yeni post modern terapi/danışma ekolleri olarak adlandırılabilir. Bu bilgiler ışığında, maneviyat ve psikolojiyi bütünleştiren modeller geliştirmek, bu alanda çalışmak isteyen psikolojik danışmanların elini güçlendirecektir. Aynı zamanda manevî ve dini konuları seansa alma noktasında psikolojik danışmanlar kendilerini daha yetkin ve istekli hissedeceklerdir. Elbette, bunu sağlam bilimsel zeminler üzerinde temellendirmek büyük bir önem taşımaktadır.

**f. Altıncı Önerme: Gerçek Benlik Kavramı, Psikoloji ve Maneviyat Arasında Kavramsal Bir Bağ Kurar**

Değişik psikolojik ekoller gerçek benlik kavramını tanımlamaya çalışmışlardır. İsimler farklı olsa da esasında hepsinin tanımlamak istediği şey aynı kavramdır. Bu teorilerin temel önermeleri, kişinin kendi benliğini bulduğunda daha sağlıklı bir gelişim göstereceğidir. Horney (1950) gerçek benliği, "her insanda olan ve her insan için benzersiz olup kişiye özgü olan" şeklinde tanımlamıştır. Kişinin gerçek benliğinden kopmasıyla birlikte, kişide çeşitli psikolojik sorunlar baş gösterir. Bu bağlamda maneviyat ve dinin iyileştirici etkisi ile gerçek benlik arasında oluşturulacak bağ ya da bağlar işlevsellik açısından önemli bir husustur. Fakat bazı görüşler, din ve maneviyatın kişinin gerçek benliğinden kopulmasına sebebiyet verdiğini ifade etmiş ve bundan dolayı da danışmada olmamaları gerektiğini savunmuşlardır. Dolayısıyla maneviyat ve dini, seansa dâhil etmenin ön şartı olarak kişiyi sahip olduğu manevî ve dini değerlerinden uzaklaştırmanın gerçek benliğe götürüleceğini savunmuşlardır. Ancak göz ardı ettikleri temel husus, gerçek benliğini maneviyat ve din üzerine inşa etmiş olan bireyleri nasıl gerçek benliklerine kavuşturacaklarıdır. Bu açıdan maneviyat ve dinin kişinin gerçek benliğine ulaşmada bir engel olmaktan ziyade, daha çok gerçek benliğe ulaştıran güçlü etkenler olduğu söylenebilir.

**g. Yedinci Önerme: Danışanın Manevî Yönünden Yararlanmak Terapötik Sürece Katkı Sağlar**

Danışanların sahip olduğu manevî ve dini değer ve inançları anlamak, danışanlarla iletişim kurmada etkili bir yol olacağı gibi terapötik sürece de faydalı olacaktır. Psikolojik danışmanlar; danışanların manevî, dini ve felsefi görüşlerini seans sürecine dâhil etmede olumlu bir tavır sergilediklerinde, danışanları daha iyi anlamaya başlayacakları görülecektir. Manevî/dini değer ve inançlarını danışmanla paylaşabilen danışanların sorunlarına çözüm bulmak daha da kolaylaşmaktadır (Swift ve diğ., 2011). Bununla birlikte seansa maneviyatı getirmeyen danışanlarla dahi çeşitli manevî konuları konuşmak onlara bir rahatlama ve terapötik yarar sağlayabilir. Zaten danışmanın bir görevi de danışanların, varoluşsal sorgulamalarına yardım etmek, değerlerini tartışmak, ölüm ve kişisel sorunlarını dinlemektir. Özellikle danışan için büyük

öneme sahip olan manevî ve dini konuları bilmek ve onlardan yararlanarak sorunlarına çözüm üretmeyi oldukça kolaylaştıracaktır. Burada temel nokta, danışanların sahip olduğu manevî ve dini güçlerini yargılamadan fark edebilmektir. Yoksa danışanın sahip olduğu manevî ve dini inançları, kendi manevî ve dini inançlarıyla karşılaştırıp yargılamak, sürece yarardan çok zarar verecektir. Burada önem arz eden durum; danışanın manevî bir yönünün olup olmadığını fark edebilmek ve bunu danışanın iyileşme sürecine aktarabilmektir.

#### D. SONUÇ

İnsanlığın varoluşundan bu yana varlığını sürdüren maneviyat ve din, her dönemde insan deneyiminde merkezi yer edinmişlerdir. Görece genç bir bilim olan psikoloji ve yeni bir uygulama alanı olan psikolojik danışma ve psikoterapide maneviyat başlarda pozitivist ve materyalist paradigmalardan etkisiyle zaman zaman geri planda kalsa da değişen ve dönüşen paradigmalardan sayesinde maneviyat ve din, psikolojide artan bir şekilde kendilerine yer edinmeye başlamışlardır. Zira insan deneyiminin merkezinde yer alan maneviyat ve dinin, terapötik sürecin daha başarılı geçmesi için önemli etkenler olduğu kabul görmeye başlamıştır. Bu itibarla psikoloji ve uygulama alanlarında bu kavramlar ve olgular göz ardı edilmeyecek bir yere sahiptir. Dolayısıyla maneviyatın dikkate alındığı danışma sürecinde, manevî deneyimlerin sadece kabul edilebilir bir olgu olarak ele alınmasından ziyade, maneviyatın korunup çalışılması gereken bir alan olarak incelenmesi ve işlenmesi gerekmektedir.

İnsan deneyimleri dikkate alındığında maneviyat ve dinin psikolojik işlevsellik ve yardım süreçleri noktasında, kişilerin stres durumlarıyla baş etmelerine yardımcı olan proaktif bir kaynak işlevini görmektedir. Psikolojik danışma süreçlerinde, manevî yönelimli uygulamalarda maneviyatın korunması, işlevselliği artırıcı şekilde geliştirilmesi ve dönüştürülmesi gibi amaçlara yönelik uygulamaların geliştirilerek yaygınlaşması önem taşımaktadır. Bununla birlikte bazı araştırmacılar maneviyat yönelimli müdahalelerin bilimsel etkililiğinin sınırlı olduğunu ifade ederek bu tür müdahalelerin yalnızca din adamları tarafından yapılması gerektiğini ifade ederek psikoterapi ve psikolojik danışma sürecinde ruh sağlığı uzmanlarının maneviyat yönelimli müdahalelerde bulunmalarına karşı çıkmışlardır (ör.; Sloan, Bagiella ve Powell, 2001). Manevî yönelimli müdahaleler ile ilgili tartışmalar alan yazında devam etmektedir. Zengin maneviyat mirası dikkate alındığında ülkemizde de maneviyat yönelimli psikolojik müdahaleler üzerinde yapılacak bilimsel tartışma ve araştırmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

Son olarak belirtmek gerekir ki, psikolojik iyi oluşun ve psikolojik sağlamlığın önemli temel taşlarından olan maneviyat ve dinin psikoloji biliminde ve psikolojik yardım süreçlerinde dikkate alınmaması mümkün değildir. Aksine bu olgular, psikoloji ve psikolojik danışma sürecine zenginlik katmakta ve özellikle manevî ve dini inançları psikolojik işlevsellikleri açısından önemli role sahip olan danışanların, psikolojik danışma süreçlerinden yararlanmalarını kolaylaştırmaktadır. Psikolojik danışma süreçlerinde insan yaşamının merkezinde yer alan bu kavram ve olguların görmezden gelinmesi mümkün değildir.

## VAKA ÖRNEĞİ

Özel bir merkezde psikolojik danışman olarak çalışan Beste Hanım'a sekreterlikten yeni bir danışan yönelendirilmiştir. İlk görüşmede danışan, Beste Hanım'a eşiyile yaşadığı bazı sorunlardan dolayı psikolojik yardım almak istediğini belirtmiştir. Kendisini tercih etme nedeni olarak, tanıdık kişilerin özellikle Beste Hanım'ı tavsiye etmeleri olarak belirtmiştir. Arayan kişi kendisini "manevî yönü güçlü biri" olarak tanımlamış ve Beste Hanım'dan kendisiyle çalışıp çalışamayacağını sormuştur. Beste Hanım bugüne kadar psikolojik danışma ile ilgili çok sayıda kuram ve uygulama üzerinde yeterlik geliştirmiştir. Ancak maneviyat ve manevî konularla ilgili aynı düzeyde bilgi birikimine sahip değildir. Beste Hanım her ne kadar böyle bir danışanı seansa alıp sorunlarına çözüm aramak istese de, danışanın maneviyat ya da manevî konularla ilgili gelebilecek sorularına ya da sorunlarına ne tür cevap ve çözümler sunması gerektiği konusunda kendisini tedirgin hissetmiştir. Beste Hanım aldığı eğitimlerde kişisel düşünce ve inançlar alanından uzak kalmak gerektiğini öğrenmiştir ancak bu tarz durumlara ne tür tepkiler vermesi gerektiği konusunda çok az bilgi sahibidir. Beste Hanım kendi inanç ve maneviyat durumunu ele aldığı anda; küçüklükten itibaren maruz kaldığı din ve manevî başa çıkmaya ilişkin temel bazı söylemler dışında herhangi bir dini eğitim almadığını fark etmiştir. Hayatını dini inanç ya da maneviyattan ziyade gerçeklik ve realite üzerine inşa ettiğini düşünmektedir.

İnançlı olup olmadığı konusunda da şüpheleri vardır. Din ve maneviyat kavramlarına mesafeli olduğu hâlde, danışanın danışma sürecinde manevî alanın önemli bir potansiyeli olduğunu da görmüştür. Beste Hanım bu alanda nasıl hareket edeceği, hatta danışanın maneviyatla tam olarak ne kastettiği hakkında da çok az fikir sahibidir. Psikolojik kuramların ve tekniklerin din ve maneviyat ile nasıl etkileşime girebileceği konusunda hiçbir eğitim almamıştır. Bu durum kendisini rahatsız hissetmesine sebep olmuştur. Acaba danışanın manevî süreçleri üzerinde çalışma yeterliğine sahip bir danışmana mı yönlendirmelidir?

Yukarıda anlatılan örnekte psikolojik danışma süreci ile din /maneviyat arasındaki etkileşimin ortaya çıktığı durumlardan biri görülmektedir. Buna benzer birçok senaryo da düşünülebilir. En önemlisi de böylesi senaryolar psikolojik danışma süreci açısından birçok sorunun sorulmasına kaçınılmaz bir şekilde zemin hazırlar. Bu sorulardan bazılarını Johnson (2013) şu şekilde sıralamıştır:

- Maneviyat nedir, din ile hangi noktalarda benzerlik ve hangi noktalarda farklılık gösterir?
- Danışanlar, bir danışman seçerken, kuramsal yönelimlerini veya kültürel arka planlarını sormak gibi alanların yanı sıra danışmanın manevî ve dini inançlarını bilme hakkına sahip midir?
- Danışma sürecinde manevî ve dini sorunları ele almak uygun mudur?
- Eğer uygun ise danışmanlar, inanç ve

değerlerini danışana empoze etmeden bu süreci nasıl yürütebilir?

- Danışmanlar, kendilerinden büyük ölçüde farklılık gösteren danışanlara, güçlü manevî ve dini birikimlerini danışma sürecine taşımalıdır mı?
- Danışmanlar, danışanların işlevsellikleri açısından risk potansiyeli taşıyan manevî ve dini inançlarını nasıl ele alacaktır?
- Danışmanlar kendi manevî ve dini inançları konusunda çelişkiler yaşıyorsa ne yapmalıdırlar?
- Danışmanlar, kendi geçmişlerine dayanan manevî ve dini konular, danışma sürecine geldiğinde duygusal tepkilerini nasıl yönetmelidirler?
- Maneviyat ve dini inanç ile ilişkili pratikler geleneksel danışma yakla-

şımlarıyla nasıl bütünleştirilebilir?

- Danışma sürecine manevî ve dini meseleleri ele almak veya entegre etmek için çerçeve sunan modeller var mıdır?
- Danışma sürecinde manevî ve dini konuların ele alınması, terapötik sürece nasıl faydalar sağlayabilir?

Bu sorulara cevaplar bulmak, bu bölümün temel çerçevesini oluşturmaktadır. Bu bağlamda bu bölüm danışma sürecinde manevî yönelimli uygulamalara ilişkin çeşitli önermeler etrafında şekillenmiştir. Ancak bu önermeler ele alınmadan önce; din-maneviyat-psikoloji kavramlarını tanımlamak, birbirleriyle olan ilişkilerini açıklamak ve bunların tarihsel sürecini nesnel bir şekilde ele almak bu bölümün ilk aşamasını meydana getirmiştir.

## ÖZET

Psikoloji alanlarının tarihî gelişiminde insan deneyimin manevî ve dini yönüne ilişkin çalışmaların azınlıkta kaldığını söylemek mümkün olsa da ilk yıllardan itibaren bu çalışmaların mevcut olduğu rahatlıkla söylenebilir. Maneviyat kavramının gerek halk dilindeki gerekse de farklı alanlardaki çeşitli kullanımlarının varlığından dolayı maneviyatı tek bir çerçevede tanımlamak ya da üzerinde uzlaşılan bir tanıma ulaşmak oldukça zordur. Psikolojik bakış açısından kavramın değişik tanımları ortaya atılmıştır. Örneğin Elkins ve arkadaşları (1988), maneviyatı aşkın bir boyutun farkındalığıyla ortaya çıkan ve kendine, başkalarına, doğaya, hayata ve kişinin nihai olarak kabul ettiği her şey ile ilgili olarak tanımlanabilir değerler ile karakterize edilen bir varlık ve deneyimin bir yolu olarak tanımlamaktadır. Bu tanımlar, fiziksel olarak sonlu olanın ötesinde bir gerçekliğin özlemine ve yaşama derin ve kalıcı bir anlam arayışını araştıran, insan doğasına ilişkin bir görüşü belirtmektedir. Maneviyat kavramının bir şemsiye terim olarak, dini de kapsayan ancak din dışındaki bazı felsefi yaklaşımları ve bireysel deneyimleri de içine alacak şekilde tanımlanması alan yazında giderek kabul görmektedir.

Maneviyat kavramının genişliğini ortaya koyması açısından Worthington ve Aten tarafından yapılan sınıflama oldukça faydalıdır (2009). Buna göre dört tür maneviyat bulunmaktadır: *Dinsel maneviyat*, bir ibadete katıldığımızda, kutsal kitabı ibadet niyetiyle okuduğumuzda veya Tanrı'ya dua ettiğimizde deneyimlediğimiz maneviyattır. *İnsancıl maneviyat* ise türdeşimiz olan diğer insanlarla birliğimizi hissetme ve onların iyiliğine adanmışlığı hissetme gibi deneyimlerle ilintilidir. *Doğa maneviyatı* ise doğayı gözlemlerken (örneğin, bir doğa yürüyüşünde canlıların ve doğal güzelliklerin karşısında hayranlık duyduğumuzda) deneyimlediğimiz maneviyat türüdür. *Evren odaklı maneviyat* ise evrene ilişkin soyut düşünceler esnasında, uçsuz bucaksız bir gerçeklik olarak evrenin bir parçası olduğumuzu hatırladığımızda deneyimlediğimiz maneviyat türüdür.

Yaşamın manevî ve psikolojik alanları arasındaki temel ilişkinin ve hangi alanın öncelikli olduğunun tanımlanmış olması manevî yönelimli müdahaleler açısından önemlidir. Psikolojik yardım süreçlerinde maneviyat ve psikolojik alanlarının benzerlik ve öncelik durumlarına göre beş farklı yaklaşım öne sürülmüştür.

Johnson (2013) tarafından ortaya konulan önermeler manevî yönelimli danışmanlık sürecinin gerekliliğini iyi bir şekilde açıklamaktadır.

1. Manevî, dini ve felsefi düşünceler, inançlar ve uygulamalar insan deneyiminde merkezi öneme sahiptir ve bu nedenle etkili psikolojik danışmada göz önünde bulundurulması gereken önemli unsurlardır.
2. Manevî ve dini yönelimli danışma becerileri, çok kültürlü bir danışmanın bir şekli olarak ele alınabilir. Bununla birlikte maneviyat ve din, kültürlerin oluşmasında da oldukça etkilidir. Maneviyat ve dini, sadece kültürel bir zeminde ele almak, bu iki kavramı anlamamızda eksiklik oluşturacaktır.
3. Birçok terapist/danışman ruh sağlığı alanındaki hakim temel kuramsal paradigmalara dayanarak danışmada manevî ve dini sorunları ele almakta zorlanır.
4. Psikolojik danışmanın kendi manevî-ayrışma seviyesi, danışma alanındaki manevî ve dini meseleleri ele alma konusundaki etkinliğini belirler.
5. Psikolojik kuramları; geniş tabanlı, tematik ve kapsayıcı bir maneviyat görüşüyle bütünleştiren model/modeller kullanmak, danışmanların çeşitli inanç ve manevî konulardan gelen danışanlarla manevî ve dini meseleleri değerlendirme ve ele almadaki yetkinliklerini artırır.
6. Gerçek benlik kavramı, psikolojik teoriler ve danışanın tanımladığı manevî-dini inanç ve uygulamalar arasında kavramsal bir bağ kurar.
7. Danışmada danışan tarafından tanımlanan bir maneviyat ve din anlayışından yararlanmak terapötik değişim sürecinde danışanlarla bağlantı kurmak için önemli bir yol ve kaynak olabilir.

## KAYNAKÇA

- Association for Spiritual, Ethical, and Religious Values in Counseling. (2009). Competencies for addressing spiritual and religious issues in counseling. Retrieved from <http://www.aservic.org/competencies.html>.
- Aydın, C. (2016). Din ile psikoloji arasındaki ilişki bağlamında "id" kavramının Kur'an ve İslam literatüründeki yansımaları, *The Journal of Academic Social Science Studies*, 51; 179-190.
- Ayverdi, İ. (2010). *Misalli büyük Türkçe sözlük*. İstanbul: Kubbealti.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Brownell, P. (2015). *Spiritual competency in psychotherapy*, New York: Spring.
- Chen, M.W., & Rybak, C.J. (2004). *Group leadership skills*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Corbett, J. M. (1990). *Religion in America*. Englewood cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Çelikel, B. (2013). Dini danışmanlık: psikoterapi ile din eğitiminin buluşma noktası. *4rft5 Marife dini araştırmalar dergisi*, 3, 55-68.
- Elkins, D.N., Hedstrom, L.J., Hughes, L.L., Leaf, J. A., & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality. *Journal of Humanistic Psychology*, 28, 5-18.
- Ellis, A. (1980). Psychotherapy and atheistic values: A response to A. E. Bergin's "Psychotherapy and Religious Values." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 635-639.
- Fragar, R. (2009). *Manevi rehberlik ve benötesi psikolojisi üzerine paylaşımlar* (Çev. Ö. Çolakoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Fukuyama, M. A., Siahpoush, F., & Sevig, T. D. (2005). *Religion and spirituality in a cultural context*. In C. S. Cashwell & J. S. Young (Eds.), *Integrating spirituality and religion into counseling: A guide to competent practice* (pp. 123-142). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Gallup. (2007). Religion in America: The Gallup report. Retrieved from <http://www.gallup.com/poll/1690/Religion.aspx>
- Hage, S. (2006). A closer look at the role of spirituality in psychology training programs. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31 (3), 303-310.
- Haque, A. (2001) *Interface of psychology and religion: Trends and developments*, *Counseling Psychology Quarterly*, 14(3), 241-253, doi:10.1080/09515070110091317.
- Hickson, J., Housley, W., & Wages, D. (2011). Counselors' perceptions of spirituality in the therapeutic process. *Counseling and Values*, 45, 58-66.
- 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, 64-74.
- Hill, P., Pargament, K., Hood, R., McCullough, J., Swyers, J., Larson, D., & Zinnbauer, B. (2001). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, (1), 51-77.
- Hodge, D. R. (2002). Working with Muslim youths: Understanding the values and beliefs of Islamic discourse. *Children & Schools*, 24, 6-20.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. New York: W. W. Norton.
- Johnson, P., Buboltz, W. C., & Seemann, E. (2003). Ego identity status: A step in the differentiation process. *Journal of Counseling & Development*, 81, 191-195.
- Johnson, R. (2013). *Spirituality in counseling and psychotherapy: an integrative approach that empowers clients*. New Jersey: Wiley.
- Jung, C. G. (1957). *The undiscovered self*. New York: New American Library.
- Jung, Carl Gustav, (1958). *Psychology and Religion: West and East*, C. W., vol. 11, New York.
- Kelly, E. W., Jr. (1995). *Spirituality and religion in counseling and psychotherapy: Diversity in theory and practice*. Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: W. W. Norton and Company.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York: W. W. Norton.

- Kosmin, B. A., & Keyser, A. (2009). *American religious identification survey (ARIS)*. Retrieved from www.americanreligionsurvey-aris.org.
- La Torre, M. (2002). Spirituality and psychotherapy: An important combination. *Perspectives in Psychiatric Care*, 38, 108–110.
- May, G. G. (1982). *Will and spirit: A contemplative psychology*. San Francisco: Harper & Row.
- McGrath, Alistar, E. (1999). *Science and Religion: An Introduction*, New Jersey: Wiley.
- Miller, W. R., & Thoresen, C. E. (2003). Spirituality, religion, and health: An emerging research field. *American Psychologist*, 58(1), 24-35.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press.
- Pargament, K. I. (2002). The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13, 166-181.
- Parsons, W. B. (2013). Psikoloji: Din psikolojisi (Çeviren, M. Ulu), *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13/1, 253- 273.
- Piedmont, R. L. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, 67(6), 985-1013.
- Post, B. C., Wade, N. G., & Cornish, M. A. (2013). *Religion and spirituality in group counseling: Beliefs and preferences of university counseling center clients. Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. Advance online publication. doi:10.1037/a0034759.
- Schultz, D. P., ve Schultz, S. E. (2001). Modern psikoloji tarihi, (Çev. Y. Aslay), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Sevim, E. (2017). Bireysel Psikolojide Maneviyat. H. Ekşi (Ed.) *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat* (s. 35-54) içinde. İstanbul: Kaknüs.
- Shafrafske, E. P. ve Sperry, L. (2007). *Addressing the spiritual dimension in psychotherapy*. In Sperry, L. ve Shafrafske, E. P. (Eds), *Spiritually oriented psychotherapy* (pp. 333-350). Washington, DC: American Psychological Association.
- Shafrafske, E. P., & Gorsuch, R. L. (1984). Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *Journal of transpersonal psychology*, 16, 231-241.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: Running head: Differentiation And Psychological Distress. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235-246.
- Sloan, R. P., Bagiella, E., ve Powell, T. (1999). Religion, spirituality, and medicine. *The Lancet*, 353, 664-667.
- Smith, H. (1994). *The illustrated world's religions: A guide to our wisdom traditions*. New York: Harper Collins.
- Sperry, L. (2003). Integrating spiritual direction functions in the practice of psychotherapy. *Journal of Psychology and Theology*, 31, 3-13.
- Sperry, L., & Mansager, E. (2004). Holism in psychotherapy and spiritual direction: A course correction. *Counseling and Values*, 48(2), 149-160.
- Swift, J. K., Callahan, J. L., & Vollmer, B. M. (2011). Preferences. *Journal of Clinical Psychology*, 67, 155-165.
- Vacc, N. A., DeVaney, S. B., & Wittmer, J. (1995). *Experiencing and counseling multicultural and diverse populations*. Bristol: Accelerated Development.
- Worthington E.L., Kurusu, T. A., McCullough, M. E., ve Sandage, S.J. (1996). Empirical research on religion in counseling: A 10-year review and research prospectus. *Psychological Bulletin*, 119, 448-487.
- Worthington, Jr., E.L., & Aten, J.D. (2009). Psychotherapy with religious and spiritual clients: An introduction. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 65, 123-130.
- Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2013). Din-darlık ve maneviyat (Çev. Sevdener Düzgüner). R. F. Paloutzian ve C. L. Park (Ed.), *Din ve maneviyat psikolojisi* (s.61-102). Ankara: Phoenix Yayınevi.

# 2. BÖLÜM

## Psikolojik Danışma Kuramları ve Maneviyat

### Bu bölümü okuyan kişinin;

- Freud'un din ve maneviyata yönelik bakışı hakkında,
- Analitik ve bireysel danışmanlık teorisi ve pratiğinin maneviyat ile ilişkisine dair,
- Ego psikolojisi ve nesne ilişkileri ekollerindeki maneviyatın yeri ve değeriyle ilgili,
- Hümanist psikoloji ve maneviyat ilişkisi hakkında,
- Varoluşçu yaklaşım ve logoterapinin maneviyat ile olan ilişkisi ve terapide kullanılan tekniklere dair,
- Pozitif psikolojinin terapötik ortamda uygulanması ve maneviyatla ilişkisi konusunda,
- Affedicilik ve şükran kavramlarının terapötik süreçteki işlevi hakkında,
- Transpersonal psikoloji ve maneviyat ilişkisine dair,
- Bilişsel davranışçı terapi ve maneviyat ilişkisi hakkında,
- Kabul kararlılık terapisi ve maneviyat ilişkisine dair bilgi sahibi olması beklenmektedir.

Gökhan Özcan  
Özge Erduran Tekin  
Kübra Kaplaner