

**T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİKTE
LOGOTERAPİNİN UYGULANABİLİRLİĞİ**

Ayşe ÖZOĞUL

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Süheyl ÜNAL**

İZMİR-2020

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİKTE
LOGOTERAPİNİN UYGULANABİLİRLİĞİ

Ayşe ÖZOĞUL

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Süheyl ÜNAL

İZMİR-2020

TEZ ONAY SAYFASI



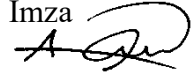
YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

21/07/2020

Ayşe ÖZOĞUL

İmza



MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİKTE LOGOTERAPİNİN UYGULANABİLİRLİĞİ

TEZ ONAY SAYFASI	II
YEMİN METNİ	III
ÖZET	VII
ABSTRACT	IX
İÇİNDEKİLER	IV
KISALTMALAR	XI

GİRİŞ	1
-------	---

BİRİNCİ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK

1.1.PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK NEDİR?	6
1.1.1.Psikolojik Danışmanın Amacı	7
1.1.2.Rehberliğin Amacı	9
1.2.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK NEDİR?	10
1.2.1.Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Amacı	20
1.2.2.Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Gereği	23
1.3.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN TARİHÇESİ	27
1.3.1.Batı’da Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	31
1.3.2.Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	34
1.4.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN FONKSİYON ALANLARI	43
1.4.1.Hastanelerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	43
1.4.2.Cezaevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	45
1.4.3.Çocuk Esirgeme Kurumlarında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	46

1.4.4.Huzurevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	47
1.5.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİKTE UYGULANAN TEKNİKLER	48

İKİNCİ BÖLÜM

LOGOTERAPİ

2.1.VAROLUŞÇU PSİKOTERAPİ (EXISTENTIALIST PSYCHOTHERAPY)	56
2.2.VIKTOR E. FRANKL KİMDİR?	63
2.3.LOGOTERAPİ/VAROLUŞÇU ANALİZ NEDİR?	65
2.4.LOGOTERAPİNİN KAVRAMLARI	72
2.4.1.Yaşamın Anlamı	72
2.4.2.Acının Anlamı	73
2.4.3.Sevginin Anlamı	75
2.4.4.Anlam İstemi	75
2.4.5.Varoluşsal Engellenme	76
2.4.6.Noöjenik Nevrozlar	76
2.4.7.Varoluşsal Boşluk	77
2.4.8.Noö-Dinamikler	77
2.4.9.Varoluşun Özü	78
2.4.10.Nihai Anlam	79
2.4.11.Özgürlük	79
2.4.12.Yaşamın Geçiciliği	80
2.4.13.Aşırı Niyet (Hyper-Intention)	80
2.4.14.Aşırı Düşünme (Hyper-reflection)	81
2.4.15.Beklentisel Kaygı (Anticipatory Anxiety)	81
2.4.16.Kendini Aşma (Self-Tanscendence)	82
2.4.17.Kendine Uzaktan Bakma (Self-Distancing)	82
2.5.LOGOTERAPİNİN TEKNİKLERİ	83
2.5.1.Paradoksal Niyet (Paradoxical Intention)	83
2.5.2.Düşünce Odağını Değiştirme (Dereflection)	86

2.5.3.Tutumların Biçimlendirilmesi (Modification of Attitudes)	87
2.5.4.Sokratik Diyalog	88
2.5.5.Terapistin Rolü	89
2.5.6.Danışanın Rolü	90
2.6.LOGOTERAPİ VE DİĞER PSİKOTERAPİ YAKLAŞIMLARI	92
2.6.1.Psikanalitik Yaklaşım ve Logoterapi	93
2.6.2.Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ve Logoterapi	95
2.6.3.Bireysel Psikoloji ve Logoterapi	96
2.6.4.Davranışçı Yaklaşım ve Logoterapi	97

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİKTE LOGOTERAPİ

3.1.LOGOTERAPİ VE DİN	100
3.2.DİN PSİKOLOJİSİ BAĞLAMINDA LOGOTERAPİ	106
3.3.MANEVİYAT VE LOGOTERAPİ	113
3.4.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BAĞLAMINDA LOGOTERAPİ	116
SONUÇ	126
KAYNAKÇA	131

ÖZET
Yüksek Lisans Tezi
Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği
Ayşe ÖZOĞUL

Dokuz Eylül Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı
Felsefe ve Din Bilimleri Programı

Bu araştırmanın amacı Türkiye’de yeni gelişmekte olan “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik” alanına yönelik yaklaşım ve yöntem problemine katkıda bulunmaktır. Böylelikle bu alanda “Logoterapi’nin uygulanabilirliği ne derece mümkün olabilir?” sorusuna cevap aramak amacıyla bir psikoterapi yaklaşımı olan logoterapinin bu alan için elverişli olup olmadığını araştırmak hedeflenmektedir.

Çalışmamız üç bölümden ibaret olup; ilk bölümde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik genel bir çerçeve ile tanıtılmıştır. Aynı zamanda Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin neden gerekli olduğu ve amaçları da ifade edilmiştir. Özellikle Türkiye bağlamında ele alınıp Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin, başta güncel mesleki tanımı olmak üzere diğer tanımlarına, fonksiyon alanlarına ve uygulanan metotlara da yer verilmiştir.

İkinci bölümde bir varoluşçu psikoterapi olarak logoterapinin kavramları ve teknikleri açıklanıp diğer terapi yaklaşımları ile karşılaştırılmıştır. Logoterapi, anlam merkezli bir yaklaşım olarak bireylere içinde bulundukları acıya karşı tutumlarının belirlenmesi noktasında destek olur. Hayatta yaşananlar her koşulda anlamlıdır. Acılı anlarda bile yaşamında anlam bulmak bireye bağlıdır.

Son bölüm olan üçüncü bölümde ise logoterapinin din ve maneviyatla olan ilişkisine yer verilmiştir. Aynı zamanda din psikolojisi bağlamında ele

alınıp değerdendirilmiş ve çalışmamızın ana konusu olan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bağlamında logoterapi incelenmiştir.

Yapılan literatür taramalarında Türkiye’de logoterapi uygulamasına yönelik bilimsel çalışmaların az olduğuna rastlanmış olup, özellikle Manevi Danışmanlık ve Rehberlik gibi yeni biçimlenmiş bir alanda bu sağaltım modelinin uygulanabilirliğinin araştırılması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır. Her şeyden önce böyle bir çalışmanın her iki alana da farklı bakış açısı getireceği de bir gerçektir.

Anahtar Kelimeler: Din, Maneviyat, Danışmanlık, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, Varoluşsal Psikoterapi, Logoterapi, Anlam, Uygulanabilirlik.

ABSTRACT
Master's Thesis
“Applicability of Logotherapy in Spiritual Counselling and Care”
Ayşe ÖZOĞUL

Dokuz Eylül University
Graduate School of Social Sciences
Department of Philosophy and Religious Sciences
Philosophy and Religious Sciences Program

The purpose of this research is to contribute to the method and approachment problems of "Spiritual Counselling and Care" emerging in Turkey. In this way, "To what extent is the applicability of Logotherapy possible?" To find out if Logotherapy, which is a psychotherapy approach, is suitable in this area is aimed in order to find an answer to the question.

Our study consists of three parts; in the first part, Spiritual Counseling and Care, was introduced with a general framework. At the same time, why Spiritual Counselling and Care is necessary and its aims are also stated. Especially being considered in the context of Turkey's Spiritual Counselling and Care, other definitions, including the definition of current professional primarily in the area of the functions and the methods applied are included.

In the second part, the concepts and techniques of Logotherapy as an existential psychotherapy are explained and compared with other therapy approaches. Logotherapy, as a meaning-centered approach, supports individuals in determining their attitudes towards their pain. What happens in life is meaningful in all circumstances. It is up to the individual to find meaning in his life, even in painful moments.

In the third -and last- chapter the relation of Logotherapy with religion and spirituality is given. At the same time, in the context of psychology of religion, it was evaluated, and Logotherapy was examined in the context of Spiritual Counselling and Care, which is the main subject of our study.

There are a few scientific studies have been found in literature on Logotherapy practice in Turkey, especially Spiritual Counselling and Care as the newly formed area this treatment to investigate the applicability of the model reveals the importance of the study. First of all, it is a fact that such a study will bring a different perspective to both areas.

Keywords: Religion, Spirituality, Counselling, Spiritual Counselling and Care, Existential Psychotherapy, Logotherapy, Meaning, Applicability.



KISALTMALAR

Akt.	Aktaran
ABD	Amerika Birleşik Devletleri
AAPC	American Association of Pastoral Counsellors
ASPB	Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
bkz.	Bakınız
DEM	Değerler Eğitimi Merkezi
DİB	Diyanet İşleri Başkanlığı
İSG	İş Sağlığı ve Güvenliği
MYK	Mesleki Yeterlilik Kurumu
SHÇEK	Sosyal Hizmetler Çocuk Esirgeme Kurumu
SETA	Siyaset, Ekonomi ve Toplum Araştırmaları Vakfı
WHO	Dünya Sağlık Örgütü
vs.	Vesaire
vb.	Ve benzeri

GİRİŞ

İnsan, ana rahmine düşmesinden itibaren varoluş sürecine ilk adımını atar. Hayatta var olduğu sürece öğrenme ve olgunlaşma evreleri hep devam eder. İnsan yaşamının her aşaması aslında bir tekâmüldür. Düşünüldüğü zaman bebeklikten çocukluğa, ergenliğe, gençliğe, orta yaş ve yaşlılıkla birlikte yaşadığı müddetçe insan sürekli değişir ve başkalaşır. Yani varoluş sürecidir bu insan için, ölüme kadar varlık olmak yolundadır.

Dünya hayatı, her zaman olmasını istediğimiz gibi ya da hayalini kurduğumuz gibi gitmez. İnsanoğlu hep bir kader ve irade ikileminde kalır. Yaşananlar bizim kaderimiz mi? Yoksa tercihlerimiz mi? Aslında önemli olan yaşantılardan çok yaşanılanlara olan tutumlarımızdır. İnsanı gerçek manada etkileyen, olup bitenler karşısındaki bakış açısıdır.

Günümüzde sekülerleşmenin de etkisiyle yalnızlığa giriftar olan, kendine ve topluma yabancılaşan ve bir bütün olmayı kaybeden insanoğlunun, mutluluğu elde edememe, ümitsizleşme, uyum sağlayamama, hayat tatminine ulaşamama ve acı veren depresif durumlar gibi yaşam biçimlerinin artması psikolojik ve manevi destek ihtiyaçlarını açığa çıkarmıştır (Yancey, 2008: 64).

Ruhsal bunalımlar, kaygılar, stres, depresyon, üzüntü, fobiler, içinde bulunduğumuz çağda insan hayatının parçası haline gelmiştir. İnsan bunlarla yaşamayı öğrenmelidir. Çünkü gerilimsiz bir hayat mutluluğun teminatını vermez. Tecrübelerin neticesi olarak; hiçbir haz ve eğlence hatta zenginlik ve makam insanın bu sorunlarına bir çözüm olmamaktadır. Yani maddi araçlar günümüz insanının mana arayışını tatmin etmemektedir.

Din ve maneviyat fonksiyon olarak insan ruhunun eksikliklerini tamamlamayı öngörür hatta onun hayatına bir anlam yüklemeyi hedefler. Yani insan anlamı bulduğunda acıları hafifler ya da artık onlar acı olmaktan çıkar. Çünkü Frankl'ın dile getirdiği gibi acının dahi bir anlamı vardır. Viyanalı Psikiyatrist Viktor Emil Frankl'ın kendi hayatında esir düşmüş olduğu Nazi kamplarında deneyimlemiş olduğu acılardan ve işkencelerden yola çıkarak ortaya koymuş olduğu bir tedavi metodu olan ve Türkçe karşılığına “anlam terapisi” denen “logoterapi” günümüz insanı için de gerekli ve geçerli bir metottur. Logoterapinin amacı bir varoluşçu

terapi olarak insanın zihinsel süreçlerini yönetmektir. Logoterapi, özellikle *ben-ötesi psikolojide* olduğu gibi odak noktası olan insanı bir maddeden ibaret görmez, daha çok manevi/tinsel boyutunu ele alır. Aynı zamanda logoterapi, dinî ve manevî içerikli kavramları itibarıyla insanın var olmasının gayesini ve yaşamının anlamının ne olduğunu keşfetmesi açısından önemli bir terapi yaklaşımıdır.

a. ARAŞTIRMANIN KONUSU VE PROBLEMLERİ

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamaları Batılı ülkeler başta olmak üzere Türkiye’de de yaygınlaşmış ve günden güne ihtiyaç duyulan bir hizmet haline gelmiştir. Türkiye’de hem teorik hem pratik anlamda yaklaşık 10 yıllık bir geçmişi olduğundan söz edebiliriz. Ülkemizde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin daha önce müstakil bir uzmanlık alanı olarak var olmaması bu alana olan ihtiyacın olmadığı anlamına gelmemektedir. İnsanın varoluşundan bu yana ihtiyaçları ve problemleri de devam etmektedir. Bu ihtiyaçlar insanın hayatını sürdürmesi sağlıklı bir kişilik geliştirmesi açısından uygun bir şekilde giderilmelidir.

Bireyin dini yaşantısından kaynaklanan problemlerin çözümünde seküler danışmanlık hizmetlerinin yeterli gelmemesi, bu konudaki eksikleri takviye edecek bir hizmeti gerektirmektedir. Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin, hem dini kaynakları hem terapi becerilerini ihtiva eden bir alan olması; insanların bu tür dini ve manevi problemlerine kalıcı çözümler getirmek için gereken desteği sağlaması noktasında önemlidir. Ülkemizde yeni teşekkül eden bir alan olmasından dolayı hedef kitleye yönelik kullanılacak metotların keşfedilmesi en büyük problemidir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, insanın ruhsal sorunsalından kurtulması ve hayatın anlamını bulması noktasında gerekli bir mekanizmadır. Özellikle Türkiye’de yeni müesseseleşmiş bir danışmanlık hizmeti olduğundan uygulamada metot eksikliği kaçınılmazdır. Çalışmamızda, Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin metot problemi bağlamında bu alanda uyarlanabilecek yeni yaklaşımların ortaya çıkarılması faydalı olacaktır kanaatiyle bir varoluşsal psikoterapi olan logoterapi ele alınmıştır. Bu bağlamda insan hayatını anlamlı kılmayı hedefleyen varoluşsal analiz olarak da nitelenen logoterapi, bu alanda faydalı ve geçerli bir sağaltım metodu olabilir.

b. ARAŞTIRMANIN AMACI ve YÖNTEMİ:

Bu araştırmanın amacı, her şeyden önce insan yaşamını anlamlı hale getirebilmek, hatta acıyı kazanıma dönüştürebilmek için bir varoluşsal psikoterapi olan logoterapinin manevi destek hizmetlerinde kullanılması ve uygulanmasının faydalı olacağı varsayımını taşımaktadır.

Çalışmamız üç bölümden ibaret olup; ilk bölümde, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik genel bir çerçeve ile tanıtılmıştır. Aynı zamanda Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin neden gerekli olduğu ve amaçları da ifade edilmiştir. Özellikle Türkiye bağlamında ele alınıp Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin, başta güncel mesleki tanımı olmak üzere diğer tanımlarına, fonksiyon alanlarına ve uygulanan metotlara da yer verilmiştir. Aynı zamanda bu alanda yapmış olduğumuz literatür taraması bağlamında ulaştığımız akademik çalışmalara da değinilmiştir.

İkinci bölümde bir varoluşçu psikoterapi olarak logoterapinin kavramları ve teknikleri açıklanıp diğer terapi yaklaşımları ile karşılaştırılmıştır. Logoterapi anlam merkezli bir yaklaşım olarak bireylere içinde bulundukları acıya karşı tutumlarının belirlenmesi noktasında destek olur. Hayatta yaşanılanlar her koşulda anlamlıdır. Acılı anlarda bile yaşamında anlam bulmak bireye bağlıdır.

Son bölüm olan üçüncü bölümde ise logoterapinin din ve maneviyatla olan ilişkisine yer verilmiştir. Aynı zamanda din psikolojisi bağlamında ele alınıp değerlendirilmiş ve çalışmamızın ana konusu olan “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bağlamında Logoterapi” incelenmiştir.

c. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ VE SINIRLILIKLARI:

Yapılan literatür taramalarında Türkiye’de logoterapi uygulamasına yönelik bilimsel çalışmaların az olduğuna rastlanmıştır, özellikle Manevi Danışmanlık ve Rehberlik gibi yeni biçimlenmiş bir alanda bu sağaltım modelinin uygulanabilirliğinin araştırılması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır. Bu açıdan araştırmamızın hem Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, hem de bir terapi modeli olan logoterapi uygulamalarına katkı sağlayacağını düşünmekteyiz. Bu çalışmanın

sınırları, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarının genel teorik zemini ile logoterapinin kavramsal çerçevesi olarak belirlenmiştir.



BİRİNCİ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK

Ülkemizde modern psikoloji, teorik anlamda din bilimleri ile birlikte özellikle din psikolojisi alanı kapsamında çalışılmaya başlanmış fakat psikolojinin pratik yönü olan rehberlik, danışmanlık ve psikoterapi, dînî bağlamda ülkemizde henüz yeterli bir literatüre ulaşamamıştır. Oysa “*dinî veya manevi danışmanlık*” özellikle batılı ülkelerde sosyal kurum ve kuruluşların çoğunda uygulamalı olarak kullanılmaktadır. Bu hususu Kaymakcan ve Şirin, insanların dinî bir suçluluk, günah işleme vb. sebeplere dayalı olan problemlerini danışabilecekleri; dini telkin yanında psikolojik sorunlarını da paralel olarak çözebilecek bir eğitilmiş uzman danışman sınıfının ülkemizde henüz yetişmemiş olduğunu ifade etmektedir (Kaymakcan ve Şirin, 2013: 113).

Çalışmamızda özellikle dini kaynaklar ve manevi dayanakların ruh sağlığıyla ilişkisi bağlamında Batı’da kurumsallaşmış olan, ülkemizde ise son yıllarda gündemde olan ve gün geçtikçe artan bir ilgiyle akademik araştırmalara konu edilen Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ele alınacaktır. Manevi Danışmanlık ve Rehberliği daha iyi anlayabilmek için üzerinde çokça tartışmalara neden olan, ülkemizde bu alana mukabil olduğu düşünülen *Psikolojik Danışmanlık ve Rehberliğin* ne olduğundan ve amaçlarından kısaca bahsedilecektir. Böylelikle bu iki alanın mahiyeti tanınacak ve işlevleri ortaya konacaktır. Ülkemizde bu alanlar üzerinde yaşanan tartışmaların nedeni, yeni teşekkül eden *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* alanının, *Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik* açısından dezavantaj oluşturacağı düşüncesidir. Çalışmamız, yapılan bu tartışmalara, çözüm üreteceği ve kaynaklık edeceği açısından faydalı olabilir. Burada asıl meselemiz Manevi Danışmanlık ve Rehberlik olduğu için konuya ana hatları ile değinilecek, detaylara girilmeyecektir.

1.1.PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK NEDİR?

Psikolojik Danışmanın ne olduğu ile ilgili birden çok tanım yapılmaktadır. Belli başlı tanımlardan sadece birkaçı aktarılacaktır. *Psikolojik Danışma*, bireyin kendini daha iyi tanımlaması, sorunlarının kökenlerinin farkında olması, sorunlarıyla başa çıkmada beceri kazanması, karar verirken daha gerçekçi yol izlemesi ve sağlıklı bir kişilik gelişimini sürdürebilmesi hedefiyle birey ile karşılıklı olarak kurulan yardım sürecidir.

Amerikan Psikoloji Derneği'nin (American Psychological Association) tanımına göre psikolojik danışma: “*Ruh sağlığı ve psikoloji gelişim ilkelerinin bireyin iyi oluşu, kişisel mesleki patolojilerini de ele alacak şekilde, bilişsel, davranışsal ve etkileşimsel müdahale stratejileriyle uygulanmasıdır.*” (Coşkunsever, 2018: 143). İnsanın ruhsal yönüyle ve duygu dünyasına yönelik sorunların çözümü noktasındaki uygulamalar için “psikolojik danışma” ifadesi kullanılmakta, bununla beraber kişinin akıl ve ruh sağlığını koruyucu hizmetler için de psikolojik danışma kullanılmaktadır (Cebeci, 2016: 20-21).

Görüldüğü üzere psikolojik danışma özellikle insanın ruhsal dengesini korumak amaçlı bir destektir. Bu destek biçimi ancak belli kuram ve yöntemlerle insana uygulanabilmektedir. Bu bağlamda psikolojik danışma faaliyeti, bir sorun yaşayıp onu çözmek durumundaki kişi ile ona yardımcı olabilecek nitelikteki yetkin bir kişi arasında, sorunu gidermeye yönelik oluşturulan yüz yüze görüşme faaliyetidir (Cebeci, 2016: 35). Yani psikolojik danışma tek taraflı bir iyileştirme metodu değildir. “*Danışan*” ve “*danışman*” olmak üzere iki önemli unsurdan oluşmaktadır. Danışanı merkeze alan kuramcılardan Carl Rogers’a (1961) göre psikolojik danışma, “*danışan ile kurulan güven ilişkisi içinde danışanın ben yapısının yumuşaması, daha önce yadsınan yaşantıların algılanması ve danışanın öz kavramı, yapısına katılma sürecidir.*” (Coşkunsever, 2018: 144). Rogers’a göre danışman, danışanı anlayıp onu kayıtsız şartsız kabul eden kimsedir (Rogers, 2012: 8-9). Bu bilgilere ek olarak şunu da belirtebiliriz ki; psikolojik danışma hizmeti yalnızca bir tek kişiye uygulanıyorsa “*bireysel psikolojik danışma*”, birden fazla kişiyle görüşme yürütülüyorsa; “*grupla psikolojik danışma*” hizmeti olarak isimlendirilir (Coşkunsever, 2018: 146).

Psikolojik danışma, terim olarak farklı olmasına rağmen “psikoterapi” ile çok karıştırılmaktadır. Halbuki inceleme alanları ortak olsa da, kökeni içsel yönelimli rahatsızlıklarda *psikoterapi* alanı etkili iken, daha çok dış faktörlerin yansıması olan kişisel problemlerle *psikolojik danışma* alanı ilgilenmektedir. Bu bağlamda konunun daha iyi anlaşılması için psikoterapinin ne olduğunu belirtmekte fayda olacaktır.

Psikoterapi, sözlükte ruhsal yolla tedavi etmek anlamında olup, terim olarak psişik (ruhsal) hastalıkların ilaç ve tıbbi yöntemler kullanılmadan tedavi edilmesi anlamına gelir. Çeşitli sıkıntı ve gerginlikler sonucu oluşan ruhsal problemler ve davranış bozukluklarının giderilmesi veya azaltılması amacıyla yapılan iyileştirme çalışmalarını anlatmada yaygın olarak bu kavram yerine psikolojik danışma kullanılır (Cebeci, 2016: 36). Gladding’e göre (2013) bir meslek olarak psikolojik danışma geleneksel psikoterapinin aksine, rehberlikten gelişmiştir. Bugünkü profesyonel psikolojik danışma, ruhsal bozuklukları iyileştirmeye odaklanmakla birlikte büyüme ve iyilik haline de odaklanan klinisyenlerin uygulamalarını da içine almaktadır (Akt. Belen, 2014: 9). Psikolojik danışma için tek tip bir tanım yapmak ve alanı sınırlandırmak çok da kolay görülmemektedir. Genel olarak ne anlama geldiği ve işlevinin ne olduğu açıklanmıştır. Şimdi konumuz kapsamında psikolojik danışmanın amacına kısaca değinmeliyiz.

1.1.1.Psikolojik Danışmanın Amacı

Danışma kelimesi sözlükte “akıl sorma, istişare etme, müşavere ve müzakere” olarak geçer. Günlük yaşantımızda kullanılan danışma kelimesi, ihtiyacı olan kişinin ortaya koyduğu bir durumu ifade eder. Birey açısından danışma fiili, kişinin ihtiyacını gidermede herhangi bir sorununu çözme ve sağlıklı karar verme iradesini ortaya koyması ile yardım isteğinde bulunması şeklinde tanımlanabilir (Belen, 2014:8).

Psikolojik danışma faaliyetiyle, bireyin kişisel problemlerini çözmede destek veren bir yardım mekanizması olduğu anlaşılmaktadır. Psikolojik danışmanın amacına yönelik ise tanımında olduğu gibi bireyin iyileştirilmesi, sağlıklı bir kişilik kazanabilmesi noktasında yönlendirme yapması vurgusu yapılabilir. Tam anlamıyla ifade edilirse, psikolojik danışma, bireyin kendini daha iyi tanıması ve bu doğrultuda

ilgi ve yetersizliklerini fark etmesi açısından destek sağlamaktır (Coşkunsever, 2018: 149).

Psikolojik danışma, bireyin diğer insanlar tarafından nasıl görüldüğünü de sağlayarak “benlik algısı” oluşturmada etkili olur. Bu açıdan bakıldığında psikolojik danışmanın amacı, bireylerin kendilerini gerçekleştirmesine yardım etmektir. Her psikolojik danışmada kısa, orta ve uzun vadeli amaçlar vardır. Bir psikolojik danışma oturumunda halledilen problemler kısa vadeli, birkaç görüşme sonunda halledilen problemler orta, kişinin kendini gerçekleştirmesi uzun vadeli amaçlarındandır (Coşkunsever, 2018: 149).

Psikolojik danışmanın amaçları bir başka yorumla, “bir korkudan kurtulmak” şeklinde çok sınırlı olandan “mutlu bir hayat sağlamak” şeklindeki çok genel anlama kadar açıklanabilir (Cebeci, 2016: 38). Cebeci, psikolojik danışmanın amaçlarını; yakın amaçlar, orta amaçlar, nihai amaçlar olarak sınıflandırmaktadır (Cebeci, 2016: 38). Bu amaçlardan yakın amaçlar, danışan ile iyi iletişim kurma ve onu anlamak açısından yardımcı olabilmeyi öngörürken; orta derece amaçlarda danışanın problemini ortaya çıkaran sebepleri yok etmek amaçlanır. Nihai amaçlar ise yakın ve orta derecedeki amaçların üstündedir. Cebeci nihai amacı, “*Kişinin hayatta kendisi olmayı başarabilmesi, değerlerine ve hedeflerine bağlı hareket edebilmesi, zorluklar karşısında psikolojik yeterliliğe ve güce sahip olabilmesi*” şeklinde ifade eder (Cebeci, 2016: 41). Bu noktadan bakıldığında psikolojik danışma sürecinde, danışanın yaşamında kalıcı bir etki bırakılması amacı taşınmaktadır (Ekşi ve Yüksel, 2018: 7).

Psikolojik danışma, bireylerin her türlü probleminin çözümü olmamaktadır. Amaçları bağlamında bakıldığında öncelikle danışana yaklaşım metodunu belirlemekle başlamalı (yani danışana nasıl yaklaştığına dair tutumu) ve bireyin içinde bulunduğu durumu, sorunlarını, onu yönlendirerek çözüme kavuşturmalı ve netice olarak da kişinin sağlıklı bir ruh bütünlüğünü elde etmesi için destekte bulunmalıdır. Danışmanlık başlı başına bir yardım faaliyetidir. Psikolojik danışma ise bu yardım faaliyetinin kendi içinde danışanın ruhsal boyutuna sağladığı, amaçları ve yöntemleri olan bir yardım kanalıdır denilebilir. Psikolojik danışma faaliyeti, rehberlik hizmetlerinin içinde değerlendirilen bir alt daldır. Bu açıklamalar doğrultusunda belirtilen bu alan çalışmamızın temel konusu olmadığından Manevi

Danışmanlık ve Rehberlik hizmetinin mahiyetinin daha iyi kavranabilmesi için şimdi rehberliğin amaçları kısaca açıklanacaktır.

1.1.2.Rehberliğin Amacı

Rehberlik, bireyin iradesine müdahale etmemek kaydıyla ona içinde bulunduğu duruma yönelik fikir vermek ve başka açılardan da bakabilmesi için kapı açmak anlamında olduğu gibi danışmanlık ve psikoterapik faaliyetleri de içine alan kapsamlı bir kavramdır (Özdoğan, 2006: 129). Rehberlik yapan kişi her şeyden önce bireyi yönlendirme ve yardımcı olma faaliyetini yürütmektedir. Böylelikle problemler karşısında çözümler sunarak o problemi tanımasına yardımcı olmak ve çözüm önerileri getirmektir (Coşkunsever, 2018: 160). Caipang'e (2014) göre rehberlik, bireye maksimum gelişme sağlamayı ve onun ilgi, yetenek, beceri ve ihtiyaçları açısından geleceği için plan yapmasına yardımcı olmak için mevcut durumunun düzenlenmesine katkı sağlama sürecini ifade eder (Ekşi ve Çelebi, 2018:6).

Rehberliğin amacını Coşkunsever, *“kişinin kendini tanımasına, anlamasına ve kabul etmesine yardımcı olmaktır”* (Coşkunsever, 2018: 161) şeklinde açıklamaktadır. Burada şunu ifade etmek yerinde olacaktır ki rehberlik, bireyin kendine olan keşfine kapı açmaktır. Rehberlikte bir yön veren taraf her zaman mevcuttur. Fakat bu yardım sürecinde amaç, birey yerine karar vermek değil; kendisinin farkına vararak uygun hareket etmesini sağlamaktır. Cebeci, rehberlik faaliyeti için *“yol gösterici bir yardım etkinliği olarak mutlak surette bir iyileştirmeyi ve iyi bir sonuç elde etmeyi hedef alır.”* (Cebeci, 2016: 25) ifadelerine yer vermiştir.

Bireyin problemlerinin çözümünde ona yol göstermek, olgunlaşma ve gelişme düzeyine yardımcı olmak, bireye kararlarını verirken daha bilinçli davranmasını sağlamak gibi amaçları da vardır. Psikolojik Danışma ve Rehberliğin tanımları açıklanıp amaçlarına da kısaca değinildikten sonra araştırmanın temel konusu olan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı genel hatları ile tanıtılacaktır.

1.2.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK NEDİR?

Bir disiplinin, bilimsel alanda kabul görmesi için en önemli hususlardan biri de söz edilen disiplinin tanımlanması, sınırlarının çizilmesi ve yönteminin belirlenmesidir. Bu bağlamda, Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin bir bilim disiplini olarak bağımsızlığı, büyük ölçüde *dini danışmanlık ile psikolojik danışmanlık* arasındaki benzerlikler ve farklılıkların ortaya konmasına dayanmaktadır (Şenbaş, 2019: 7).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik; bireyin kendini anlaması, maddi ve manevi problemlerini çözmesi, gerçekçi kararlar alması, yeteneklerini en uygun düzeyde geliştirmesi, çevresine dengeli ve sağlıklı bir şekilde uyum sağlaması, dünya ve ahiret mutluluğunu kazanarak kendini gerçekleştirebilmesi için “manevi danışmanlık ve rehberlik eğitimi” almış kişilerce verilen psikolojik yardımlara verilen disiplinin adıdır. Amerikan Pastoral Danışmanlar Derneği’nin (*American Association of Pastoral Counselors*) tanımına göre *manevi danışmanlık*: “bireysel ya da grupla deneysel ve davranışsal olarak teolojik bakış açısını göz önünde bulundurarak danışanın hayatını irdelemek, keşfetmediği yönleri ortaya çıkartmak ve danışana rehberlik etmektir.” (Coşkunsever, 2018:167). Konu ile ilgili Ok, “manevi danışmanlık ve rehberlik” bağlamında manevi danışmanın vazifesini şu şekilde tanımlar: “*Manevi danışman, danışmanlık sürecinde birey ile bir bütün olarak ilgilenir ve insanların aşkın olanla ilgili kendi anlamını bulmasına ve onunla ilişkisine rehberlik eder*” (Ok, 2014: 38).

Bu tanımlamalar ve açıklamalar doğrultusunda; Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı özellikle kişinin içsel sağlığına yönelik bir yaklaşım şeklinde yorumlanabilir. Fakat bu içsel sağlık olarak baktığımız durum tamamen sosyal açıdan da kişinin yaşamı ve bu yaşamı içindeki iletişim biçimlerini belirleyen bir psikolojik iyi olma halini gerektirir.

Bu alanda yapılan çalışmalar öncelikle Batı’da daha yaygın olmakla birlikte Türkiye’de de günden güne artış göstermektedir. Türkiye’de özellikle tıp, psikoloji ve ilahiyat, alanlarından ilgili araştırmacılar bu alana yönelik çalışmalarını yürütmektedir.

Tarihsel sürece bakıldığında Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin birçok anlam kaymasına uğradığı görülmüştür. Bu noktada Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin hangi alanlarla yakın ilişkili olduğu veya müstakil bir kavram haline gelme sürecinde hangi bağlamlardan etkilendiği ya da bu kavramla ne ifade edilmek istendiğini açıklamak çalışmamız açısından faydalı olacaktır.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik; dini danışmanlıktan büyük ölçüde etkilenmiştir. Bir disiplin olarak da dini danışmanlığı örnek aldığı tarihsel bir gerçekliktir. Bununla birlikte, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, dini danışmanlığa indirgenmemeli ve onun bir türü olarak görülmemelidir (Şenbaş, 2019: 7). Ayrıca burada belirtmek gerekir ki bahsi geçen dini danışmanlık belli başlı bir dini ekole bağlı hareket etmez. Yani dinlere ve dindarlara karşı objektiftir, evrensel bir yaklaşım içerir.

Dini danışma ve rehberlik kavramları, bizim kültürümüz içine Batı'dan girmiştir. Bu alana dair ilk çalışmalara bakıldığında, kilise uygulamaları bünyesinde yürütülen faaliyetler olarak gündeme gelmiş olduğundan dini danışma ve rehberlik ile ilgili kullanılan ilk kavramlar da Hristiyanlıkla yakın bağlantısı olan hatta Hristiyanlıkla özdeşleşmiş kavramlardır. Bu bağlamda rahip ve papaz gibi din görevlilerinin özellikle kilise haricindeki mekânlarda, yardım faaliyeti olarak sürdürdükleri dini danışma ve rehberlik “*pastoral care*” kavramı ile ifade edilmektedir (Söylev, 2017: 267). Buradan hareketle din adamları tarafından verilen manevi yardım, telkin, öğüt ve tavsiye anlamlarındaki “*pastoral care*” faaliyetlerinin günümüzdeki dini danışma ve rehberlik hizmetlerinin temelini oluşturduğu kabul edilir. Dini danışma ve rehberliğe ait kavramların, Batı kaynaklı olup Hristiyan kültürüne ait olması sebebiyle tam olarak Türkçe karşılıkları olmamakla birlikte, “*pastor*” kelimesi, bizi ilgilendiren manalarıyla din adamı ve papaz demektir (Söylev, 2017: 268).

Pastoral psikoloji, manevi rehberlik ve klinik psikoloji arasındaki sınır bölgede faaliyet gösteren din psikolojisine ait alanlardan birisidir (Özdoğan, 2006:128). Pastoral danışmanlık genellikle dinsel kurum veya kuruluşlarda papazların çalıştıkları kiliselerde uygulanmaktadır. Bu tarz danışmanlığın işlevlerine örnek verecek olursak; bireye ruhsal sıkıntılarında rehberlik etmek veya

Hristiyanlıkta önemli bir ritüel kabul edilen günah çıkarmak şeklindedir (Özdoğan, 2006:129).

Özdoğan'a göre Pastoral danışmanlıkta üç yaklaşım önemlidir.

1) Hasta'nın anlattığı,

2) Danışman'ın anlattığı,

3) Sorunun manevi ve dinsel boyutu (Özdoğan, 2006:130).

Pastoral psikoloji, her ne kadar din ve maneviyata dair danışmanlık yapsa da danışanın dünyevi sorunlarını da çözüme kavuşturmayı amaçlar. Bu amaçla dua, ibadet gibi bir dinin pratiklerini de danışmanlığın yöntemi ve aracı olarak kullanır. Bu açıdan değerlendirildiğinde “*pastoral yani dinsel psikoloji*”, din psikolojisinin bir alt bilimi olarak kabul edilmektedir. Aksi takdirde dinsel ritüellerin bu danışmanlıkta kullanılması mümkün olmayacaktır. Bu son nokta dinsel ve manevi danışmanlığın yalnızca teorik bir yaklaşımdan değil, kültürün ve geleneğin tecrübesinden yani deneyim ve pratikten yararlanmasının önemini göstermektedir (Şahin, 2016: 49-50). Pastoral psikolojinin hangi alana ait bir bilim dalı olmasından ziyade bizi ilgilendiren, hangi görevlerinin bulunduğu ve hangi fonksiyonları icra ettiğidir. Cebeci, pastoral psikolojiyi değerlendirirken içinde hem psikoloji, hem teoloji, hem de rehberlik ve danışmanlık anlamında eğitimin mevcut olduğunu savunur (Cebeci, 2016: 67).

Dini danışmanlık, dinî öğreti bağlamında kişinin zihinsel ve manevi yönü arasındaki uyumu sağlamak amacıyla psikolojik dengesi sarsılan kişiye bu dengeyi yeniden kurmasını ve bütünlük duygusunu yeniden oluşturmasını hedefleyen bir danışmanlık türüdür (Ok, 2008: 556).

Clebsch ve Jackle (1994) yürüttükleri bilimsel bir çalışmada, dinsel danışmanlık (pastoral care) hakkında “dinî bir hazla da olsa esas itibariyle insani amaçlara yönelimin baskın olduğunu” vurgulamışlardır. Bu hizmetin *iyileştirme*, *destekleme* ve *yönlendirme* fonksiyonlarının bulunduğunu da eklemişlerdir (Akt. Cebeci, 2016: 65).

Aydınlanma, sanayileşme, küreselleşme, sekülerizm, postmodernizm, hümanizm gibi akımlar, skolastik düşüncenin baskıcı tutumunu, bireyin kendini aşmasının önünde bir engel olarak görmektedir. Bu durum insanların maneviyata olan eğilimini arttırmıştır. Bununla birlikte maneviyat, bir fenomen olarak akademik

sahada da büyük ilgi görmüş, konu ile ilgili araştırmalar giderek artmıştır. Modernleşmenin getirdiği sorunlar, bireyselleşmeye de bağlı olarak maneviyat yönelimi ve anlam arayışının artmasıyla profesyonel “*manevi danışmanlık ve rehberlik*” hizmeti ihtiyaç haline gelmiştir (Kılınçer, 2017: 2). Burada sözü edilen kurumsal dini yapılanma değerlendirilirken tamamen Hristiyan geleneğine ait bir düşünce sistemi olduğu göz ardı edilmemelidir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, dini danışmanlığın içinde bir hizmet alanı olarak hatta zaman zaman onunla aynı anlamda kullanılan bir uygulama olmuştur. Fakat neticede tarihsel bağlamda dini danışmanlıktan ayrılarak kendine has bir alan modeline girmiştir. Bu konuyu şu tanımdan anlayabiliriz:

“Dini danışmanlık ile manevi danışmanlığın farklılaşma sürecinde dini danışmanlık uygulamalarının farklı alanlara yayılması, belli bir dine has olmayacağı düşüncesi, birçok kişinin dindarlığın yanı sıra maneviyat kavramı üzerinden kendini tanımlaması, maneviyata olan yönelimin artması vb. unsurlar bu süreçte etkili olmuştur” (Kılınçer, 2017: 4).

Bu bağlamda Ok, dini danışmanlığı, dünyevî ve seküler danışmanlıktan ayırarak birkaç temel nokta ile açıklamaktadır. Bunlardan *birincisi* dini danışmanlığın, bir din adamı tarafından gerçekleştirilmesidir. *İkincisi*, danışma ve rehberliğin, daha çok nihai anlam ve varoluşsal konular olmasıdır. *Üçüncüsü*, dinsel ve manevi danışmanlığın rehberlik etme, destekleme, uzlaştırma gibi yaklaşımları içermesi sebebiyle günümüz psikolojik danışmanlığının alanından daha geniş bir çerçeveye sahip olmasıdır. *Dördüncüsü* ise dini ve manevi danışmanlıkta, dinsel ve geleneksel sembollerin ve değerlerin tedavi sürecinde bir araç olarak kullanılmasıdır (Ok, 2008: 558). Şu bir gerçektir ki, dinsel danışmanlık ile manevi danışmanlığın hem kesiştiği hem de ayrıştığı konu, maneviyat kavramıdır. Hayatın anlamını aramak veya nihai anlama ulaşmak gibi meseleler, insanın maddi dünyasının da ötesinde aşkın bir boyutudur. Dünyadaki tüm canlılardan farklı olarak insan, hep ötelere özlem ve ilgi taşır. Öteye duyulan bu ilgi, aynı zamanda kişinin benliği ile ilgilenmesinin ötesine geçmek demek olup onun toplumsallaşmaya ve kendine doğru yönelmesini getirmektedir (Şahin, 2016: 55).

Dinî/dinsel danışmanlık ve manevi danışmanlığın kesiştiği en önemli bir diğer husus ise insana karşı olan bakış açılarıdır. Her iki danışmanlık türünde de, insan hayatının yalnızca maddi koşullara bağlı olmadığı hususuna dikkat

çekilmektedir. Bu noktada insan, madde olarak bir beden olduğundan da ötesi, maneviyatı olan bir canlıdır. Her iki danışmanlıkta da aşkın veya ruhsal boyutun göz önünde bulundurulması, seküler veya sadece madde merkezli yaklaşan danışmanlık türlerinin görmezden geldiği alana dikkat çekmektedir (Ok, 2008: 566). Ok’a göre; manevi veya dini danışmanlık; insan hayatının aşkın bir yanı olduğunu kabul eden kişilere uygulanabilen bir danışmanlık türüdür (Ok, 2017: 42- 43). Bu düşünce ise; bir kişinin manevi danışmanlıktan destek alması için önce kendisindeki aşkın tarafın farkında olması şeklinde yorumlanabilir. Çünkü kendi iç alemindeki eksiklikleri fark etmiyorsa destek alma ihtiyacı duymayacaktır. Ya da hangi noktada desteğe ihtiyacı olduğunu anlayamayacaktır. İnsanın kendi alemlerinin farkına varması için burada Mevlana’nın meşhur sözünü eklemek yerinde olacaktır: “Aziz dost! Sen, tek bir kişi değilsin; sen bir âlemsin! Sen derin ve çok büyük bir denizsin. Ey insan-ı kâmil! O senin muazzam varlığın, belki dokuz yüz kattır; dibi, kıyası olmayan bir denizdir. Yüzlerce âlem, o denize gark olup gitmiştir!”(Merter, 2017: 15).

Anlaşılabacağı üzere manevi danışmanlıkta bireyin manevi boyutunun şuurunda olması büyük önem arz etmektedir. Aynı şekilde bu minvalde danışmanın da bireyin maddeden öte bir âleminin olduğunun farkında olması ve bu bilince sahip olması gerekmektedir. Manevi danışmanlık ve rehberlikte danışmanın amacı, sözel veya başka tür iletişim teknikleriyle nihaî anlam veya kaygı, stres gibi diğer psikolojik konularda sıkıntı yaşayan insanları rahatlatmaktır. Fakat zaman zaman konular değişkenlik göstereceğinden danışman da buna bağlı olarak yaklaşım biçimini ayarlamalıdır. Sözgelimi danışman; engelli ya da yoksul insanlara nasıl yardım alabileceği gibi konularda destek verebilir ya da iş bulmak, veya okul tercihi yapmak gibi konularda rehberlik edebilir. Ayrıca evliliklerinde geçimsizlik yaşayan ya da arkadaşları veya akrabaları arasında dargınlık bulunan kimseleri uzlaştırmaya veya barıştırmaya yönelik rehberlik yapabilir (Ok, 2017: 42- 43).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, tanımlanma ve isimlendirme sürecinde kesin bir tanımlamaya ulaşınca kadar karmaşıklık yaşamıştır. Bu sorunu yaşamasının en önemli sebebi içinde bulunan “maneviyat” kavramının henüz kesinleşmiş ve kuramsallaşmış bir tanımının olmamasından kaynaklandığını söylemek yerinde olacaktır. Maneviyat kelimesi, tarihsel süreç içerisinde ele alındığında farklı dönemlerde çeşitli anlamlarda kullanılmıştır. Örneğin; on ikinci

yüzyıllarda maneviyat, insanın bedensel olmayan, psikolojik yönünü göstermektedir. Orta çağlarda ise maneviyat, yönünü tamamen Tanrı'ya ve dine yöneltmiş dindar insana işaret etmektedir. Modern dönemlere bakıldığında ise bu kavramın ilk olarak on yedinci yüzyılda Fransa'da kullanıldığı tespit edilmiştir. Buradan maneviyat hakkında, ister bir tanrı ve din inancına isterse insanın ruhani yönüne dayansın, şu şekilde söylemek gerçeği daha iyi yansıtacaktır: “İnsanın benliğini, iç dünyasının çeşitliliğini, duygu ve düşüncelerinin ahengini gösteren bir kavramdır” (Yılmaz, 2011: 61). Bu bağlamda, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik disipliniyi açıklarken özellikle “maneviyat” terimi üzerine yapılmış olan tanımlamalara göz atma ihtiyacı doğmaktadır.

Maneviyatın ne ifade ettiği, dini danışmanlık kavramları ile karışmasından kaynaklı ortaya çıkacak sorunların önlenmesi noktasında oldukça önem arz eder. (Kılınçer, 2017: 11). Bilindiği üzere “maneviyat” kelimesi zaman zaman “din” kelimesi ile iç içe geçmiş hatta çoğunlukla birbiri yerine kullanılan bir kavram haline gelmiştir. Hem maneviyat hem de din, tabiatları bakımından çok boyutlu fenomenlerdir.

Düzgüner'e göre 12. yüzyıla gelindiğinde *maneviyat* kavramı, insanın bedensel ve fiziksel yönünden ziyade psikolojik yani daha çok ruhsal yönüne işaret eder (Düzgüner, 2013: 20).

Düzgüner “maneviyat” kavramının ilk kez modern anlamda 17. yüzyılda kullanıldığını açıklamaktadır. Bu dönemde kilisenin otoritesini eleştiren Madam Guyon, kaleme almış olduğu eserinde “*La Nouvelle Spiritualite*” şeklinde maneviyat kavramına yer verdiğine rastlanır (Düzgüner, 2013: 20). Katolik kilisesinin eleştirilmesinden yola çıkarsak maneviyat kelimesinin ilk zamanlar özellikle Hristiyan dini geleneğinde yer aldığı anlaşılmaktadır. Maneviyat kavramın zamanla Hristiyanlıktan gelen anlam kökeni kırılmış, salt dini anlamının dışında farklı anlamlar barındırdığı da görülmüştür.

Maneviyat, 19. yüzyıla gelindiğinde modernleşmenin de etkisi ile birtakım tasavvufi (zühed, riyazet) kavramları içermeye başlamış, daha önceden sahip olduğu anlamları değişmiştir (Düzgüner, 2013: 21).

Bu konu üzerinde yapılan incelemelere göre maneviyat kavramının özellikle 20. yüzyılın başlarına kadar dini bağlamda kullanıldığı görülmektedir. Sonrasında ise

sûfi gelenek içerisindeki tanımlarda yer aldığı tespit edilmiştir. Bu noktada önceki dönemlerde bilim çevreleri tarafından göz ardı edilen maneviyat kavramı dikkatleri üzerine çekmiş ve araştırmalara konu olmuştur. Böylelikle günümüzde artık sosyal bilimler tarafından da maneviyata yönelik olan olumsuz bakış açısında değişimler olmuştur (Kılınçer, 2017: 12).

Maneviyat kavramının din dışındaki kullanımları daha yakın bir tarihe sahiptir. Hâlihazırdaki bütün maneviyat kavramlarının ise tamamının din ile ilişkili olmadığı görülmektedir. Özellikle son dönemde Spilka (1993) literatürü yeniden gözden geçirmiş, maneviyatla ilgili birçok modern anlayışın üç kategoriden birisi ile uyduğu tespitini yapmıştır. Bunlar:

- 1) Teolojilerdeki düşünce ve eylemin sebebi olarak işaret edilen, dar veya geniş anlamda bir tasavvurla oluşan *Tanrı-merkezli maneviyat*;
- 2) Bireyin doğa ile ilişkisini vurgulayan *dünya-merkezli bir maneviyat*;
- 3) İnsan başarısını veya potansiyelini vurgulayan *insan-merkezli bir maneviyat*.

Bu ulaştığı varsayımlar doğrultusunda Spilka, maneviyatın, çok boyutlu bir yapı olarak görülmesi gerektiğini savunur (Kimter, 2013: 93).

Maneviyatın çok boyutlu yapısı incelendiğinde: 1) İnsanın hayatındaki anlam arayışı; 2) Aşkın-yüce olanla bir bağ kurma; 3) Gizemli bir varlığa hürmet ve minnet, 4) Nihâi bir varlığı arama; 5) Bir bağlanma hissi ve 6) Kişisel bir değişim. Buradan hareketle maneviyatın çok boyutlu bir yapısı içinde, bireysel olarak her bir unsuru ve toplu olarak bütün unsurları analiz edildiğinde, birey için faydalı bir yöntem olarak dikkati çekmektedir (Kimter, 2013: 94).

Din ve maneviyat kavramlarını tanımlarken ele alınan ortak kriterleri belirtmek gerekirse: İlk olarak; kutsal arayışının tezahür ettiği duygular, düşünceler, deneyimler ve davranışlar olarak ifade edilmektedir. Bir diğer kriterde, “*arayış*” ya da “*sürdürme*” girişimlerini işaret ederken, “kutsal” terimi ise, ilahî varlığa, birey tarafından algılandığı şekliyle yüce hakikate işaret etmektedir. Bu kriterler doğrultusunda anlaşılabacaktır ki hem din hem de maneviyat tecrübesi için en önemli ortak nokta bir “kutsal” anlayışdır (Kimter, 2013: 104). Bu kutsal anlayışı, bazılarına göre, dinî veya manevî arayışı ifade eden temel olarak bir duygudur. Bazılarına göre ise kutsal olan bir davranış ve bir eylemden ibâret olabilir (Kimter, 2013: 105).

Din ve maneviyat arasındaki benzerlikler göz önüne alındığında, maneviyatı dinden ayrı bir yapı olarak değerlendirmek zorlaşacaktır. Bu açıdan değerlendirsek; Hristiyanlıktaki uygulamalar, örneğin duâ ritüeli, kiliseye gitme, kutsal metinleri okuma gibi dinî geleneğin bir fenomeni olarak kabul edilen inanç ve deneyimler eğer bireyin kutsal arayışı olarak nitelendirilirse aynı zamanda manevi olarak da ifade edilebilir (Kimter, 2013: 110).

Özellikle son asırda gelenekselleşmiş din anlayışının zayıflamasıyla maneviyata olan ilgi artmıştır. Son yıllarda maneviyat terimi dinî anlamda kullanılmakla beraber, toplumsal ve siyasi pek çok alanda oldukça yaygınlaşmıştır. Örneğin; Amerika’da maneviyat içerikli veya bu kavramı yansıtan birçok kurum mevcut olup, maneviyat kavramı “*mega trend*” olarak zikredilmiştir (Zinnbauer, 1999:892).

Maneviyat kavramının tanımını tarihsel süreç ve deneysel çalışmalardan yola çıkarak bulmaya çalışan araştırmacılar, din ve maneviyat fenomenlerine birbiri ile uzlaşmamış iki terim olarak bakmanın veya olumlu-olumsuz şeklinde değerlendirmenin, yapılacak olan araştırmaları yanlış yönlendireceğini ifade etmişlerdir (Zinnbauer ve Pargament, 2013: 83).

Maneviyat tanımındaki belirsizlik ve karmaşanın araştırmamızın konusu olan Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin isimlendirme sürecinde de söz konusu olduğu daha önce belirtilmiştir. Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin tanımı, faydalı olup olmadığı, görev yapacak kişiler, bu alanda kullanılacak yöntemlerin hangi sınırdan durması gerektiği ve bu noktadan sonra psikoterapinin başlayacağı, manevi danışmanlık ile psikoterapinin ayrımı, hangi hedef kitle ile çalışabileceği vb. konular daha yeni çözüme kavuşmaya başlamıştır.

Ülkemizde özellikle son yıllarda artan bir ilgiyle karşılaşan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik birçok akademik araştırmaya da konu olmaya başlamıştır. Bu alanda yapılan çalışmalar giderek artmaktadır. Literatür araştırması yapıldığında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ile ilgili pek çok adlandırma ile birlikte farklı tanımlamalar da mevcuttur. Bu tanımlar ise şu şekilde yapılmıştır:

-Schlauch (1985): Dinî terimler kullanılarak, psikolojik sosyolojik ve teolojik anlamda verilen beden-zihin-ruh sağlığına verilen yardım desteğidir.

-Clebsch ve Jaekle (1994): Dini figürleri kullanarak danışan bireylerin sorunlarıyla başa çıkmada katkı sağlama, yönlendirme, destekleme aracılığıyla çözüm bulmaya yönelik hizmet biçimidir.

-Altaş (2003): Dinin kaynakları ölçüsünde ve terapi tekniklerini uygulayarak bireye kendisi ve başka bireylerle olan ilişkilerinde sorunlara sebep olan duygusal davranış bozukluğunu düzelteren tedavi biçimidir.

-Seyyar (2016): Özellikle manevi desteğe ihtiyaç duyan kişilerde, sorunları doğuran nedenleri araştırıp, farklı çözüm yollarına başvuran, manevi halleri koruma ve iyileştirmeye yönelik bir hizmet olarak tanımlanmıştır (Akt. Kılınçer, 2017: 26).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, gerek dinden gerekse hayattan kaynaklanan birtakım psikolojik sorunları yine dinin kendi içinden veya manevi dünyadan alınan verileri kullanarak yapmaktadır. Danışmanlık sürecinde dinsel kahramanlar ve öyküler ile dinsel motif ve sembollerden yararlanılabilir. Bundan dolayı Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte, danışanın inandığı dinin temel inanç ve davranış kurallarının bilinmesi gerekmektedir (Şenbaş, 2019: 15).

Araştırmamızda buraya kadar aktarılan bilgiler doğrultusunda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik üzerine çeşitli fikirlerin üretildiği birçok tanım ve yorum yapıldığı aşikârdır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bu geçirdiği evrelerden sonra daha derli-toplu bir tanımlama kazanmıştır. Şahin bu alanı tanımlarken şu şekilde açıklar:

“Hastalık, ölüm, yas, kaza gibi psikolojik bakımdan hassas süreçler geçiren ve ev, hastane, cezaevi ve huzurevi gibi belirli mekânlarda yaşayan insanlara, içinden geçmekte oldukları süreçlere eşlik edilmesidir. Öte yandan manevi danışmanlığın, sadece krizlerde değil, insanın mutlu ve sevinçli anlarına da eşlik edebileceği de söylenilebilir. Zira mutlu ve huzurlu zamanlarında maneviyatla hemhal olan bir kişinin, kötü anlar yaşadığı süreçlerde de maneviyata sığınması daha mümkündür” (Akt. Şenbaş, 2019: 15).

Bir başka tanımlamada ise Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, hastalık, sakatlık, doğal afetlere maruz kalma gibi nedenlerle zor durumda kalan ve anlam arayışına giren bireylerin kaybettikleri anlamı geri kazanma ve kontrolü yeniden elde etme süreçlerinin dini/manevi referanslar kullanılarak desteklenmesi faaliyetidir. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik sürecinde bireyin kaybettiği kontrol duygusunu ve anlamı tekrar kazanması ve anlamı sağlıklı bir şekilde dönüştürebilmesi ve

keşfetmesi desteklenmelidir. Bu süreçte bireyin yaşamış olduğu sıkıntıları kendisi için olgunlaşmasına bir vesile olarak değerlendirmesine katkı sağlanır (Ayten, 2015: 65). Çünkü rehberliğin görevi daha önce de belirttiğimiz gibi kişinin iradesine müdahale etmeden doğruya yönlendirmektir. Kişiyi yaşadıkları bağlamında farklı bakış açıları kazandırmaktır. Araştırmamız sürecinde gelişmekte olan bir bildiri ile Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin en güncel tanımlanması ise şu şekilde olmuştur:

“Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Danışanların inanç dünyalarının hayatlarına etkilerini bilmelerine yardımcı olma sürecini; danışanların din veya maneviyatla ilişkilendirdiği sorunlarıyla başa çıkmalarında bütüncül bir yaklaşımla modern danışma teknikleri ile dinî ve manevi yöntemleri birlikte kullanan; problemi konusunda danışanların hedeflerine ulaşmalarını sağlamak maksadıyla yapılan danışmanlık hizmetini ifade eder” (Mesleki Yeterlilik Kurumu, 2019: 3).

Bu ifadeler doğrultusunda; Manevi Danışman (Seviye 6)¹ Ulusal Meslek Standardı, MYK'nın görevlendirdiği Diyanet İşleri Başkanlığı tarafından hazırlanmış, sektördeki ilgili kurum ve kuruluşların görüşleri alınarak değerlendirilmiş olup MYK Yönetim Kurulu tarafından onaylanmıştır (Mesleki Yeterlilik Kurumu, 2019: 6). Aktarmış olduğumuz bu gelişmeler doğrultusunda, bu alana yönelik yapılan çalışmalar arasında nitelik olarak en güncel olan ve resmi gazetede yayımlanan *“Manevi Danışman (Seviye 6) Mesleki Tanımı”* şu şekildedir:

“Manevi Danışman (Seviye 6); İSG ve çevre koruma önlemleri çerçevesinde, yetkisi dâhilinde ve tanımlanmış görev talimatlarına göre; farklı yaşam dönemlerindeki bireylerin din veya maneviyatla ilişkilendirdiği sorunlarıyla başa çıkma süreçlerinde bütüncül bir yaklaşımla modern danışma teknikleri ile dinî ve manevi yöntemleri birlikte kullanan; problemi konusunda danışanların hedeflerine ulaşmalarını sağlamak maksadıyla bireyle ve grupla manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerini sunan ve mesleki gelişim faaliyetlerini yürüten nitelikli kişidir.” (Mesleki Yeterlilik Kurumu, 2019: 7).

Araştırmamızın bu başlığı altında Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin ne olduğuna dair yapılan açıklamalar ve tarihsel arka planı göstermiştir ki dini ve manevi referanslar bireylerin sağaltımında göz ardı edilemez bir gerçekliktir.

Yapılan çeşitli araştırma bulgularına göre maneviyatın ve manevi uygulamaların ruh ve beden sağlığı üzerinde olumlu etkilerinin olduğu ve hastalıkla

¹ Mesleğin yeterlilik seviyesi, sekizli (8) seviye matrisinde seviye altı (6) olarak belirlenmiştir.

başa çıkma sürecinde bireye yardımcı olan en önemli kaynak olduğu sonucuna varılmıştır (Horozcu, 2010:125; Yapıcı, 2007: 51).

Bireylerin fiziksel anlamda yaşadıkları herhangi bir problem, bireyde ruhsal bozukluklara sebep olabiliyor. İnsanın sadece maddeden ibaret bir varlık olmadığını, ruh ve bedenden teşekkül ettiğini eklemekte fayda vardır. İşte tam da bu noktada kişinin ruhsal bozukluklarını tamir etmede manevi desteğe ihtiyacı olacaktır.

Manevi destek hizmetlerinin birincil ve en önemli hedefi danışan bireyin moral ve motivasyonunu yüksek tutmak ve ona ümit aşılayarak maddi tedavisine de katkı sağlamaktır (Aydın, 2016: 258).

Sonuç olarak; bu ana başlık altında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik tanıtılırken genel bir çerçeve çizilmiş olup; tarihsel arka planına, dini danışmanlıkla aynı anlamda kullanılma sebeplerine, içinde ihtiva ettiği “*maneviyat*” kavramının belirsizliğine, zaman içinde anlam kaymasına uğradığına ve maneviyat kavramının uğradığı bu anlam kaymasından dolayı Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin isimlendirme problemi yaşadığına dair açıklamalar yapılmıştır. Bu bağlamda araştırmamızın devam ettiği süreçte gelişmiş olan *Manevi Danışmanın* resmi tanımına da yer verilmiştir. Bu noktada çalışmamız, alanla ilgili güncel gelişmeleri de takip eder niteliktedir. Aynı zamanda Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin ne olduğuna ve hangi noktalarda işlevselleşmesi gerektiğine değinilmiştir. Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin uygulamış olduğu yöntem ve metotlar ileride müstakil başlık altında ele alınacaktır.

Bu başlıkla Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin dini danışmanlık uygulaması ile kesişen noktaları da açıklanmıştır. “Her şey zıddıyla kâimdir” kâidesince az da olsa ayrışan noktaları da aktarılmıştır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlikle ilgili gerekli teferruata önümüzdeki başlıklarda değinilecektir. Konunun daha iyi anlaşılması açısından Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin amacından bahsedilecektir.

1.2.1. Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Amacı

Bir işte amaç belirlemek her şeyden önce o işin yöntemlerini, varacağı hedef noktasını kolaylaştırır ve daha sağlıklı netice alınmasını sağlar. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, hem danışmanlık hem de rehberlik faaliyetlerini ortak içerdiği için bireyin karşılaştığı güçlüklerde bir danışmanlık hizmeti olarak yanında olur; aynı zamanda bireyin içinde bulunduğu kriz durumunu yönetebilmesi için gereken rehberliği ve yönlendirmeleri yapar. Bu düşünce bağlamında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında amaç ele alınırken şu şekilde açıklanmıştır:

“Manevi danışmanlıkta amaç, bireyin manevi yaşantısını düzeltmek için öğüt vermek değil, bireyin manevi yaşantısında karşılaştığı sorunları çözmesine ve doğru kararlar vermesine yardımcı olmak için gerekli olan bilgileri vermek ve böylece benzer sorunlarla karşılaştığı zaman uygun çözümü bulabilme kabiliyetini artırmaktır.” (Coşkunsever, 2018:170-171).

Yani birey daha çok ne yapacağını bilir hale getirilmelidir. Böylece her halükarda yaşanan sorunlara kendisi çözüm bulmayı öğrenecektir. Bu durum kişilerin gelişim sağlaması açısından önem arz eder.

Bulut’a göre; birey dinden kaynaklı olan sorunlarını çözüme kavuşturamazsa, iç âleminde düşünceleri ve manevi değerleri arasında çatışmalar yaşayabilir. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bu noktada devreye girerse bireye bu içsel çatışmalarına karşı onarıcı çözümler getirebilir (Bulut, 2011: 52-58).

Seyyar, Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin gayesini, hayatın zorlukları ile karşılaşmış bireylere manevi ihtiyaçlarında rehber olmak ve onlara destek olabilmektir, diye açıklar. Bu noktada manevi danışman, kişinin manevi olarak mutlu olmasını esas alır ve bireylerin ruh dünyasına hitap etmeye çalışır (Akt. Coşkunsever, 2018:171).

Koç, literatür üzerine yapmış olduğu çalışmalara göre seküler psikolojik danışman ve rehberliğin amaçlarının, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik için de geçerli olduğunu aktarmaktadır (Koç, 2014:67). Manevi Danışmanlık ve Rehberlik insanı bütüncül olarak ele aldığı için psikolojik-fiziksel ve ruhsal anlamda dengede olmasını en büyük amaç olarak öngörür. Zaten bu nokta diğer danışmanlık hizmetleri için de geçerlidir.

Bir başka açıdan, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, hayatın getirdiği zorluklarla uygun bir biçimde baş etmesi ve kişisel potansiyellerini açığa çıkarması hususunda insanlara yardımcı olmayı amaçlayan ve bunun için de manevi değerleri bir araç olarak kullanan danışmanlık hizmetidir. Böylece Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, insanın içinde bulunduğu sorunlarının sorumluluğunu taşıyabilecek, kişisel imkânlarını hayata geçirebilecek, kendisi ve çevresiyle uyumlu ilişkiler kurabilecek bir karakter yapısını yeniden inşa etmeyi amaçlar. Bu amaçları gerçekleştirmek adına Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, bireyi toplumdan soyutlaştırarak ele almaz, insanın ancak toplumla birlikte birey olabileceğini vurgular. Bir başka deyişle danışanı yalnızca psikolojik değerlendirmeye tabi tutmakla yetinmez. Danışanın psikolojik sıkıntılarından kurtulması için bir yandan onu hayatın karşısına çıkacak cesareti verirken diğer yandan da onun topluma katılmasını sağlayacak çevre ilişkilerini de yeniden yapılandırmasına yardımcı olabilir. Tüm bunları gerçekleştirmek için de manevi danışmanlık modeli, danışanın önem verdiği manevi ve dinsel değerleri danışmanlığın aracı ve teknikleri olarak kullanır (Şenbaş, 2019: 18-19).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, amaçlamış olduğu yönlendirmelerle bireylere danışman olmadığı zamanlarda kendilerini yalnız ve çaresiz hissetmeyip, var olan ama kullanma becerisi gösteremedikleri dinsel/manevi kaynaklarından ve en önemlisi bireysel potansiyellerinden destek almalarını sağlamış olur. Bunun için Koç, bireylere danışmanlık veya terapi süreci içerisinde dinî yönden problemlerin üstesinden gelme becerisi kazandırma çalışması yapılması gerektiğini vurgular (Koç, 2016: 323).

İnsanlar yaşamları boyunca fiziksel ve ruhsal sağlıklarını olumsuz etkileyen, birçok problem, stres veya çeşitli zorluklarla karşılaşır. Ve her birey söz konusu problem, stres veya zorlukların üstesinden gelmek için işlevsel veya işlevsel olmayan çeşitli stratejiler geliştirirler. İnsanoğlunun içsel veya dışsal kaynaklı çatışma ve karmaşaların üstesinden gelmeyi amaçlayan birçok stratejisi vardır. Bunlar arasında dini/manevi stratejiler de mevcuttur. Dini/manevi stratejiler, bireylerin kendilerini zorlayan olay ya da problemlerin üstesinden gelirken dinsel veya manevi kaynaklardan yararlanabilmesidir. Dini inanç ve yaşam tarzının bireylerin yaşamlarında ne derece etkili yer alıyorsa, ruhsal sorunların çözümünde de o derece

etkili rol aldığı söylenebilir. Ancak tam tersi olarak yaşam tarzlarının oluşumunda din çok da fazla etkili değilse, o bireylerin problemlerin üstesinden gelmesinde dinsel kaynaklar çok da önemli yer teşkil etmemektedir (Yıldırım, 2019: 37). Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bu bağlamda kişiyi güdülemeyi de amaçlar. Danışan, yaşamında neler yapmak istediğini fark ettiğinde, belirlediği hedeflerine ulaşmak için daha çok gayret eder.

Literatür incelendiğinde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin amaçlarını, (1) kısa, (2) orta ve (3) uzun olmak üzere üç dönem çerçevesinde değerlendirmek mümkündür. Kısa vadeli amaç; danışmanlığın uygun bir biçimde başlatılması ve sürdürülmesi ile başlar. Bu dönemde danışanın psikolojik açıdan rahat ettirilerek semptomların (hastalık-belirti) kaybolması, danışanın kendini ifade edebilmesinin sağlanarak kendisinde yeni bir iç görü geliştirmenin kazandırılması gerekir. Orta vadedeki amaç ise danışanın yeni davranışlar kazanmasıdır. Psikolojide yerine koyma adıyla bilinen savunma mekanizması harekete geçirilerek danışanın sorunun ortaya çıkmasına sebep olan dürtüleri giderek dönüştürülür. Bu sebeplerin ortadan kalkması, çözüm sürecinin önünü açabilir. Bu noktada danışman, danışanın psikolojik sıkıntısının çözülmesi için yeni davranışları ortaya koyup bunların hayata geçirilmesi için danışanı cesaretlendirebilir. Uzun dönemli amaç ise danışanın hayatında kendi varlığını gerçek manada kazanması, değer ve hedeflerini yeniden oluşturması, yaşamın güçlükleri karşısında psikolojik yeterliliğini yeniden elde etmesi ve sevinç içinde yaşamını sürdürebilmesidir (Coşkunsever, 2018: 172-174).

Sonuç olarak; çalışmamızın bu kısmında Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin amaçları, araştırmalar incelenerek ortaya konulmaya çalışılmıştır. Bu amaçları aktardıktan sonra şimdi de konumuza Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin niçin gerekli olduğuna bilimsel literatür bağlamında değinilecektir.

1.2.2.Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Gereği

İnsan, zaman zaman problemlerinin üstesinden gelmekte tek başına içsel dengeyi sağlayamaz. Burada vurgulanan içsel denge, bireyin psikolojik iyi olma halini ifade eder, yani bu da ruhsal dayanıklılıktır. Psikolojik bunalım ve kriz anlarında insanın ihtiyacı olan işte bu ruhsal dayanıklılıktır. Birey bu kriz anlarında kendisini yönetebileceği gibi bazen de ciddi desteğe ihtiyaç duyabilir. İnsan ve

davranışını inceleyen psikoloji bilimine göre; birçok psikoloji ekolü ve psikoterapi yöntemleri mevcuttur. Modern zamanda insana ait sorunların çözümünde, günümüzde kullanılan seküler danışmanlık hizmetleri artık yeterli gelmemektedir. İnsanın bireysel ve sosyal yaşantısında karşılaştığı güçlüklerle çözüm üretmek için sürekli alternatif hizmetler gelişmektedir. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik de bu minvalde ihtiyaç duyulan bir hizmet haline gelmiştir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, daha önce de açıklandığı üzere Batı'da özellikle de Hristiyan dini geleneğinde kilisedeki din adamları tarafından yapılan bir uygulama biçimidir. Batı geleneğinde bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamak profesyonel bir meslek halini almıştır. Bu noktadan bakıldığında, çoğunluğu Müslüman bir ülke olan Türkiye'de de bu tür manevi mekanizmaların uygulanması zaten bir gereklilik arz eder. Çünkü dindar halk kişisel veya grupsal her türlü probleminde çoğu zaman dinsel bir kanal arayışı içine girmektedir. Yani dini yaklaşım ve dinsel ritüeller bu hedef kitle için bir terapi mekanizması hükmündedir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, ruhsal dayanıklılık için dindar insana gerekli bir mekanizma olurken diğer bir boyutuyla da söz konusu dindar olmayan bireylerde de uygulanabilir. Çünkü dindar olsun veya olmasın insanın maddi gereksinimlerinin yanında manevi ihtiyaçları da vardır. İnanma, kutsal ve aşkın olana bağlanma, iç huzuru sağlama, kabul görme, sevgi, merhamet ve güven hissi de bireyin manevi ihtiyaçlarındandır. Cebeci'ye göre maneviyat olgusu, bütün insanlarda var olan içten ve özgün bir kapasite olarak hayatın her alanında cesaret ve güven veren bir enerjidir. Kişinin maneviyatının yüksek olması, yapabilme ve başarabilme gücünün yüksek olması demektir. Maneviyatının zayıf olması da kişiyi hayata küstürecek veya umutsuzluğa düşecek duruma getirebilir. İnsanlar çoğu zaman hayat tecrübelerinde karşılaştıkları güçlüklerle mücadele etmede maneviyatı yaşamsal bir güç olarak görür. İnsan maneviyatı hissetmediğinde, onun gücünden mahrum kaldığında kendisine destek olacak bir yardım eli arar. İşte bu herkesin her şekilde hissedeceği manevi bir yardım ihtiyacıdır ve ancak psikolojik destek, telkin ve rehberlik çabaları ile sağlanabilir (Cebeci, 2016: 60).

Ok, bireylerin özellikle varoluşsal ve ruhsal problemlerini anlamlandırmada Manevi Danışmanlık ve Rehberliğe ihtiyaç duyduklarını belirtir (Akt. Coşkunsever, 2018: 177). Çünkü bireyin fiziki ve sosyal sağlığının yanında ruh sağlığının da

korunması, kişinin tam bir iyilik hali içinde olması açısından önem arz eder (Seyyar, 2008: 41).

Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin gerekliliği çoğu zaman bireyin kişilik yapısı, bakış açısı gibi özelliklerine göre de değişebilir. Bu bağlamda incelendiğinde bireylerin eylemlerinin kaynağı, kişinin sahip olduğu değerler bunların arka planında da bu değerleri ortaya çıkaran inanç sistemi, ve hayat felsefesi yatar. Bu açıdan Allport'a göre dini inançlar, bireyin psikolojik ruh halini ve dolayısıyla kişisel hayatını etkiler (Allport, 2004: 139-140).

Şentürk, dini inancın fonksiyonlarının, kişinin bireysel ve sosyal hayatındaki yerine ve önemine ve aynı zamanda kişinin davranışları üzerindeki etkilerine göre ele alınabileceğini belirtir (Şentürk, 2008: 12-15). Bireyin kişiliğin oluşumunda inancın rolü, çevresel faktörlerin etkisinden daha fazla olmaktadır. Bundan dolayı inançlar, sağlıklı bir kişiliğin oluşumunda önemli yere sahiptir (Peker, 1986:100-101). Kişinin dinsel yaşamındaki olumsuzluklar, sadece dini hayatı değil, yaşamında birçok aktiviteyi olumsuz etkilemektedir. Bu çatışma ile başa çıkmada dini inanç bireye destek olur (Karacoşkun, 2008: 142).

Bireyin kendini gerçekleştirme, varlığını geliştirme yolculuğunda maneviyatı bir enerji kaynağı olarak kullanması her zaman tek başına başarabileceği bir durum olmayabilir. İşte bu durumlarda insanı yönlendirecek bir kanala ihtiyaç duyulmuştur. Tarihin çok eski devirlerinden beri insanlar bu manevi desteği hep hocalardan, papazlardan, rahiplerden, büyücülerden ve medyumlardan beklemişlerdir. Günümüz insanı bile bu tür manevi nitelik taşıyan kişilerden medet ummaktadır (Cebeci, 2016: 60-61). Cebeci'ye göre bu beklentinin en makul gerekçesi üç şekilde açıklanmaktadır: 1) Dini yönden hata yapıp bu konuda sorumlu duruma düşme korkusu, 2) İçinde bulunduğu suçluluk duygusundan kurtulup iç huzura kavuşma arzusu, 3) Bütün sıkıntılardan kurtulmak için aşkın manevi güce sığınma isteği diyerek Cebeci şunu ekler: *“Din ve inancın insan ruhundaki yeri ve insanı sevk ettiği tatmin alanı başka hiçbir şeyle doldurulamaz”* (Cebeci, 2016: 61).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, önce bireyin kendisini keşfetmesine, daha sonra da toplumu anlamasına ve anlamlandırmasına katkı sağlamaktadır. Dinin kapsamında olan dayanışma, yardımlaşma, hoşgörü ve kardeşlik gibi temel değerler, manevi danışmanlık ve rehberlikte sosyal iletişimi artırır. Manevi Danışmanlık ve

Rehberlikte danışman; danışana yaşamın anlamını, önemini ve varlığın gayesini anlamada farkındalık katar (Coşkunsever, 2018: 178-179).

Manevi danışman, temel inançlar, değerler ve hayatı değerlendirmede yönlendirmecidir. Manevi danışmanın, zihinsel hastalıklardan korunma ve iyileşmede kaçınılmaz bir rolü vardır. Bu noktada din alanında çalışan ve bireyin ruh sağlığı konusunda donanımlı, özel yetişmiş insanlara yer verilmesinin gereği çok açıktır (Özdoğan, 2006: 131). Bireyin sosyalleşmesi ve toplumun bir parçası olması noktasında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, dezavantajlı gruplar için de teşvik edici bir role sahiptir (Yörükoğlu, 1981: 211-214). Birbirinden farklı kültür ve değerlere sahip bir toplumda yaşayan dezavantajlı gençler, Manevi danışmanların verdiği sevgi ve merhamet eğitimiyle diğer insanlarla daha rahat etkileşime geçebilirler (Özdemir, 2012:198-199).

Batı temelli olan bu uygulama biçimi, Türkiye’de 2015 yılında Sağlık Bakanlığı ile Diyanet İşleri Başkanlığı arasında imzalanan bir protokol ile manevi bakım olarak resmi bir zemine dayandırılmış ve pilot uygulama olarak başlatılmıştır. Günümüzde konu ile ilgili araştırma, eğitim ve uygulamalar var olsa da Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin gerekli bir uygulama olup olmadığı meselesi hala sürmektedir. Sistematik bir eğitimi olup olmadığı, uygulama programlarının olup olmadığı ile *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* “niçin gereklidir” konusu hala araştırılmaya devam etmektedir. Literatür bağlamında Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin hem danışman hem de danışan açısından niçin gerekli olduğuna dair yapılan araştırmalar neticesinde sunulan açıklamalar şu şekilde izah edilmektedir:

- Dindar danışanların sorunlarına dini/manevi kaynaklı çözümler arama arzusu,
- Bazı dindarların dini yaşayışı ile ilgili kaygılardan dolayı psikoloğa gitmeyi tercih etmemesi, bu konuda çekimser kalması,
- Dinine bağımlı bazı insanların psikolojik bir terapiye ihtiyaç duymanın dini ritüellerde eksiklik, inancında azalma hissine kapılması, Müslüman psikoloğa gitmez düşüncesi,
- Dindar olmayan bazı kişilerin de belli konularda bir manevi danışmana başvurma isteği /*spiritüel* destek arayışı,
- Hastaların sağlık hizmetlerinde diledikleri uzmanı seçme hakkı olduğu gibi ruhsal bunalımlarda da diledikleri danışmanı da seçme haklarının olması,

- Psikologların, dindar bireylerin, dini değerlerle ilgili problemlerinde onlara destek sağlayacak yeterli donanımının olmaması,

- Birçok psikolojik yaklaşımın din/maneviyata yönelik düşmanca bir tavır olmasa da büyük bir kısmının din/maneviyatı terapiye dâhil etmemesi,

Bu sayılan gerekçeler incelendiğinde hem terapi anlamında hem dini kaynaklar bağlamında donanımı olan danışmanlara ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır. Bu sebeple teoloji ve psikoloji eğitimi alan ve bu iki alanın yöntem ve uygulamalarını bir arada kullanabilme yeterliliğine sahip kişiler, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı için gereklidir (Kılınçer, 2017: 12).

Araştırmamızda buraya kadar, Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin genel tanımı kapsamında ne olduğuna, amaçlarına ve ne için gerekli olduğuna dair literatür bağlamında açıklamalar yer almaktadır. Bu açıklamalar doğrultusunda şimdi de Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin tarihsel süreçte nasıl var olduğuna ve geliştiğine, günümüzdeki mevcut durumunu nasıl kazandığına kısaca değinilecektir.

1.3.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN TARİHÇESİ

Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin temel felsefesi, bireyi holistik yaklaşım ile incelemektir. Holistik (bütüncül) yaklaşım ise insanın manevi, ruhi yönünün de olduğu gerçeğinden hareketle, bireyin maddi ihtiyaçları olduğu gibi manevi (*spiritual*) ihtiyaçlarını da göz önünde bulundurur. Bu ihtiyaçlara yönelik ise bugünün modern dünyasında her bir alanın kendine ait bir uzmanı vardır (Küçük, 2017: 28).

Kaynaklara bakıldığında psikoloji biliminin tarihçesi anlatılırken; uzun bir geçmiş ve kısa bir tarihten söz edilir. Yani insanın yeryüzünde varoluşundan itibaren insanı inceleyen ilimler de hep var olagelmıştır. Görüldüğü üzere aslında tüm sosyal ve beşeri bilimlerin geçmişi insanlık tarihi kadar eskidir. Coşkunsever de bu noktaya mutabık olarak: “*Manevi danışmanlık faaliyetleri insanlık tarihi kadar eskidir*” (Coşkunsever, 2018:179) diye eklemiştir. Her bilimin tezahürü, yani somut bir alana hitap etmesi zaman içinde gerçekleşmektedir. Şunu belirtelim ki her bilim aslında ihtiyaçlardan doğar. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik de insanın ruhsal-manevi-dini ihtiyaçlarını karşılamak için ortaya çıkmıştır.

Manevi danışmanlığın kökleri, antik çağdaki uygulamalara kadar gerilere götürülebilir. Bu dönemlerde şamanlar ve medyumlar gibi din insanlarının kutsal üstün güçlerle iletişime geçebildiklerine ve bu iletişimin bir sonucu olarak da insanların hem bedensel hem de ruhsal rahatsızlıklarını tedavi edebileceklerine dair inançları vardı. Öte yandan kimi toplumlarda delilik gibi ağır ruhsal ve akılsal sorunların tanrısal bir ceza olduğuna inanılır ve bu nedenle de deliler, toplumdan dışlanmışlardır. Kaynakların aktardığına göre Batı toplumlarında 19. yüzyıla gelindiğinde suçluların hapisanelere atılarak toplumdan dışlanması gibi deliler için de tımarhaneler inşa edilmiş ve böylece onlar da toplumun dışına itilmişlerdir (Şenbaş, 2019: 31).

Küçük, Yahudi ve Hristiyan tarihinde insanların manevi ihtiyaçlarının 3000 senelik bir geçmişi olduğundan bahseder. Hatta Hristiyanların anlayışında ilk manevi desteği veren, Yaratıcı'dır. Hristiyanların kutsal kitaplarında da Hz. İsa'nın hastaları tedavi etme hikâyeleri sıkça anlatılır (Küçük, 2017: 28-29).

Hristiyan teolojisinde günah ile hastalık arasındaki ilişki gelenekseldir. Bundan dolayı Hristiyan uygulamasında günah itirafı, hasta yağlanması, cemaatle duâ etmek kişinin iyileşmesinde ibadetlerden önce uygulanmaktadır. Tarih boyunca bu uygulamalar belli standartlara göre değil, Hz. İsa örnek alınarak duruma ve kişilere göre yapılmıştır. Eski Ahit'teki ruh kelimesi, Yeni Ahit'te psikoloji olarak çevrilmiştir. Hristiyanlıkta, manevi rehber anlamında "Seelsorge" kavramı kullanılmaktadır. "Umut İletişimi" (*Kommunikation der Hoffnung*) tabiri de geçmektedir. Bu kelime ise Hz. İsa, hastanın içindeki olumsuz düğümleri çözüp umut aşıladığı için kullanılır. Teolojik alt yapı esas olmakla birlikte Hristiyanlıkta manevi rehberlik uygulamalarında psikolojiden de faydalanılmaktadır (Küçük, 2017: 30). Günümüzde dini-manevi danışmanlık olarak adlandırılan disiplin, öncelikle Hristiyan kültüründen beslenmiş ve Hristiyan din adamlarınca ortaya atılmıştır.

Ortaçağda kilisenin ruhsal tedavileri kendi çıkarları doğrultusunda kullanmaya başlamasıyla rönesans ve reform hareketleri gündeme gelmiştir. Bu bağlamda yeni bir döneme geçilmiş ve daha sonra manevi destek uygulamaları 18. ve 19. yüzyıllarda tamamen psikolojik yardımlara dönüşmüştür. 1963'te Hollanda'da başlayan "Clinical Pastoral Training" ile İncil'deki acı ve kederle ilgili bölümler,

hastanelerde psikolojik yardıma yararlı bir şekilde uygulanmaya başlamıştır. Bu uygulamalar 1970’te ise Almanya’ya kadar gelmiştir (Küçük, 2017: 31).

Araştırmamız açısından tarihsel süreç incelendiğinde; Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin kurumsal anlamda daha çok Hristiyan geleneği içinde doğup geliştiği ve yayıldığı görülecektir. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarının Hristiyan geleneği içinden kopup gelmesi diğer dini geleneklere aykırılık taşıdığı anlamına gelmez. Sonuç olarak bu alan, uygulamaları ve yaklaşımları ile insan ve insan ihtiyaçlarına hizmet etmeyi amaç edinmiştir. Her din, bireysel, toplumsal ve kültürel anlamda bu uygulamaları kendi değerlerine göre şekillendirebilir. Örneğin; İslam dinine ait kaynaklara bakıldığında Hz. Muhammed’in bizzat uyguladığı ve yapılmasını tavsiye ettiği manevi destek uygulamaları da mevcuttur. Bu tavsiyeler ışığında şunları söyleyebiliriz:

Danışanların manevi gereksinimleri doğru bir şekilde tespit edilmeli daha sonra kişinin durumuna göre telkinler yapılmalı, teselli verici cümlelerle moralleri yükseltilmelidir. Ancak söylenecek sözün karşısındaki hedef kitle çok iyi tanınmalıdır. Çünkü bilineceği üzere inanç-itikâd sorunları olan bireye ibadet anlatılmaz. Kişilerin iç âlemindeki problemler tespit edilmeden onlara sabır göstermek, tevekkül etmek gibi tavsiyeler olumsuz bir etki yapabilir (Aydın, 2016: 257-258). Sağlıklı bir netice elde etmek için bu noktalara âzami hassasiyet gösterilmelidir. Öncelikle kişinin aklını meşgul eden çıkmazlara cevap verilmeli, soru işaretleri giderilmelidir. Kademeli olarak bireyin ihtiyaçlarının giderilmesi sağlıklı bir netice verecektir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, tarihsel süreç içerisinde ihtiyaç ve uygulamaları ile değişik formlara girmekle beraber gündemden hiç düşmemiştir. Gerek dini gerekse resmi uygulamalar olarak varlığını sürdürmüştür. Zaman zaman profesyonel bir meslek olarak, kimi zaman da gönüllü olarak icra edilmiştir.

Son asırda dünya genelinde, hatta ülkemizde insanın, aslında var olan fakat bilimsel noktada göz ardı edilen tarafı olan maneviyat tekrar gün yüzüne çıkmıştır. Oysa maneviyat ve din, insanın yeryüzünde varlığı boyunca hayatın ayrılmaz bir parçası olmuştur (Kılınçer, 2017).

19. yüzyılın sonlarında Batı ülkelerinde gün yüzüne çıkan psikoloji bilimi üzerinde Batı’daki düşünce sistemi etkilidir (Ekşi ve diğerleri 2016: 17). Bir bilim

dalı olarak ortaya çıkmaya başladığı ilk dönemlerde psikoloji, din ve maneviyatın iç içe bir yapı arz ettiğinden söz edilebilir. O dönemlerde revaçta olan pozitivist ve materyalist felsefeden dolayı maneviyat ve dinin, insan üzerindeki etkisiyle ilgili çok fazla araştırma ve çalışma yapılamamıştır (Tarhan, 2016: 78).

21. yüzyıl başlarında ise psikoloji biliminin din ve maneviyata karşı algı ve tutumunda olumlu yönde değişimler başlamıştır. Uzun yıllar boyunca modern kesim tarafından dışlanmış olan maneviyat, postmodernizm ile birlikte ihtimaller arasında olarak değerlendirilmiştir. Yani dışlanmış olması, gerçekliği konusunda maneviyata kuşkulu yaklaşılmasını ifade etmektedir. Bilimsel çevrede yeniden gündeme gelmiş olsa da din ve maneviyat araştırmalara konu olmaya ve yeniden tartışılmaya başlanmıştır (Ekşi ve diğerleri 201: 14).

Günümüze gelindiğinde psikolog/psikiyatrların din ve maneviyata olan ilgisinin her geçen gün arttığını söylemek mümkündür. Din ve maneviyatın bilimsel alanda araştırma konusu olamayacağı inancı azalmıştır. Din ve maneviyata olan algı ve tutumlar da olumlu yönde değişmeye başlamıştır. Psikolog/psikiyatrların, danışanlarının dini yönelim ve maneviyatını göz ardı etmek yerine bu konuda yeterlilik sahibi olmaya çalışmaları gerekmektedir. Bugün dini-manevi danışmanlık ve rehberlik diye ifade ettiğimiz faaliyetleri içine alan çalışmalar artık bilimsel bir duyarlılıkla ele alınmakta, incelenmekte ve geliştirilmektedir. Bu konuyu bilimsel bir yaklaşımla ilk ele alıp inceleyen Amerikalı Psikolog Anton Boisen olmuştur. Boisen, zihinsel rahatsızlıklardaki dini olgularla ilgilenen birkaç psikiyatr ve anormal zihinsel durumları ele alan birkaç din adamından birisidir (Coşkunsever, 2018:183). Klinik Pastoral Eğitimi hareketinin öncüsü kabul edilen Boisen 1926 yılında kaleme aldığı *“Teolojinin Metotları ve Görevi”* adlı eserinde manevi yönden insanları anlamanın yollarını göstermiş, insanlara karşı fedakârlık konusunda yarış içinde olunmasını tavsiye etmiştir (Cebeci, 2016: 63).

Manevi danışmanlık alanına önemli katkı sağlayanlardan biri de Hümanistik Psikoloji’nin kurucusu Carl Rogers’tır. İlk kez güdümsüz (yönlendirici olmayan) danışma metodunu önermiş, daha sonra da danışandan hız alan terapi metodunu geliştirmiştir. Rogers teolojik bir alt yapıya sahip olmakla birlikte kariyerinin ilk yıllarında akademik psikolojiye yönelerek maneviyattan uzaklaşmıştır. Uzun bir zaman ampirik bilim adamı olarak yaşamış fakat yaşamının son zamanlarında kendi

kişisel ve mesleki birikimi O'na manevi boyutun gerçekliğini kabul ettirmiştir (Coşkunsever, 2018: 183-184).

Amerikan Psikoloji Birliği ve Batı dünyasındaki psikologlar, ortaya koydukları araştırmalarında, psikoterapinin insanın manevi ihtiyaçlarından ayırlamayacağını göstermektedir (Coşkunsever, 2018:184).

Sonuç olarak; günümüze bakıldığında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik çalışmaları bilimsel bir duyarlılık olarak ele alınmakta ve geliştirilmektedir. Özellikle bugün Avrupa ve Amerika Birleşik Devletleri'nde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik eğitimi veren programlar mevcuttur (Coşkunsever, 2018: 185). Ülkemizde ise Manevî Danışmanlık ve Rehberlik, yeni bir çalışma sahası olarak değerlendirilebilir. Bu sebeple bu alanda yapılmış olan akademik çalışmalar gelecek vadetmektedir.

Bu başlık altında Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin tarihsel arka planı genel bir çerçeve ile çizilmiştir. Türkiye'de ve Batı'da Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin altyapısı ve güncel durumu daha özel başlıklarla anlatılacağından bu başlık altında ayrıntılara değinilmemiştir.

1.3.1. Batı'da Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Batı'da Hristiyan geleneğinden doğan dini danışmanlık, zamanla sistematik hâle getirilmiş ve manevi uygulamalara da zemin hazırlayarak yaygınlık kazanmıştır. Amerika'da, "*Amerikan Dinî Danışmanlar Birliği (American Association of Pastoral Counsellors (AAPC))*" olarak dinî-manevî danışmanlığın mesleki uygulamaları için standartlar koyan, takip ve akreditasyon gibi resmi gereksinimlerini belirleyen ana organizasyon bulunmaktadır.

Yapılan araştırmalarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, Hristiyan kültürünü yansıtır olsa da artık günümüzde herhangi bir din ile sınırlandırılmaması gereken terapötik bir uygulama hâline geldiği ifade edilmektedir (Koç, 2012: 205 ve Ağılkaya-Şahin, 2016: 49).

Daha önce bahsettiğimiz gibi Batı'da Anton Boisen dini danışmanlık (*pastoral counseling*) hareketinin öncüsü olarak kabul edilmektedir. 1920'lerde Amerika'da yaşamış olan Anton Boisen, psikiyatrinin ağır ruhsal hastalık olarak tanımladığı hastalıkların derinliklerinde manevî krizlerin yattığını öne sürmüştür. Boisen, çoğu hatalık çeşidinin aslında tıbbi sorunlar olmadığını, altında dinî veya

manevi problemlerin yattığını ve hastalıklara bu açıdan yaklaşılmadığı takdirde başarılı bir şekilde tedavi elde edilemeyeceğini öne sürmüştür (Ok, 2015: 44). Anton Boisen'in bu bakış açısı dinî-manevî danışmanlığın gelişimine katkı sağlamıştır. Aynı zamanda bu yaklaşımı ortaya koyduğu için dini danışmanlığın tarihinde önemli bir isim olarak kayda geçmiştir.

Dinî-manevî danışmanlık ve rehberlik kavramları ilk olarak Batı dünyasında ortaya çıktığından, bu alandaki ilk çalışmalar, kilise hizmetleri çerçevesinde yürütülen faaliyetlerdir. Buna bağlı olarak dinî-manevî danışmanlık ve rehberlik ile ilgili kavramların Hristiyanlıkla yakından ilişkili hatta Hristiyanlıkla özdeşleşmiş olduğu görülmektedir. Hristiyan din adamlarının *Pastoral Care* olarak ifade ettiği kavram, papaz, rahip gibi din adamlarının özellikle kilise dışındaki hastane, cezaevi gibi yerlerde sürdürdükleri dinî faaliyetleri, dinî danışma ve rehberlik etkinliklerini tanımlar. Söylev Batı'da din adamları tarafından verilen manevî yardım, telkin, öğüt ve tavsiye gibi bu uygulamaların, günümüzdeki dini danışma ve rehberlik hizmetlerinin temelini oluşturduğunu ifade etmektedir (Söylev, 2017:267).

İngiltere'de, dinî-manevî danışmanlığın Weatherhead'in 1950'lerdeki yapmış olduğu öncü çalışmalarından sonra ortaya çıktığı bilinmektedir. Weatherhead'in çalışmalarının ardından 1960'lardan itibaren kurulan dinî-manevî danışmanlık organizasyonları bu alanın güçlenmesini ve ilerlemesini sağlamıştır. Bu kurumlar, diğer benzerleriyle bir araya gelerek şimdiki İngiliz Psikolojik Danışmanlık Topluluğunun ilk alt birimi olan "Dinî Bakım ve Danışmanlık Derneği"ni (*The Association for Pastoral Care and Counselling-APCC*) oluşturmuşlardır (Koç, 2012).

Almanya'da manevi bakım, kanuni bir haktır ve cezaevi, askeriye, hastane vb. kurumlarda manevi bakım uzmanı devlet tarafından görevlendirilir. Almanya'da dinî-manevî danışmanlık hizmetlerinin tarihçesine bakıldığında, bu ülkedeki dinî-manevî danışmanların;

- Ölümcül bir hastalığa yakalanmış hastalar ve hasta yakınları ile ilgilendikleri ve onlara "ölüme refakat hizmetleri" kapsamında dinî-manevî destek hizmetleri vermek,
- İntihara eğilimli danışanlara manevî destek vermek,

- Aile içi şiddete maruz kalmış aile bireylerine manevî destekli psiko-sosyal yardımlarda bulunmak,
- Sosyal yaşamlarında modern dünya ile gelenekler arasında kalmış ve manevî boşluğa düşmüş gençlerin sorunlarına çözüm üretmek,
- Hapishanede yatmakta olan mahkûmlara dinî-manevî destek vermek
- Dinî gelenekleriyle karşı karşıya gelen ve bunalıma girmiş hastalara manevî destek hizmetleri sunmak gibi faaliyetler yürütülmektedir (Koç, 2012: 212).

Hollanda’da manevi hizmetlerin başlangıcı, 1987’de Hollanda Hastaneler Birliği tarafından olmuştur. Sağlık kurumlarında talep eden hastalara yönelik manevi danışmanlık hizmetlerinin uygulanması resmi olarak başlatılmıştır. Bu bağlamda kurulan bakım evleri mevcut olup, hapishanelerde askeriyede manevi bakım uzmanları bulunmaktadır. Hatta bu görevlilerin büyük bir kısmı İslam dinine müntesiptir (Karagül, 2012).

Belçika’da manevi bakım sağlık kurumlarında yürütülmekle birlikte manevi destek görevinde bulunacak personelin seçiminde çok dikkat edildiği bilgisine ulaşılmaktadır. Mesela hasta, kendisi ile ilgilenerek olan din görevlisini seçebilme hürriyetine sahiptir. Hastaneye müracaat edenlerin kayıt işlemlerinde manevi bakım ile alakalı sorular yöneltilerek bu hizmeti talep edip etmediği, eğer manevi destek hizmetlerinden yararlanmak istiyorsa hangi dine mensup olduğu gibi bilgiler kendilerine verilen formlarda doldurulmaktadır. Bu bilgiler doğrultusunda talep ettikleri hizmet yönünde gereken manevi bakım verilmektedir (http://www.multicongress.net/2018Multicongress/Ornek_Calisma.pdf (03.06.2020)).

Akay ve Şahin’in araştırmalarına göre, günümüzde ABD’de manevi bakım uygulamaları profesyonel bir hizmet olarak yürütülmektedir. Fransa’da ise sağlık kurumlarında ve huzur evlerinde kilise uygulamaları kapsamında din hizmetlerinin yürütüldüğü “*Aumonerie*” olarak isimlendirilen bir birim mevcuttur. Bu kurumlarda yürütülen manevi hizmetleri papazlar yürütmektedir. Bu hizmetler içerisinde dini ve manevi vaazlar, hasta ile görüşmeler gerçekleştirilmektedir (http://www.multicongress.net/2018Multicongress/Ornek_Calisma.pdf (03.06.2020)).

Sonuç olarak Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, Batılı birçok ülkede kendi metot ve ilkeleri olan bir meslek dalı halini almıştır. Bu bağlamda ülkemizde son yıllarda üzerinde çalışılan bir alan olması ile beraber henüz pratik anlamda Batı ülkelerinde olduğu gibi kurumsallaşmış bir Manevi Danışmanlık ve Rehberlik hüviyetine ulaşamamıştır. Bu bakımdan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik sürecinde seküler danışmanlıkta uygulandığı gibi belli başlı yöntem ve tekniklerin kullanılması söz konusu değildir. Ülkemizde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin uygulamaları noktasında daha çok Diyanet İşleri Başkanlığı'nın, kendi personeline yönelik yaptığı hizmet içi eğitimler ile bunun yanında tezli ve tezsiz yüksek lisans programları mevcuttur. Bunun yanında daha önce de aktardığımız üzere akademik alanda da araştırmalar yapılmaktadır. Bu kapsamda teorik çalışmalara dayanarak Türkiye bağlamında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarına değineceğiz.

1.3.2. Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin uygulamaya geçirilmesine henüz yeni bir adım olarak bakılabilir. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarının nasıl yürütüleceği konusundaki malumat hakkında hâlihazırda Batı’daki uygulamalar takip edilmektedir. Uygulamanın geçerliliği ve gerekli görülen birçok kurumda kullanılabilmesi için ülkemizde hem resmi hem de gayri resmi çalışmalar yapılmaya devam edilmektedir. Bununla beraber henüz Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanında uygulanacak yöntem problemleri hala araştırılmaktadır.

Tarihsel süreç incelendiğinde manevi danışmanlığın birçok değişik şekilde uygulandığı kabul edilmekle birlikte ülkemiz, manevî danışmanlık uygulamalarına profesyonel bir meslek olarak çok yeni başlamış, daha yolun başında kabul edilebilir (Dilan, 2019: 24). Bu noktada manevi danışmanlığa paralel olarak ülkemizde uygulanan dini danışmanlık kuramsal anlamda pastoral psikolojiye dayandırılmaktadır. Dünyada ve ülkemizde konu ile ilgili yapılan bazı çalışmalarda pastoral psikoloji ve Manevi Danışmanlık ve Rehberlik aynı anlamda kullanılmış, bazılarında ise iki farklı kavram olarak ele alınmıştır. Bu kavramların isimlendirmesinin yapılması bu alana yönelik yapılacak çalışmalara rehberlik edecektir (Kılınçer, 2017: 28).

Batı ve Türkiye'nin yaşadıkları süreçleri bir arada değerlendirdiğimizde, her iki ülkede de sosyal ve kamusal hayatta yaşanan köklü değişikliklerin, bireysel ve toplumsal alandaki dinsel işleyişi ve din hizmetlerini farklı noktalara yönlendirdiği görülmektedir. Özellikle ülkemizde din hizmetlerinde lâik kurumlarla işbirliğine girerek yeni görev alanları belirlenmiş olup bu çerçeveye uygun yöntemler benimsenmiştir. Bu nedenle Türkiye'deki dini müesseseler, uzun yıllar boyunca hem resmi anlamda hem de hizmet alanı itibarıyla sınırlandırılmıştır. Modern dönemde özellikle Müslüman din adamlarına atfedilen görev alanının dar tutulması sadece Türkiye'ye özel bir durum değildir. Dinî referansların, bireylerin manevi iyileşmesinde etkili olduğu fikri, doğal olarak din görevlilerinin de bu konuda çözüm mercii olarak görülmesine sebep olmuştur. İslam dünyasının genelinde sosyal dokunun değişmesi neticesinde bireylerin algılarında da değişimler meydana gelmiştir. Bu değişimin ve kurumsal yapıların farklılaşmasının artması ölçüsünde din hizmetlerinde bu gelişmelere karşılık olarak yeni uygulama alanlarının varlığına ihtiyaç olmuştur (Yüksel Çamur, 2013: 56-57).

Görüldüğü üzere insanlar günlük hayatta, klasik irşat ve tebliğ faaliyetlerinin yanında karşılaşmış oldukları problemleri çözmek, dinsel eylemlerinde veya iç huzura ulaşmak noktasında birebir konuşup görüşebileceği manevi danışmanlara ihtiyaç duymaktadır. Kişiler bu bireysel problemlerini halletme sürecinde bir nasihat söyleminden ziyade kendilerine rehberlik yapılmasına ihtiyaç duymaktadır. Bu durum ülkemiz için de söz konusudur. İşte bu açıdan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik dini danışmanlıktan ayrılmaktadır. Manevi destek hizmetleri bir dini destek hizmeti değildir. Manevi destek hizmetleri, dini konularda yaşanan sıkıntıları da içine alıp daha kapsamlı çalışmalar yürütür (Wise, 1951: 12). Bireylerin sadece dinsel yaşantılarını ve dini ritüellerini konu edinen problemlere çözüm mekanizması olan dini danışmanlık Batı'daki karşılığı ile "*pastoral counseling*", Manevi Danışmanlık ve Rehberlikten kapsam noktasında ayrılır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bu sorunları içine almakla birlikte dinden kaynaklanmayan sorunlara da bireysel-işsel problemlere de danışmanlık ve rehberlik etmektedir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ihtiyacının doğmasının temel sebebi, sosyal hizmet disiplininin, müracaat edenlerin manevi duygularından kaynaklanan sorunlara bir noktadan sonra cevap verememesidir. Çünkü modern bilim çoğu yerde

bu sorunları patolojik bir rahatsızlık olarak gördüğünden dolayı vakayı doğru okuyamaz. Bu nedenle manevi destek hizmetlerinin gerekliliğine dair gelişmeler yaşanmaktadır (Akt. Şirin, 2014: 55).

Bu başlığın altında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik hizmetlerinin başlangıçtan günümüze kadar Türkiye’de hangi evreleri geçirmiş olduğunu ve şuan mevcut durumunun ne olduğunu aktarmak amaçlanmaktadır. Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin günümüzdeki mevcut hâli Batı’da olduğu gibi dini danışmanlık zemininden teşekkül etmektedir. Dini danışmanlık hizmetleri ilk olarak sağlık kurumları bünyesinde başlamış olup gittikçe gelişmiş ve farklı kurum ve kuruluşlarda da işlevsel hâle gelmiştir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik konusu, Türkiye’de 1900’lü yıllarda gündeme gelmiş, ancak çeşitli nedenlerle uygulamaya geçirilememiştir. 2012 yılında gerçekleştirilen “*Din Psikolojisi ve Manevi Bakım Çalıştayı*”, konunun akademik araştırmalarda yeniden tartışılmaya başlamasını sağlamıştır. Türkiye’de başta din psikolojisi, psikoloji, din sosyolojisi ve din eğitimi olmak üzere pek çok farklı disiplinden akademisyenler bu interdisipliner alana katkıda bulunacak çalışmalar ortaya koymuşlardır (Ayten, 2019).

Türkçe literatür incelendiğinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik için “*manevi destek, manevi bakım, pastoral bakım, maneviyat psikolojisi, manevi rehberlik, dini danışmanlık, inanç danışmanlığı*” gibi isimlendirmeler kullanılmaktadır (Kılınçer, 2017: 25). Bu kavramların, ülkemiz kültürüne Batı literatüründen yansıdığı da bir gerçektir.

Akademik alan incelendiğinde son yıllarda dinî danışmanlık ve rehberlik konusu başta din psikolojisi olmak üzere, din eğitimi ve sosyal hizmet alanlarında çalışılmaya başlanmıştır (Topuz, 2014). Araştırmamızın ana konusu olan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik de akademik alanda Türkiye’de henüz yeni çalışılan konular arasındadır. Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin ülkemiz çapında tarihsel süreci incelendiğinde teorik olarak yaklaşık 20 yıldan söz edilirken; pratik olarak ise 10 yıla bile ulaşamadığımız aşikârdır. Araştırmalara göre özellikle bu alanda yapılan akademik çalışmalar oldukça azdır. Çoğunlukla din hizmetleri kapsamında ele alınan dinî danışmanlık ve manevi danışmanlık üzerinde birkaç doktora çalışması ile

birlikte yüksek lisans tezleri, makaleler ve çeşitli tarihlerde düzenlenen sempozyum ve çalıştaylar yapılmıştır.

Ülkemizde “Dinî danışmanlık ve Rehberlik” kavramları ilk kez 1997 yılında, Mualla Selçuk tarafından yönetilen iki yüksek lisans tezinde kullanılmıştır. Bu tezlerden biri “Hastanelerde Din ve Moral Hizmetleri” adıyla Nurullah Altaş’a aittir. Bu çalışmasında Altaş, 1994 yılı sonlarında Sağlık Bakanlığı ile yapılan görüşmeler neticesinde gündeme gelen, hastanelerde tedavi gören hastalara din ve moral desteğinin sağlanması konusunu ele almıştır. 1995 yılında düzenlenen 1. Din Şûrası’nda da din hizmetlerinin alanları camiler, eğitim merkezleri ve Kur’an kursları, hastane, cezaevi ve çocuk ıslahevleri, iş yerleri ve aile olarak belirlenmiştir. Sağlık Bakanlığı ve Diyanet İşleri Başkanlığı arasındaki görüşmelerin ardından 19 Ocak 1995 tarihinde yayımlanan bir genelge bağlamında hastanelerde yatarak tedavi gören hastalara, “*Din ve Moral Hizmetleri*” sunulmaya başlanmıştır (Söylev, 2015:300 ve Söylev, 2017: 262).

Ülkemizde yapılan bu çalışmaları bilmek, asıl konumuz olan Manevi Danışmanlık ve Rehberliği daha iyi anlamak açısından önem arz eder. Çünkü bu başlıkta Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin tarihsel bağlamda günümüze kadar olan süreçte diğer formlarını da aktarmak hedeflenmektedir.

1997 yılında yapılan bir diğer yüksek lisans çalışması ise, “*Dinsel Danışmanlığın Teorik Çatısı*” adıyla Üzeyir Ok’a aittir. Ok, bu çalışmasında dinî danışmanlığı Batı literatürü bağlamında araştırmıştır (Söylev, 2015:301). Daha önce pastoral psikoloji bağlamında ifade ettiğimiz gibi bahsi geçen dini danışmanlık, günümüzdeki Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin alt zeminini oluşturmaktadır. Bunlarla beraber zikredeceğimiz diğer çalışmalar:

Altaş tarafından ortaya konan, 1999 yılında, “*Hastanelerde Dinî Danışmanlık Hizmetleri (Türkiye Uygulaması Üzerine DeneySEL Bir Araştırma)*” isimli makale, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi’nde yayımlanmıştır. Ayrıca Altaş’ın, dinî danışmanlığa geniş ölçüde yer verdiği “*Dinî Danışmanlığın Teorik Temelleri*” isimli çalışması 2000 yılında yayımlanmıştır (Söylev, 2015:300 ve Söylev, 2017: 262).

Ayrıca buraya eklenmesi gereken çalışmalardan bazıları da, Feyza Kahvecioğlu Karacan’ın hazırladığı, 2010 yılında yapılan “*Din Hizmetlerinde Dinî*

Danışma ve Rehberlik” isimli yüksek lisans çalışması, 2010 yılında hazırlanan bir diğer yüksek lisans çalışması ise Tuba Kevser Şahin’e ait olan “*Dinî Danışmanlık Bağlamında Aile İrşat ve Rehberlik Bürosu Faaliyetleri*” çalışması, 2011’de Zehra Yıldız’ın kaleme almış olduğu başka bir yüksek lisans tezi, “*Diyanet İşleri Başkanlığı Aile İrşat ve Rehberlik Bürosuna Gelenlerin Psiko-Sosyal Zemini*” isimli çalışmalardır (Söylev, 2015:301-302)

2012 yılında Altaş tarafından düzenlenen Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri kitabında “*Din Hizmetleri ve Dinî Danışmanlık İlişkisi*” incelenmiştir. Bu kitapta ayrıca Şuayip Özdemir’in ele aldığı “*Cezaevlerinde Din Eğitimi ve Dinî Danışmanlık*”, Saadettin Özdemir’in ele aldığı “*Sosyal Hizmetlerde Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri*” ve Hüseyin Peker tarafından “*Aile İrşat ve Rehberlik Bürolarında Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri*” konuları çalışılmıştır. Peker’in 2009 yılında gerçekleştirilen IV. Din Şûrası III. Komisyonunda sunduğu “*Dinî Danışmanlık Bağlamında Aile Danışmanlığı ve Rehberliği (Samsun ve Aydın İli İrşat ve Rehberlik Büroları Örneği)*” konulu bildirisi de bu çalışmalara ek olarak zikredilebilir (Söylev, 2015:301).

2012 yılında, yayımlanmış olan ve editörlüğünü Nurullah Altaş ve Mustafa Köylü’nün yürüttüğü “*Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri*” kitabının yanında Diyanet İşleri Başkanlığı’nın yayımladığı, Suat Cebeci’ye ait “*Dinî Danışma ve Rehberlik*” kitabı mevcuttur. Dinî danışma ve rehberlik ile yakın ilgisi dolayısı ile Ali Seyyar’ın editörlüğünü yaptığı ve 2008 yılında yayımlanan “*Manevî Sosyal Hizmetler*” kitabı da bu alandaki önemli çalışmalardandır (Söylev, 2015:302).

Ulaşılan bu bilgiler neticesinde belirtmek gerekirse din psikolojisi açısından konuyu makale bağlamında ilk ele alan Öznur Özdoğan’dır. 2006 yılında Özdoğan’ın yaptığı bu çalışma bu konuda alanda yapılan ilk bilimsel çalışma olarak kabul edilebilir. Makale, “*İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji*” başlığı ile Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi’nde yayımlanmıştır (Söylev, 2015:302).

Bunlarla birlikte Türkiye’de Diyanet İşleri Başkanlığı’nın yaptığı kimi dolaylı kimi doğrudan dinî danışma ve rehberlikle ilgili bazı çalışmaları mevcuttur. Bu çalışmalardan özellikle Manevi Danışmanlık ve Rehberlik bağlamında olanlara tarih sırası itibarıyla değinecek olursak;

- 2012 tarihinde Ankara’da yapılan *I. Ulusal Din Psikolojisi ve Mânevî Bakım Çalıştayı*’nda manevi bakım uzmanının görevi, çalışma alanları, uzman yetiştirme programının belirlenmesi ve manevi bakım uzmanlarının karşılaşılabileceği sorunlar ve çözüm öneriler ele alınmıştır (Söylev, 2015:303).

- Alana yönelik makale türünde olan çalışmalardan biri de Mustafa Koç’un kaleme aldığı “*Mânevî-(Psikolojik) Danışmanlık ile İlgili Batı’da Yapılan Bilimsel Çalışmaların Tarihi ve Literatürü (1902-2010) Üzerine Bir Araştırma I-II,*” 2012 yılında Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi’nde yayımlanmıştır. Koç, bu çalışmada bibliyografik bilgiler vermeyi amaçlamıştır (Söylev, 2015:304).

- Din psikolojisi alanında ortaya konan ilk müstakil çalışma ise İlhan Topuz’un (2014), “*Din Görevlilerinin Mânevî Danışmanlık Yeterlilikleri*” isimli araştırmasıdır. Bu çalışmada mânevî danışmanlık konusundaki literatür incelenerek mânevî danışman olarak çalışan din görevlilerinin yeterlilikleri, mânevî danışmanlık hizmetleri açısından deneysel olarak yapılmıştır (Söylev, 2015:304).

- 2014’te yayımlanan diğer bir çalışma ise Turgay Şirin’in “*Dinî Danışma ve Rehberlik: İHSAN Modeli Mânevî Danışmanlık*” isimli çalışmasıdır. Bu çalışma, İslâmî referansları kaynak edinerek hazırlanmış, literatürdeki ilk dinî danışmanlık modeli olma özelliğine sahiptir (Söylev, 2015:304).

- 2012 yılı itibariyle manevî danışmanlık alanına personel yetiştirmek amacıyla üniversitelerde tezsiz yüksek lisans programları açılmaya başlanmış, Diyanet İşleri Başkanlığı’nın 2015 yılı itibariyle, bir grup personeline hizmet içi eğitim vermek suretiyle eğitimlere başlaması bu meslek grubunun uygulama alanına sahip olmasına yardımcı olmuştur (Uğurlu Bakar, 2016: 260).

Özellikle yakın tarihe ait güncel literatür incelendiğinde bu alanla ilgili yapılmış olan yeni akademik çalışmalara da rastlamaktayız. Bunlara eklemek gerekirse;

- 2014 yılında Mustafa Koç tarafından ele alınan alan için önemli bir çalışma, “*Manevi-Psikolojik Danışmanlık: Müslüman -Türk Diasporası Örneği*”,

- 2016 yılında Mustafa Koç, Türkiye’deki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları Bağlamında “*I. Uluslararası Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi Üzerine Bibliyometrik Analizler*” isimli incelemesi,

- 2016 yılında İstanbul'da Değerler Eğitimi Merkezi tarafından “*Manevi-Psikolojik Danışmanlık (MDR)*” üzerine uluslararası bir kongre gerçekleştirilmiş ve bu kongreden seçilen metinler yine 2016 yılında üç cilt olarak yayımlanmıştır.

- 2017 Hatice Kılınçer tarafından çalışılmış olan “*Tıp, Psikoloji ve İlahiyat Öğrencilerinin Türkiye’deki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma*”,²

- 2017 yılında “*Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Alanında Türkiye’de Yapılan Çalışmalar Üzerine Bibliyografik Bir Araştırma*”, isimli makale İlker Yenen tarafından hazırlanmıştır. Bu makalede Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik üzerine yapılan çalışmaların bibliyografik bilgileri yer almakta; aynı zamanda 1963-2017 yılları arasında Türkiye’de yapılmış ve yapılmakta olan akademik çalışmalar sunulmaktadır. Çalışmanın temel amacı, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanında yapılan çalışmalar hakkında araştırmacılara katalog bilgisi vermektir. Makalede yöntem olarak tüm çalışmalar sırasıyla doktora tezleri, yüksek lisans tezleri, makaleler, tebliğler ve kitaplar şeklinde tasnif edilmiştir.

- 2018 yılında Siyaset Ekonomi ve Toplum Araştırmaları Vakfı (SETA) tarafından “*Türkiye’de Manevi Rehberlik Paneli*” başlıklı panel düzenlenmiştir.

- 2018’de Hülya Memiş tarafından yapılan “*Manevi Danışmanlık Uygulamalarının Ergenlerin Ergenlik Sorunlarıyla Başa Çıkma Düzeylerine Etkisi*”,³

- 2019 yılında Hişyar Dilen tarafından hazırlanmış olan “*Manevi Danışmanlık ve Varoluşçu Terapi*”,⁴

- 2019 Havva Şenbaş tarafından çalışılan “*Psiko-Sosyo-Teolojik Yaklaşımlar Çerçevesinde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Teorik Temelleri ve Pratik Yansımaları*”,⁵

²Hatice Kılınçer.(2017). *Tıp, Psikoloji ve İlahiyat Öğrencilerinin Türkiye’deki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

³ Hülya Memiş. (2018). *Manevi Danışmanlık Uygulamalarının Ergenlerin Ergenlik Sorunlarıyla Başa Çıkma Düzeylerine Etkisi*.(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

⁴ Hişyar Dilen. (2019). *Manevi Danışmanlık ve Varoluşçu Terapi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

⁵ Havva Şenbaş. (2019). *Psiko-Sosyo-Teolojik Yaklaşımlar Çerçevesinde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Teorik Temelleri ve Pratik Yansımaları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- 2019 Gülsevim Tınmaz tarafından hazırlanan “Fransa’da Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları” ,⁶

- 2019 Rukiye Sarı, “Hastane Hizmetleri Kapsamında Kadın Doğum Bölümünde Manevi Danışmanlık (Konya Dr. Ali Kemal Belviranlı Kadın Doğum ve Çocuk Hastanesi Örneği),⁷

- 2019 Fatma Zehra Şimşek, “Manevi Danışmanlık İlkeleri Bağlamında Mevlana ve Yunus Emre Düşüncesinin Değerlendirilmesi”,⁸

- 2019 Beren Karci Aksan, Sağlık Hizmetlerinde Manevi Danışmanlık: Ankara İlinde Bulunan Bir Kamu Hastanesi Örneği,⁹

- 2019 Halime Hilal Taşkın tarafından, “Lise Öğrencilerindeki Akademik Başarı ve Sınav Kaygısı ile Manevi Danışmanlık ve Rehberlik İlişkisi”,¹⁰

- 2019 Zeynep Vural İncir’in hazırlamış olduğu “Manevi Danışmanlıkta Naratif Terapi ve Anlam Arayışı”¹¹ gibi örneklerden görüleceği üzere Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı üzerine akademik çalışmalar gittikçe hız kazanmaktadır. Bu sıralamış olduğumuz akademik çalışmaların yanında:

- 22-24 Kasım 2018 tarihleri arasında II. Uluslararası Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi düzenlenmiştir. “Sağlık Hizmetleri ve Cezaevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik” başlıklı ana konularının işlendiği kongre 10 oturum, 60 bildiri, 2 panel şeklinde gerçekleştirilmiştir. II. Uluslararası Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi’ne yurtiçi ve yurtdışından akademisyenler ve uzmanlar katılmıştır. Kongre’de yapılan konuşmalar, sunulan bildiri ve müzakereler minvalinde değerlendirmelere göre:

⁶ Gülsevim Tınmaz. (2019). *Fransa’da Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

⁷ Rukiye Sarı. (2019) “*Hastane Hizmetleri Kapsamında Kadın Doğum Bölümünde Manevi Danışmanlık (Konya Dr. Ali Kemal Belviranlı Kadın Doğum ve Çocuk Hastanesi Örneği)*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

⁸ Fatma Zehra Şimşek. (2019) *Manevi Danışmanlık İlkeleri Bağlamında Mevlana ve Yunus Emre Düşüncesinin Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

⁹ Beren Karci Aksan. (2019). *Sağlık Hizmetlerinde Manevi Danışmanlık: Ankara İlinde Bulunan Bir Kamu Hastanesi Örneği*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

¹⁰ Halime Hilal Taşkın. (2019). *Lise Öğrencilerindeki Akademik Başarı ve Sınav Kaygısı ile Manevi Danışmanlık ve Rehberlik İlişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

¹¹ Zeynep Vural-İncir, (2019). *Manevi Danışmanlıkta Naratif Terapi ve Anlam Arayışı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

-Görüldüğü üzere bu II. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi'nde, 2016 yılında gerçekleşen ilk kongreden farklı olarak iki ana temada (Sağlık Hizmetleri ve Cezaevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik) çalışılmıştır. İlk kongreden bugüne ülkemizde sağlık hizmetleri ve cezaevlerinde manevi danışmanlık çalışmalarında personel görevlendirme, personelin eğitimi ve mesleğe adapte olması noktalarında gelişmelerin sağlanması önemlidir. Kongrede ele alınan konulardan bazılarını burada eklemek gerekirse; cezaevlerindeki mahkûmların dini algılayış biçimi, hastanelerdeki manevi danışmanlık hizmetlerinin sosyal bağlamda değerlendirilmesi, dini aşırılık, bağımlılıklar, kanser hastalarının ve yakınlarının psikolojik iyi olma hali ve acıyla başa çıkma gibi konuların açık bir şekilde tartışılması, özellikle problemlili alanların ele alınması, Türkiye'de bu alanın sağlıklı bir tartışma zemini üzerinde yol almakta olduğunu göstermektedir (<https://dem.org.tr/haber/2018/12/06/ii-uluslararası-manevi-danismanlik-ve-rehberlik-kongresi-duzenlendi> (02.06.2020)).

Ülkemizde, bu alana yönelik yapılan bir diğer önemli gelişme ise 2019 yılında Diyanet İşleri Başkanlığınca düzenlenen “*Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalıştayı*”dır (<https://www.haberler.com/manevi-danismanlik-ve-rehberlik-calistayi-12134279-haberi/> (02.06.2020)). Başta Diyanet İşleri Başkanı ve başkan yardımcıları olmak üzere birçok akademisyenin katıldığı bu çalıştay, araştırmamızın sürdüğü dönemde gerçekleşmiştir. Bu sayede Türkiye'de alana yönelik yapılan bütün güncel faaliyetlere yer vermeye çalıştık.

Bu başlık altında eklemiş olduğumuz akademik tezler ve makaleler Türkiye'de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik üzerine çalışılmış olan en yeni araştırmalardır. Bu çalışmalar bize gösteriyor ki; Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı teorik anlamda da gelişip zenginleşmeye devam etmektedir. Buraya sadece akademik çalışmaların bir kısmı hatta en güncel olanlar eklenmiştir. Elbette bunların yanında alana ciddi katkısı olan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ile ilgili kaleme alınan kitaplar, kaynaklar da mevcuttur. Araştırmamız açısından Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Türkiye'deki seyrini görmek adına burada aktarılmış olan çalışmalar yeterli görülmüştür. Konumuzla ilgili gereken teorik bilgileri verdikten sonra şimdi ise Türkiye'de Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin pratik anlamda ele alındığı fonksiyon alanlarına değinilecektir.

1.4. MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN FONKSİYON ALANLARI

2012 yılında yapılan “Din Psikolojisi ve Mânevî Bakım Çalıştayı”ndan sonra Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanındaki çalışmalar hızlanmıştır. Bu noktada yapılan teorik çalışmalar yanında 2015 yılında Sağlık Bakanlığı ve Diyanet İşleri Başkanlığı’nın imzalamış olduğu protokol ile hastanelerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına “*manevi destek*” veya “*manevi bakım*” başlığı altında başlanmıştır.

Bu bağlamda ülkemizde Manevi Danışmanın mesleki icra alanlarını en son yayımlanan hâliyle bu başlık altında aktarmak çalışmamızın güncelliğini koruyacaktır:

“Manevi Danışman (Seviye 6); sağlık tesisi, ceza infaz kurumu, sosyal hizmet kurumları ve benzeri kamu kurumlarında ve özel kurumlardaki mesleğe uygun donanımına sahip ortamlarda çalışır. Gerekğinde bu ortamların dışında, afet ve acil durum bölgelerinde de çalışmalar yürütebilir. Meslek, genellikle mesai düzeni ile icra edilmekte olup çalışmaların özelliklerine göre esnek süreler de söz konusu olabilir.”(Mesleki Yeterlilik Kurumu, 2019: 7).

1.4.1.Hastanelerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Hastanelerde sunulan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik hizmetleri, diğer ülkelerde uzun süredir uygulanmasına rağmen, ülkemizde pratik açıdan henüz yeni uygulanmaya başlamıştır. Türkiye’de hastanelerde tedavi gören hastalara din ve moral hizmetlerinin verilmesi ilk defa 1994 yıllarında gündeme gelmiştir. Bu durumun akabinde manevi hizmetler, DİB tarafından 1995 yılında yayımlanan bir genelge ile “*din ve moral hizmetleri*” başlığı ile uygulamaya geçirilmiştir. Bu hizmetin en temel gereği “*hastanelerde yatarak tedavi gören hastaların din ve moral ihtiyaçlarını karşılamak*” olarak ifade edilmiştir. Fakat bu dönemdeki uygulamalara yöneltile eleştiriler de olmuştur. Bu eleştirilerin içeriğinde; din görevlilerinin eğitim durumu, yapılmış olan uygulamanın klasik vaaz ve tebliğ mantığında olup; hizmetin psikolojik danışma yönünün ihmal edilmesi, yöntemlerinin henüz belirlenmemiş olması, uygulamanın hukuki dayanağının gösterilememesi gibi durumlar sayılmaktadır. Bu sebepleri gerekçe göstererek Ankara Tabip Odası, manevi destek

uygulamalarının durdurulması için dava açmıştır, dava 1996 yılında olumlu sonuçlanmıştır. Böylece yaklaşık bir buçuk yıl süren bu uygulama, resmi olarak yürürlükten kaldırılmak durumunda kalmıştır (Altıntaş, 2018).

Uzun bir süre sonra Sağlık Bakanlığı ve Diyanet İşleri Başkanlığı arasında 7 Ocak 2015 tarihinde “*Hastanelerde Manevi Destek İşbirliği Protokolü*” imzalanarak Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında yeni bir başlangıç tekrar yapılmıştır. Yaklaşık 20 yıl sonra bu toplantının yeniden yapılması ülkemizde manevi destek hizmetlerine olan ihtiyacın bir göstergesidir. Bu yeni protokolde hastanelerdeki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik hizmetlerinin amacı şu şekilde ifade edilmiştir:

“Diyanet İşleri Başkanlığı ile Sağlık Bakanlığına bağlı hastane, kurum ve kuruluşlarda talep eden hastalara, hasta yakınlarına ve hastane personeline, içinde bulundukları şartlar göz önünde bulundurularak hastaların iyileşmelerine katkıda bulunmak amacıyla moral, motivasyon ve manevi destek sağlamaktır.” (Hastanelerde Manevi Destek Sunmaya Yönelik İşbirliği Protokolü, Madde:1, 2015, Altıntaş, 2018: 225).

Sağlık terimi WHO tarafından tanımlanırken, bir insanda hastalık veya engelin olmayışı değil; kişilerin fiziksel açıdan sağlam olması, aynı zamanda ruhsal, zihinsel, sosyal anlamda da tam bir iyilik hali olarak tanımlanmaktadır. Bu yaklaşıma göre hastalara sunulan bakım hizmeti yalnızca fiziksel olarak iyileşme için değil; zihinsel, ruhsal ve sosyal olarak iyilik halini sağlamak için de verilmelidir. Bunun bir sonucu olarak sağlık hizmetlerinin temelinde bütüncül bir yaklaşım olduğu açıklanmaktadır (Kostak, 2007:105). Manevi destek ise sağlık hizmetlerinde bahsedilen holistik yaklaşımın bir parçası olarak ifade edilmektedir (Kavas, E. ve Kavas, K, 2014: 908).

Hastanelerde manevi destek hizmetleri için 7 Ocak 2015 tarihi bir dönüm noktasıdır. Bu süreçle beraber hastanelerde yapılan çalışmalarda dini çalışmaların kapsamda bulunduğu; ancak merkezde manevi çalışmaların yer aldığı yeni bir süreç başlamıştır. Sağlık Bakanlığı ve DİB bu tarihler arasında “*Hastanelerde Manevi Destek Sunmaya Yönelik İşbirliği Protokolü*” imzalamıştır. Bu protokolün yanında Sağlık Bakanlığı, Diyanet İşleri Başkanlığı ve farklı üniversitelerden katılan akademisyenlerle “*Hastanelerde Manevi Destek Çalıştayı*” düzenlenmiştir (Özkan, 2017: 63). Bu Çalıştay ile birlikte hizmet içi eğitim faaliyetlerine başlanmıştır. Bu

bağlamda Türkiye özelinde ilk olarak 27 Temmuz 2015 tarihinde pilot uygulama şeklinde altı ildeki¹² devlet hastanelerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarına başlanılmıştır. Sonuç olarak; çalışmamız açısından Türkiye’de hastanelerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarına yönelik buraya kadar aktarılandan fazla malumat, çalışmamızın sınırlarını aşmaktadır.

1.4.2. Cezaevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Cezaevlerinde manevi-dini danışmanlık ve rehberlik kapsamında çalışmalar ülkemizde ilk defa 1950 yılında Adalet Bakanlığı ve Diyanet İşleri Başkanlığı arasında imzalanan protokolle başlamıştır. Yapılan bu protokolle dini ve ahlaki gelişimlerine destek olacak sohbetlerle cezaevlerindeki mahkûmların ıslahı amaçlanmıştır. Böylece 1963 yılında Diyanet İşleri Başkanlığı tarafından yayımlanan bildiri ile cezaevlerinde mahkûmlara yönelik dini ve ahlaki içerikli programlar yapılması gündeme getirilmiştir. 1975 yılında ise cezaevlerindeki manevi değerleri içeren bu hizmetleri ülkemizde Adalet Bakanlığı üstlenmiştir (Özdemir, 2012: 204). Görüldüğü üzere cezaevlerinde manevi destek hizmetleri günümüze kadar değişken aralıklarla devam etmiştir.

En yakın tarihte ise Adalet Bakanlığı ve DİB arasında 10.01.2011 yılında cezaevi mensuplarına yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin yürürlüğe geçirilmesi için daha kapsamlı bir protokol imzalanmıştır. Bu protokolle cezaevlerindeki tutuklu ve hükümlülerin dini ve ahlaki duygularını geliştirerek yeniden topluma kazandırılmalarına katkı sağlamak amaçlanmaktadır (Subaşı, 2019: 249). Protokolde yer alan konular, cezaevlerinin din hizmeti verecek şekilde ayarlanması, mahkûmların eğitime katılmaları için teşvik edilmesi olarak ele alınmıştır. Diyanet İşleri Başkanlığının yükümlülükleri tutuklu ve hükümlülerin sayısınca görevlendirilecek personelin ayarlanması halk tarafından yerleşen her türlü batıl inanışlarla mücadele etmek, mahkûmlara kabiliyetlerine uygun eğitimler düzenlenmesi, mahkûmların birebir görüşme taleplerinin değerlendirilmesi, manevi hizmetleri yerine getirecek olan görevlilere eğitimler verilmesi olarak sayılabilir (Mollaoğlu, 2013: 42). Manevi Danışman ve Rehberler, mahkûmların toplum hayatına karıştıklarında suç unsuru sayılacak alışkanlıklara tekrar yönelmelerini

¹² Bu iller İstanbul, Ankara, Erzurum, Samsun, Ordu ve Kayseri’dir.

engelleyecek olumlu davranışlar edinmelerine yardımcı olurlar. Ayrıca suçluların dini bilgilerini artırmalarına ve onlara iyi gelecek dini ritüellerini yerine getirmelerinde katkıda bulunurlar (Subaşı, 2019: 249-250).

Işık, cezaevlerindeki Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin amacını şu şekilde tanımlamaktadır:

“Mahkûmların fiziksel, zihinsel ve ruhsal sorunlarına din ve dini değerler yoluyla çözüm bulmaya çalışarak her üç açıdan da rahatlamalarını sağlamak, mahkûmun dini ve manevi yönden aydınlanmasını sağlayarak kendisi hakkında kararlar almasına yardımcı olmak, cezaevinin mahkûmlar üzerinde oluşturduğu olumsuz etkiyi ortadan kaldırmaya çalışmak, suçla bağlantısı olmayan bir yaşam tarzına rehberlik etmektir” (Işık, 2016: 229, Akt. Subaşı, 2019: 234).

Sonuç olarak; suçlu konumunda olan bireylerin de topluma kazandırılıp faydalı bireyler haline dönüştürülmesi için desteklenmeye ihtiyaçları olduğu kaçınılmazdır. Bu noktada Manevi Danışmanlık ve Rehberlik yapacak uzmanlara ciddi iş düşmektedir. Kişisel ve mesleki donanımlarının olması ayrıca hedef kitlenin suçlulardan oluştuğu göz önünde bulundurulursa rehberlik edecek kişinin başta iradesinin güçlü olması gerekir. Akabinde sağlam bir inanç ve ikna edicilik de şarttır. Subaşı, hapishanelerde görev yapacak Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uzmanlarının eğitim ve formasyonlarının bulunmasını da danışmanlık hizmetlerinin kalitesi bakımından gerekli olduğunu ifade eder. Özellikle lisans düzeyinde teoloji, ilahiyat ya da din bilimleri fakültelerinden eğitim almış olmaları gerektiğini ve bunun yanında danışmanlık becerilerinin kazanılmasının da önemini vurgular (Subaşı, 2019: 250).

1.4.3.Çocuk Esirgeme Kurumlarında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Ülkemizde Sosyal Hizmetler Çocuk Esirgeme Kurumu'nda (SHÇEK) dini danışmanlık bağlamındaki ilk uygulama, 1989'da başlamasına rağmen kesintiye uğramasından dolayı 2011 yılında yenilenen protokolle yeniden uygulamaya getirilmiştir.

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ve Diyanet İşleri Başkanlığı arasında 2011'de imzalanan protokole göre; manevi destek bağlamında, aile problemlerinin çözümüne yönelik çalışmalar, Türkiye şartlarında aile modellerine uygun eğitimler

düzenlemek, aile bireylerinin korunması, çocuk haklarının gözetilmesi, manevi değerlerin aktarılması gibi amaçlar söz konusudur (Özdemir, 2012: 205).

Özellikle yalnızlık ve kimsesizlik duyguları taşıyan çocukların bulunduğu sosyal kurumlarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarına en fazla ihtiyaç duyulduğundan bu hizmetlerin artırılması yönünde çalışmalar devam etmelidir.

1.4.4. Huzurevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Ülkemizde huzurevleri, Belediye'ye ait olanlar, SHÇEK'e bağlı bulunanlar, olmak üzere çeşitlilik göstermektedir. Kurumların farklı olması, huzurevlerinin yönetmeliklerinin de farklı olduğunu göstermektedir. (Mollaoğlu, 2013: 51).

Huzurevlerinde yapılan her türlü manevi eğitim ve etkinlik, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (ASPB) ve DİB arasında yapılan protokoller doğrultusunda gerçekleştirilmektedir. Bu durum sadece ASPB bünyesinde hizmet alan huzurevleri için geçerlidir, diğer statülere sahip huzurevleri bu protokolden faydalanmamaktadır (Kesgin ve Erdem, 2018: 73-74).

Yaşlılık dönemi sorunları olarak saydığımız yalnızlık, anlam arayışı, sevgi ve ilgi beklentisi, eş kaybı, aktif bir hayattan pasif bir yaşama geçmiş olmanın verdiği bunalımlar ve birçok sorunla başa çıkmada Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, huzurevlerinde kalan yaşlılara duygusal destek sağlama noktasında yardımcı olmaktadır (Mollaoğlu, 2013).

Sonuç bağlamında ülkemizde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanına yönelik yapılan teorik uygulamaların yanında burada saymış olduğumuz pratikteki uygulamalar da mevcuttur. Sosyal kurumlar bağlamında yürütülen bu uygulamalar zamanla hız kazanmaktadır.

1.5.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİKTE UYGULANAN TEKNİKLER

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik zamanla teorik çalışmaların ardından uygulama alanına da yönelmiştir. Danışmanlığın öğrenilmesi ve öğretilmesi için pratik eğitimlere önem verilmesi ve alana uygun metotların geliştirilmesi gerekmektedir. Manevi bakımın kendine has bir yöntemi yoktur; fakat daha önce de izah ettiğimiz üzere bireyin sorunlarına olan yaklaşımları ve kullanılan kaynakları bakımından diğer terapi yöntemlerinden farklı yönleri bulunmaktadır (Ağılkaya-Şahin, 2016:59).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte kullanılacak yöntemlerle ilgili ortak bilimsel bir uygulamaya henüz ulaşılabilmiş değildir. Ülkemizde bu alanla ilgili çalışmalar devam etmekle birlikte elimize ulaşan literatür konumuz açısından yeterli olmamaktadır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulama olarak bir danışmanlık hizmeti olduğundan diğer Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanan yöntemler aynı şekilde geçerlidir. Bu konuda Coşkunsever, Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte kullanılan tekniklerin beceri ve kuramlar açısından diğer Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlikten farklı olmadığını belirtmektedir (Coşkunsever, 2018, :208).

Dini Danışmanlık (*Pastoral Counseling*) ve Manevi Danışmanlıkla (*Spiritual Counseling*) ilgili literatür incelendiğinde genel olarak kabul edilen yöntemler üç yaklaşımla ele alınmıştır. Bunları: (1) Psikolojik Teknikler, (2) Terapötik Beceriler, (3) Dini Teknikler olarak sıralayabiliriz (Cebeci, 2016).

(1) *Psikolojik teknikleri* açıklarken psikolojik danışmanlıkta uygulanan kuram ve yöntemler olarak aktarmamız mümkündür. Psikolojik danışmanlık, başlı başına müstakil bir uzmanlık alanı olması sebebiyle bu alanda kullanılan yöntem ve tekniklere ait bilgiler ve açıklamalar bu başlık altında detaylı bir şekilde ele alınmayacaktır. Diğer bölümlerde bu kuram ve yaklaşımlara gerektiği noktalarda değinilecektir.

Psikolojik teknikler kapsamındaki uygulamalar, bireyleri iyileştirici tedbirlere başvurmadan önce sorunları doğru olarak etraflı bir şekilde anlamaya tanımlamaya yarayan teknikler olarak açıklanmaktadır. Bunlar; çeşitli test uygulamaları, görüşme

ve gözlem metotları, olay kaydı, anekdot, otobiyografi, sosyometri, kimdir bu tekniği vb. şeklinde ele alınmıştır (Bakır 2008, Akt. Cebeci, 2016:102).

Her psikolojik kuramın kendi bağlamında uygulamış olduğu belli başlı teknikler söz konusudur. Örneğin; Carl Rogers'ın Birey Merkezli Terapi'sinde "*Koşulsuz kabul, somutluk, saygınlık, ilişkinin şimdi ve buradalığı ve empati*" gibi yöntemler; Psikanalitik Terapi'de "*Rüya analizi, serbest çağrışım, transferans, karşıt transferans, direnç yorum*" teknikleri; Gestalt Terapi'de "*Bitmemiş işleri bitirmek, burada ve şimdiye odaklanmak, farkındalık sağlamak, ilişki ve ilişkiye karşı direnç*"; Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi'de "*Mucize soru, olumluya odaklanma, eylem planı oluşturma*" teknikleri; Gerçeklik Terapisi'nde "*nitelikler dünyasında ihtiyaçların karşılanması üzerinde durulur, olumlu olma, yüzleştirme, metafor kullanımı*"; Bilişsel-Davranışçı Terapi'de ise "*Bilişsel yeniden yapılandırma, problem çözme becerilerini kullanmak, gevşeme tekniklerini uygulamak, işlevsel düşünceler bulmak*" veya Varoluşçu Psikoterapi'de uygulanan "*burada ve şimdiye odaklanma, ölüm, anlam, özgürlük*" temalı yöntemler uygulanmaktadır (Eryılmaz, 2017:348). Belirtildiği üzere bu psikolojik kuramların teknikleri başta psikolojik danışmanlık olmak üzere bütün danışmanlık hizmetlerinde uzmanlar tarafından uygulanabilir. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'te ise daha önceki başlıklarda da dile getirdiğimiz üzere uygulama alanındaki sosyal kurumun mahiyetine göre (Çocuk Esirgeme, huzurevi, cezaevi vs.) uzmanlara yönelik yapılan hizmet içi eğitim desteğiyle bu kuramların yöntemlerine yer verilebilmektedir. Dikkat edilecek husus danışmanlık yapacak kişinin bu saymış olduğumuz psikolojik teknikler noktasında yeterli bilgi, tecrübe ve birikime sahip olmasıdır.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik için geçerli kabul edilen bir diğer yöntem ise (2) *terapötik beceriler*dir. Cebeci'ye göre terapötik beceriler, danışma sürecinin problemi anlama ve kavrama ile ilgili ilk adımından sonra iyileştirmeye yönelik becerilerdir. Bu beceriler danışmanlık ve rehberlik hizmetinin icrasıyla ilgili teknikleri kapsar (Cebeci, 2016: 103).

Bu terapötik becerilerin, kavramları ortak olmakla birlikte kaynaklarda farklı şekillerde ele alınmaktadır. Terapötik Beceriler konusunda birbirinden farklı zengin tespitlerin mevcut olmasına şaşırmamak gerekir. Çünkü bir kişinin sorununu çözmede işe yarayan bir teknik, bir başkası için olumlu sonuç vermeyebilir. Bu

bakımdan denilir ki; psikolojik sorunlar insan sayısı kadar çeşitli, bu yüzden çözüm şekli de sorun sayısı kadar çoktur (Cebeci, 2016: 103-104).

Bireylerin sorunlarına yönelik yürütülen danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde başarılı olmak ve amaca ulaşmak, öncelikle zengin teknik bilgiye sahip olmaya ve ikinci olarak da bu tekniklerin maharetle uygulanmasına bağlıdır (Cebeci, 2016).

Konumuz açısından diğer uygulama yöntemleri olan açıklamış olduğumuz terapötik becerileri şu şekilde sıralamamız mümkündür:

- Empati kurma
- Etkin dinleme
- Yansıtma
- Bilgilendirme
- Konuşmaya özendirme (yani kişinin kendisini ifade etmesi)
- Mülakat (sık kullanılan tekniklerdendir.)
- Yapılandırma
- Yakından ilgilenme (bireye özel olduğunu hissettirmek önemlidir.)
- Katılıma teşvik
- Kişiselleştirme
- Yüzleştirme
- Yönelme
- Özetleme
- Paylaştırma
- Bağlama
- Susma vb.

Bu saydığımız beceriler her danışmanlık hizmetinin muhtevasında mevcuttur (Cebeci, 2016: 103). Unutulmamalıdır ki ürünü ortak olan her faaliyet aynı zamanda aynı araçlarla yol alacaktır. Bu teşbih ile amaçlanan, yapılan hizmetlerin tamamı sonuç itibarıyla ortak bir hedef içindir ki bu da insana yönelik hizmettir. Dini danışmanlık, psikolojik danışmanlık, aile danışmanlığı, manevi danışmanlık gibi yürütülen her faaliyet insan için en iyi olanı amaçlar. Bu danışmanlık türlerinden her biri kendi bağlamında terapötik süreçte bu becerileri deneyimlemek durumundadır.

Bu başlık altında Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanabilecek üç ana yöntemden bahsedileceği için burada saymış olduğumuz terapötik becerilerin her

birisine ayrı ayrı değinilmeyecektir. Alanda yazılmış kaynaklardan hareketle sık rastlanan becerileri kısaca açıklamakta fayda vardır. Bu terapötik beceriler kendi içinde şu şekilde kategorize edilmektedir:

(a) Kabul ve Anlayış Merkezli Teknikler: *Susma* becerisi bu bağlamda ele alınır. Bu teknikte manevi danışman, danışanın ifade ettiği duygu, düşünce ve tutuma karşı sözel tepkide bulunmayıp dinlemeyi tercih eder. Bir danışmanlık tekniği olarak *susma*; danışana baskısız ve serbest bir ortamda bulunduğunu hissettirir. Karşı tarafa “seni dinliyorum”, “seni dinliyorum” mesajı verir. Terapötik becerilerden *Özetleme* de kabul ve anlayış merkezli teknikler kapsamındadır. Özetleme tekniğinde Manevi danışman, görüşmenin sonunda ifadeleri sadeleştirerek danışana problemin ana hatlarını aktarır. Böylece danışan kendisinin farkında olur.

(b) Destek ve Teşvik Merkezli Teknikler: Katılıma teşvik olarak da nitelendirilen *teşvik* becerisi bu bağlamdadır. Danışman, birey açısından uygun olan bir fikir ya da eyleme danışanı teşvik eder, zorlamadan sadece gerekçe ile sunar.

(c) Teşhis ve Anlama Merkezli Teknikler: *Yansıtma* becerisi danışman tarafından danışanın hissettiği söz ve duyguları ona farklı söz ve hareketlerle tekrar geri ifade etmektir. Rogers yansıtmayı danışanın bakış açısını anlamak ve bu anlayışı ona iletmek diye tanımlar (Akt. Coşkunsever, 2018).

(d) Telkin ve Öğretmeye Yönelik Telkinler: Bu kategoride *bilgi verme*, *tavsiye verme*, *telkin etme* gibi danışmanlık ve rehberlik becerileri mevcuttur (Coşkunsever, 2018: 209-227).

Görüldüğü üzere terapötik beceriler aktarılan bilgiler doğrultusunda diğer danışmanlık hizmetlerinde olduğu gibi Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte de uygulanmaktadır.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, danışanın dini ve manevi yönüyle ilgili problemlerine çözüm olduğu için burada üçüncü yöntem olan (3) *dini teknikler* açıklanacaktır. Bu alanda yapılan çalışmalar incelendiğinde literatür kapsamında ulaşılan dini teknikleri şu şekilde aktarabiliriz:

1. Tövbe: Danışan bireye düşünce ve duygularını ayırt edebilmesinde ve fikirleri, inançları ve eylemlerini hatırlatarak bu hususları kalpten hissedip; dil yoluyla ifade etmesine yardım etmek için uygulanmaktadır. Aynı zamanda kişinin bir farkındalık oluşturması sağlanarak kendi kendine kararlılığını ifade etmesi ve

hatalarından vazgeçmesinde bir adım atma anlamlarına gelmektedir. Kişi böylece içinde bulunduğu suçluluk psikolojisinden kurtularak daha sağlıklı bir zihne sahip olacaktır.

2. Yaratıcı ile Birliktelik Bilinci Uyandırma (Zikir): Zikir, kelime itibariyle hatırlamak, anmak demektir. Cebeci'ye göre insanın Yaratıcı ile olan en içten, en sıcak, en duyarlı ilişkisi ve bu ilişkinin berrak bir şekilde farkındalığı zikirdir (Cebeci, 2016 2. Baskı: 104). Zikir sayesinde insan kendisinden daha güçlü bir varlıkla birlikte olduğunu düşünerek her sıkıntısında yalnız olmadığının farkında olup rahatlık hisseder.

3. Sistematik Düşünme Deneyimi (Tefekkür): Tefekkür, derin düşünce anlamına gelmektedir. Bu teknikte kişiye, geniş bir pencere açılıp kendi dar gözlüğünü bir kenara bırakması istenir. Günlük hayattaki fiilleri hakkında düşünmesi, kâinatta olup bitenleri bu tefekkür penceresinden seyretmesi ve her yerde Yaratıcı'nın varlığına dair delilleri görmeye çalışması öğretilir. Tefekkürün rehberlik edici, rahatlatıcı, huzura kavuşturucu sonuç verdiği bir durum da varoluşsal ikilemin insanı huzursuz ettiği, bunalıttığı sırada ortaya çıkmaktadır. İnsan hem iyi hem kötüdür ya da hem güçlü hem de zayıftır. İşte bu varoluşsal zıtlıklardaki dengeyi, ahengi ve hikmeti derinlemesine düşünüp kavrayamadığında onların mevcudiyetindeki anlamsızlık insanı bunaltır (Maslow, 2001:186). Tefekkür, insandaki akli melekeleri çalıştırarak bağlantı kurmasını ve anlama ulaşmasını sağlar.

4. Dini Ritüeller (İbadet): İbadetler dinlerin temel unsurlarıdır. Dinler inananları için farklı ibadetler öngörürler. Bu ibadetler bir müntesibi için otokontrol ve disiplin sağladığı gibi Yaratıcı'nın emirlerini yerine getirmek anlamına gelmektedir. Dindar bir danışanın, ibadetlerini bilinçli ve sistemli şekilde isteyerek yerine getirmesi dini bütünlüğün bir göstergesi olacaktır. Danışman, danışanına bu hususlarda destekleyici, bilgilendirici ve öğretici şekilde yaklaşır. İbadetlerin manevi, psikolojik, fiziki ve ahlaki, dört yönlü faydasından bahsedilmektedir. Belirli ve düzenli fiziki hareketlerden dolayı fiziki olarak, zihni başka bir yöne yönlendirdiği için psikolojik olarak faydalarından bahsedilir (Küçük, 2017: 67).

5. Kendini Denetleme (Nefis Muhasebesi): Bu teknikte, danışana, yaptığı tüm davranışları, aklından geçenleri yani duygu, düşünce ve davranışlarını sürekli

olarak değerlendirmesi öğretilir. İnsanların, kendi yaptıklarının doğru olduğuna dair genel bir kabulleri vardır. İnsanın kendini denetlemesi ve yanlışlarını itiraf ederek iç kontrol sağlaması, kendi başına kolaylıkla gerçekleştiremeyeceğinden dolayı zaman zaman rehberlik ihtiyacı duymaktadır (Cebeci, 2016:117). Bireyin dini hayatının da sıklıkla muhasebeye ihtiyacı vardır. Çünkü Yaratıcı'ya karşı sorumluluklarını yerine getirmesi anlamında bu gereklidir. Kişinin dini hayatını muhasebe etmesi, “dini murakabe” kavramı bağlamında da açıklanabilir. Bu durum mistik boyutla ilgilidir. Çünkü bu kavramla ifade edilen, danışan kişinin dini “keyfine göre” yorumlaması değil; bir nevi, kendisini Tanrı'nın huzurunda hissederek sürekli öz-denetim ve kendi kendini muhasebe hâlinde tutma duygusu içerisinde bulunması olarak kaynaklara geçmiştir (Ünal, 2010: 9).

6. Kutsal Kitap okumaları: Bu uygulama bütün dini geleneklerde var olan belki de dini danışmanlığın en temel tekniğidir. Tüm dinlerde uygulanan bu teknikle, esas itibariyle danışanda oluşan yanlış inanç, ve hurafeleri yok etmek amaçlanır. Bu metinlerde var olan geçmiş kavimlerin hikâyeleri, ibadetleri, yaşayış biçimleri veya ilahi emir, tavsiye ve açıklamalar, kişinin zihninde var olan olumsuz inançların çözülmesine ve yerine olumlu inançların yerleştirilmesine yardımcı olmaktadır.(Kaymakcan, 2013).

7. Hikâye anlatma: Hikâye anlatma, dini danışmanlığın öne çıkan tekniklerinden biridir. Bu uygulamada dini içerikli hikâyeler anlatılır, bilişsel terapideki metafor ve mecaz kullanım tekniğine benzer şekilde yapılabilir. Hikâyeler, canlandırma, somutlaştırma ve örneklendirme özelliğine sahip olmaları ve yaşanmışlardan hareketle yaşanmakta olana veya yaşanacaklara ışık tutmaları sebebiyle rahatlatıcı ve ikna edici etkiye sahiptir. Bu yüzden hikâyelerin bu özellikleri danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde elverişli bir yöntem olarak fayda sağlamaktadır (Cebeci, 2016:114).

8. Duâ: Duâ, herhangi bir dine bağlı bireyin, yaratıcısıyla buluştuğu en mahrem ve özel bir ibadettir. Duânın insana kazandırdığı huzur ve güven, sadece dini sorunlarda değil, dünyevi problemlerde de çözümleyici manevi bir güç oluşturmaktadır. Yapılan araştırmalar ve klinik deneyler neticesinde duanın insanın hastalıklarına tedavi olmasına katkıları yanında kişiliğin bütünleşmesi ve düzene girmesi hususunda da etkilidir. Ölüm, felaket, hastalık ve çaresizlik anlarında duâyâ

yönelmenin insanın katlanma ve direnme gücünü artırdığını ve fiziksel hastalıkların da iyileşmesinde faydasını gösteren birçok araştırma müşahade edilmektedir (Hökelekli, 2009: 76). Bu sebeple dini tekniklerde kişiyi duâ etmeye yönlendirmek, önemli bir unsurdur. Duânın terapötik eylem yönü ise duâ etme anındaki zihinsel süreçle ilgilidir. Psikologlar da duâ ritüelini genellikle meditasyon sağlayan manevi trans eylemi olarak ele almaktadır (Tarhan, 2009).

Her din kendi kültürünü yansıtır. Örneğin; Batılı ülkelerde bir meslek olan Pastoral Psikolojik Danışmanlık (*Pastoral Counseling*) danışanların maneviyat ile ilgili sorunlarına Hristiyan dininden hareketle psikolojik yardımlarda bulunur. Burada aktarılmış olan dini teknikler belli başlı bir dine has olmamakla beraber daha çok İslam literatüründe mevcut olan danışmanlık hizmetleri ölçüt alınarak yazılmıştır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanacak yöntemlerle ilgili ülkemizde akademik yönde araştırmalar devam etmektedir. Özellikle Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte model ve metot arayışları kapsamında yapılan çalışmalara (Ayten ve diğerleri, 2016) başlıklar halinde yer vermek gerekirse:

- Mustafa Köylü “*Teoriden Pratiğe Dini Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri: Samsun Örneği*”,
- Cemal Tosun “*Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Kültürlerarası-Dinlerarası Yaklaşım*”,
- Enver Sarı “*İslami Değerleri Yaşam Biçiminde Öncelikli Danışanlara Yönelik Psikolojik Danışma: İslami Psikolojik Danışma Model Önerisi*”,
- Turgay Şirin “*Manevi Danışma ve Rehberlik’te Yeni Bir Model Önerisi: İ.H.S.A.N. Modeli ve Vaka Sunumu*”,
- Muammer Cengil, Ümmügülsüm Günsel Kaya “*Psikolojik Rahatsızlıkları Olan Bireylere Mesnevi ile Bibliyoterapi Uygulaması*
- Fatıma Zeynep Belen “*Manevi Bakım ve Danışmanlıkta Bibliyoterapi: Bir Uygulama Örneği*”,
- Sema Yılmaz “*Bibliyoterapinin Hastalara Manevi Bakım Yöntemi Olarak Uygulanması (Sivas Devlet Hastanesi Örneği)*”.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik üzerine uygulanacak yöntemler noktasında yapılan akademik çalışmaların Türkiye’deki seyri, yukarıda aktarıldığı gibidir. Batılı ülkelerde profesyonel bir meslek olarak uygulanan Manevi Danışmanlık ve

Rehberlik, Hristiyanlıkta uygulanan dini geleneğe ait tarihsel sürecin bir ürünüdür. Ülkemizde pratik alanda henüz kurumsallaşamamış olması teorik alanda yapılan çalışmaların tarihinin bile çok yeni olmasından kaynaklanmaktadır. Bunun için Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanacak metotların eksikliği henüz aşılamamış bir problemidir. Çalışmamızda da özellikle bu problemin çözümüne bir nebze de olsa katkıda bulunmak amaçlanmaktadır.

Sonuç olarak; bu bölümde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin genel çerçevesi çizilmiş olup alt başlıklar halinde ayrıntılarına değinilmiştir. İkinci bölümde ise Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanabilirliğini araştırdığımız bir varoluşsal psikoterapi tekniği olan “Logoterapi” genel hatları ile tanıtılacaktır.



İKİNCİ BÖLÜM LOGOTERAPİ

Logoterapi, “varoluşçu psikoterapi” ekolünün temellerini aldığı için konuya ilk olarak varoluşçu felsefe bağlamında varoluşçu psikoterapi, düşünce dayanakları, kuramcıları, terapi yaklaşımları tanıtılarak başlanacaktır.

2.1.VAROLUŞÇU PSİKOTERAPİ (EXISTENTIALIST PSYCHOTHERAPY)

Varoluşçu felsefe, Batı düşüncesinin son yüzyılda yaşadığı “anlamsızlık” bunalımını dile getiren ve bu yüzden yaygınlık kazanmış olan felsefi bir akım olarak bilinmektedir. Varlığın ve hayatın anlamı, paradoksal (çelişkili) yaşam şartları, nasıl yaşanılacağını söyleyen nihai bir otoritenin olmaması, gerilim içinde olmak, ümitsizlik, ölümsüzlük, yabancılaşmak, özgürlük ve kendini gerçekleştirme gibi konular varoluşçu felsefenin yoğun olarak üzerinde durduğu temel problemlerdir (Tokat, 2013: 9).

Genel olarak varoluşçuluğun temel özelliklerini şöyle sıralayabiliriz:

- 1) Her şeyden önce varoluşçuluk insandan hareket eder. Tanrı’dan yahut evrensel bir suje kavramından değil, subjektif veya antropolojik bir noktadan başlar. Çıkış noktası; duyguları, iradesi ve eylemleriyle insanın somut varoluşudur.
- 2) Varoluşçuluğa göre, insan henüz bitmemiş, tamamlanmamış bir “proje”dir. İnsan daima seçimler yapmakla karşı karşıya olan bir varlık olarak değerlendirilir.
- 3) Her varoluşsal çaba, anlam arayışı nedeniyle dini bir unsur taşır. Varoluşçuluk insanın varlığını analiz etmeye çalışmaktadır (Tokat, 2013: 18-20).
- 4) Varoluşçu yaklaşım, insana bütünsel bir varlık olarak bakar. İnsan bir bütündür. İnsan ve davranışlarını belli kalıplar ile açıklamak onun bireyselliğine ve özgünlüğüne yapılan saygısızlıktır (Koçak ve Gökler, 2008: 94).

İnsan bir “varoluş”tur (existence). “*Existence*” kelimesinin Latince kökeni olan “*ex-dış*”, “*sistere*” ise durmak, var olmak anlamlarındadır. Terim olarak ise *existence*, kendisinin dışına çıkma, kendisini aşma yeteneği olan bir var olma tarzıdır. *Existence* teriminin diğer bir anlamı da aşkınlıktır. İnsan kendisini aşabilir, çünkü o önu açık bir projedir, geleceğe dönüktür ve bitmemiştir. Kelime insanın olasılıklara açık bir varlık olduğunu, yani süreç içinde olduğunu ifade eder.

Günümüzdeki varoluşçu düşüncenin babası olarak kabul edilen Martin Heidegger, varlıkla ilgili tartışmalarını insan varoluşunun analiziyle yapmaktadır. Heidegger'in ifadesiyle "*insanın cevheri, bir varoluştur*". Eğer bir özden bahsedilecek ise insanın özü varoluşunda yatar (Tokat, 2013: 85-86). Varoluş psikolojisinin temel kavramı "*dasein*"dır. Dasein, dünya içinde bedenlen var olmak anlamına gelip Freud'un "ego'su, Jung'un "arketip"i gibi insanın bir özelliği değildir. *Dasein*, Almanca bir sözcüktür, canlı olmayan şeyleri ifade etmek için kullanılan "*varhandesein*" sözcüğünün karşıtıdır. *Dasein* sözcüğü Türkçe'ye "varoluş" olarak çevrilmektedir. İnsanın dünyadan ayrı bir varlığı yoktur. İnsan ve içinde bulunduğu dünya bir bütündür (Koçak ve Gökler, 2008: 93).

Varoluşçuluk özellikle bireysellik-toplumsallık, özgürlük-kader, sonsuzluk-ölümlülük gibi varlık yapısı ile nesneler dünyasında ve tarihselliği, suçluluğu ve yabancılaşmışlığı içinde dünyada varlık olan insanın bütün bu gerilim ve kaygılı varlık yapısı içinde "anlam" arayışı daha da bir önem kazanmaktadır. Burada asıl önemli bir nokta da şudur ki; anlam arayışı sadece insana özgü bir durumdur. Hayatın anlamı sorununu ele alırken Heidegger, ölümlülükle birlikte açıklamaktadır. İlk dönem O'nun düşüncelerine bakıldığında insanın kendi ölümünü bekleyerek yaşamak zorunda olan bir varlık olduğuna ulaşılır (Tokat, 2013: 116-118).

Özellikle üzerinde durduğumuz nokta çalışmamızın ana teması olan "anlam" olduğu için varoluşçuluğun bu noktadaki vurguları belirtilmiştir.

Makineleşmenin, kapitalizmin, teknolojinin, bilimin ve katı akılcılığın sunduğu tekdüze ve insanı tam olarak kuşatmayan bir yaşantıda insan gerçekten var değildir. I. ve II. Dünya Savaşı yıllarında insanlık yok edilme hareketiyle karşı karşıya gelmiştir. Ölüm, vahşet, atom bombası, idealleri hiçe sayan ve yalnızca kendilerine inanılmasını isteyen diktatörler, insanlığı tehdit altına almıştır. Bu tehditler, karar vermek, suç işlemek, fedakârlıkta bulunmak, kahramanlık göstermek ve yaratmak gücünde olan sorumlu ve hür insanın şuurunu ezince, varoluşçu isyan başlamıştır. İki büyük savaş insanın tüm benliğini sarmış, onu manevi dünyadan ve tarihsel bağlamdan koparmıştır. Milyonlarca insanın bir anda yok olması, insanları hayatın anlamı üzerinde düşünmeye yönlendirmiştir. Çağdaş varoluşçu teologlardan Paul Tillich'e göre, sanayileşme ile birlikte insan, özünü, benliğini ve bilincini yitirmiş, dönen çarkın vidası hükmünde olmakla beraber yaşamı anlamsız hale

gelmiştir. Öte yandan insana mekanik bir varlık olarak bakılmış, umutları, korkuları ve bütün duyguları kısacası benliği yok edilmiştir. İnsanın sadece rahatlığı arzulanması, hayattan daha çok zevk almanın peşinde koşması gerektiği önemli kabul edilmiş ve artık karar verme, fedakârlık, kendi değerlerini koruma gibi şeyler kullanılmaz olmuştur (Tokat, 2003: 18-19-20).

Antik çağlarda insanın, evrenin bir parçası olarak görülmesi, ortaçağda ise kendini tamamen Tanrı'ya adanmış olması; yeniçağın insanı ise aklın gücüne dayanmış olması dikkat çekerken; bunlara kıyasen son iki asrın insanı bütün dayanakları yıktı. Tanrı'yı yitirdi; benliğini kaybetti ve kendine kendini problem etti. Varoluşçuluk da bu zeminde kaybolan insanı yeniden bulmak ve onu yalnızlığı içinde yeniden keşfetmek istemektedir (Tokat, 2003: 22).

Varoluşçuluğun fikri temellerini kısaca aktaracak olursak; hiçbir felsefe ekolünde varoluşçulukta olduğu kadar insan yüceltilmemiş ve o oranda da sorumluluğu artırılmamıştır. Varoluşçu felsefe, subjektif bakış açısı, insan varoluşunun irrasyonel ve aşkın olduğunu ileri sürmesi, teist kanatta kabul edildiği gibi, insanın “Sonsuz Varlık” önünde bir benlik olarak, tek başına ve O’ndan ayrı bir şekilde var olduğunu düşünmesi, insanın hürriyetiyle kendi gerçek varoluşunu yine kendisinin kazanacağını kabul etmesi gibi yaklaşımlarından dolayı insanı en çok yücelten bir felsefedir. Bu düşünce doğrultusunda varoluşçuluk, insanın biricikliğine ve değerli olmasına vurgu yaparken aynı zamanda insanın, sorumluluk sahibi olduğunu ve yükünün aynı doğrultuda ağır olduğunu da gözler önüne sermektedir (Tokat, 2003: 33).

Felsefe tarihine bakıldığında, varoluşçuluğun bir ekol olarak başlaması Kierkegaard ile olmuştur. Danimarkalı bir teolog, edebiyatçı ve sanatçı olan Sören Kierkegaard (1813-1855) kendisinden sonra gelen gerek teist, gerekse ateist varoluşçulara temel teşkil etmiştir. Kendi döneminde fazla tanınmamasına rağmen XX. yüzyıl başlarından itibaren gelişen fenomenoloji ile birlikte bir ekol haline gelen varoluşçu düşüncenin temsilcilerine kaynaklık ederek ün kazanmıştır (Tokat, 2003). Her felsefî düşüncenin temsilcileri olduğu gibi varoluşçulukta da önde gelen isimler bulunmaktadır. Sören Kierkegaard (1813-1855), Karl Jaspers (1883-1969), Gabriel Marcel (1889-1973), Maurice Merleau-Ponty (1908-1961), J. P. Sartre (1905-1980) ve Martin Heidegger (1889-1979) gibi geleneksel felsefeden farklı yeni bir felsefe

yapma tarzı ortaya koyan modern filozoflar bu kategoriye teşkil eder (Gündoğdu, 2007: 97).

Bu başlık altında varoluşçuluğu ele almamızdaki amaç, varoluşçu felsefenin psikoterapiye sunmuş olduğu fikrî altyapının anlaşılmasını sağlamaktır. Buraya kadar varoluşçuluğun tanımı ve belli başlı varoluşçular hakkında genel bilgi verilmiştir. Konumuzun dışında olduğu için bu felsefecilerin temel düşünceleri burada ele alınmayacaktır.

Varoluşçu yaklaşım, diğer psikoloji ekollerinin ya da bilimin herhangi bir dalının teknik keşiflerini bir kenara atma amacı taşımamaktadır. Aslında tam anlamıyla varoluşçuluk, bu keşifleri yeni bir temel üzerine yerleştirmeye, insan imgesini ve doğayı anlayıp yeniden keşfetmeye çalışmaktadır. Modern bilimde insanı makineye benzetme; onu incelediğimiz tekniklerdeki bir imge haline dönüştürme eğilimimizin yol açabileceği, insanlıktan çıkarma tehlikesi ile karşı karşıyayız (May, 2018: 19).

Rollo May, Avrupa’da ortaya çıkan varoluşçuluğun ve varoluşçu psikoterapinin Amerika’da yayılmasının öncülerinden sayılmaktadır (Özen, 2012:280).

Varoluşçu felsefe ve hümanist psikolojinin de en önemli isimlerinden olan Rollo May (1909-1994) “*Varoluşun Keşfi*” adlı eserinde:

“Varoluşçu yaklaşım bize şu soruyu sordurur: Bir insan nasıl oluyor da diğeriyle bir bağ kuruyor? İnsan doğasında iki kişinin iletişimini ve birbirini varlık olarak kavramasını sağlayan şey nedir, ne vardır da onu diğerlerinin refahıyla ve memnun olmasıyla sahiden ilgilenmeye ve ona sahici bir güven duymaya iter?” (May, 2018: 25)

soruları ile bizim dikkatimizi, varlığın doğasını anlamaya ve insan denen varlığın diğer varlıklarla olan bağlantısına çekmektedir.

Son yıllarda psikiyatri ve psikolojide, insanı anlamaya yönelik tutumumuzda ciddi boşluklar olduğunun farkına varılmıştır. Kliniklerde ve terapi odalarında teorik bilgilerle giderilemeyecek kaygılar taşıyan ve kriz durumunda olan kişilerle birlikte bu eksikliğin bilimsel araştırmalarda da problem hâline geldiği görülmektedir (May, 2018: 47).

Bu bağlamda; varoluşçu psikoterapi hareketin en önemli sözcülerinden Ludwig Binswanger (1881-1966), terapideki varoluşçu araştırma yöneliminin, psikiyatride

bilimsel anlayış kazanma çabalarının neticesinde duyulan tatminsizlikten kaynaklandığını belirtmiştir.

Binswanger'e göre:

“Bilim olarak psikoloji ve psikoterapi elbette ‘insan’ ile alakalıdır ama bu insanların mutlaka zihinsel olarak hasta olmaları şart değildir, haddizatında insanla alakalıdır. Heidegger’in varoluş analizine borçlu olduğumuz yeni insan anlayışı, temelini, ister mekanik ister biyolojik isterse psikolojik olsun, insanın artık teorilerle anlaşılamayacağı yönündeki yeni kavrayıştan alır.” (May, 2018: 50)

Heidegger’in düşüncelerini psikoterapiye ilk tatbik eden filozof, Binswanger’dir. Binswanger, bu çalışmalarının neticesinde Heidegger’in temel kavramı olan “*Daseins Analytics*” den esinlenerek “*Varoluşsal Analiz*” adını verdiği bir teori ve uygulama geliştirmiştir (Özen, 2012: 272).

Binswanger varoluşçu terapi hakkında:

“Varoluşçu-analitik temele sahip bir psikoterapi, tedavi edilen hastanın yaşam tarihini araştırır ama bu yaşam tarihini ve içindeki patolojik kendine özgümlükleri herhangi bir psikoterapi ekolünün öğretileri ile ya da o ekolün tecrit ettiği kategorilerle açıklamaz. Onun yerine bu yaşam tarihini hastanın dünyada oluşunun bütün yapısına getirilen bir değişiklik olarak anlamaya çalışır.” (May, 2018: 51).

Bunların yanında Binswanger’e göre varoluşçu psikoterapi, psikanalizin temel kavram ve anlayışlarını derinleştirip geliştirme kapasitesine sahiptir. Varoluşçu terapi diğer psikoterapi ekolleri ile ortak özelliklere sahip olmakla birlikte iki temel noktada ayrılır; (1)Varoluşçu terapi tek bir kurucunun üzerine bina edilmemiştir, Avrupa’nın çeşitli noktalarında ihtiyaç hissedilmesinden ortaya çıkmıştır. (2) Diğer psikoterapi yöntemlerinde olduğu gibi yeni bir teknik sunmak gibi bir iddia taşımaz. Amacı insanın varoluş yapısını analiz etmektir ve bu amaçla eğer başarılı olursa, hayatında bir kriz yaşayan tüm insan durumlarının altında yatan gerçekliği anlamayı da beraberinde getireceğini savunur (May, 2018: 55).

Bilindiği üzere çağdaş psikanalizin yani ilk bilimsel yönelimli psikoterapi yönteminin temelleri Freud tarafından atılmıştır. Bu psikoterapi hareketinin yanında Alman Filozof Heidegger’in 1927’de çıkan kitabı “Varlık ve Zaman”daki ontolojik (varlık felsefesi) yaklaşımından etkilenecek İsviçreli psikanalistler Medard Boss ve Ludwig Binswanger ise “dasein analysis” (Varoluşçu Analiz) adıyla varoluşçu

psikoterapinin öncüsü sayılabilecek yeni bir terapi modeli geliştirmişlerdir (Özen, 2012:278).

Psikiyatri ve psikolojideki varoluşçu hareketin özellikle ampirik olma tutkusundan doğduğunu hatırlamak gerekir. Yani bu noktada varoluşçu analiz hareketi, insanı kendi ön kabullerimize göre biçilmiş modellerle görme ve kendi tercihlerimize göre belli bir imgeye dönüştürme eğilimine karşı getirilen bir itirazdır (May, 2018: 56).

Varoluşçuluk daha geniş anlamıyla; özne ve nesne arasındaki, Rönesans'tan hemen sonra Batı düşüncesini ve bilimi altüst eden o çatlağı ortadan kaldırarak insanı anlama gayretinin adıdır. Binswanger bu çatlağın; bugüne kadarki tüm psikoloji biliminin kanseri hükmünde olan, dünyadaki özne-nesne ayrımını yapan doktrin kanseri olduğunu ifade eder (May, 2018: 60).

Varoluşçular, öncelikle, modern kültürün getirdiği insanı niteliklerinden ayırma ve bölümlere ayırma pratiklerinin tam ortasında yaşayan kişiyi yeniden keşfetmek ile ilgilenirler ve bunu yapabilmek için de psikolojik analizi kullanırlar. Asıl yapmaya çalıştıkları psikolojik tahlilde bulunmak değil, o deneyimi yaşamakta olan canlı insanın psikolojik varlığıdır. Bir diğer deyişle, psikolojik terimler ontolojik anlamlarıyla kullanılırlar (May, 2018: 66). Varoluşçuların özellikle mücadele ettikleri nokta, insanı makineye dönüştürerek ve onu emek verdiği sanayi sistemi üzerinden tanımlayan ve insanî niteliklerinden ayıran eğilimlerdir. Yani insanı yalnızca var olan bir birey olarak anlamaya çalışmak yerine ortaya koydukları üzerinden değerlendirmeye karşı direniş göstermişlerdir.

Varoluşçu yaklaşımın odak noktasında insanların kendi kapasitesini fark etmeleri gerektiği, geçmişlerinin ya da dış dünyanın kurbanları olmadığı, kendileri için karar verme ve eyleme geçme güçlerinin varlığı vurgulanmaktadır (Özen, 2012: 283). 19.yüzyılda Ernest Cassirer'in deyişiyle:

“Teologlar, bilim insanları, siyasetçiler, etnologlar, ekonomistlerin her biri meseleye kendi bakış açılarından baktılar... Her yazar, son kertede, insan yaşamına dair kendi kavrayışı ve değerlendirmesini yapar oldu.” Max Scheler ise bu konuyla ilgili şu şekilde yorum getirmektedir:

“İnsan bilgisinin hiçbir döneminde kişi kendisi için bugün olduğu kadar büyük bir sorunsal teşkil etmemiştir. Elimizde birbiri hakkında hiçbir şey bilmeyen bilimsel, felsefi ve teolojik bir antropoloji var.”

Dolayısıyla insana dair net ve tutarlı bir fikre sahip değiliz. İnsan incelemelerine dâhil olan bilimlerin giderek büyüyen sayısı, insana dair kavrayışımıza ışık tutmaktan ziyade onu daha da karışık ve müphem bir hale getirdi.” (May, 2018: 81-82).

Varoluşçu yaklaşım için şu varsayıma ulaşmak mümkündür; sadece hasta olan bireylere uygulanan bir yaklaşım olmamakla, terapistin kendisinin de yaşadığı ve yansıttığı bir ekoldür (Özen, 2012: 284). Bu açıdan varoluşçu terapi hakkında diğer yöntemlere nazaran daha insani yani insancıl bir terapi yaklaşımıdır diyebiliriz. Bir varoluşçu terapist olan Yalom, danışanları için “yol arkadaşım” tabirini kullanmaktadır. Biz bu bakış açısından hareketle varoluşçuluğun insanı sadece bir madde ve nesneye indirgemediğini ve ön planda değerlendirdiğini görmekteyiz.

Varoluş felsefesi, birbirinden farklı düşünürler tarafından benzer temalar üzerinde farklı yorum ve değerlendirmelere tabi tutulmaktadır. Bu noktadan varoluşçuluğun çok boyutlu yönü olan derin bir felsefi akımı ifade ettiği açıktır. “Öz-varoluş ilişkisi; insanın kendi özünü seçebilmesi ve buna bağlı gelen özgürlük ve sorumluluk; ölüm, yalnızlık, varoluşsal boşluk” gibi günümüz insanının sorunlarını bu bileşenlerle ele alır (İlgar ve Coşkun-İlgar, 2019: 194). Aslında varoluşçu felsefeye sadece varoluşsal bir sorundan kaynaklı bir ekol olarak değil, varoluşsal bir ihtiyaç olarak da bakmak yerinde olacaktır. Çünkü insan denilen varlık, ana rahmine düşmesiyle birlikte oluşum sürecine başlamakta ve olgunlaşmaya devam etmektedir. Bu minvalde hayattan çıkaracağı dersler, yerine getireceği vazifeler, sahip olacağı rol ve sorumluluklar bulunmaktadır. Bu sayede öğrendikleri ile kendini var ederek özünü oluşturabilecektir. Yalnız insana ait olan bu özelliklere bakıldığında, onun biricik kendine özgü oluşunu belirtmenin yanı sıra yaşayacağı iç sıkıntılarının ve kendi özünü arayışının da önemli bir nedeni olacaktır. İşte bu öz arayış ihtiyacıyla birlikte, varoluş felsefesinin temaları ve insana yaklaşımı, insanın kendini var etme sürecinde önemli kaynaklık teşkil eder (Çelik, 2017: 418).

Varoluşçu felsefenin temellerini atan ve bu yaklaşımın öncülerinden sayılan düşünür ve psikiyatlardan bir diğeri Viktor E. Frankl’dır. (1905- 1997) Avusturyalı bir psikiyatr olan Frankl, logoterapinin kurucusu, varoluşçu terapinin de en önemli isimlerinden biridir. Frankl, kendine ait kuramını ve uygulamalarını “özgürlük, sorumluluk, anlam ve değerlerin araştırılması” üzerine kurmuştur (İlgar ve Coşkun-İlgar, 2019: 195).

Varoluşçu felsefe bağlamında varoluşçu psikoterapiye baktığımızda, insanın varoluşunda, yer alan dört büyük konuya (ölüm-özgürlük-yalıtılmışlık-anlamsızlık) odaklanan dinamik bir süreç olarak görebiliriz. Bireyin tercihlerinde özgür olduğu, seçimlerinin ve eylemlerinin de sorumluluğunu alması gerektiği anlayışı ön plandadır (İlgar ve Coşkun-İlgar, 2019: 199).

Sonuç olarak; insanı nesne gibi ele alarak değerlendiren yaklaşımlara tepki olarak, insanın biricik ve otantik oluşu özelliği ile tanımlanması gereken bir varoluş olduğunu belirten varoluşçu felsefe akımı, pek çok insanî soruyu ele alıp işlemiştir. Bunlar “öz-varoluş ilişkisi”, “varlığın ve hayatın anlamı”, “özgür iradenin insan davranışlarındaki rolü”, “sınırsız özgürlük ve sorumluluk”, “varoluşsal anksiyete” gibi pek çok konu olarak karşımıza çıkmıştır (Çelik, 2017: 417).

Bu başlık altında varoluşçu psikoterapi ekolünün tanıtılması neticesinde daha önce de bahsi geçen varoluşçulardan, kendi kuramının kurucusu ve deneyimcisi olan özellikle de bu kuramın psikoterapide de kullanılmasına ışık tutan Avusturyalı psikiyatrist Viktor E. Frankl (1905-1997) kısaca tanıtılacaktır.

2.2.VIKTOR E. FRANKL KİMDİR?

Viktor Emil Frankl, 26 Mart 1905'de Viyana'da Yahudi bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelmiştir (Bahadır, 2000). Annesi eski Roma İmparatorluğu dönemine kadar uzanan Prag'a yerleşmiş kadim ailelerden gelmektedir. Babası Güney Mahrenli'dir. Maddi yetersizliklerden dolayı babası tıp eğitimini yarıda bırakmak zorunda kalmıştır. Bu yüzden Frankl'ın küçük yaşlarda iken doktor olmaya karar vermesi babasını çok memnun etmiştir. Hayatın ve ölümün anlamı ile ilgili sorularının, Frankl'ın çocukluk yıllarında ortaya çıktığı bilgisine ulaşılmaktadır. Küçük yaşlarda yaşadığı bazı olaylar bu kanaati destekler niteliktedir: Viktor, dört yaşlarında, uykuya dalmak üzereyken herkes gibi bir gün kendisinin de öleceği fikriyle ansızın irkildiğinden bahseder. Yaşadığı bu tecrübe O'nda ölüm korkusundan çok, hayatın anlamının bunca yaşananlarla birlikte ölümle yok olup olmayacağı sorusunu gündeme getirmiş ve bu nedenle büyük bir endişe içine girmiştir (Frankl, 2016: 9-10). Bu örnek olay bize Frankl'ın daha çocukluk yıllarında iken başlayan bir felsefi yatkınlığı olduğunu göstermiştir.

Viktor Frankl'ın henüz ortaokul yıllarında iken parlak bir öğrenci olduğu, tıp ve felsefeye ilgisinin olduğu da bilinmektedir. Frankl özellikle varoluşçuluk akımından etkilenmiştir. Aynı zamanda tıp, nöroloji ve psikiyatride uzmanlaşmıştır. Frankl'ın psikoloji ekolünün doğuşunu hazırlayan; kişisel hayatını olduğu kadar akademik hayatını da derinden etkileyen en önemli tecrübesi, toplama kampı deneyimidir. Nazizm'in yayılmasının etkilerini erken yaşta yaşamıştır (<https://www.viktorfrankl.org/biography.html> (02.06.2020)). 1943 yılında diğer pek çok Viyana'lı Yahudi gibi Frankl; karısı, babası, annesi ve kardeşi ile birlikte Naziler tarafından tutuklanarak ölüm kampları olarak anılan Auschwitz¹³ ve Dachau toplama kamplarına nakledilmişlerdir. Her an gaz odalarına gönderilme korkusuyla yaşayan Frankl, ancak 1946'da özgürlüğüne kavuşabilmiştir. Ailesi içinde kız kardeşi dışında hepsi gaz odalarında can vermiştir. Bu acı gerçeği, üç yıl boyunca ailesine kavuşabilme umuduyla yaşayan Frankl, 1946'da Viyana'ya döndüğünde öğrenmiştir (Bahadır, 2000). Toplama kamplarından sonraki dönemde (1946 sonrası), Frankl'ın hayatı ve eserleri ile dünya çapında tanınıp şöhret kazandığı en verimli yıllar olmuştur.

Bahadır, “*Logoterapi ve Viktor Frankl*” üzerine yapmış olduğu araştırmasında (Bahadır, 2000) kronolojik olarak Frankl'ın akademik hayatını tahlil etmiştir. Bu başlıkta değinmek faydalı olacaktır. 15 yaşında iken Freud ile mektuplaşmaya başlayan Frankl, bir sene sonra 16 yaşında “Hayatın Anlamı” (*Der Sinn des Lebens*) konulu ilk konferansını verir. 19 yaşına geldiğinde ilk makalesini yayımlar. Freud'u sadece bir defa görür; ancak, ilk makalesinin tanınmış bir psikanalitik dergide yayınlanmasını Freud'a borçludur. 1924'ten sonra Freud'den bağımlı koparan Frankl, Alfred Adler ile birlikte çalışmaya başlar. Ancak, çok geçmeden 1926'da Adler ile yolları ayrılır. Böylelikle Bireysel Psikoloji Derneği ile ilişkisi kesilir. 1927'de Max Scheler'in eserleri ile tanışır. Scheler'in etkisi, O'nun görüşlerine özellikle değer etiği bağlamında damgasını vurur. 1927 yılı ile başlayan bu üçüncü aşama, Frankl düşüncesinin değişmemek üzere yeniden yapılandığı aşamadır. İleride kuracağı varoluşçu ekole bağlı olan Logoterapi'nin teorik alt yapısı her geçen zamanda belirginlik kazanmaktadır. 1930 yılında doktorluk unvanını alır

¹³Auschwitz: 1940 yılında Polonya, Krakow yakınlarında inşa edilen ve çoğunluğunu Yahudilerin oluşturduğu 4 milyondan fazla tutsağın imha edildiği ünlü Nazi Toplama Kampı. (İnsanın Anlam Arayışı, 2018: 23)

ve aynı tarihten itibaren Viyana Üniversitesi Nöropsikiyatri Kliniği'nde çalışmaya başlar. Buradaki gözlemleri, anlamsızlık duygusunun hastalıklarda en önemli sebeplerden birisi olduğu şeklindeki kanaatini güçlendirmiştir. Bütün bu gelişmelere rağmen Frankl'ı bilim dünyasına diğerlerinden tamamen farklı damga vurması, 1938'de yayımladığı "*Zur Geistigen Problematik der Psychotherapie*" adlı eserinde ilk defa varoluş analizi logoterapinin argümanlarını ortaya koyması ile olmuştur (Bahadır, 2000).

Viyana'ya dönüşünden sonra kalan hayatına, beş kıtada yüzlerce konferans, panel ve seminer; onlarca kitap, makale ve kaset sığdırmayı başaran Frankl, son kitabı "*Man's Search for Ultimate Meaning*" (İnsanın Anlam Arayışı) bitirdiği 1997 yılında hayata gözlerini yumar. Sessiz, sukûnet içerisinde, sadece dualar eşliğinde gömülmek, samimi bir dindar olarak Frankl'ın en büyük arzusudur. Karısına her zaman hatırlattığı "*Ne olur, bu dünyaya nasıl geldiysem, bırakın öyle gideyim, sansasyona yol açmadan!*" sözüne uygun olarak Frankl, kimseye haber verilmeksizin birkaç din adamı ve ailesinin katıldığı sade bir törenle toprağa verilmiştir (Bahadır, 2000). "İnsanın Anlam Arayışı" eserinde Frankl, insanın her koşulda anlamı bulabileceğini, anlamın insanın zihninde mevcut olduğunu ve bunu kendisinin keşfetmesi gerektiğini vurgular (Frankl, 2018a:122-123). Bu bağlamda çalışmamızın temel konularından olan Frankl'ın psikoloji ekolü varoluşçu analiz yani logoterapi, temel felsefesi, kavramları, teknikleri ile birlikte tanıtılacaktır.

2.3.LOGOTERAPİ/VAROLUŞÇU ANALİZ NEDİR?

İnsan çağlardan beri hep bir arayış içindedir. Doğası gereği hep mutlu olma çabasında, huzurlu bir hayat sürme arzusunda olduğu da aşikârdır. Bununla beraber yaşantısında üstesinden gelemediği pek çok sorununu nihai noktada içtenlikle güvendiği kutsallık atfettiği ilâhî bir güce havale etmekle tatmin bulabilmektedir. Bu noktada Bahadır' a göre premodern (modern dönem öncesi) insan, zihnini ya da ruhunu rahatsız eden sorunların her birini kendi sınırlı kapasitesi ile çözmek gibi bir zorunluluk ve kaygı taşımamaktadır (Bahadır, 2018: 8). Çünkü aşkın olan, gücü sınırsız olan bir Yaratıcıya inancı onun için iç huzuru ve teminatı sağlamaktadır.

Oysaki modern insan hayatında değerlerden uzaklaştıkça ve aşkın olana başvurmayı unuttukça hep bir çıkmaza giriftar olmuştur.

İnsan davranışını bilimsel bir merakla açıklamaya çalışan ilk dönem psikoloji ekollerinin aksine, çağdaş psikoloji akımlarının ilgi odaklarını genişlettikleri; varoluşsal problemler üzerinde yoğunlaştıkları ve daha çok terapi-tedavi ağırlıklı bir yöneliş benimsedikleri bir gerçektir. Tabiatıyla psikolojinin pratik görevi, bireyin sağlıklı bir kişilik kazanmasında kendi ürettiği metotlarıyla yardım sağlamak; ruh sağlığını korumak ve ruhsal-psikolojik problemlerini çözmeye çalışmaktır. Bu temel düşünceden hareketle özellikle son asırda, çağdaş sorunlara en uygun çözümler sunma iddiasıyla yeni psikoterapik çabaların ortaya çıktığını görmekteyiz (Bahadır, 2018: 14).

Varoluşçu Psikoterapi başlığında da ele aldığımız üzere son dönemde Varoluşçu Felsefe'nin bünyesinde insanı bir bütün olarak ele alan yaklaşımlar, kendine özgü prensipleriyle bir ekol olarak ortaya çıkmıştır. Modern insanın sorunlarına çağdaş çözümler sunarak psikolojik donanımın "anlam" ekseninde yeniden yapılandırılması gerektiğini savunan "logoterapi", sözü edilen ekollerden birisidir (Bahadır, 2000).

Varoluşsal yönelimli Viktor Frankl, "logoterapi" sözcüğünü 1920'li yıllarda ilk defa kullanmıştır. Daha sonra bu terapi kavramını ifade eden "varoluşsal analiz" terimini eş anlamlı olarak kullanmış fakat diğer varoluşçu yaklaşımlarla karışmasını önlemek için kendi kuramından terapötik bağlamda "logoterapi" olarak söz etmiştir (Nalbant ve diğerleri 2016: 107). Logoterapinin kurucusu olan Viktor Frankl, bu kavram hakkında yirmili yıllarda kendi tabiri ile psikoterapinin Mekke'si olan Viyana'da özellikle içlerinde Freud, Schilder gibi isimlerin de olduğu bir toplantıda:

"...1926'da bir konferans verdiğim ve ilk kez akademik çerçevede logoterapiden söz ettiğim bir çalışma grubu da vardı. Logoterapinin alternatifi olan "varoluş analizi" tanımını 1933'ten sonra kullanmaya başlayacaktım. Ancak söz konusu zaman noktasına kadar geçen süre içinde bu alandaki düşüncelerimi belli bir dereceye kadar sistematize etme fırsatı bulacaktım..." (Frankl, 2016: 23) sözleriyle kendisi de ifade etmiştir.

Logoterapi insandaki “*zihinsel, akli*” boyutu göz önüne alarak *hayatın anlamına* ulaşmak için varoluş çabasını asıl belirleyici motivasyon olarak kabul etmiştir. Bu anlayışı Freud’un *psikanalizin* ve Adler’in *indivüel psikolojisinin*¹⁴ yanında “Üçüncü Viyana Okulu Psikoterapi Hareketi” olarak geliştirmeye çalışmıştır (Frankl, 2016: 231). Logoterapi insanın hayatta anlamı bulmasının önemi kadar, insan varoluşunun anlamına da odaklanmaktadır. Buradaki vurgu varlığın kendisine yapılmaktadır.

“Üçüncü Viyana Okulu” kimliğiyle şöhret kazanan bu psikoterapi ekolünün temel amacı, insan varoluşunun en temel ihtiyacı olan “*anlam arzusu*” nu tatmin etmek; anlamlı bir hayatın oluşmasına yardımcı olmak ve böylece modern insanı içine düştüğü çağın hastalığı olan logoterapik bakış açısıyla “*varoluşsal boşluk*” tan, yani anlamsızlıktan kurtararak hayatını yeniden anlamlandırmasında veya hayatın anlamını keşfetmesine bir pencere açmaktadır.

İnsan nefes aldığı sürece olumlu-olumsuz, iradeli-iradesiz tüm tutum ve davranışları “*anlam*” bulmaya yöneliktir. İntihar teşebbüsünde bulunan kimse bile, ölümle sonuçlanabilecek bu hareketine “anlam” yüklemiştir. Başka bir ifadeyle kendisi için yaşamak ne kadar anlamsızlaşmış ise, ölmek de o derece anlam kazanmaktadır.

Logoterapiye göre; insanda doğuştan var olan anlam arzusu, onu en acımasız ve en korkutucu şartlar içerisinde bile sarılabileceği bir değere, bir amaca yöneltebilir. Anlamın ortaya çıkması, insanın olumlu mücadelesi sonucu gerçekleşecektir. İnsan kendi iradesiyle ve öz çabasıyla anlamı keşfetmek zorundadır. Frankl’a göre anlam, birine veya bir şeye karşı duyulan sevgide, ikinci olarak ortaya koyulan bir eserde veya icra edilen iş ve meslekte; hatta kişinin tecrübe ettiği acı ve dramatik yaşamın derinliklerinde saklı olabilir. Bunun için anlamı bulmak her bireyin kendisine bırakılmıştır. Anlamı aramak, insanın en büyük sorumluluklarından biri olmuştur (Bahadır, 2018: 14-15).

Logoterapinin teklifleri kuşatıcıdır. Hem hastalara, hem de sağlıklılara; hem gençlere, hem de yaşlılara hitap edebilir (Bahadır, 2018: 30). Bu bağlamda sadece hastalıklı bireyler için anlamı bulmak gereklidir, düşüncesi çok kısır ve geçersizdir.

¹⁴*İndivüel psikoloji*: Logoterapi ve Diğer Psikoterapi Yaklaşımları” başlığı altında açıklanacaktır.

Küçük, büyük, genç, yaşlı fark etmeden insan varlık olarak doğası gereği anlama ve anlamlandırmaya muhtaçtır.

Anlam aslında yaşantılarımızdan, tecrübelerimizden ve bunların sonuçlarından hareketle neyi kazandığımız ve kaybettiğimizle alakalı bir bağlantı kurmaktır. Anlam deyince insanoğlu hayatın anlamını kastetmektedir. Varoluş analizinin insana yüklediği en büyük görev, sorumluluk bilincidir. Şu hayatta içinde yaşadığı zaman diliminde insanın, sürekli sorumluluk sahibi olmakla bir amaç doğrultusunda yaşamının veya meşgul olduğu işin kendisi için ne ifade ettiğini düşünmesi, anlamı bulmaya yönelik bir girişimdir. Kemal Sayar'ın da söylediği gibi:

“Günümüz insanı anlamlı bir hayat sürme konusunda ciddi bir sıkıntı yaşamaktadır. Çoğumuz bir ‘sürü psikolojisi’ ne hapsedilmiş durumdayız. Bize; mutlu bir hayat ve anlamlı bir hayat gibi iki seçenek sunulsa hangisini tercih ederiz sorusunun yanıtı elbette anlamlı bir hayat olacaktır. Çünkü anlamın olması mutluluğu da beraberinde getirecektir.”¹⁵

Bu konuşmanın akabinde Sayar, insan mutluluğu, artık hazların toplamından ibaret hâle gelmiştir. Modern batı uygarlıkları maddi olanak ve imkânlarla örneğin pahalı ve lüks hediyelerle insanı anlık hazlarla tatmin ettikten sonra anlamdan muaf bıraktığından söz eder. Depresyonların hızla artması, intihar vakalarının çoğalması aynı zamanda suçluluk oranlarının da yüksek olması, şu çağın insanının ciddi bir anlam arayışında olduğunu ispat etmektedir.

Rus deneysel psikoloji uzmanının bir yazısı incelendiğinde görülmüştür ki, ortalama insanın günlük hayatında zevkten, hazdan çok daha fazla keyifsizlik, zevk almama duyguları yaşadığını belirtmektedir. Demek ki daha baştan itibaren, zevk, haz için yaşamak imkânsızdır. Ayrıca ille de gerekli midir böyle bir yaşayış? Hayat bunun için mi vardır? Bütün bir hayat, hepimizin hayatı haz alma, olabildiğince fazla haz alma çabasında olsaydı, ölüm gerçeği karşısında hayatımızın bir anlamı kalmazdı. Hayata anlam kazandırma bakımından haz bir hiçtir, düşündüğümüz takdirde haz alamama hayatın anlamını yok edecek bir durum da değildir (Frankl, 2016: 50-51). Schopenhauer da belirttiği gibi: “Arzusu sınırsız, taleplerinin sonu gelmezdir ve her tatmin edilmiş arzu bir yenisini doğurur. Bu dünyada imkân

¹⁵³ Mart 2018 tarihinde Kubbealtı Sohbetleri kapsamında düzenlenen Prof. Dr. Kemal Sayar'ın “İnsanın Anlam Arayışı” adlı söyleşisinden <https://www.youtube.com/watch?v=025HrpZkRkw> (09.11.2019).

dâhilinde olan hiçbir tatmin onun şiddetli arzusunu dindirmeye, taleplerinin önüne nihai bir hedef koymaya ve yüreğinin dipsiz kuyusunu doldurmaya kifayet gelmez” (Schopenhauer, 2018:9).

Logoterapi’de temel mesaj şudur; insan hayatını niçin yaşadığını sorgulamalıdır, çünkü insanın temel meselesi budur: *“Benim bu hayatta var olma amacım ne?”* Sayar, bahsi geçen söyleşisinde, bir filozofun sözünü aktararak bize şunu hatırlatır: *“Hayatın niçinine cevap veren, nasılına zaten cevap bulur”*.

Logoterapi, insana her zaman biricikliğini vurgular. Her insanın hayatının anlamı kendine özgüdür. Frankl’ın dediği gibi: *“Herkesin kendine özgü anlamında içeriği gerçekleştirme önemlidir”* (Frankl, 2016: 47). Frankl, insanın biricikliğini vurgulamak için bu bağlamda; her insanı birbirinden ayıran, varoluşuna anlam veren bu eşsiz olma durumu, insan sevgisinde olduğu kadar yaratıcı çalışma üzerinde de etkilidir. Bir insanın yerine bir başkasının konulmasının imkânsızlığı kavrandığında, bu kişi için, o insanın varoluşuna yönelik sorumluluğunu olası kılmaktadır. Kendisini sevecenlikle bekleyen bir insana ya da tamamlanmamış bir işe yönelik sorumluluğunun bilincine varan kişi, yaşamında bir anlamın var olduğuna inanarak hayatını kesinlikle kenara itmeyecektir, onu aramaya koyulacaktır (Frankl, 2018a: 95). İnsan hayat pratiğinde anlama ulaşma iradesini gösteremez, anlamı gerçekleştiremezse, *anlamsızlık ve değersizlik* duyguları onu baskısı altına alacaktır.

Frankl’ın varoluş analizine dayalı antropolojisinde insan, kararlar alma yeteneğine sahip özgür iradeli bir varlıktır. İrade özgürlüğünün imkânları sayesinde kendini aşıp anlam ve değer bulmaya ve gerçekleştirmeye yönelmektedir. İrade özgürlüğü, kendine ve hayata karşı sorumluluk duygusu, insana kendi üzerine yükselip sınırlarını aşmasına imkân vermektedir. Gerçi insan şartlanmış olmaktan hiçbir zaman tamamen kurtulmuş değildir, *tipolojik, biyolojik, sosyal ve kültürel* tarzdaki belirleyici şartların damgasını yemiştir, ama bu şartlanmışlıklar içinde, gündelik hayatta, kendisine meydan okuyan onu teşvik edip mücadeleye davet eden sayısız olay ve ilişki ile karşılaşır. Varoluş analizi anlayışı, insanı belirleyen, ona damgasını vuran şartlandırıcı olay ve etkilerin üzerinde durmayıp insanın kendi yaşantısı içinde doğrudan karşılaştığı, yaşamak durumunda kaldığı olaylar yumağıyla birlikte hayatını yönlendirip inşa edişini sorun olarak ele almaktadır (Frankl, 2016:

236). Bahsettiğimiz bilgiler genel olarak logoterapinin felsefi altyapısını oluşturan kısımdır.

Logoterapi, kelimesi kelimesine yapılan bir çeviri ile “anlam aracılığıyla şifa verme” olarak da tanımlanabilir. Fakat logoterapi her derde deva olur demek yerine bazı vakalarda gerekli iken bazılarında uygun bir tedavi metodu değildir. Logoterapi öncelikli olarak nevroz vakalarında uygulanabilmektedir (Frankl, 2018b: 20). Logoterapi, nevrozların oluşmasına sebep olan bütün kısır döngüleri odaktan çıkarır. Böylece nevrotik bireyin tipik benmerkezciliği, beslenmek yerine parçalanma sürecine girer (Frankl, 2018a: 112). Yani kişide hastalık meydana getiren ne varsa onu daha oluşmadan önlemek ile ilgilenir. Hastanın hayatın anlamının farkına varmasını sağlayarak nevrozu yenmesine katkıda bulunulur. Logoterapi, semptomlardan (hastalık, belirti) ziyade insanın bütününe odaklanır. Bu noktada Frankl, insan doğasını anlatırken sıkça Alman şair Goethe’den alıntı yapar: *“Eğer biz bir kişiye olduğu gibi davranırsak onu daha kötüleştiririz; eğer bir kişiye olabileceği gibi davranırsak, onun potansiyeline yaklaşmasına yardım ederiz”*. İnsanoğluna eğitilebilir hayvanlar ya da yönetilebilir makineler gibi davrandıkça hayvan ve makinelere dönüşümleri kaçınılmaz olacaktır. Eğer onlara insan ruhuna ait kaynakların farkına varmaları sağlanırsa, onlara kendilerini gerçek insanlıklarına yükseltmeleri için yardım etmiş oluruz (Çolak, 2014: 12).

Logoterapinin dayandığı varsayımları Frankl şu şekilde ele alır: (1) İstenç özgürlüğü, (2) Anlam istenci, (3) Yaşamın Anlamı. Bu ilkeleri Frankl açıklarken: (1) İstenç özgürlüğü meselesi “determinizm mi yoksa pan-determinizm mi” meselesini kapsar. (2) Anlam istenci meselesi, Adlerci psikolojinin temsil ettiği “güç istenci” kavramından ve Freudcu psikolojinin temsil ettiği “haz istenci” kavramından farklı olarak ele alınmıştır. (3) Yaşamın anlamı meselesi ise “görecelik mi yoksa öznelcilik mi” meselesiyle ilişkilidir (Frankl, 2018b: 9-10). İstenç özgürlüğü¹⁶ aslında insanın karşılaştığı olumsuz koşullardan özgür olması demek değildir bu durum tamamen insanın yaşadıkları karşısındaki tutumunu belirleme özgürlüğüdür. İnsan kendine yönelik tutumunu seçebilme kapasitesine sahiptir. Böyle yaparak o, hem bedensel hem de psişik (ruhsal) koşullarına ve belirleyicilerine karşı tavrını koyabilir (Frankl, 2018b: 28-29). Yani insanın iyi olması öncelikle kendi zihninde başlamaktadır,

¹⁶ Logoterapinin kavramlarından ‘Özgürlük’ başlığı altında ele alınmıştır.

olaylara yüklediğimiz anlamlar bizim ruhsal durumumuzla doğrudan bağlantılıdır, burada logoterapik öğreti bu gerçeği vurgulamaktadır. *İnsanın Anlam Arayışı* eserinde logoterapi hakkında Frankl şu şekilde bir açıklamada bulunur:

“Teorime isim olarak neden “logoterapi” terimini kullandığımı açıklamama izin verin. Logos “anlam” anlamına gelen Yunanca bir kelimedir. “Logoterapi” ya da bazı otoritelerce “Üçüncü Viyana Psikoterapi Okulu” olarak adlandırılan teorinin, insan varoluşunun anlamı kadar, insanın böyle bir anlama yönelik arayışı üzerinde de odaklaşmaktadır. Logoterapiye göre, kişinin kendi yaşamında bir anlam bulma arayışı, insandaki temel güdülendirici güçtür.” (Frankl, 2018a: 112-113).

Logoterapinin tedavi uygulamaları da üç açıdan ele alınabilir. Logoterapi başta nöojenik (anlamsal) nevrozların¹⁷ tedavisinde, ikinci olarak psikojenik (ruhsal kökenli) nevrozların tedavisinde, üçüncü olarak da somatojenik (bedensel) rahatsızlıkların tedavisinde kullanılmaktadır (Frankl, 2018b: 9-10). Daha önce de belirtildiğine göre logoterapi insanı bir bütün olarak ele almaktadır. Frankl, kurmuş olduğu bu terapi metodu için: *“Logoterapi, olabilecek en geniş anlamda bir sağaltımdır; hastanın değiştirilemez yazgısına karşı tutumuna yönelik bir sağaltım olsa da.”* (Frankl, 2018b: 16) ifadelerini kullanır. Çünkü logoterapi felsefi bir terapi yaklaşımıdır. Her şeyden önce kişinin sorununu zihninde halletmesini öngörmektedir. Aynı zamanda logoterapi varoluşçu psikoterapi başlığı altında ele alınmakla beraber bu alanda bir “teknik” olarak isimlendirilmeyi de hak edecek kadar gelişmiş bir ekoldür. Bu durum yine de logoterapiyi uygulayan terapistlerin tekniklere haddinden fazla değer verdiğini göstermez. Varoluşçu terapi olarak logoterapide, önemli olan teknikler değil, danışan ve hasta arasındaki insanî ilişkilerdir. İnsanî varlıklara yalnızca teknikler açısından yaklaşmak bu varlıkları manipüle etmek demektir (Frankl, 2018b: 16-17). Frankl’a göre psikoterapinin iki bileşeni vardır; bir yanda “Stratejiler” -yani buna teknikler de denilebilir- diğer yanda “Ben-Sen” ilişkisi -ki bununla da terapist ile danışan arasındaki iletişim bağı kastedilmektedir- (Frankl, 2018: 200). Bu başlık altında logoterapinin teorik boyutu ele alınmıştır. Uygulamaları, kavramları ve teknikleri müstakil başlıklar altında ele alınacaktır.

¹⁷ Logoterapinin Kavramları Başlığı altında ele alınmıştır.

2.4.LOGOTERAPİNİN KAVRAMLARI

Her psikoterapi ekolünde olduğu gibi logoterapide de bazı önemli kavramlar vardır. Bunlara logoterapinin felsefi ilkeleri veya kaynakları da denilebilir. Bu kavramlar: (1) Yaşamın Anlamı (2) Acının Anlamı (3) Sevginin Anlamı (4) Anlam İstemi (5) Varoluşsal Engellenme, (6) Noöjenik Nevrozlar (7) Varoluşsal Boşluk (8) Noö-Dinamikler (9) Varoluşun Özünü (10) Özgürlük (11) Nihai Anlam (12) Yaşamın Geçiciliği olarak betimlenmektedir. Bu kavramlara ek olarak bu başlık altında; logoterapinin felsefi dayanak noktalarını oluşturan: (13) Aşırı Niyet (Hyper-Intention) (14) Aşırı Düşünme (Hyper-reflection) (15) Beklentsel Kaygı (Anticipatory anxiety) (16) Kendini Aşma (Self-transcendence) (17) Kendine Uzaktan Bakma (Self-distancing) kavramları da açıklanacaktır.

2.4.1.Yaşamın Anlamı

Logoterapinin düşünce zeminini oluşturan temel kavram “anlam” dır. Viktor Frankl: *“Logoterapiye göre, kişinin kendi yaşamında bir anlam bulma arayışı insandaki temel güdülendirici güçtür.”* diyerek psikanalizdeki “haz istemi” veya Adlerci psikolojinin dayandığı “üstünlük istemi” ne karşılık olarak “anlam istemi” ni vurgular (Frankl, 2018a: 113). Viktor Frankl, yaşamın anlamına dair genel bir ifade ile cevap verilemeyeceğini söyleyerek: “İnsandan insana, günden güne, saatten saate farklılık gösterdiğini, bu nedenle önemli olanın yaşamın anlamı değil, daha çok belli bir anda bir insanın yaşamının özel anlamı” olduğunu belirtmektedir (Frankl, 2018a:122). Bu bakımdan değerlendirildiğinde yaşamın anlamı, sabit değildir, bir kere ulaşıldıktan sonra nihayete eren bir nitelikte olmayıp, yaşamın her anında aranması ve istenmesi gereken bir özelliktir (Çelik, 2017: 12). Frankl “Hayatımın anlamı başkalarının hayatlarının anlamını bulmalarına yardımcı olmaktır.” diyerek kendisine sıklıkla sorulan “Hayatınızın anlamı nedir?” sorusuna cevap vermiştir. Gerçek boyutta kendini gerçekleştirme, kişiliğimizi olumlu yönde geliştirmeyi içerir. Hayatta doğru/ gerçek bir değere hizmet etmek yeterlidir (Çolak, 2010: 39).

Frankl’a göre yaşamda anlam her zaman değişebilir fakat hiçbir zaman kaybolmamaktadır. Frankl, son nefesine hatta son anına kadar hayattan bir anlam

çıkarmanın mücadelesini verdiğini ve bu anlamın da ancak üç yolla mümkün olabileceği görüşünü savunmuştur:

1-) Dünyaya, hayatın içine bırakacağımız bir eserle;

2-) Bir insanla ya da bir grupta etkileşime girerek veya bir yaşantı elde ederek;

3-) İmkânsız olanaklarda, değiştirilemez şartlarda dahi belli bir tutum sergileyerek anlama ulaşabilir. Çünkü insan, yeteneklerinin en insana özgü olanına, acıyı kazanıma dönüştürme yeteneğine sahiptir ve yaşamdan her halükarda anlam çıkarabilir (Frankl, 2016: 23). Yaratılışı gereği insan irade sahibidir ve en acımasız şartlarda dahi anlam bulmaya yönelimlidir. Yaşamın anlamı noktasında Frankl iki hususa dikkat çeker: Bunlar, nihai anlam ve durumsal anlamdır. (1) Nihai anlam, her türlü yıkıcı ortamda ve kaos durumunda dahi bir anlam çıkarma potansiyelidir. (2) Durumsal anlama da ancak nihai anlam yoluyla ulaşılabilir. Frankl'a göre var olan anlam bu dünyada keşfedilebilmelidir. Ruhumuzun ulaşmış olduğu anlamı bizim somut dünyamızda da bulmamız gerekir. Buradaki amaç; fiziksel ve ruhsal sağlığı beraber sağlamaktır (Okan ve Ekşi, 2017: 169).

2.4.2.Acının Anlamı

Frankl “İnsanın Anlam Arayışı” kitabında, “*Umutsuz bir durumla karşılaştığımız, değiştirilemeyecek bir kaderle yüz yüze geldiğimiz zaman bile, yaşamda bir anlam bulabileceğimizi asla unutmayalım.*” diye bahseder (Frankl, 2018a: 126-127). Kişinin yaşananlar karşısındaki bakış açısı onun duygu durumunu etkiler. Bunun için yaşadığımız olaylara yönelik sergilediğimiz tutum önemlidir.

Acının var olması, anlam arayışı için olmazsa olmaz değildir. Bu durum anlamın sorgulanmasında kenetleyicidir. İnsanların zor şartlar altında dahi yaşamlarını devam ettirebilmesi yaşadıkları durumdan bir anlam çıkarmaları ile bağlantılıdır. Önemli olan acıya odaklanmadan bakış açısını değiştirebilmektir (Nalbant ve diğerleri 2016: 116).

Acıdan sürekli kaçınmak demek, yaşamdan ve yaşamın bize getirdiklerinden de kaçma ile sonuçlanır (Geçtan, 1990: 144). İnsan değiştiremeyeceği bir acıya kahramanca katlanarak anlam bulduğunda, kendini geliştirir ve bütün potansiyelinin

farkında olarak, kendisi olmanın ne anlama geldiğine biraz daha yaklaşır. İnsan, her durumda, Frankl'ın tabiri ile *“trajediyi kişisel bir zafere”* dönüştürebilir. Frankl, Lukas'tan aktararak insanoğlunun hiçbir zaman tam anlamıyla kaderin kurbanı olmadığını ifade eder (Bayraktar, 2010: 26-27). Eğer değiştirilemez bir durumsa acıyı çekmek anlamlıdır. Fakat değiştirilebilecek durumlarda ise elinden geleni yapmalı, fiziksel ve ruhsal olarak kendini korumalıdır. Acı çekmekten haz almak ise tamamen logoterapinin zihniyetine uygun düşmemektedir, mazoşistçe bir tutumdur (Frankl, 2018a: 128). Eğer yaşamda bir anlam varsa, acıda da bir anlam olduğunu görmeliyiz. Bilinmelidir ki, kader ve ölüm yaşamın parçası olduğu gibi acı da yaşama ait bir parçadır. Bir insan kendi kaderindeki acıyı kabul ettiği zaman en ağır koşullarda bile anlam bulabilir (Frankl, 2018a: 82). Viktor Frankl'a göre insan nasıl olur da hayatında bir anlam ve amaç bulamayıp, yaşamayı sürdürmekten vazgeçer. İnsan bu durumda zaten kaybetmeye mahkûmdur. Nietzsche'nin şu sözünü hatırlatır bize: *“Yaşamak için nedeni olan bir kişi, hemen her nasıla katlanabilir.”* (Frankl, 2018a: 92).

Sonuç olarak, hayatın anlamı bizim hiç bilmediğimiz bir acımızda saklı olabilir. Her durumda bir çıkış kapısı, bir çare bulabiliriz. Frankl, çaresizlik için *“anlam olmadan acı çekmektir”* demektedir (Frankl, 1986).¹⁸

Düşünceli, doktora tezinde Wong'dan aktararak kaçınılmaz olan acı durumuyla başa çıkmak için ABCDE müdahale stratejisini ve bu stratejiyi beş basamakla beraber eklemiştir. Bu basamaklar;

1. (Accept) Gerçekliği kabul etme ve onunla yüzleşme,
2. (Believe) Hayatın yaşamaya değer olduğuna inanma,
3. (Commit) Hedeflerini ve eylemlerini gerçekleştirme,
4. (Discover) Kendinin ve durumların anlamını keşfetme ve

5.(Evaluate) Bu yaptıklarını değerlendirme aşamalarından oluşmaktadır (Düşünceli, 2015: 16).

¹⁸Frankl'ın konuşmasının Türkçe altyazılı tamamı için bk. <https://www.youtube.com/watch?v=Klfs-0XMdys> (02.01.2020).

2.4.3. Sevginin Anlamı

Logoterapide sevgi kavramı, yüceltme anlamında veya içgüdülerin bir sonucu olarak değerlendirilmez. Frankl'a göre sevgi, sevilen insanın fiziksel varlığının çok ötesindedir. Sevgi en derin anlamını, kişinin tinsel varlığında, iç benliğinde bulur. Yani sevilen varlığın gerçekte orada olup olmaması, yaşayıp yaşamaması, bir anlamda önemli olmaktan çıkar (Frankl, 2018a: 53). Sevgi tamamen manevi bir boyuttur. Sevgi olmadan hiç kimse bir başka insanın özünü kavrayamaz. Sevgisi yoluyla ancak karşısındakinin gerçekleştirmesi gereken potansiyellerin farkına varır (Nalbant ve diğerleri 2016: 115).

Frankl, Nazi Kampı'nda olduğu bir dönemde eşinin ölümünden habersiz, O'nun halâ; hayatta olduğunu umut ederek, eşine olan sevgi ve bağlılığıyla; sevginin anlamı ile ilgili şu meşhur cümlelerini aktarmıştır:

“Yaşamımda ilk kez, onca şair tarafından dile getirilen, onca düşünür tarafından nihai bilgelik olarak ortaya konan gerçeği gördüm. Gerçek: İnsanın özleyebileceği en yüksek hedef, sevgidir. Dünyada hiçbir şeyi kalmayan bir insanın, kısa bir an için de olsa, sevdiği insana ilişkin düşüncelerle ne kadar mutlu olabileceğini anladım.” (Frankl, 2018a: 52).

2.4.4. Anlam İstemi

Logoterapinin öncelikli ve temel kavramlarından birisi de “anlam istemi” dir. İnsanın psikolojik ve ruhsal açıdan cevabını bulmaya çalıştığı sorular hep *anlam isteminden* kaynaklanır (Okan ve Ekşi, 2017: 168). Yaşamında anlam aramak, insanın temel bir içgüdüsüdür (Frankl, 2018: 113). Anlam, insanın sadece kendisi tarafından bulunabilir. Yani yaşamın anlamı evrensel değildir, herkesin anlamı kendine mahsustur (Nalbant ve diğerleri 2016:108).

Anlam, insan varoluşundan bu yana hep bir ihtiyaç olagelmıştır. Kişinin anlamı kendisinin bulması, ancak o anlamla doygunluğa ulaşabilmesi açısından önemlidir. Tasavvufta bu duruma “kalbin mutmain olması” denir. Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü adına yapılan bir araştırmada, öğrencilere kendileri için neyin çok önemli olduğu sorulduğunda; öğrencilerin %16'sı “çok para kazanmak”, buna karşılık %78'i “yaşamımda bir anlam ve amaç bulmak” tercihini yapmışlardır (Frankl, 2018a: 114).

2.4.5.Varoluşsal Engellenme

İnsanın, anlam istemini yitirmesiyle birlikte “varoluşsal engellenme” açığa çıkar. Frankl’a göre varoluşsal engellenme üç şekilde ifade edilir: (1) Bireyin kendisini, yani özellikle insan olma durumunu nitelemek için, (2) Varoluşun neyi ifade ettiğini anlatmak için, (3) Kişinin anlam bulmaya yönelik arayışını belirtmek için (Frankl, 2018a: 114-115). Çağımızın en büyük sorunu olan, anlamsızlık ve boşluk duygusu varoluşsal engellenmeye sebep olmaktadır.

Varoluşsal boşluk bir hastalık değildir fakat bu varoluşsal boşluk eğer kalıcı bir hale gelirse, nevrozların ortaya çıkması olasıdır (Düşünceli, 2015: 16). Bu tip nevrozlar için logoterapi, ruhsal kökenli nevrozlara karşılık “noöjenik nevrozlar” terimini kullanır.

Noöjenik nevroz, insanın daha çok zihin boyutunda hissedilen bir hastalık olarak logoterapinin bir başka kavramıdır (Frankl, 2018a: 115).

2.4.6. Noöjenik Nevrozlar

Noöjenik nevroz (noös= spirit) yaşamda anlam ya da değer görememekten kaynaklanmaktadır. Buna varoluşsal bir bunalım da denilebilir. Logoterapi, noöjenik bir depresyonda, ruhun anlamın çağrısını duymadığını ileri sürmektedir (Düşünceli, 2015: 17). Yani insanın artık kendi manevi gücünün farkında olmayıp, kendini motive edememesi anlamına gelmektedir. Noöjenik nevrozun oluşumunda, itkiler ve içgüdüler arasındaki çatışmadan ziyade varoluşsal problemler yatmaktadır. Özellikle bu problemlerin içerisinde anlam isteminin engellenmesi büyük bir rol oynar. Frankl, noöjenik durumlarda en uygun terapi metodunun psikoterapi değil, logoterapi olduğunu savunmaktadır (Frankl, 2018a: 115). Psikoterapinin çabası dürtüsel olan gerçekleri bilinç seviyesine çıkartmaktır. Logoterapinin çabası ise tinsel/manevi gerçeklere ilişkin farkındalığı sağlamaktır ([http://www.logoterapi.net/2016/03/13/psikoterapi-ile-logoterapi-farki/\(02.04.2020\)\)](http://www.logoterapi.net/2016/03/13/psikoterapi-ile-logoterapi-farki/(02.04.2020))).

Frankl, her içsel çatışmanın bir hastalık olmadığını belirtir. Bir insanın yaşamının, yaşanmaya değer olup olmadığına yönelik kaygısı, hatta umutsuzluğu, varoluşsal bir bunalı sayılabilir. Ama bir ruh hastalığı değildir (Düşünceli, 2015: 17).

Anlaşıldığı üzere günlük yaşamsal sıkıntılar bu kategoride görülebilir. Bunlar her insanın hayatında mevcut olan bunalımlardır. Örnek olarak; pazar günü yaşanan can sıkıntısı, emekli bireylerde görülen ne yapacağını bilememe kaygısı ya da geçim sıkıntısı, sınav stresi gibi sorunlar verilebilir. Bunlar hep bir varoluşsal boşluğun dışavurumudur.

2.4.7. Varoluşsal Boşluk / Varoluşsal Vakum

“İnsanın Anlam Arayışı” kitabında varoluşsal boşluk için Frankl, “*yirminci yüzyılın yaygın bir olgusu*” diye bahseder (Frankl, 2018a: 120). Viktor Frankl’a göre varoluşsal boşluk, insanın yaşamak için bir neden bulamamasının ve bundan dolayı yaşamı sorgulamasının bireyin ruhunda ortaya çıkardığı boşluk duygusudur (Budak, 2003: 800).

Varoluşsal boşluk; can sıkıntısı, durgunluk ve boşluk duygusu olarak yaşanır (Altıntaş ve Gültekin, 2003: 181). Depresyon, saldırganlık, madde bağımlılığı ve intihar gibi olguların altında varoluşsal boşluk yatmaktadır. Emekli bireylerde ve yaşlılık dönemi krizlerinde de bu durum gözlenmektedir (Karahan ve Sardoğan, 2004: 144-145).

2.4.8.Noö-Dinamikler

Frankl, insanın ruh sağlığını korumak için bir denge durumuna, psikolojideki değişimle “homeostatis”e (gerilimsiz bir durum) ihtiyaç duymadığını ifade eder. Bu noö-dinamiklerden Frankl:

“İnsanın gerçekte ihtiyaç duyduğu şey, gerilimsiz bir durum değil, daha çok uğruna çaba göstermeye değer bir hedef, özgürce seçilen bir amaç için uğraşmak ve mücadele etmektir. İhtiyaç duyduğu şey, her ne pahasına olursa olsun gerilimi boşaltmak değil, onun tarafından yerine getirilmeyi bekleyen potansiyel bir anlamın çağrısıdır. İnsanın ihtiyaç duyduğu şey, homeostatis değil, benim “noö-dinamikler” dediğim şeylerdir.” diye bahseder (Frankl, 2018a: 119).

Geçmişe bakıldığında en zor şartlar altında yaşayan bireylerin bugün olmak istedikleri yere geldikleri görülmektedir. İnsanın sıkıntılar yaşaması, içinde bulunduğu duruma karşı daha fazla kenetlenmesine sebep oluşturabilir. Bu tür gerilimli şartlarda kendisine dayanak olacak olan insanın bağlanmış olduğu bir hedeftir. İşte bu hedef noktası, çekilen bütün zorluklara karşı bir dinamik olur. Bu dinamiklere “varoluşsal dinamikler” de denilebilir. Bir mimar eski bir kemeri güçlendirmek istese, üzerindeki yükü artıracaktır, böylelikle parçalar daha sağlam birleşecektir. Bu bağlamda terapistler hastalarının ruh sağlığını güçlendirmek istedikleri zaman kişinin yaşamının anlamı doğrultusunda, yeniden yöneliş yoluyla belli şartlarda gerilim oluşturmaktan kaçınmamalıdır (Frankl, 2018a: 119-120).

2.4.9.Varoluşun Özü

Logoterapiye göre insan varoluşunun özü, sorumluluktur (Frankl, 2018a: 123). İnsan olmanın temelindeki en belirleyici nitelik olarak vurguladığı sorumluluğu Frankl, şu sözleriyle açıklar: “*İnsan olmak, bilinç ve sorumluluk sahibi olmaktan başka bir şey değildir.*” Şunu belirtmeliyiz ki, hayatın her zaman bir anlamı bulunabilir. Hayatın her anında somut durumlara bağlı olarak değişen anlamı bulup yakalayabiliriz ve gerçekleştirebiliriz; bu ancak bizim sorumluluğumuzla ve karamızla gerçekleşebilir (Frankl, 2016: 60-61). Kişi, hayatın anlamını sormak yerine, bu sorunun muhatabının kendisi olduğunun farkına varıp, anlamı bulma sorumluluğunun kendisine ait olduğunu bilmelidir (Frankl, 2018a: 123). Logoterapi, kişiyi kendi sorumluluklarının tam olarak farkına varması için yönlendirir, böylelikle kişiye, neye karşı, ne için ya da kime karşı sorumlu olduğunu anlaması seçeneğinin bırakılması gerekir. Logoterapi öğretici olmaktan ziyade yönlendiricidir, diyebiliriz (Frankl, 2018a: 124). Ayrıca logoterapi kişiye sorumluluk sahibi olarak bakarken onun hayatın anlamını bulmak gibi bir sorumluluğunun olduğunu da vurgular. Çünkü bireyin anlam arayışı ancak bir sorgulama ile ve araştırmakla bulunabilir. İşte varlık olmanın özü aramak, araştırmak, düşünmek ve bulmaktır.

2.4.10.Nihai Anlam

Nihai anlam, zorunluluk gereği insanın sınırlanmış zihinsel yeteneğinin üstündedir. Bu bağlamda logoterapiye ait bir nihai/süper anlamdan söz edilmektedir. Logos (anlam), mantıktan daha derindir (Frankl, 2018a:133). Nihai anlamın gerçekleşmesi ile Frankl'ın vurguladığı, insandaki tinsel-manevi kaynakların güçlü olmasıdır. Bu manevi güçlerin temel dayanağı inançtır.

Maneviyat, insanın anlam arayışından ortaya çıkmıştır. Din nihai anlamı içermektedir. Frankl dinin önemi üzerinde de durmuştur ve dini derin maneviyatla eşit tutmuştur (Nalbant ve diğerleri 2016: 117).

İnsan için yaşam görünenden daha fazla şey ifade edebilir. Frankl: *“Peki ya insanın kozmosun evrimindeki bitiş noktası olduğundan emin misiniz? Başka bir boyutun daha olduğu, başka bir dünyanın, insan acısının nihai bir anlam bulacağı bir dünyanın olduğu düşünülemez mi?”* (Frankl, 2018a:132) sözleriyle nihai anlamın derin bir manevi güç sayesinde görüleceğini vurgular.²⁰

2.4.11.Özgürlük

Frankl, insanların irade özgürlüğüne sahip olduklarını, kendi hayatları hakkında kendi kararlarını verebilecekleri kapasiteleri olduğunu ama bunun sorumluluğunu da taşımaları gerektiğini ifade eder (Okan ve Ekşi, 2017: 168). Frankl, insanın içsel özgürlüğünden söz ederken Dostoyevski'nin sözünü hatırlayarak:

“Dostoyevski bir keresinde şöyle demişti: ‘Beni korkutan tek bir şey var: Acılarıma değmemek.’ Kamptaki davranışları, acıları ve ölümleri son içsel özgürlüğün kaybedilemeyeceğine tanıklık eden şahitlerle tanıştıktan sonra, bu sözler sık sık aklıma geliyordu. Bu insanların çektikleri acıya değdikleri söylenebilir; acıya katlanma yolları, gerçek bir içsel başarıydı. Yaşamı anlamlı ve amaçlı kılan şey de, insanın elinden alınamayan işte bu ruhsal (tinsel) özgürlüktür.” (Frankl, 2018a: 82).

İnsanın özgürlüğü, koşullardan özgür olmak değildir, o insanın karşılaşılabileceği koşullar karşısında tutumunu belirleme özgürlüğüdür. İnsan,

²⁰ Logoterapi ve Maneviyat İlişkisi 3. Bölümde müstakil başlık altında ele alınmıştır.

kendisine yönelik tutumunu seçebilme kapasitesine sahiptir. Böyle yaparak o, hem bedensel hem de psişik koşullarına ve belirleyicilerine karşı tavrını koyabilir. Bu gayet makul olan psikoterapi ve psikiyatrinin, eğitimin ve dinin hayati meselesidir; çünkü bu açıdan bakılınca kişi kendi kendini şekillendirmede özgürdür, bu noktada insan kendisini ne kılıyorsa bundan da sorumludur. Asıl önemli olan, kendi başına kişiliğimizin özellikleri veya dürtülerimiz ve içgüdülerimiz değildir; önemli olan bunlara karşı takındığımız tavidir (Frankl, 2018b: 28-29).

İnsan her türlü kısıtlama altında bile kaderinin kurbanı değil, efendisi olabilme potansiyeline sahiptir. Bireyin verdiği kararlar hayat karşısındaki konumunu belirler (Çolak, 2014: 12).

2.4.12.Yaşamın Geçiciliği

Yaşamın geçiciliği karşısında geleceğin henüz var olmadığını; geçmişin ise artık olmadığını; gerçekten var olan tek şeyin ise yaşadığımız bugün olduğunu söyleyebiliriz (Frankl, 2018c: 102). Bu kavram bizim geleneğimizdeki “Hakiki ömrünü bulduğün gün bil” öğretisiyle uyushmaktadır. İnsan geriye dönüp geçmişi değiştiremez ama bulunduğu anı değerlendirip geleceğini inşa edebilir. Bizim bu hayattaki varlığımızın geçici olması, bu durumu kesinlikle anlamsız kılmaz. Önemli olan bu sınırlı ömürde kalıcı izler bırakabilmektir.

İnsan varoluşunun geçici olduğunu vurgulayan logoterapi, kötümser değil, eylemcidir: *“Olasılıklar yerine, sadece yapılan işin, yaşanan sevginin değil, yiğitçe göğüslenen acılar dâhil olmak üzere, geçmişimin gerçeklikleri de var. Bu acılar kıskançlık uyandırmasa bile, hayatımdan çok gurur duyduğum şeylerdir.”* (Frankl, 2018a: 136) diyerek yaşamda geçip giden hiçbir şeyin acının dahi anlamsız olmadığını savunur. Düşünüldüğü zaman bile her şeyin yok olacağı fikri insanı en rahatsız eden bir durumdur. İşte o zaman o insan için yaşamak anlamsızdır.

2.4.13.Aşırı Niyet (Hyper-Intention)

Frankl, aşırı niyet kavramını bir şeye ulaşmaya aşırı çaba göstermenin, istenilen şeye ulaşılmasını engellemesi olgusunu anlatmak için kullanır. Örneğin; kişinin kendisini uyumaya zorlaması uykusunu kaçıırır (Budak, 2003: 96). Aşırı

kaygının korkulan şeye yol açması gibi, zoraki bir niyet de zorla arzulanan şeyi olanaksız kılar (Frankl, 2018a: 136). Bu düşünce sistemine göre bir insan mutluluğu elde etmek için ne kadar çok uğraşırsa, mutsuz olma olasılığı da o kadar yükselecektir. Anlaşılacağı üzere mutluluk bir ürün ya da sonuç değildir. Bir şeyi mutlu olmak için elde etmek anlamsızdır. Mutluluk insan için tek gaye olarak görüldüğünde yok edilmiş olacaktır ya da ulaşılması zorlaşacaktır. Mutluluğu hedefleyemezsiniz. Mutluluk sizi sağlıklı kılan çabalarınızın neticesinde gelecektir (Çolak, 2010: 42).

2.4.14.Aşırı Düşünme (Hyper-Reflection)

Bir şeyi aşırı düşünmenin, bir şeyin olmasından aşırı korkmanın, korkulan şeyin olmasına yol açması olgusunu anlatmak için kullanılan terimdir. Terlemekten korkan kişinin daha fazla terlemesi, kekelemekten korkan kişinin daha fazla kekelemesi buna birkaç örnektir (Budak, 2003).

Aşırı düşünme (Hyper-reflection) aşırı dikkat anlamına gelir. Danışanlar danışma odasına girmeden önce ya gerçekten hasta oldukları ya sadece hasta olduklarını hayal ettikleri ya da ciddi derecede hasta olup olmadıkları konusunda bir dereceye kadar aşırı düşündükleri için şikâyetçidirler. Bu bağlamda onların problemleri problemlerinin ne kadar gerçek olduğu tarafından değil de ne kadar tedirgin bir şekilde problemleri üzerinde düşündükleri tarafından belirlenir (Çolak, 2010).

Görüldüğü üzere insan, gerçekte olmayan sadece zihninde var olan olumsuz düşüncelerle, bunlara kuruntu da denilebilir, kendi ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. Aşırı düşünmek zihni yorar, kişi sürekli keyifsiz bir hale girer. Bu bağlamda ciddi ruhsal hastalıkların da temelini oluşturur.

2.4.15.Beklentisel Kaygı (Anticipatory Anxiety)

İnsanın rutin hayatında başına bir şey gelecek endişesi ile yaşamasını bu kaygı türüne örnek verebiliriz. Hastalar korktukları şeyin başlarına geleceğine ilişkin bir düşünceye sahip olduklarında, korkulan şeyin başlarına gelme ihtimali daha yüksektir. Semptomlar fobiye uyandırır, fobi fobiye neden olan semptomları tetikler.

Semptomların yeniden oluşması tekrardan fobiye açığa çıkarır ve bu bir kısır döngü halini almaktadır (Düşünceli, 2015: 20). Mesela, gelecekte işsiz kalacağını düşünen bir üniversite öğrencisi daha okulunu bitirmeden “*Ben ileride ne yapacağım?*” kaygısı ile geçirirse mevcut gününü de mantıksal anlamda bu kaygıdan dolayı mahveder. Kaygı ile ilgili toplumumuzda da birçok canlı örnek mevcuttur.

2.4.16.Kendini Aşma (Self-Transcendence)

Frankl, kendini ifade etme ve kendini gerçekleştirmeyle ilgili aşırı kaygının gerçek anlamı bozduğu görüşünü ortaya atmıştır. Kendini aşma insanın bencilliğini aşması, insan dışında ve “üstünde” bir şeye ya da birine yönelme isteğini yansıtmaktadır (Yalom, 2001: 688).

Kendini aşma kişinin kendi belirti ve semptomlarından uzaklaşmasıdır. Buna göre insanlar başarısız olduklarını düşündükleri sürece, başarısız olur, karamsar olduklarına inandıkları sürece, depresyondan çıkamazlar. İnsan sadece varoluşundaki bu kendini aşmayı gerçekleştirdiği zaman gerçekten kendi benliğine ulaşmaktadır. Bunu kendini, kendi benliğini güncelleştirmeyi düşünerek değil, kendini unutarak, kendini vererek, kendini görmeyerek ve dışarıya odaklanarak gerçekleştirir (Bayraktar, 2010: 28-29).

Frankl “Hayatımın anlamı başkalarına yaşamlarında hayatlarının anlamını bulmalarına yardımcı olmaktır.” diyerek kendisine sıklıkla sorulan “Hayatınızın anlamı nedir?” sorusuna cevap vermiştir (Frankl, 2016: 36). Maslow’un hiyerarşisinden de hatırladığımız üzere kendini gerçekleştirmiş insan olgunlaşmış insandır. Çünkü bu insan modeli kendisi kadar bir başkasının hayatı için de çabalar.

2.4.17.Kendine Uzaktan Bakma (Self-Distancing)

Kendine uzaktan bakabilmek, stres verici bir durumdan daha sağlıklı bir duruma geçişi ifade etmektedir. Kendine uzaktan bakma birinin kendisinden uzaklaşması ve mümkün olduğunca mizahî bir biçimde kendine dışarıdan bakabilme kapasitesidir.

Mizah anlayışı insan ruhunun bir başka sembolüdür. Mizah, insanın bakış açısını değiştirmesi noktasında önemli bir unsurdur. Kendine uzaktan bakmayı keşfettiği zaman insan, durumlarını daha sağlıklı değerlendirecektir. Bunun mümkün olmadığı ya da istenmediği durumlarda ise bireyler kendi tutumlarını değiştirebilirler. Bu; anlamsızlık tutumundan uzaklaştırmak için, danışanlara anlamsızlığın arkasındaki anlamı görmelerine ya da bir görevin veya amacın anlamını bulmalarında yardımcı olarak başarılabilir (Düşünceli, 2015).

2.5.LOGOTERAPİNİN TEKNİKLERİ

Psikoterapide danışma üç aşamayı içerir: (1) tanılama (2) terapi ve (3) izleme. *Tanılama* aşamasında terapist anket, test, ölçek ve derinlemesine görüşmeler yoluyla hastalığın tarihçesi hakkında bilgi edinmeye çalışır. *Terapi* aşamasında psikolojik teknikler, direkt ve dolaylı rehberlik, ilaç tedavisi, konuşma yoluyla hastanın zorlukların üstesinden gelmesine yardım edilir. *İzleme* aşamasında ise terapist terapinin sonuçlanması sonrasında hastanın psikolojik açıdan sağlığını ve bağımsızlığını korumasını ister (Lukas, 1986).

Bilindiği üzere ne her metot her hastada aynı başarıyla uygulanabilir, ne de her terapist her metodu eşit başarıyla tamamlayabilmektedir. Her bireyin kendi anlam dürtüsü doğrultusunda terapinin şekillenmesi söz konusudur. Doğru bir terapötik ilişki için danışan ve danışman aralarında logoterapötik diyalogu oluşturabilecekleri nitelikte bir köprü inşa etmelidirler (Düşünceli, 2015).

Logoterapide kullanılabilecek pek çok teknik mevcuttur. Ancak temel olarak sıralayabileceğimiz belli başlı dört teknik bulunmaktadır.

Bunların yanında çok sık olmamakla beraber kullanılan bazı yardımcı teknikler de vardır.

2.5.1.Paradoksal Niyet (Paradoxical intention)

Paradoksal/çelişik niyet tekniği,²¹ aşırı niyeti ortadan kaldırmak için geliştirilen bir tekniktir ve nevrozların tedavisinde başarıyla kullanılmaktadır. Kısa süreli ancak kalıcı düzelmeler yaratan bir tedavi aracı olduğu deneyimlenmiştir. Bu teknik kişinin fobi, anksiyete, takıntılı dürtüler gibi kişiyi nevrozlara iten kötü

²¹ Tersine niyetlendirme tekniği de denilmektedir.

döngüyü kırması için insan kapasitesi üzerine inşa edilmiştir. Paradoksal niyet tekniğini Frankl, 1929'dan beri kullandığını ifade etmektedir. Ancak bu tekniğin formel tanımını 1939'da yayımlamış, daha sonra da bu teknik geliştirilerek metodolojiye dönüştürülüp logoterapi sistemiyle bütünleştirilmiştir. Bu teknik, saplantılı-zorlanımlı ve fobik olaylarda etkili bir terapi tekniği olarak kullanılmaktadır (Frankl, 2018c: 114-115).

İnsanlar korkularının fizyolojik olarak açığa çıkmasını engellemeye çalışırlar ancak bu daha da çok kaygılanmalarına sebep olur. Birey, olmasını istemediği şey hakkında düşünürse sesinin titrediğini, söylemek istediği şeyi ifade edemediğini düşünür ve bunlar da korkuyu açığa çıkarır. Korku hissi kişiyi kaçma davranışına kadar götürür. Ve kişi titreme, kekeleme vb. durumlarda kontrolünü kaybeder. Bunun gibi durumlarda “paradoksal niyet” tekniği kullanılarak bireyden korkusunun üzerine gitmesi istenir. Kişi daha önce otomatik olarak endişelenirken ve bilinçli bir şekilde bunu kontrol etmeye çalışırken, bu metotla bilinçli olarak endişelenip, otomatik olarak sakin hale gelir (Bayraktar, 2010: 39). Paradoksal niyet tekniği, tam anlamıyla danışanın olmasından korktuğu şeyleri üzerine gitmesi ve bu konuda beklenti halinde olmasına yapılan bir teşviktir (Frankl, 1988).

Bu teknik için şu örnek verilebilir: Viyana Poliklinik Hastanesi'nin Larengoloji (*Laryngology*) bölümünde (<https://www.tipterimlerisozlugu.com/laryngology.html> (18.02.2020)) bir doktor ağır bir kekemelik vakasını Frankl ile paylaşmıştır. Bu vakada kekeme, bir istisna dışında kekemelik durumundan kurtulamadığını ifade etmiştir. Bu istisna kekeme bireyin on iki yaşındayken, tramvaya kaçak binip biletçiye yakalandığı, biletçinin ona acıması için kekelemeye çalışması ancak bunu başarmaması durumudur. Bu vakada birey farkında olmadan paradoksal niyet tekniğini kullanmıştır (Bayraktar, 2010: 41; Frankl, 2018a: 140).

Paradoksal niyet bu korku döngüsünü danışanların kendi davranışlarına mizah ile kendilerinden bir adım uzaktan bakmalarını ve sonra korkulan durumda, mizahi abartma ile yüzleşmelerini sağlayarak kırar. Mizah, logoterapinin ayırıcı özelliğidir. Kendi sorunlarına gülmeyi başaranlar -ki bu kolay değildir- onun üstesinden gelebilir. “İnsanın Anlam Arayışı”nda Frankl'ın belirttiği gibi:

“Mizah kendini koruma savaşında ruhun kullanabileceği bir silahtır. Mizahın, insan yaratılışında her şeyden daha çok, bir saniyeliğine de olsa herhangi

bir durumun üstesinden gelme yeteneği olarak duruma karşı uzaklık sağlayabilir.” Başka bir deyişle, logoterapi mizahı kendi korkularından ve davranışlarından uzaklaşma aracı olarak kullanır. Kendine ve kendi durumuna gülebilmek yeteneği bireyin iyileşme süreci için önemli bir faktördür (Çolak, 2014, s. 31).

Paradoksal niyet popüler olarak; Frankl’ın logoterapi yaklaşımında ve aile terapilerinde kullanılmasına rağmen, “davranışçı yaklaşım” ve “gestalt yaklaşımlarında” da kullanılan bir tekniktir. Aynı zamanda paradoksal niyet tekniği “şimdi modelleme”, “kaygı uyandırma”, “gerçek ortamlarda maruz bırakma”, “uyarılmış kaygı”, “beklenti değiştirme” ve “uzun süreli maruz bırakma” gibi tekniklerle benzer yönlere sahiptir (Bayraktar, 2010: 41).

Frankl, paradoksal niyetin rastgele uygulanabilecek bir teknik olmadığını söylemiştir. Paradoksal niyeti uygulamadan önce terapist danışanın yapı sisteminin anlaşıldığından emin olmalıdır ve bireyin psikolojik durumu hesaba katılmalıdır.

Çolak, “paradoksal niyet” uygulanırken izlenecek yöntemleri Rice’den, (2008) aktararak kendi çalışmasında şu şekilde ele alır:

1. Semptomları/belirtileri, akciğer hastalığı gibi biyolojik nedenlerden kaynaklananları, psikolojik olanlardan ayırmak için kontrol etmek,
2. Semptomlardan kendini uzaklaştırmak,
 - a. Sözel açıklama
 - b. Rol oynama
3. Paradoksal niyet sürecinin detaylı açıklamasını yapmak (başarılı bir deneyimi ya da literatürden bir parça ile bilgilendirmek),
4. Danışanla işbirliği içinde, danışanın belirli korkusuna uygun olacak bazı esprili senaryolar geliştirmek,
5. Danışma oturumu sırasında bu senaryoları denemek,
6. Gerçekte korkulan durumda paradoksal niyeti denemek

Danışana bu deneyimden sonra korkuların yeniden ortaya çıkabileceği açıklanmalıdır. Böyle bir durumda korku kalıcı hale gelmeden paradoksal niyeti uygulayabileceği hatırlatılır (Çolak, 2014: 32-33).

2.5.2. Düşünce Odağını Değiştirme (Dereflection)

Düşünce odağını değiştirme; kişiyi sadece yaşadığı problemleri düşünme tuzağına düşüren aşırı düşünmenin etkisinden kurtulmasına yardımcı olan bir logoterapötik tekniktir (Lukas, 1986). Bireyin olumsuz düşüncelere dalması ve bunu çok sık tekrarlaması kişide ciddi sorunlara yol açabilir. *Dereflection* denen yöntemde, terapiye gelen kişinin rahatsız edici, arızalı semptomu mümkünse dikkate almaması istenir. Aklını o şeye takmaması, daha iyi düşünmeye değer bir hedefle meşgul etmesi söylenir (Frankl, 2016: 238).

Danışan, aşırı düşünce dolayısıyla içinde bulunduğu durum hakkında karamsardır ve kötü düşünür. Bu yöntemde aşırı düşünce danışanlara açıklanır ve danışmanla işbirliği içinde aşırı düşünceyi azaltmak için ortak çalışılır. Danışman danışana depresyon başlamadan önce yapmaktan hoşlandığı ve yapmaya alışık olduğu aktivitelerin ya da, belki, her zaman yapmak isteyip de zamanının olmadığı şeylerin listesini yapmasını önerir. Düşünce odağını değiştirmenin amacı danışana kendini aşmaya yardım etmek ve yaratıcı ve deneysel değerler doğrultusunda hareket etmektir (Bayraktar, 2010: 41).

Ünlü filozof Marcus Aurelius, bir sözünde “*Düşünceleriniz ne ise hayatınız da odur, hayatınızın gidişini değiştirmek istiyorsanız, düşüncelerinizi değiştiriniz.*” diyerek düşüncenin gücüne atıfta bulunur.

Sonuç olarak bu metotta kişiye, şu hayatın sadece içinde bulunduğu durumdan ibaret olmadığını yaşamında onu farklı güzelliklerin de beklediğini empoze etmek ve öyle düşünmesini sağlamaktır. Bu bir süreç gerektirebilir. Bu zaman içerisinde ise danışan ve danışman sabırla süreci yönetmelidir. Düşünce odağını değiştirmek günlük hayatta da kişinin zihinsel sağlığı açısından önem arz eder.

Çolak, “düşünce odağını değiştirme” ile ilgili, Marshall (2009) tarafından belirlenen basamakları şu şekilde aktarır:

1. Aşırı niyet ve aşırı düşünmenin köklerini araştırmak,
2. Aşırı niyet ve aşırı düşünce arasındaki bağlantıyı ve mevcut formasyonu açıklamak,
3. Danışanın farkındalığını pozitif yöne doğru yöneltmek,
4. Anlamlı aktivitelerin “alternatif bir listesini” oluşturmak,

5. Danışanlara aşırı niyetlendiklerini ya da aşırı düşündüklerini fark ettikleri zamanlarda alternatif listelerine başvurmalarına yardım etmek (Çolak, 2014: 35).

2.5.3. Tutumların Biçimlendirilmesi (Modification of Attitudes)

Tutumların biçimlendirilmesi tekniği, acı ile yüzleşen bireyler için geliştirilmiştir (Okan, 2017: 171). Tutumların biçimlendirilmesi düşünce odağını değiştirme değildir, ancak psikolojik olarak sağlıklı bir tutumun sağlıklı olan tutuma yönlendirilmesi şeklinde düşüncenin düzenlenmesidir (Bayraktar, 2010: 42). Olumsuz bir olayda veya içinden çıkılamayacak gibi görünen durumlarda, insanın öncelikle soğukkanlılıkla o durum karşısındaki tutumu belirlemesi önemlidir.

Frankl bu konuyu “İnsanın Anlam Arayışı” adlı eserine şu düşüncesi ile desteklemektedir:

“Gerçekten ihtiyaç duyulan şey, yaşama yönelik tutumumuzdaki temel bir değişmeydi. Yaşamdan ne beklediğimizin gerçekten önemli olmadığını, asıl önemli olan şeyin yaşamın bizden ne beklediği olduğunu öğrenmemiz ve dahası umutsuz insanlara öğretmemiz gerekiyordu.” (Frankl, 2018a: 92).

İnsanın olaylar karşısındaki duruşu, diğer bir tabirle dirâyeti, psikolojik sağlığı açısından önemlidir. Çünkü Frankl, yaşam sorunsuz devam etmeyeceği için insanın bu sorunlara, doğru çözümler getirmesi gerektiğini savunur (Frankl, 2018a: 92). Tutumların biçimlendirilmesi tekniği; bireyin, tutumların dış koşullar tarafından değil, bizzat birey tarafından belirlendiği farkındalığını kazanmasını temel alır (Çolak, 2014). Şanlı, “tutumların biçimlendirilmesi tekniği” ile ilgili, Marshall (2009) tarafından belirlenen altı basamağı şu şekilde aktarır:

1. Danışanların durumlarının anlaşılması ve yaşadıkları acının nedenlerinin keşfedilmesi,
2. Acının kaynaklarının ve boyutlarının gerçekçi bir biçimde değerlendirilmesi,
3. Güçlü yönlerin ve alternatif çözümlerin fark edilmesi,
4. Acıyı derinleştiren sağlıklı tutumların belirlenmesi ve değiştirilmesi için çaba sarf edilmesi,
5. Yapılan değerlendirmelerin danışanın farkındalığına sunulması ve birlikte tartışılması,

6. Danışanın yaşamının anlamına ve sahip olduğu yüksek değerlere ulaşmasına yönelik motivasyon sağlanması olarak ifade edilmektedir (Şanlı, 2016: 40).

2.5.4. Sokratik Diyalog

Bireyin yaşamında anlam bulmasına yönelik, kendi iç âleminde keşifler yapmasına yön veren bir tekniktir (Okan, 2017: 171). Frankl, logoterapistin görevinin danışana hayatının anlamını söylemek değil de her insanın ruhunda saklanan bilgeliği ortaya çıkarmak olduğuna inanmaktadır. Logoterapinin temel varsayımlarından biri, kişinin ruh boyutunun derininde ne çeşit bir insan olduğunu, potansiyelinin ne olduğunu ve kendisi için önemli ve anlamlı olanın ne olduğunu bilmesidir (Çolak, 2014: 35). Aslında insan kendi zihin dünyasında sürekli anlamı yoklamaktadır, yaşantı ve tecrübelerinin neticeleri olarak da bu teknikte olduğu gibi bir iç muhasebe yapar.

Sokratik diyaloglar logoterapistlerin sık sık başvurdukları ve karşılıklı konuşmaya dayanan bir yöntemdir (<http://www.logoterapi.net/logoterapi/> (04.06.2020)). Bu teknik, daha çok danışan-danışman arasında karşılıklı bir soru-cevap usulü ile yapılır. Sokratik diyalogda danışanlara yönelik “Neden?” sorusundan kaçınılır. “Neden?” soruları sadece akla uygun cevaplara ve tartışmalara yönlendirir. Diğer bir deyişle tam olarak anlamı (logos) değil mantığı meşgul eder. Ayrıca evet-hayır ile cevaplanan sorulardan da kaçınılır. Bunun yerine uyandıran (provocative) sorular, sorunun çevresinde dönerek sorulur: Ne? Nasıl? Ne zaman? Kim? Nerede? vs. bu açık uçlu sorular kişiyi iç hesaplaşmanın daha derin düzeylerine yönlendirir. Sokratik diyalogda soru yapısına örnekler:

1. Karşılaştırma tekniği: Anlamın keşfedilmesi, dinleyiciyi farklı bir yoldan duruma bakmaya ya da farklı durumlarla da karşılaştırmaya davet edilmesine bağlıdır.

2. Aşma tekniği: Kişinin kendi durumunu aşabilmesi, anlamı keşfetmenin anahtarıdır ve sokratik diyalog aşma için olanak sağlayan bir araçtır (“Eşin değil de sen ölseydin eşinin nasıl hissetmesini isterdin?”).²²

²² Düşünce odağını değiştirme yöntemine yakın bir soru biçimidir.

3. Derin düşünme (contemplation) tekniği: Bu teknik, bu soruların bambaşka anlamlarla ilişkisini keşfetme ve kişinin kendi sorusunu duymak için zamana ihtiyaç duymasındır. Danışanın mevcut anlam anlayışını kazanması kadar danışanın durumu hakkında eleştirel düşünebilmesi de bu tekniğin anahtarıdır (Çolak, 2014:35-36).

Logoterapinin ana tekniklerine ek olarak bazı yardımcı teknikler mevcuttur. Bu tekniklerin uygulamaları bazıları için birebirde bazıları içinse grup olarak mümkün olabilir. Bu tekniklerin isimleri aktarılacak, ana teknikler detayları ile ele alındığından yardımcı tekniklerin başlıkları ile bilgilendirilmesi çalışmamız açısından yeterli olacaktır. İhtiyaç olduğu doğrultuda örnekler bağlamında da açıklanabilir.

Yardımcı teknikler (Düşünceli, 2015: 26-29):

- *Dağ sıralaması egzersizi (Mountain range exercise)*
- *Hayatınızın filmi etkinliği (The movie of your life)*
- *Alternatif liste (Alternatif list)*
- *Semboller ve metaforlar (Symbols and metaphors)*
- *Logo Analiz*
- *Logo Drama*
- *Temel liste*
- *Yönlendirilmiş otobiyografi*
- *Logo Anchor tekniği /Anlam sığınağı.*

2.5.5. Terapistin Rolü

Logoterapi tekniğinde, danışmanlar ve terapistler, hastaya bir manzara çizerek bireylere “bu senin hayatının anlamıdır.” diyen ressamlar değildirler. Böyle yaklaşmak yerine danışmanlar, danışanın bakışını geliştiren göz doktorları gibi davranırlar. Ressam bize dünyayı kendi gördüğü gibi aktarırken; göz doktoru dünyayı gerçekte olduğu gibi görmemizi sağlamaya çalışır. Logoterapistin işlevi, danışanın kendi hayatının sorumluluğunu üstlenmesi için onu yönlendirmektir. Aynı zamanda danışanın dünyada eşsiz olduğuna vurgu yapmak, kendi durumlarına ve problemlerine karşılık verme özgürlüğüne sahip olduklarını öğretmek ve çeşitli teknikleri kendi problemlerine nasıl uygulayacaklarını göstermektir (Çolak, 2014: 26).

Logoterapist danışana anlamın ne olduğunu söyleyemez ama yaşamda bir anlam olduğunu, herkesin bu anlamı keşfedebileceğini, dahası yaşamın her koşulda yani acılarda bile anlamını koruduğunu gösterebilir (Frankl, 1999: 38).

Terapist, danışana ahlak dersi vermektan ya da danışanın daha önceki hareketlerini kınadığını gösteren sorular sormaktan kaçınmalıdır. Terapistler, kendi değer yargılarını bireye empoze etmekten sakınmalı hatta etkin bir terapist herhangi bir içeriği zorla tartışmaya asla kalkmamalıdır. Yalom'un ifade ettiğı gibi: *“Terapi teori odaklı değil, ilişki odaklı olmalıdır.”* (Yalom, 2017: 27).

Psikoterapistler arasında değer yargılarını hastalarına empoze etmeye en az eğilimli olanlar logoterapistlerdir (Düşünceli, 2015). Bununla birlikte terapistin birinci görevi çok iyi bir dinleyici ve gözlemci olmaktır. Onu anlamalı ve yaşadığı durumun kendi dünyasındaki yansımalarına ışık tutmalıdır. Terapistin sorumluluklarından biri de, insanı bir nesne olarak değil de bir varlık ve bu dünyadaki varlık olarak anlamının yollarını bulmaktır. İnsanı tamamen bir nesne konumunda değerlendirmek konusu hakkında bir varoluşçu terapist olan Carl Rogers: *“Zira danışanım onu bir nesne olarak gördüğüm derecede bir nesneye dönüşme eğilimi gösterecektir.”* demiştir (May, 2018: 210).

Varoluşçu terapistler her dinamiğı ontolojik bir temel üzerinde değerlendirir. Logoterapi bir varoluşçu analiz olduğuna göre bu bağlamda terapist de esnekliğe ve çok yönlülüğe sahip olmalı, hastadan hastaya farklı yaklaşabilmeli ve aynı hastanın tedavisinde ise safhalarına göre farklılık gösterebilmelidir (May, 2018: 203).

2.5.6. Danışanın Rolü

Logoterapi, danışanın danışma sürecinde aktif rol almasını gerektiren bir yaklaşımdır (Düşünceli, 2015: 30). Danışan kişinin, içinde bulunduğı karamsarlıktan veya çaresizlikten kurtulması için öncelikle kendisinin gayret etmesi önemlidir. Hasta yaşadığı durum karşısında anlamı bulmak zorundadır, bu ise anlamın icat edilmesi değil, keşfedilmesi demektir.

Logoterapi hastaya, kendi üzerine düşen sorumlulukların farkına varmasını sağlamaya çalışır (Çolak, 2010: 56). Terapi sırasında danışan biyolojik eksikliklerinin, psikolojik dürtülerinin ve çevresel etkilerin çaresiz kurbanı olmadığını; içinde olduğu durumda kalmanın kaderi olmadığını ve istenmeyen

yapısının değişmesi mümkün olmayan bir durumun veya olayın var olmadığını, ya da yakın bir arkadaşın ölümü, sevilenin kaybı gibi bunun mümkün olmadığı yerlerde değiştirilemeyen duruma karşı tutum belirlemeyi öğrenmelidir (olak, 2014: 28). Burada durum tamamen kişinin bir çıkmazda olmadığını göstermektedir, her durumda bir alternatif olabilir. Anlam daha çok danışan ve danışmanın birlikte ilerledikleri ortak bir süreçte keşfedilir. Varoluşu psikoterapide gerçek terapötik gücü yaratan şey, fikirlerle birlikte ilişkinin enerjisidir. Yalom'un ifade ettiği gibi *“hasta ve terapisti birlikte yolculuk eden kimseler olarak düşünüyorum”* (Yalom, 2017: 28). Terapi aslında karşılıklı iki yolcunun anlamlı mücadelesidir.

Sonuç olarak terapist ve danışan ilişkisini değerlendirmek gerekirse; bir danışmanla danışan arasında güven köprüsünü kurmaktan daha önemli, anlamlı bir iş yoktur. Terapist tekniklere odaklanmamalıdır, tekniklere odaklanmaya çalışıldıkça danışanların ıkmazlarında onlara ruhsal ilk yardım sunma odağı kaçırılır. Terapist kendi değerlerine sahip olmalı ancak danışanının değerlerini tamamen kabul etmelidir. Logoterapist yeri geldiğinde nedenleri keşfetmeli, nedenler değiştirilemez olduğunda danışan onları kabul etmeyi öğrenmelidir. Nedenler değiştirilebilir olduğunda Logoterapist, onları keşfetme ve danışanın onlarla savaşma gücünü harekete geçirme girişiminde bulunur. Logoterapik yaklaşımda terapist, tutumların biçimlendirilmesi ya da düşünce odağını değiştirme, ikinci durumda ise paradoksal niyet ya da iradenin güçlendirilmesi gibi teknikler kullanabilir (olak, 2014).

Logoterapide yöntem; kişiden kişiye ya da durumdan duruma değişkenlik gösterebilir, bununla beraber logoterapide her sorunun çözümü var demek değildir. Frankl logoterapinin diğer psikoterapi ekolleriyle işbirliği yapmasına da her zaman açık olmaktadır (Frankl, 2018b: 199). Bu bağlamda şimdi ise diğer psikoterapi yaklaşımları ile logoterapi arasında ilişki açıklanacaktır.

2.6.LOGOTERAPİ VE DİĞER PSİKOTERAPİ YAKLAŞIMLARI

Logoterapi, insana yanlışlarından çok neleri doğru yaptığını veya yapabileceğini vurgulayan bir dünya görüşüne sahiptir. Ruh sağlığını korumak için bir metot olmakla beraber hastalığı tedavi etmek için çok fazla kullanılan bir metot değildir. Logoterapi, bireylere kendilerinden farklı değerlere sahip olan bireylerle nasıl ortak noktada birleşebileceklerini veya ayrıştıkları durumlarda nasıl tutum belirlemesi gerektiğine yardım eder.

Frankl, insanların yaşama tutunmak için, uğruna yaşayabilecekleri bir şeye ihtiyaçları olduğunu fark etmiştir. İnsan ne kadar zor ve ölümcül şartlar altında yaşarsa yaşasın, hayatına küçük de olsa bir anlam katabiliyorsa yaşamak için bir güç bulabilir. Ancak yaşamını anlamdan soyutlayanlar, hayatlarını devam ettirecek içsel gücü kendilerinde bulamamaktadırlar. Yaşamda anlam arayışı bir içsel gerilim yaratır ve bu içsel gerilim psikolojik sağlığın önkoşuludur. Logoterapi'ye göre insanın gerilimsiz bir denge durumuna değil (homeostasis), uğruna çaba göstermeye değer bir hedefe, kendi isteğiyle tercih etmiş olduğu bir amaç uğrunda mücadele etmeye ihtiyacı vardır. İnsanoğlunun her üç boyutu için de denge ilkesi farklı bir geçerliliğe sahiptir. Denge ilkesi, biyolojik boyutta daima geçerliken, psikolojik boyutta çoğu zaman geçerlidir. Ruh boyutunda ise geçerli değildir (Çolak, 2014: 11).

Frankl'ın teorisi bütün gerçekliğin bir anlamı olduğunu ve asla herhangi bir kişi için anlamını yitirmediğini, anlamın çok özel olduğunu ve kişiden kişiye ve her kişi için andan ana değiştiğini, her insanın eşsiz olduğunu ve her yaşamın bir dizi keşfedilmesi ve cevaplanması gereken eşsiz anlamı içerdiğini, bu yaşam gerekliliklerine karşılık anlam sağladığını ileri sürer. Frankl, mutluluk ve iyi oluşun kendi başlarına yaşama bir anlam vermediklerini varsayar. Bunun yerine onlar diğer değerleri gerçekleştirmenin yan ürünleri olmaktan öteye geçememektedir (Çolak, 2014: 11-12).

Günümüz psikiyatri uygulamasındaki temel eksiklik insanın anlam arayışına denk düşen hizmetler sunmamasıdır. Anlamsızlık zihinsel hastalıkların nedeni olabilir. Logoterapi ile planlanan bir müdahale programının ise (1) semptomlardan (hastalık) uzaklaşma, (2) tutumların değiştirilmesi, (3) belirtileri azaltma ve (4)

anlamli aktivite, deneyim ve tutumlara yönelim olmak üzere dört aşamayı içermesi gerekir (Çolak, 2014: 131).

Franklcı psikoloji, psikoterapinin Üçüncü Viyana Okulu olarak adlandırılır. Bu anlayıştaki ilkokul, o dönemde tıp dünyasında yeni bir kavram olan, insan psişesini (ruh), önemli bir insan boyutunu ortaya atan Freud tarafından bulunan “psikanalizdir”. Freud özellikle tatmin olma isteğinin nevrozlara, histeriye ve fiziksel hastalıklara neden olabilecek olan bilinçaltına atıldığı durumlarda bazı fizyolojik rahatsızlıkların psikolojik boyutlardan kaynaklandığını keşfetmiştir. Freud’un yakın iş arkadaşlarından biri olan, aynı zamanda O’nun psikolojik bastırmanın neden olduğu hastalıklar önermesine katılan Alfred Adler’dir. Ancak Adler nevroza ve hastalığa yalnızca bastırılmış haz isteği değil de, aynı zamanda bastırılmış üstünlük isteğinin de neden olabileceğini iddia etmektedir. Bu anlamda ikinci okul olarak Adler’in “bireysel psikolojisi” olmuştur. Nitekim Frankl da anlam bulma isteğini diğer iki okuldan da daha üst düzeye yerleştirmiştir. Frankl, Freud’un görüşlerinin aksine insanların cinsel olarak değil, varoluşsal olarak engellendiklerini, Adler’in aksine ise insanların aşağılık değil, daha çok varoluşsal boşluk olarak adlandırdığı anlamsızlık ve boşluk duyguları hissettiklerini ifade etmiştir (Bayraktar, 2010: 22).

Psikiyatriyi yeniden insanileştirme iddiasında olan Frankl’ın yaklaşımı psikodinamik, davranışçı ve varoluşçu yaklaşımların bir karışımıdır. Logoterapi her yerde deva olmadığı için Frankl logoterapinin diğer psikoterapi yaklaşımlarıyla işbirliğine açık olmasını tavsiye etmektedir (Çolak, 2014: 43). Bu bağlamda logoterapinin diğer kuram ve yaklaşımlarla arasındaki temel farklar ve ortak noktalar açıklanacaktır.

2.6.1.Psikanalitik Yaklaşım ve Logoterapi

Psikanalizle kıyaslandığında daha az geçmişe yönelik ve daha az içe dönük olmakla birlikte, logoterapi daha çok hasta tarafından gelecekte yerine getirilecek anlamlar üzerinde odaklanır (Bayraktar, 2010: 23-24).

Logoterapi bireyi geçmiş yaşantılara götürmek yerine ona hâlihazırdaki durumu değerlendirmesini teklif eder. Psikanalitik yaklaşıma göre, bireylerin psikolojik işlevlerinin yerine getirilmesi için belirli miktarda bir psişik (ruhsal)

enerjiye gereksinimleri vardır. Psişik enerji hem bireyin sağlıklı ve üretken biçimde işlev görmesini sağlamakta hem de bilinçdışı istek, kaygı ve anılarla başa çıkmasını sağlamaktadır (Ekşi ve Yüksel, 2018: 262). Logoterapi sürecinde ise kişiden yaşanan acıya veya duruma karşı bir tutum geliştirmesi istenir. Bu tutumu belirleyecek olan, kişinin kendi bakış açısidir. Logoterapi, tabiri caizse, kanepesiz bir psikoterapi tekniğidir (Bahadır, 2000).

Logoterapide daha önceki bölümlerde de dile getirdiğimiz gibi kişi kendi hayatının anlamını kendisi bulmak zorundadır. Psikanalitik yaklaşımın kurucusu Sigmund Freud (1856-1939) logoterapinin aksine, kişinin hayatının anlamını sorguladığı an hasta olduğunu savunmaktadır. Burada eklemek yerinde olacaktır. Anlamsızlık duygusunun kendi bağlamında ruhsal bir hastalık olup olmadığıyla ilgili; Frankl:

“Sigmund Freud, Prenses Bonaparte’a yazdığı mektubunda şöyle demiştir: ‘Kişi, yaşamın anlamını veya değerini sorguladığı an, hastadır.’ Ama ben, yaşamın anlamını merak eden bir insanın ruh hastalığını dışa vurmaktan çok, insanlığını kanıtladığına inanıyorum. Yaşamda anlam arayışına yönelmek için nevrotik olması gerekmez, ama gerçekten de insan olması gerekir.” diye bahseder (Frankl, 2018c: 27).

Frankl, Freud’u Kristof Kolomb’a benzetir. Nasıl ki Kolomb başlangıçta Hindistan’a giden yeni bir yol keşfettiğini düşünürken aslında yeni bir kıta keşfetmişti, durum Freud için de aynıdır. Freud insanın sadece mekanizmalarla açıklanabileceğine ve psişenin tekniklerle iyileştirilebileceğine inanır.

Frankl’ın görüşüne göre Freud’un haz ilkesi kendini engelleyicidir. Kişi hazzı amaçladıkça, amacını kaybeder. Haz amaç oldukça kaybedilir ancak bir amaca ulaşmanın yan etkisi olduğunda elde edilir. Hipnoterapistler buna “Ters Etki Kanunu” der: Ne kadar zorlarsan, o kadar zor hale gelir. Freudyen psikoloji nesneldir ve haz ilkesiyle çalışır. İnsanoğlunu biyolojik dürtülerle hareket eden bir nesne olarak görür (Çolak, 2014: 44-45). Bilindiği üzere; Psikanalitik yaklaşımda danışman bilinçaltına atılmış herşeyin açığa çıkmasını ve bunların değerlendirilmesi ile birlikte bireyin bilinçli hale getirilmesini amaçlar. Ancak bu bilinçaltını açığa çıkarmak belli bir takım yöntem ve tekniklere dayanmaktadır. Logoterapi ise daha çok zihinsel süreçleri yönetir. Yalnız şunu eklemek gerektir ki Frankl hiçbir zaman psikanalizin yöntemlerini göz ardı etmemiş, gerektiğinde vakanın durumuna göre diğer psikoterapi yaklaşımlarına da yönlendirmiştir. *“Nihayetinde psikanaliz gelecekteki*

ekoller de dâhil olmak üzere tüm psikoterapi yöntemlerinin kaçınılmaz temelidir ve sonsuza kadar öyle kalacaktır” (Frankl, 2018b: 21) diyerek bu düşüncesini vurgular. Konuya diğer psikoloji kuramları bağlamında devam edilecektir.

2.6.2.Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ve Logoterapi

Logoterapi, felsefeye dayanırken, çoğu bilişsel-davranışçı terapiler felsefeye dayanmaz. “Rasyonel Emotif (Duygusal) Terapi” bu kuralın dışında kalan tek bilişsel metot olabilir. Rasyonel Emotif Terapi, Albert Ellis (1913-2007) tarafından geliştirilen bilişsel-davranışçı yaklaşımın bir formudur. Bu terapi modeli diğer bilişsel-davranışçı uygulamalardan farklı olarak logoterapiye, zihinsel süreçleri yönetme bağlamında benzetilmektedir. Albert Ellis, duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki ilişkilerin düzenlenerek psikoterapinin daha etkin olacağını ileri sürmektedir. Ellis, duyguların geçmiş kökenini bilmenin, duygusal boşalmanın ve alışkanlığın ortadan kalkmasının önemli olmadığını, asıl olanın duygunun zihin ötesi kaynağını değiştirmek gerektiğini öne sürerek psikoterapide bilişsel müdahalelerin önemini vurgular (Sarı, 2017: 92). Her iki modelin de amacı; daha doğru, kişisel olarak anlamlı inançlar üretmek için hastaların üzerindeki sorumluluğu artırmaktır ve logoterapideki sokratik diyalog bu amaca hizmet eder.

Frankl ve Ellis’in arasındaki bağlantı terapide mizahın kullanımı ile direkt olarak görülebilir. Her iki metotta da mizahı kullanma amacı taşıyan durum, hastaların kendi derin düşüncelerinden geriye bir adım atmasına yardım etmektedir. Her ikisi de mizahın, hastaların korkularının isteyerek kaçınılan davranışa katılmaları vasıtasıyla paradoksal (çelişik) bir tedavi sürecinde kullanılan en iyi kavram olduğunu gösterir. Hem Rasyonel Emotif Terapi hem de logoterapi mizah anlayışındaki kendinden uzaklaşma (yani insanın kendisine dışarıdan bir kişi gözüyle bakabilmesi) için insan kapasitesini belirli bir biçimde kullanmaktadır. Şöyle ki insanın mevcut zihin yapısını en üst noktaya kadar değerlendirir. Bunu düşüncenin gücü ile yapabilmektedir (Çolak,2014: 46).

Bilişsel Terapinin amacı, insanların, algılamalarını ve bakış açılarını değiştirmeye yardımcı olmaktır. Bu modelde göre insanların davranışları ve duygu durumları yaşadıkları olayları yorumlama biçimlerinden etkilenmektedir. İnsanın ne

hissettiğini belirleyen aslında yaşadığı olayın kendisi değil, o olaya ilişkin kişinin yüklediği anlamlardır. İnsanların yaşadığı duygular herhangi bir durumu nasıl algıladıkları ve anlamlandırdıkları ile ilişkilidir. Bu yaklaşıma göre olayın kendisi bu duyguları belirlemez; duygusal tepkileri belirleyen şey, olaya yönelik yorumlardır (Özabacı ve diğerleri, 2017: 104). Bu bağlamda anlaşılabileceği ki logoterapinin, düşünce odağını değiştirme tekniği ile bilişsel davranışçı yöntemdeki olayların yorumlanma biçimi, ortak bir noktadır.

Şimdi ise logoterapi, Adler'in savunduğu "Bireysel Psikoloji Ekolü" ile temel farkları ve uzlaştıkları düşünceler bağlamında değerlendirilecektir.

2.6.3.Bireysel Psikoloji ve Logoterapi

Bireysel (*indivüel*) psikolojinin kurucusu olan Alfred Adler bir dönem Viktor Frankl ile yakın temas içerisinde bulunmuştur. 1925 ve 1926 yıllarında Frankl, Uluslararası Bireysel Psikoloji Kongresi'nde nevrozun sadece aşağılık kompleksinin yerini dolduran bir araç değil, anlam boşluğunun ve anlamsızlık duygusunun bir dışavurumu olduğu fikrini ortaya koyana kadar bu yakınlık devam etmiştir.

1927 yılında Adler ve bireysel psikoloji ile yolları ayrılan Frankl, Adler'in "aşağılık kompleksi" ve "güç istemi" vurgusunun yerine "anlam boşluğu" ve "anlam istemi" vurgusunu ortaya koymaktadır. Logoterapiye göre aşağılık kompleksi nevrozun kendisi değil yansımasıdır. Dolayısıyla bunun sağaltımının bireyin güç kazanması üzerinden gerçekleşmesi mümkün değildir (Şanlı, 2016: 41-42).

Adler Bireysel psikolojideki amacın, ruhun kendisini gözlemlemek olduğunu belirtmiştir. Bireysel psikoloji, bireyin dünyaya, kendisine, amaçlarına verdiği anlamı, çabalarının hangi doğrultuyu izlediğini ve yaşamın karşısına çıkardığı sorunlara nasıl yaklaştığını inceler. Adler ve Frankl'ın esas ayrıldıkları nokta nevrozları yorumlama biçimlerinde olmuştur. Adler, bireyler bilinçaltına ulaştırmak istedikleri hedeflere ulaşamadıklarını hissettiklerinde, nevrozun ortaya çıktığını ileri sürmüştür. Nevrozu başarısızlığı gizlemek için bir aldatmaca, düzen olarak görmüştür. Adler'in bu görüşü Frankl'ın nevrozların her zaman "düzmece" karakterli olmadığı, aynı zamanda kişinin içinden gelen bir durum olabileceği görüşü ile uyuşmamaktadır (Bayraktar, 2010: 45-46).

Bu başlıktan sonra ise logoterapi, insanı gözlemlenebilir davranışları üzerinden değerlendiren bir başka yaklaşım metodu ile karşılaştırılacaktır.

2.6.4.Davranışçı Yaklaşım ve Logoterapi

Davranışçılık, psikanalize karşıt biçimde bireyin gözlenebilir, ölçülebilir ve nesnel ilkeler doğrultusunda incelenmesi prensibine dayanmaktadır. Bu nedenle davranışçılık bireyle çalışırken varsayımlara dayalı, soyut içsel süreçler yerine, somut davranışlara odaklanılması gerektiğini öne sürer. Görüldüğü üzere davranışçı yaklaşım; öğrenme ilkeleri kullanılarak insan davranışlarında gözlemlenebilir ve ölçülebilir değişiklikler oluşturmayı hedefleyen ve uygulayan bir yaklaşım metodudur. Davranışçı yaklaşımda amaç, danışanın semptomlarını azaltmak ya da tamamen ortadan kaldırmaktır (Ekşi, Yüksel, 2018: 267). Anlaşılacağı gibi davranış terapisinde, davranış yargılanmaz fakat istenmeyen davranışlar istenen davranışlarla değiştirilir. Davranış terapisinde, danışan yeniden eğitildiğinde belirtiler kaybolacaktır. Logoterapide ise, danışan belirtilerinden uzaklaştığı ve özgürlüğün onları değiştirdiğini gördüğünde kaybolacaktır (Çolak, 2014: 44).

Davranışçı yaklaşım; söylendiği gibi daha çok danışanın probleminin dışı dönük kısmıyla, yani bakıldığında gözlemlenebilen şekliyle ilgilenir. Logoterapi ise daha çok zihinsel süreçleri incelemektedir. Davranışçı yaklaşımda, terapist danışanı yönlendirmekte serbesttir. Logoterapide, amaç gelecek krizlerden korumayı güçlendirecek bir hayat felsefesi kazandırarak sorunu önlemektir ve danışanlar kendi yaşamlarının sorumluluklarını almayı öğrenir (Çolak, 2014: 44). Bununla beraber terapistin yönlendirmesinden ziyade danışanların seçtikleri alternatifler, danışanların kendi sorumluluğudur (Çolak, 2014: 44). Frankl'ın da birçok kez vurguladığı gibi logoterapi, bireyin iradesine ve özgür seçimlerine önem vermektedir. Bu bilgilere eklemek gerekirse davranış terapisti geçmişteki nedenlere bakmaktan çok şu anki semptomları iyileştirmeyi öncelikli saymaktadır (Bayraktar, 2010: 46). Diğer terapilerin çoğu danışanın bir ihtiyacını giderme ile ilgilidir. Onların amaçları gerilimin azaltılması ve dengeye ulaşmaktır. Franklcı psikoloji ise sadece ruhun istekleri olan ihtiyaçların giderilmesi ile ilgilenmez, ayrıca amaç, hedef ve anlam yönünde, insan ruhuna ulaşan özelemleri gidermek ile de ilgilenir. Bu anlamda amaç

denge deęil, gerilimdir. Psikanaliz geçmiőe, davranıő terapisi őimdiye, hūmanist ve varoluőcu terapi amaç ve hedeflere odaklanır. Psikanaliz ve davranıő terapisinde, amaç bir tedavidir ve terapist ana yūkū taőır, dolayısı ile baęlılık teővik edilmektedir. Logoterapi ise gelecek krizlerle baőa çıkmayı gūlendirecek bir hayat felsefesi sunarak danıőanın kendi sorumluluklarını almasını amaçlar (Bayraktar, 2010: 47).

Buraya kadar açıkladıęımız logoterapi'nin dięer yaklaőımlarla olan iliőkisini sonuç olarak belirtmek gerekirse; bir terapi yūntemi olarak logoterapi, dar ve katı gūrūnebilir; ancak hem bir fikir olarak hem de uygulamada varoluősal ve varoluősal olmayan terapiler yardımıyla geniőletilebilir. Logoterapi dięer psikoterapilerle pek çok ortak yūne sahiptir. Logoterapi, danıőanın kendi varoluőunun gizli anlamının farkına varmasını saęlaması ōlsūnde analitik bir sūretir. Jung'un analitik psikolojisi Frankl'ın sistemiyle bu noktada pek çok benzerlięe sahiptir. Frankl, bu konuyla ilgili Carl Jung'dan alıntı yapmıőtır: “Bir nevroz, hayatta anlamını henūz bulmamıő ruhun bir hastalıęıdır.” (olak, 2014: 45).

Frankl, logoterapinin ilk biliősel psikoterapi yūntemi olduğunu belirtmiőtir. Logoterapi vurguyu, insan davranıőlarının duygusal yūnūnden biliősel yūnūne kaydırmanın gereğini belirtmek için tasarlanmıőtır. Logoterapinin geliőtirildięi sırada, “logos” yani “anlam” biliő ve algıyı içermesi anlamında kullanılmıőtır. Varoluőcu ve Biliősel-Davranıőçı yaklaőımların farklarından biri de metodolojidir. Varoluősal terapiler ile ilgili pek çok eleőtiri, teknik ana hatların terimlerinde tanımlama eksikliğinin olması ile ilgilidir. Biliősel davranıőçı terapi modelleri geleneksel olarak son derece yapısal ve metodolojik açıdan iyi tanımlanmıőtır. Frankl'ın çalıőmaları varoluősal geleneklerle biliősel davranıőçı psikoloji arasında kōprū gōrevi gōrmektedir.

Sonuç olarak; çoęu varoluőcu ve biliősel-davranıőçı teknikler, zaman kavramı noktasında őimdi ve gelecek yūnelimli olma ortak ōęesini paylaőırlar. Bunların yanında logoterapi anlam, inanç, umut, mizah ve dięer pozitif psikolojinin parçası olan uyum yapılarına da būyūk vurgu yapmaktadır (olak, 2014: 45-46).

Çalıőmamızda bu baőlıkları incelememizin sebebi, diğer yaklaőım ve kuramların, yūntem ve tekniklerin tamamını ele alıp araőtırmak ve detaylarıyla aktarmak değildir. Bu kuramların belirgin metotlarını ve felsefi altyapılarını genel çerçevede sunmak; ōzellikle de logoterapi ile karőılaőtırmaktır. Zaten bu baőlık

altında bütün yaklaşım ve kuramlar ele alınmamıştır. Çünkü sadece Bilişsel-Davranışçı Kuram'ın kendi kapsamı içinde birden fazla uygulaması söz konusudur. Aktarılan bilgiler bağlamında, logoterapinin diğer psikoterapi uygulamalarından farklı olarak; nasıl bir felsefeye sahip olduğu üzerinde durulmuştur. Bununla beraber ayrıştıkları noktalar ve ortak noktaları da açıklanmaya çalışılmıştır. Böylelikle logoterapinin nasıl bir eksikliği tamamladığı da anlaşılabacaktır.

Son olarak bir varoluşçu psikoterapi olarak logoterapi ile ilgili Türkiye'deki kurumsallaşmış uygulamalara değinmek gerekirse;

- 2012 yılında kurulan “Varoluşçu Akademi” varoluşçu felsefenin yaklaşımıyla bireysel ve grupsal olarak psikoterapi hizmeti sunmayı, verdiği eğitimler ile varoluşçu psikoterapiler ve danışmanlık süreçlerine dair bilgi ve yetkinlik kazandırmayı hedeflemektedir (<https://varoluscuakademi.com/> (05.06.2020)).

- Türkiye'de “Varoluşçu Psikoterapiler Derneği” adıyla felsefe kökenli olan varoluşçu psikoterapileri tanıtmak ve yaygınlaştırmak, hem de ruh sağlığı alanına destek için kurulan bu dernek “insan nasıl dolu dolu yaşar?” sorusunu tartışmak için bir çatı oluşturmuştur (<https://existanbul.org/hakkimizda/> (05.06.2020)).

- 2016 yılından beri “Viktor Frankl Enstitüsü Türkiye” Frankl'ın öğretisini yaşatmak amacıyla bütün dünyada geçerli sertifika eğitimleri düzenlemektedir. Enstitü, “*International Association of Logotherapy and Existential Analysis*” tarafından akredite edilmiştir (<http://www.logoterapi.net/hakkimizda/> (05.06.2020)).

Bu bölüm kapsamında çalışmamızın ana konularından bir diğeri olan varoluşsal yaklaşım olarak logoterapi için geniş bir yelpaze açılmış olup; logoterapinin felsefi dayanakları başta olmak üzere diğer terapiler ile karşılaştırılması, kavramları ve terapötik teknikleri açıklanmıştır. Çalışmamızın son bölümü olan üçüncü bölümde ise logoterapinin müstakil başlıklar altında din ile olan ilişkisine yer verilecek ve “Din Psikolojisi” bağlamında da ele alınıp değerlendirilecektir. Aynı zamanda Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanabilirliğini incelediğimiz için logoterapinin maneviyat ile ilişkisi de açıklanacaktır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK’TE LOGOTERAPİ

3.1.LOGOTERAPİ VE DİN

Frankl’ın logoterapi adı verilen terapi sisteminin temeli, bireyin hayatında anlamlı olanı bulmaya çalışmaktır. Frankl’a göre insanın hayatta anlamı bulması en temel psikolojik motivasyondur. Ekseriyetle varoluşçu, kısmen hümanistik ekollere yakın olan Frankl, varoluş, sorumluluk, sevgi ve acı gibi kavramlar üzerinde durmakla insanın hayatına anlam verebildiği zaman ruhen ve bedenen sağlıklı olabileceğini iddia etmektedir. Mesleki terapi sürecinde ve Nazi kampında geçen yıllarına ait tecrübelerinde Frankl, dinsel inanç ve değerlerin yararlarını ve göze çarpan farklılıklarını daha fazla görmüş ve din ile psikolojinin ilişkisine oldukça önem vermiştir. Logoterapi de O’nun din ve anlam merkezli bir yaklaşımı olarak dikkat çekmektedir. Bir savunma mekanizması olarak din, modern psikoloji ve psikiyatrinin yaşadığı epistemolojik bunalıma karşı bir çıkış yolu gibi gözükmektedir. Nitekim Frankl, bu anlamda dindar insanların hayatlarını daha iyi anlamlandırabildiklerini söyler (Karacoşkun, 2017: 53).

Din, logoterapinin hasta veya sağlıklı bütün insanlarda karşılaştığı bir olgudur. Şu bir gerçek ki; insanlık için din tarihten bugüne her toplumda bir şekilde görülmüştür. Bu bağlamda dini yok sayamayacağımıza göre çalışmamızın ana teması olan logoterapinin bakış açısıyla ifade edecek olursak; inançlı olsun inançsız olsun, kişiye yaklaşım noktasında her zaman tarafsız olmak gerektir. Çünkü inançlı ve inançsız varoluş bir arada var olan fenomenlerdir ve logoterapi bunlara karşı tarafsız durmak zorundadır.

Logoterapi bir psikoterapi akımıdır; psikoterapinin amacı ruhsal iyileşmeyi sağlamaktır, dinin amacı ise ruhun kurtuluşu için gerekli dinamikleri sunmaktır (Frankl, 2018d: 71). Anlaşılacağı üzere her iki yaklaşımda da amaçları farklı olmakla birlikte logoterapi ve din, kendi spesifik kuralları ile insan ruhunun sağaltımı için mücadele vermektedirler. Bu düşünceyi desteklemek için kendisinden aktarmak yerinde olacaktır. Frankl, “*Psikoterapi ve Din*” adlı eserinde şöyle demektedir:

“Bu iki amacın (logoterapi ve din) birbirlerinden ne kadar farklı olduğunu belki şöyle ifade edebiliriz, papaz, dindar kişiyi daha büyük duygusal gerilimlere sokma tehlikesinin bilincinde olsa da, onun ruhunun kurtuluşu için uğraşacaktır. Bundan kaçışı yoktur, çünkü papaz için esasen ve temelde, psiko hijyenik dürtü uzakta kalır; ABD’li bir Cizvit papazın bir keresinde söylediği gibi din, insanları psikosomatik mide ülserinden korumak için bir araçtır. Ama din, her ne kadar da ruhsal iyileşmeyi ve hastalıktan korunmayı temel amacı olarak görmese de, insanlara başka hiçbir yerde bulamayacakları güven, koruma ve bağlanma hissi vererek sonuçları bakımından psiko hijyenik ve neredeyse psikoterapik etki yaratabilmektedir, aşkınlık ve mutlakiyette bir güven ve bağlanma doğurabilmektedir” (Frankl, 2018d: 71-72).

Bu ifadelerden de anlaşılacağı üzere din, fonksiyon olarak hastalıkları tedavi etmemekle birlikte, bir teselli aracı olmaktadır.

Dinin, etki boyutu, psikoterapik açıdan etkili olmaya kadar uzanır. Fakat birincil motifi psikoterapik değildir. İkincil olarak ruhsal sağlık ve ruhsal denge gibi şeylere etkisi olsa da, amacı ruhsal iyileşme değil, ruhi selamet, ruhsal kurtuluştur. Din, sakın bir hayatın, çatışmasızlığın ve herhangi bir psikolojik sağlığın teminatı değildir. Frankl bu konuda ise: *“Din, insana psikoterapiden daha fazlasını verir ve ondan daha fazlasını talep eder. Birbirini tamamlayan, amaçları açısından birbirine yabancı olan bu alanların kirlenmesi, ilkesel olarak reddedilmelidir.”* demektedir (Frankl, 2018d: 68). Görüldüğü üzere bu sözleriyle iki fenomenin de birbirinin yerine geçemeyeceğinden hatta geçmemesi gerektiğinden bahseder. Bir terapi metodu olarak logoterapinin amacı, psikoterapinin yerine geçmek değildir, yalnızca onu tamamlamaktır. Tıbbi psikolojik yardım da din adamlarının yerine geçmez (Frankl, 2018d: 67). Genel olarak verilmek istenen mesaj, bu iki olgunun birbirinin alanına müdahale etmemesi gerektiğidir. Her ikisi de insana hizmet etmektedir; fakat işlevleri farklıdır. Aynı varoluş seviyesinde durmazlar. Ruh sağlığının aşaması, ruhun kurtuluşunun seviyesinden ayrıdır. Psikoterapi, zeminini daha çok bilimsel yöntemler üzerine oturtmuşken; din inanç sistemi ile daha yüksek bir boyuta ulaşmaktadır (Frankl, 2018d: 73).

Psikoterapi, dinin işlevini yerine getiremez. Terapist, bir din adamı değildir. Yaptığı iş itibarıyla tarafsız olmak zorundadır. Bir insanın vahyi kabul etmesi, inancı kabul etmesi ile olur. İnançsız birisine vahyin var olduğundan bahsetmek doğru değildir, anlamsızdır. Vahyi kabul ediyor olsa, zaten dindar bir insan olurdu.

Psikoterapi bir insana dini bağlamda faydalı olmaz. Bu düşünceye eklemek gerekirse; Frankl bu durumu şu ifadeleriyle dile getirmektedir:

“Eğer psikoterapi ruhun -bizim anladığımız şekilde- doğal olarak dinsel olduğunu ispat edecekse, bu sadece psikoterapinin doğal olarak din dışı bir bilim olmasıyla, psikoterapinin ‘doğal olarak’ dine bağlı olmamasıyla; kendi başına yalnız bir bilim olması ve kalmak istemesiyle olacaktır. Psikoterapi, teolojiye ne kadar az hizmetkârlık ederse, verdiği hizmet o kadar çok olacaktır. Çünkü hizmet etmek için hizmetkâr olmak gerekmez.” (Frankl, 2018d: 69).

Frankl’ın bu sözleri kendi içinde bir çelişki varmış gibi düşünülse de, aslında tam anlamıyla vurguladığı her iki alanın da genelde kendi düşünce yapılarıyla; özelde yöntem ve uygulamalarıyla birbirine karışmamaları gerektiğidir. Bu perspektiften şuna ulaşmamız mümkündür ki logoterapi, hiçbir zaman dine ve dinî olana kapılarını kapatmaz. Modern insanın içinde bulunduğu şartlar karşısında logoterapinin varoluşu anlamlı kılmaya yönelik ileri sürmüş olduğu çabalar ve çözüm yolları ile bu noktada dinin üstlendiği işlev, birbiriyle benzerdir.

Bahadır’a göre, anlamsızlıktan kurtulma ve anlamlı bir hayata ulaşma sürecinde din ile anlam arayışı arasında önemli bir ilişki vardır. Din, bütün varoluşu ele alıp açıklayan; varoluşun bilinmeyen pek çok yönünü yorumlayan; sunduğu tatminkâr cevaplarla açıklığa kavuşturan bir sistemdir. Ayrıca din, hiçbir öğretinin cevap veremeyeceği, varoluşsal sorunlara bulduğu çözümlerle, insan için vazgeçilmez bir otorite mahiyetindedir. Bütün yönleri ile din, zihinsel, ruhsal ve bireysel, sosyal anlamda emniyeti temin edecek geniş bir içeriğe sahiptir (Bahadır, 2018: 15). İlk başta da belirttiğimiz gibi logoterapi, her ne kadar dini bir nesne olarak görse de ona çok yakındır. Çünkü logoterapinin temel felsefesi “anlam”dır. İnsanın var oluşu her zaman onu aşan bir anlamı ifade etmektedir. Bundan dolayıdır ki; insanın varoluşunun amacı haz elde etmek veya güçlü olmak ya da kendini gerçekleştirmek değildir; anlam kazanmaktır. Logoterapi ise bu durumu “anlam isteği” olarak vurgulamaktadır. İnsanın var oluşu, her zaman anlamı arayan bir varlık olmasını gerektirecektir. İstese de istemese de, kabul etsin veya etmesin insan, nefes aldığı sürece, bir anlamın var olduğuna inanır. Hatta şu bir gerçektir ki, intihara yönelen insan bile bir anlamın varlığına inanır; yaşamın devam etmesinin anlamına olmasa da ölümün anlamının varlığına inanır. Frankl bu konu hakkında, hiçbir

anlama inanmayan kişinin, parmağını dahi kıpırdatmaktan aciz olduğunu; intihara bile teşebbüs etmeyeceğini söylemektedir (Frankl, 2018d: 74).

Zaman ve ortama bağımlı olduğu için her ne kadar insan, anlamın bir ötesi olduğunu kavrayamasa da anlam kazanabilmesi için onu arzulamak zorundadır. Bu düşüncenin neticesini Frankl, inanca bağlamaktadır. Bu inancın konusu, bir “aşkın kategori”dir. Daha önce de ifade ettiğimiz üzere insan, varlığına nihaî bir anlam verecek bir inanca, üstün bir varlığa inanmak durumundadır. Çünkü inanç, tam anlamıyla en güçlü motivasyon kaynağıdır. Diğer taraftan din, insana neye ne derece ulaşabileceğini açıkladığı gibi, hayatın asıl amacı ve hedefi ya da kaderin anlamı gibi pek çok zihni karıştıran noktalarda da insanı aydınlatır. Frankl, aşkın âleme yönelik manevi tecrübenin ancak dindarlarda gerçekleşebileceğini öne sürmüştür (Bahadır, 2018: 40).

Psikoterapi’ye ait bir uygulama alanı olan logoterapinin her durumda sadece anlam istemi değil, Frankl’ın tabiri ile “*son anlam*” veya “*üst anlam*” istemi ile de uğraşması meşrudur ve dini inanç da bu bağlamda aslında bir üst anlama olan güvendir, inançtır (Frankl, 2018d: 75-76). Dini inanç, üst anlam dediğimiz anlam ötesinin kaynağı durumundaki yüce bir varlığa inanmanın son noktasıdır. İnsan, anlam arayan bir varlık, aşkın varoluş da anlam kaynağı olduğuna göre şu çıkarıma ulaşılabilir ki insan; dinî tabiatlı (homo religiosus) bir varlıktır. Bu düşüncenin doğruluğunu ölçmek için “Logoterapi Enstitülerine” başvuranlarla yapılan mülakatlarda; insanların önemli bir kısmı nihaî amaç ve hedefin ne olduğunu bulmak arzusuyla dine yöneldiklerini ve bu yönelmelerinde tutarlı neticelere ulaştıklarını ifade etmişlerdir (Bahadır, 2018: 46).

“İnsanın ruhsal derinliğinde güçlü bir özlem hâkimdir. Bu şiddetli özlemin ve susuzluğun konusu Tanrı’dan başkası olamaz.” diyerek Frankl, daha sonraları “bilinçdışı dindarlığı” fikrini sistemleştirmiştir. Bu fikriyle Frankl, insanın öteden beri farkında olmayarak Tanrı’yı içselleştirdiğini ve O’na bilinçdışından bağlandığını ileri sürer. Bağlandığı Tanrı ise; Bilinçdışı Tanrısı’dır. Bu kavramıyla Frankl, Tanrı’nın bizzat bilincinin olmayışından bahsetmez. Bilinçdışında varlığı etkili olan ve insan ile samimi bir ilişki içinde olan yüce ve aşkın bir varlığa işaret eder. Bilinçdışı Tanrı’sı, ancak etkisi ile insandadır. Vicdan, bu tanrısal etkiden güç alarak insanı iyiye yönlendirir. Frankl din-vicdan ilişkisini önemli görmektedir. O’na göre

dindar olmayan insan, vicdanının merkez noktasında mührünü basan yüceliğin farkında olmayan; çoğu zaman ise o yüceliği anlamayan insandır. Dindar olmayanın da vicdanı ve sorumluluk duygusu vardır. Onda eksik kalan şey, sorumluluğunun nereden geldiğini ve varoluşunun asıl kaynağını sormamasıdır.

Bu bilgiler doğrultusunda şunu tekrar belirtelim ki; bir psikoterapi tekniği olarak logoterapi de diğer psikoterapi ekollerinin bağlı bulunduğu kurallara bağlıdır. Doğal olarak bu yönüyle logoterapi seküler bir yaklaşım sergilemek zorundadır. Logoterapi, dindar, dinsiz veya agnostik her inançta insana açıktır ve objektif bir terapi yöntemi ortaya koymalıdır. Bununla beraber logoterapiye göre şöyle bir soru sormak mümkündür: “Dindarlık olgusunun insan hayatındaki ya da onun ruhsal yapısındaki yeri nedir?”; fakat bunun yerine: “Logoterapi Tanrı’ya inanıyor mu?” gibi bir soru sorulamaz. Bu bağlamda şunu da belirtmek gerekir ki logoterapi, insan-din ilişkisine, hükümden uzak bilimsel sınırlar çerçevesinde değer verirken; teolojik sınırları zorlamayıp dinsel bağlantıları da olması gerektiği ölçüde kullanır (Bahadır, 2018: 43-44).

Bahadır, logoterapi ile teoloji arasındaki ilişkiyi açıklarken; “her ne kadar bilimsel tutumu nedeniyle dinî muhtevayı konusu dışında da bıraksa logoterapi; dinî kurumlarla rekabete girmeyecek ölçülerde -hastanın menfaatine olduğu sürece- dindarlıkla ilgilenir. Fakat bu hususta yine de logoterapinin dine olan ilgisi, insan ile ilişkili olduğu alanla sınırlıdır” diye aktarmaktadır. Bu noktada Bahadır şunu da eklemektedir:

“Logoterapi-teoloji ilişkisini ilk olarak ele alıp kritik bir değerlendirmeye tabi tutan araştırmacı Helmut Thielicke Logoterapi’yi psikoloji ile ilahiyat arasındaki diyalogun en verimli partneri olarak takdim eder. Logoterapi, diğer ekollerin aksine dini insan varoluşunun en önemli unsurlarından biri olarak algılar ve onu tüm insanî boyutlara hitap edebilecek güçlü bir olgu olarak tanımlar. Ancak bu tanımlaması Onun, dinî hükümler verebileceği veya dinî söylemlerin savunuculuğunu yapabileceği anlamına gelmez.” (Bahadır, 2018: 45).

Logoterapinin dine olumlu baktığı hususların başında, dinin insandaki anlam arayışına cevap verebilecek çözümler sunması gelir. Birçok öğretilerde anlam kaynağı olarak görülen din, logoterapi nazarında da eşsiz bir konuma sahiptir.

Bunun yanında logoterapinin din ile ortak bir diğer niteliği ise “sorumluluk duygusu” dur. Din gibi logoterapi de sorumluluk duygusunu son derece önemser.

Ancak bir fark var ki ona göre sorumluluğun kaynağından çok insandaki etkinliği önemlidir. Logoterapiye göre, eğer hastanın sorumluluk kaynağını din oluşturuyorsa o zaman hastaya uygulanacak yaklaşım din ile ilişkilerini düzenlemesinde yardımcı olmaktır. Bu yardım ise dinî bilgiler vererek değil, iletişim imkânlarını genişletmekle gerçekleşebilir. Sorumluluk duygusunun yanında “acının anlamlandırılması” noktasında da logoterapi ile din birbirini destekleyecek önemli verilere sahiptir. Logoterapi de din gibi acının anlamına dikkati çeker; acıya ve eleme rağmen anlama ulaşmaya ve sıkıntıyı kazanıma dönüştürme noktasında farklı bakış açıları sunar (Bahadır, 2018: 47). Meşhur mutasavvıf Mevlana Celalettin Rumî’nin “Bu da geçer ya Hû!” ibâresinde dile getirdiği gibi logoterapi de acıya karşı olumlu bakış açıları geliştirmeyi hedefler ve bunu tamamen insanın zihin dünyasında gerçekleştirir.

Logoterapi-din ilişkisini özetleyecek olursak:

- Dinî öğreti gibi Logoterapi de insanın kendisini dar bir kalıba sığdırıp, katı ve kısır bir hale mahkûm etmesine karşıdır. Çünkü insan en güzel bir surette yaratılmıştır. Yetenekleri çoktur, maddeden ibaret bir varlık olmamakla birlikte manevi boyutu geniş olan bir varlıktır,

- Her iki olgu da insanı insan yapan değerler üzerine yoğunlaşır ve değerlere uygun bir yaşam sürmeyi tavsiye eder,

- Dinî tavsiyeler de insan ruhunun tekâmülü noktasında vurgu yapmaktadır. Logoterapi de aynı şekilde insanın özündeki potansiyel ve zihnî gücü sayesinde, düşündüğünden çok daha fazlasını yapabileceğine inanmaktadır,

- Logoterapi, dinî öğretilerden aktarıldığı gibi daima insana anlama ulaşabilmesi için telkinlerde bulunur. İnsan şu dünyada dörtlü bir ilişki döngüsü içerisinde hareket eder: (1) Yaratıcısı karşısında yaratılmış bir varlık, (2) insanlar arasında insanlarla birlikte yaşayan hemcinsleri olarak bir varlık, (3) eşyalar ve nesneler karşısında üretici ve koruyucu olarak, (4) kendi varoluşu içinde başkalarından farklı, kendine özgü bir insan olarak. Logoterapi bu dörtlü ilişki döngüsünü, “kendini aşma” kavramı bağlamında kendi ötesinde bir fikre veya bir varoluşa yönelme olarak değerlendirir (Bahadır, 2018: 48).

Sonuç olarak; logoterapi-din ilişkisi başka bir psikoterapik yaklaşımda henüz görülmemiş ölçüde gittikçe yoğunlaşmakta ve yaygınlaşmaktadır (Bahadır, 2018: 49). Frankl’ın takipçisi olan logoterapistler, onun dindarlığını logoterapinin teorik

tarafına aktarmışlardır. Fakat bu yönelimin aynısını logoterapinin terapi alanında görmek pek de mümkün olmamaktadır. Frankl'ın din anlayışı ile inceleme yapan Christoph Kolbe, Psikanalizin öncülerinden Freud'u ve Jung'u aynı zamanda Adler, Frankl gibi kendi kuramlarının savunucuları olan terapistleri tahlil ettiği bir çalışmada; Freud'u dine en uzak mesafede duran psikoterapist olarak değerlendirirken, Frankl'ı din ile en yakın ilişkisi olan psikoterapist olarak tanımlar (Bahadır, 2018: 42).

Bu başlık altında logoterapi ile din ilişkisini kurmaya çalıştık. Bir psikoterapi yaklaşımı olarak logoterapinin dine olan bakış açısı tamamen değer yargısından uzaktır. Bu bağlamda hem dinleri objektif olarak inceleyen hem de inanan, inanmayan bireyi bağımsız olarak ele alıp değerlendiren bir bilim dalı olan “Din Psikolojisi” bağlamında logoterapi değerlendirilecektir.

3.2.DİN PSİKOLOJİSİ BAĞLAMINDA LOGOTERAPİ

Din Psikolojisinin konularından birisi de inanan insandır. Yani o ruhsal yapısı ile birlikte insanın bütün dini hayatını, ruh hayatı içinde psikolojik bir gözle araştırmayı kendine konu edinir. Buna göre Din Psikolojisi, ruh hayatına iştirak eden dini fonksiyonları göz önünde bulundurarak dini hayata dahil olan ruhun fonksiyon alanlarını, aydınlatmaya çalışmaktadır. Bunlar: duygu, istek, düşünme veya tasavvur etme, gayret gösterme, algılama, irade, düşünce, şuur, davranış ve ifade şekilleridir. Aynı zamanda Din Psikolojisi, sözü edilen dini duygu ve düşünce gibi ruhsal fonksiyonların psikolojik kaynaklarını göstermeyi de amaç edinir (Yavuz, 1988: 261).

Bu bağlamda dini hayata iştirak eden ruhun fonksiyon alanlarına eklenecek en önemli husus, insan ruhunun varoluşundan beri “anlam arayışı”nda olduğudur. Din psikolojisi, dindar insanın ruhsal boyutunu incelediği gibi dinlerin insanda tezâhür eden düşünce biçimlerini, ritüellerini, insan hayatı ve varoluşu ile ilgili sorunlarını da incelemektedir.

Dinler, hayata anlam veren sistemlerin başında gelir. Her dinin en temel amacı, insanların dünyada ve ölümden sonraki hayatta kurtuluşa ulaşmasıdır. Dinler, henüz ulaşılamamış, ancak ulaşılmak istenen en yüce değerlere işaret ederek; bireyi

bu değerler üzerinde düşünmeye sevk eder. İnsanlık tarihinde amacı ve değeri olmayan, sadece duygusal içeriğe sahip bir din var olmamıştır. Bütün dinler, insanları huzura ulaştırmaya yönelik mesajlarını bir amaca yüklemişlerdir. İlahi dinlerin her biri aşkın varlığın, yani Tanrı'nın insanlardan hoşnutluğunu nihai amaç olarak takdim eder. Dinî hayatın temeli, Tanrı'nın emirlerini amaç olarak algılamakta yatar. Bu noktada dindarın en büyük hedefi Tanrı'nın tüm emirlerini yerine getirmek ve dinin “iyi insan-iyi kul” kavramları ile tanımladığı değerli bir kişiliğe sahip olmaktır (Tokur, 2013: 154).

İnsan nasıl ki doğuştan *inanç* duygusunu getiriyorsa yani kendini var eden bir “aşkın yaratıcı”nın olması gerektiğine dair içgüdülere sahipse aynen onun gibi anlam aramaya da doğuştan eğilimlidir (Bahadır, 2000). Dini inanç, yalnızca vahiyden ibaret değildir Bu, inancın özelliklerinden yalnızca birinin tanımıdır. Önceki başlıklarda belirtildiği üzere “anlam” teması logoterapinin ana konusudur. Bu bilgi doğrultusunda inanç ise insanın yaşamının anlamının öğrenilmesidir. Bu sayede (anlam) bireyin kendi varlığını yok etmeyerek yaşamını sürdürdüğü şeydir. Yeryüzünde çekilen bütün acılar, hatta ölüm dâhil, ancak bir anlam bulunduğunda; yani bu acılara yönelik farklı bir inanç geliştirildiğinde acı olmaktan çıkarlar (Tokur, 2013: 155).

Din Psikolojisi bağlamında logoterapiyi incelerken öncelikle hem din hem psikoloji açısından aynı zamanda dinlerin genel hedefi olan “anlam” kavramı üzerinden açıklamak yerinde olacaktır. Bu bağlamda bakıldığında dinin, insanlara çaresizlikler karşısında teselli kaynağı olmanın da ötesinde anlam kazandırma ve hayatı dönüştürme imkânı sunduğunu vurgulayan Kenneth Pargament (1997) dini, “kutsala ilişkin anlam arayışı” olarak tarif eder (Ayten ve Köse, 2018: 111).

Anlam, zihinsel olmaktan çok varoluşsal bir alana yöneliktir. Anlam kavramının binlerce olması, herkesin kendi rengiyle hayatı anlamlandırması demektir. Yeryüzünde ne kadar insan yaşıyorsa yaşamın anlamına ilişkin o kadar çok anlam ve görüş vardır. Kimisine göre hayatın anlamı, zayıf ve savunmasız olanlara sevgiyle yaklaşmakta ve onların bakımını üstlenmekte; bir başkasına göre anlam zayıf ve kimsesizlere zorbalık ederek güç gösterisiyle kendi egosunu tatmin etmekte olabilir (Aydın ve diğerleri, 2015: 42).

Anlam arayışı, temelde evrensel bir karaktere sahiptir; bu bağlamda anlam arayışında en çok akli kurcalayan sorular, geleceğin anlamının ne olduğu, hayatında kaçınılmaz olan ölümle yok olmayacak bir anlamın bulunup bulunmadığıdır. Her birey için maddi anlamda hedefler olmak zorundadır ama maddi anlamda hedefler gerçek anlamda hedef değildir. Onlar birer basamaktır. İslam geleneğine göre Kur'an-ı Kerim, bu gerçeğin üzerinde önemle durarak; “Aile kurmanın, mal mülk edinip biriktirmenin, güzel bineklere ve arazilere sahip olmanın dünya hayatı için kaçınılmaz hedefler olduğunu ama bütün bu hedeflerin Allah kavramı altında sıralanması gerektiğini, çünkü en güzel hedeflerin Allah katında olduğunu”²³ ifade eder (Tokur, 2013: 153).

Din Psikolojisi perspektifinden bakıldığında logoterapi, dinî öğretilerle çatışmayacak ölçüde hastanın menfaatine olduğu sürece dindarlıkla ilgilenir ve bireyin dindarlığından güç alır. Thielicke, Logoterapi'yi, psikoloji ile teoloji arasındaki diyalogun en verimli uzlaşımı olarak takdim eder. Logoterapi'ye göre insanda, nihai bir anlama, kendi kavramıyla “anlam ötesi” bir varoluşa yönelik temel bir arzu ve güçlü bir irade bulunur. Bu nihai anlam veya üst anlam düşüncesi, aynı zamanda dini inanç da işaret eder. Çünkü dini inanç, anlam ötesi bir varlığa (Tanrı), inanmanın son noktasıdır. Anlam kaynağı olarak aşkın varoluş karşısında insan, “*Homo Religiosus*” (dinî tabiatlı) bir varlıktır (Bahadır, 1999).

Dini inançlar, başlı başına din psikologları tarafından da araştırma konusu olmaktadır. Birey genelde inandığı üzere yaşamını şekillendirme eğilimine sahiptir. İncasına ters düşen bir davranışta bulunduğu anda, kendi içindeki mahkeme olan vicdanına karşı sorumluluk duyar ve vicdanı onu rahatsız eder. Şentürk'e göre bu mahkemenin iyi işlemesi yani vicdanının doğru yönlendirmesi, dışındaki mahkemelere fazla gerek kalmaması için bireylerin inanç sistemleri, manevi âlemleri, sağlıklı bir din eğitimi ile geliştirilmelidir (Şentürk, 1994: 71). Bireyin davranışlarının kontrollü olabilmesi, mesuliyet duygusunun gelişmiş olmasını gerektirir. Logoterapinin temel kavramlarından olan “sorumluluk” ile dinlerin tarafgirlerinden beklediği mesuliyet duygusu, aynı çizgi üzerinde durmaktadır. Çünkü logoterapi, insan varoluşunun özünü sorumlulukta görmektedir.²⁴ Din

²³ 3. Âl-i İmran, 4

²⁴ Logoterapinin Kavramları başlığı altında ele alınmıştır.

psikologlarının incelemiş olduğu dinin “etki boyutu” (Ayten, Köse, 2018) insan davranışlarında gözlemlenebilmektedir. Bütün dinler, insanın fiillerinden sorumlu olduğunu vurgular.

Logoterapinin kurucusu, Frankl’ın dini geleneğe bağılı bir aileden geldiğı ve dindar bir kimliğı olduğı çalışmamızın önceki başlıklarında belirtilmişti. Frankl, dini insanın kendini aşması bağlamında inceler (Ayten ve Köse, 2018). Frankl, logoterapinin kavramları içine “kendini aşma” kavramını da önemine binaen eklemiştir. Kendini gerçekleştirme teorisi insanı bir üst seviyeye taşımaktadır. Bu anlamda O, geliştirdiğı bu kavramla öteden beri savunduğı kendini gerçekleştirme düşüncesini “kutsal” kavramını gündeme getirerek tamamlamış ve böylece insanı mükemmellik arayışında kendi ötesine taşımıştır (Tokur, 2013). Bu kavramı dinsel boyutta ele alacak olursak insana değer veren bütün dinlerde insan, yaratılmışların en üstünüdür.

Viktor Frankl’a göre anlam sadece yaşanan dünya ile sınırlı değildir. Logoterapinin kavramlarında belirtildiğı gibi insanın hayatının bir de “nihai anlamı” vardır. Bu nihai anlam arayışının neticesinde insan “Tanrı’yı” bulur (Ayten ve Köse, 2018: 70). Sıkıntılar, depresyonlar ve üzüntüler insan hayatının büyük bir kısmını kaplamaktadır. İnanç sahibi insan ancak işlerinin yolunda gitmesi durumunda mutluluğa ulaşabilir. Fakat logoterapik bakış açısında anlatılan “acının anlamı” bağlamında işleri yolunda gitmese de mutlu olmayı başarabilmelidir. İnsan bütün güçsüzlüğüne rağmen yüzünü Tanrıdan gelecek olan merhamete bağlar ve mutlu olacağı günleri vermesini ister (Okan ve Ekşi, 2017: 173). Din bireye, başına gelen yıkıcı olayların ve yaşamış olduğı sıkıntılı durumların, işlediğı günahların kefareti veya imtihan vesilesi olabileceğı şeklinde anlam vermesini sağlayarak bireyi isyan etmekten ve depresyon gibi psikolojik sorunlardan korumaktadır (Karşlı, 2012: 28). Karşlı tarafından yapılan bir din psikolojisi çalışmasında, logoterapi yaklaşımıyla Kur’an ayetleri şu şekilde incelenmiştir:

“Logoterapi ölüm korkusu, özgürlük, sorumluluk, yalnızlık ve anlamsızlık gibi konularda bireyin hayatına anlam bulmasına yardımcı olmayı amaçlamaktadır. İslam’ın temel kaynağı olan Kur’an’ın hayat, ölüm, sıkıntı, sorumluluk konuları ile ilgili olarak bireyin anlam ihtiyacını karşılayacak çok önemli mesajlar ihtiva ettiğı görülmektedir. ‘Şu muhakkak ki gerek mallarınızda, gerek canlarınızda, imtihana tâbi tutulacaksınız...’ (Al-i İmran,3/86), ‘Her nefis ölümü tadacaktır. Sizi bir

imtihan olarak kötülük ve iyilikle deneyeceğiz. Hepiniz de sonunda bize döndürüleceksiniz.’(Enbiya,21/35), (Karslı, 2012).

Logoterapi’nin temel fikri olan yaşama dair bir anlam bulunması konusunda, Kur’an’da bireyin anlam bulma arzusunu tatmin edecek ifadeler ve açıklamalar bulunmaktadır. İslam dini öncelikle insanın dünyaya neden geldiği ve ölünce nereye gideceğini, hayatın amacını öğreterek insan hayatına eşsiz anlam katmaktadır” (Karslı, 2012: 25-28).

Din psikolojisinin kurucularından kabul edilen William James’e göre din, insan hayatının temel bir parçası olup; önemli bir fonksiyon icra etmekte ve başka hiçbir şeyin onun yerini doldurmayacağını söylemektedir. Jung ise dinin, insan ruhunun temel bir fonksiyonu olduğunu ve bütünlüğe giden bir yol sağladığını ifade etmiştir (Aydın, 2004: 19). Logoterapi de varoluşçu psikoterapinin bakış açısıyla insanı inceler. Varoluşçu yaklaşımda insan bir bütün olarak ele alınır. Jung’un da belirttiği gibi insan ruhunun bütünlüğünün sağlanması için dine ihtiyacı vardır. Dinî tecrübenin hayatın gerçek anlamını tecrübe etmek için derin bir potansiyel sunduğunu kabul etmek gerekir. Her ne kadar açık olarak görülme de tamamen hakikat olarak düşünülen şeyler üzerinde dinin önemle durduğunu söylemek mümkündür. Erikson’a göre din, insanın hayatını kuşatan olağanüstü karanlığı ve tüm farklı anlayışların ötesinde bu karanlığa nüfuz eden ışığı önemli kelime, imge, tasvir ve kaidelerle aktarır. Dinsel inançlar, hayatın meydan okumalarına karşı koymada etkili olur. İnanç, bir anlam duygusu ve zorluklara göğüs germek için ihtiyaç duyulan cesareti aşılar ve bizim kim olduğumuzu ortaya koyar (Akt. Aydın, 2004: 27-28).

Din psikolojisi ve logoterapinin ilişkisini ele aldığımız bu başlıkta eklemek faydalı olacaktır; logoterapinin kurucusu Frankl, ‘kamp’ deneyimlerini anlattığı “İnsanın Anlam Arayışı” eserinde:

“Tutukluların dinsel ilgileri, geliştiği andan itibaren, düşünülen en içten ilgi oluyordu. Dinsel inancın derinliği ve gücü, sık sık, yeni gelenleri şaşırtıyor ve derinden etkiliyordu. Bu bağlamda en etkileyici olanı da barakanın bir köşesinde ya da yorgun, aç ve pejmürde giysilerimizin içinde soğuktan donmuş bir vaziyette, uzak bir işyerinden dönüşlerde, kilitli vagonun karanlık bir köşesinde duâ okuyan ya da ibadet eden tutuklulardı.” (Frankl, 2018: 49)

ifâdeleriyle dini inancın kişinin dayanıklılığını artırdığını vurgular. Buraya eklemek yerinde olacaktır: *“Evine dönen tutuklu için, yaşanan onca şeyden çıkarılan onurlu deneyim, çekilen onca acıdan sonra Tanrı’dan başka hiçbir şeyden korkması gerekmediği yolundaki harika duyguydu”* (Frankl, 2018).

Frankl Tanrı’ya olan inancın esirlerin bakış açısındaki değişime etki ettiğini anlatmak istemiştir. Bu bakış açısı hiçbir zaman inanan insana umudunu kaybettirmez ve ümidini besler. Din güçlü bağlantı biçimleri sağlamaktadır. Dindar bir kişi kendisini gözleyen kişinin varlığından haberdar olmakla birlikte, sevilenlerle, evrensel yaşam gücüyle nihai birleşme vaadi veren kişisel bir ilâhın varlığıyla teselli bulur (Yalom, 2017: 51).

Bu aktarılanlar doğrultusunda, din psikolojisi bağlamında logoterapiyi iki noktada açıklamamız mümkündür. Birincisi logoterapinin pratik kanadıdır. Biz burada daha çok logoterapinin teorik boyutu olan ikinci kanadı yani felsefi altyapısını oluşturan, logoterapinin kavramları bazında konuyu ele aldık. Çünkü özellikle din psikolojisinin konusu olan dinin insana etki ettiği boyut logoterapinin bu kanadıyla yakından ilgilidir. Pratik boyutu ise objektif değerlendirilebilir. Çünkü logoterapi, teknikleri bağlamında dini referansları daha çok danışanın durumuna göre kullanır. Örneğin; sokratik diyalog, tutumların biçimlendirilmesi, düşünce odağını değiştirme gibi uygulanan metotları ancak danışan merkezli ele alabilir. Bunun için pratik kanadı değişken olabilir, çünkü terapistin inisiyatifine bağlıdır. Yani bunu belirleyecek olan terapistin yaklaşımı ve danışanın durumudur.

Dini doktrinlerin çoğu terapötik yaklaşımlardan bazılarını kullanır fakat inananlar genellikle ruhun ölmemesi, kıyamet günü, kefarete, cennet, sevdiklerinizle ve Tanrı’yla bir araya gelme, ölümün son bulma oluşunu yok saymakla, yeniden canlanma ve evrensel yaşam gücü sayesinde güçlü teselli kaynağı olurlar. Din bir teselli aracı olmasına rağmen varoluşçu bir psikoterapist olan Yalom, inançla ilgili görüşlerin hastaya empoze edilmemesi gerektiğinden bahsederek, terapistin sadece hastanın inanç sistemine empati göstermesi gerektiğini vurgular (Yalom, 2017: 56-57). Bununla birlikte terapist danışanın dini inancını da bilmek zorundadır. İşte bu doğrultuda bir varoluşçu yaklaşım olan logoterapi sürecinde danışman duruma göre hareket etmelidir.

Logoterapinin kavramlarını ve tekniklerini din psikolojisi bağlamında ele aldıktan sonra inceledikleri konular açısından da ortak noktalarının olduğunu ifade etmemiz gerekir. Çünkü varoluşsal psikoterapi olarak logoterapi, varlık olarak insanı ve insanı ilgilendiren her şeyi konu edinir. Aynı şekilde din ve psikolojinin ortak bilim dalı olan din psikolojisi de insanı ve insanın inancına dair bütün meseleleri ele alır. Zihin, beden ve ruh bütünlüğünü iyileştirme olan logoterapi, dinî değerleri kendini aşmanın önemli bir noktası olarak görmektedir. Fabry (1975), logoterapiye göre iman ve inancın, bireyin anlam bulma gücü ve çekirdeği olduğunu söylemiştir (Okan ve Ekşi, 2017: 177).

Bu başlık altında yer vermemiz gereken bir diğer husus da din psikolojisi alanında logoterapik bir araştırmanın olup olmadığıdır. Yapılan literatür taramasında “anlam” temalı içerikler mevcut olmakla birlikte logoterapi ile ilgili müstakil bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Bu alana yakın görülen en kapsamlı çalışma ise Bahadır tarafından 1999 yılında “*Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*” isimli doktora tezidir. Bu çalışmasında Bahadır, logoterapiyi ve kavramlarını din ile ilişkisi bağlamında ele almıştır. Aynı zamanda bu çalışma, araştırmamıza da kaynaklık etmektedir. Ulaşmış olduğumuz literatür bağlamında logoterapiye yönelik çalışılmış konular daha çok “Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik” ile “Sosyal Hizmetler” alanlarında yapılmıştır. Araştırmamızın sınırlılıklarını aşacağından dolayı burada diğer alanlarda yapılan akademik literatüre yer verilmeyecektir. Bu alana yönelik yapılan özelde din psikolojisi genelde diğer bilimler açısından akademik çalışmaların yetersiz olmasından dolayı bu araştırmanın literatüre katkı sağlayacağı da bir gerçektir.

3.3.MANEVİYAT VE LOGOTERAPİ

Sosyokültürel değerleri dikkate almayan ideolojik yaklaşımlar, maneviyatı dışlamakla veya ikinci plana atmakla modern insanı bir taraftan tek başına asla aşamayacağı varoluşsal sorunlarla karşı karşıya bırakırken, diğer taraftan da kendine ve çevresine yabancılaşmasına, yalnızlaşmasına neden olmaktadır (Bahadır, 2018: 8).

“Anlam” kavramı ele alındığında aslında maneviyatla ilgili durumların hatıra gelmesi ihtimaller dâhilindedir. Çünkü insan ancak içsel bir yönelimle anlamı bulabilmektedir (Okan ve Ekşi, 2017: 171).

Her insan, farkında olsun veya olmasın her durumda anlam arayan bir varlıktır. Çünkü yaratılışı gereği bir “anlam”a inanmak ihtiyacı kendisinde mevcuttur. Bu noktadan değerlendirildiğinde anlam inancı, insanı aşan, manevi bir kategoride yer alır. İnsanın problemlerinin çözümü için uğraşan psikologlar, dinsel sorunlar da dâhil, hastaların yaşamış olduğu problemlerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Dinden ve inançtan kaynaklanan problemler de insanî durumun bir parçasıdır. Eğer psikoloji insana ilişkin bütün hâlleri betimlemek istiyorsa onun manevî yönüyle de ilgilenmelidir. Ancak bir psikolog hiçbir zaman kendi değerlerini psikolojik yaklaşımlarında uygulamaması gerektiği gibi, inanmayan bir psikolog da kendi değer anlayışını terapi sürecine yansıtmamalıdır. Psikoloji normatif olmayan bir bilim olması açısından tüm inançlara ve ifade şekillerine açık olmalıdır. Psikoloji bir yandan deneysel bir yapı içinde çalışırken diğer yandan metafizik, ahlakî ve dini inançları da dikkate almak durumundadır (Aydın, 2004: 29).

Batı kültüründe bireyin dini yaşayışının sorgulanmasında “*religious*/dindar” ve “*spiritual*/manevî” kelimelerinin kullanımına yönelik bir karışıklık yaşandığı görülmektedir. Manevîlik (*spirituality*), Tanrı’yla yaşanan bireysel tecrübeye işaret ederken, dindarlık ise resmi bir dine üyelik olarak algılanmaktadır. Faller ise bu iki kavramın aynı anlamda kullanılabileceğini savunur. Bunun gibi kilisede faaliyet gösteren birisi bu iki kavramın doğrudan Tanrı ile ilişkili olduğunu anlamaktadır (Faller, 2001). Analitik psikolojinin kurucusu Jung’a göre insan davranışıyla ilgili manevî bir içeriğe sahip olmayan herhangi bir teori eksik olarak nitelenmektedir (Akt. Aydın, 2004: 21).

Psikoterapistler, kimi yaklaşımların psikolojiye katkısını bilmek ve incelemek bağlamında manevî gereksinimleri barındıran herhangi bir terapötik kuramı keşfetme amacıyla araştırma yapabilir (Aydın, 2004: 23). Bu yaklaşımlardan logoterapinin kurucusu Viktor Frankl, tam da bu noktada insanın hiç görülmemiş zorluklarla dolu anlarını, içsel güç ve manevi inançla aşabileceğini ifade etmektedir (Sayar, 2015:146). Frankl, bu durumu şu şekilde anlatmaktadır:

“Toplama kampında fiziksel ve zihinsel yaşamın olabildiğince ilkelliğe zorlanmasına karşın, tinsel (manevi) yaşamın derinleşmesi olasıydı. Zengin bir entelektüel yaşama alışmış olan duyarlı insanlar daha çok acı çekmiş olabilirler (bu insanlar çoğunlukla hassas bir yapıya sahipti) ancak iç özlerinin (benliklerinin) maruz kaldığı hasar daha az olmuştur. Bu insanlar, çevrelerindeki dehşet verici dünyadan kopup içsel zenginlikten ve tinsel özgürlükten oluşan bir dünyaya çekilebilmişlerdir. Daha zayıf bir bünyesi olan bazı tutukluların, kamp yaşamına, daha sağlam yapılı olanlardan daha iyi dayanabilmesi gibi, görünürdeki bir çelişki ancak bu yolla açıklanabilir” (Frankl, 2018a: 51).

Frankl’ın bahsettiği tinsel öz, insandaki manevi güçtür. Bu güç insanı mistik boyuta götürür.

“Geleceğe –kendi geleceğine- inancını yitiren tutuklunun sonu geliyordu. Geleceğe olan inancını yitirince, tinsel (manevi) bağını da yitiriyordu; kendi çöküşüne, ruhsal ve fiziksel çöküşüne, göz yumuyordu. Bu da genellikle, deneyimli kamp sakınlarının belirtilerini bildirdiği bir kriz halinde, birdenbire ortaya çıkıyordu.” (Frankl, 2018a: 89)

Bu cümlelerinden anlaşılacağı üzere içsel manevi güç sayesinde insan ancak hayatındaki zorluklarla baş edebilmektedir. Bunu Frankl, Nazi kamplarında geçirdiği tecrübeleri ile aktarmaktadır. Frankl, her türlü sıkıntının temelinde insanın anlam bulamaması, anlam boşluğuna düşmesinin yattığını ileri sürer. *“İnsan boşluk ve anlamsızlık içinde uzun süre yaşayamaz. Şayet insan bir şeye doğru gelişim göstermezse sadece durgun kalmaz, aynı zamanda saklı yetenekler hastalığa, umutsuzluğa ve sonunda yıkıcı aktivitelere dönüşür”* sözü bağlamında logoterapinin asıl amacının, başkalarının yaşamlarında anlamı bulmalarına veya yeniden elde etmelerine imkân sağlamak olduğunu söyleyebiliriz (Aydın, 2004: 24). İşte bu açıdan bakıldığında anlam oluşturan ve anlam arayışında olan varlıklar üzerine odaklanan anlam merkezli bir yaklaşım, doğal olarak manevî meseleleri de içermelidir. Çoğunlukla bizim anlam arayışımız ruhsal ve manevî açmazlarla doludur. Logoterapi de insandaki bu ruhsal ve manevî sorunların tetkikini teşvik etmektedir. Çünkü insanı

yalnız maddeden ibaret bir varlık olarak göremeyiz. İnsan ruhu olan, maneviyatla birlikte bir bütün olan varlıktır.

Frankl'a göre logoterapi, yaşamda anlamı yitiren ve ne yapacakları noktasında hiçbir fikri olmayan insanlara anlam kazandırmaya çalışan bir terapi türüdür. Costello (2016), Frankl'ın logoterapiyi kurarken dinî, manevi çağrışımları doğru bir şekilde kategorize ettiğini ve dolayısıyla din ile psikoloji kavramlarını karıştırma hatasına düşmediğini ifade eder. Üstelik Frankl logoterapiyi oluşturduğunda Hristiyan, Müslüman ya da Yahudi logoterapi ekolü dememiştir, her dinden insanla hatta ateistle bile çalışabileceğini vurgulamıştır (Okan ve Ekşi, 2017: 164).

Manevi yönelimli logoterapi üzerine araştırma yapan Okan ve Ekşi bu konu ile ilgili: *“Logoterapi bir psikoterapi akımıdır ve dinî bir akım olmaktan uzaktır. Ancak kişinin anlam bulması noktasında ona yardımcı olabilecek dinsel, tinsel ya da manevi boyutları da göz ardı etmemektedir.”* (Okan ve Ekşi, 2017: 164) demişlerdir.

Anlamanın insanüstü, manevi bir kategoride yer aldığını daha önce ifade etmiştik. Bu ruhsal unsur bizim önemli bir parçamızdır ve bütün kişiliği kapsayıcı bir özelliğe sahiptir. Bundan dolayı bireyi ve onun çevreyle ilişkilerini inceleyen psikolojik bir yaklaşım manevî bir unsur içermek zorundadır. Açıkçası seküler psikoloji insanın manevî boyutunu görmezlikten gelemmez (Aydın, 2004: 17). Çünkü insanın bu yönünü ihmal etmek onu eksik olarak değerlendirmektir. Psikoterapide faydalı olmak için en önemli amaç insana bir bütün olarak yaklaşımdır. Özellikle bu noktada bir psikoterapi ekolü olarak logoterapi de insan maneviyatını göz ardı etmeyerek onu holistik olarak inceler.

“Psikoterapi ve Din” isimli eserinde Frankl, psikoterapinin (yani bu bağlamda logoterapinin) amacı ruhsal iyileşmeyi sağlamaktır derken; din ve maneviyatı logoterapi ile ilişkilendirmiştir. Bu konuya dair Aydın (2004), kişinin ilgi odağında dinî inanç ve değerler var ise din ve maneviyat o kişinin sorunlarına yönelik müdâhalede katkı sağlayacaktır demekle yukarıdaki düşünciyi desteklemektedir. Pargament'in (2007) ifade ettiği gibi maneviyat insan yaşamının sıradan bir parçasıdır. Maneviyat insanın doğumundan daha da öncesinden yani varoluşundan ölüme kadar uzanan insan hayatının belirgin noktalarında etkilidir (Okan ve Ekşi, 2017: 165-167). İnsanın fiziksel ve psikolojik ihtiyaçları olduğu gibi ruhsal

ihtiyaçlarının da bulunduğu göz ardı edilmemelidir.        bu üç boyut ancak bir bütün halinde sağlıklı olduğu zaman insan tam anlamıyla iyile ebilir. Bu noktada manevi yönelimli logoterapi bireylerin anlam bulması ve sağaltımı noktasında etkili olabilir.

Logoterapi ve maneviyat ilişkisi dinsel boyutta ele alınarak bu bölümde açıklanmıştır. Sonuç olarak; logoterapi her türlü din ve maneviyat ile çalışır. Burada amaç bireyin manevi değerlerinden destek alınarak kişinin anlam bulmasını kolayla tırmaktır (Okan ve Ek i, 2017)

Bundan sonraki başlıkta manevi yaklaşımla logoterapinin uygulanabilmesinin anlaşılması açısından “*Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapi*” değerlendirilmiştir.

3.4.MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BAğLAMINDA LOGOTERAPİ

Terapi sürecinde danı manlardan manevi, dini, etik ve ahlaki konulara farkındalıkla ve hassasiyetle yakla maları; maneviyatı uygulamalarına dahil etmede bilimsel temelden ödün vermeksizin yollar aramaya yöneltmektedir. Bu bağlamda “psikodinamik yaklaşım, Jungu analizler, danışan merkezli terapi, gestalt terapi, davranışçı yaklaşım, bilişsel yaklaşım, aile terapisi, varoluşçu yaklaşım” ve daha pek çok terapötik yaklaşımın her birinde bireylerin manevi yolculuklarında onlara eşlik edebilecek unsurların mevcut olduğu görülmektedir (Lines, 2000).

Asırlardan beri insanlar sorunlarına are bulmak için dinin öğretilerine, din  kaynaklara sığınmaktadır. Araştırmalara göre dinin ve maneviyatın psikolojik sağlığı pozitif yönde etkilediği görülmüştür (Ayten, 2015: 27). Bu bakımdan din  dayanakların ve maneviyatın a kınlığa yönelik desteğinin alınması insanların problemlerin çözümünde çeşitli psikolojik ekollerle sentezlenerek terapiye d hil edilmesi faydalı olmuştur.

Dünyada Batılı ülkelerin kullandığı bir uygulama olarak Türkiye’nin de gündemine gelen Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin mesleki tanımı ve isimlendirme problemi güncel haliyle açılmış olup, görev alanı, sınırları, benzer meslek gurupları ile farkının ne olduğu ile ilgili araştırmalar devam etmektedir.

Araştırmalarımız neticesinde ulaşılan problemler ekseninde bu alanın aynı zamanda kullanılacak yöntem ve teknikler açısından da eksik olduğu görülmüştür. Çünkü Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'te uygulanacak müstakil bir metot henüz kesinleşmiş değildir. Bu bakımdan çalışmamızın ilk bölümünde yer alan “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'te Uygulanan Yöntem ve Teknikler” isimli başlık altında açıklanan yöntemlere ek olarak araştırmamızın konusu olan logoterapinin bu alanda uygulanabilecek bir metot olduğu düşünülmektedir.

Daha önceki bölümlerde de ifade ettiğimiz gibi logoterapinin felsefi olarak beslendiği temel kavram anlamdır. Logoterapinin kullanmış olduğu kaynak ve yöntemleri Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamaları ile bütünleştirilerek ülkemizin sosyal ve kültürel yapısına uyumlu yeni terapi metotları geliştirilmelidir (Kılınçer, 2017: 29).

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'te logoterapiyi değerlendirirken öncelikle belirtmek yerinde olacaktır ki logoterapinin genel çerçevede ele alındığı ikinci bölümde; logoterapi yönelimine göre insan modelinin dört boyuttan oluştuğu ifade edilmiştir. Bunlar insanın *psikolojik*, *bedensel*, *manevi* ve *nöojenik* boyutlarıdır. Bedensel boyut biyolojik bedeni içerir. Psikolojik boyut, insanın duygu, düşünce ve davranışlarından oluşur. Manevi boyut, bireyin inandığı yüce aşkın güç ve onunla iletişimin yer aldığı boyuttur. Nöojenik boyut ise insanın olmak istediği yer ile olduğu yer arasında oluşan gerilimin bulunduğu boyuttur. Bu gerilim sayesinde anlam merkezli yaklaşımın danışmanlık konusunda geliştirilen müdahale stratejilerinin holistik (bütüncül) çerçevesine oturtulması elzemdir (Kaya-Göktepe, 2017: 252). Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'te açıklandığı üzere insanın bir bütün olarak değerlendirilmesi en önemli husustur. Araştırmamızın çıkarımlarına göre; Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ile logoterapinin kesiştiği en bariz nokta insana yaklaşım tarzlarının ortak olmasıdır. Bilindiği üzere diğer psikoterapik tekniklerde insana ya sadece davranışlarından ibaret bir varlık yahut bütün eylemleri bilinçaltına hapsedilen birey olarak yaklaşılmaktadır. Bu konunun teferruatları ikinci bölümde yer aldığı için burada başlı başına aktarılmayacaktır.

Bir varoluşçu psikoterapi olarak logoterapi kişiyi kendi varoluşunun farkına varmasını sağlamak, ölüm ve yok oluş fikri ile yüzleştirmek, özgürlük ve sorumluluktan kaçışını önlemek, anlam arayışına cevap vermesini sağlamak, kendi

kimliğini keşfetmesi ve başka insanlarla anlamlı ilişkilere girmesini amaçlamaktadır. Varoluşçu psikoterapi yaklaşımında amaç, tedavi için başvuran danışanların günlük hayatın zorlukları ile yapıcı bir şekilde karşılaşma ve mücadele etme yöntemleri bulmalarını sağlamaktır (Özçınar, 2009: 81). Varoluşçu yaklaşımda terapist psikoterapiyi yürütmek yerine onu yaşar. “*Hastalar kadar terapistler de dahil hayatın yalnızca neşesini değil, hayal kırıklığı, yaşlanma, hastalık, yalıtım, kayıp, anlamsızlık, acı dolu seçimler ve ölüm gibi kaçınılmaz karanlığını da yaşayacaktır*”(Yalom, 2017: 28). Yalom’un da ifade ettiği gibi varoluşçu yaklaşımların genelinde terapist danışana bu bakış açısı ile bakar.

Modernizmin bireyin yaşamına getirdiği en büyük sorunlardan biri şüphesiz anlamsızlıktır (Bahadır, 1999: 79). Frankl bu anlamsızlığı asrın hastalığı olarak görmekte ve “kitlesel nevroz” olarak tanımlamaktadır. Maneviyat, insanın anlam arayışından ortaya çıkmıştır. Din nihai anlamı içermektedir. Frankl dinin önemi üzerinde de durmuştur ve dini derin maneviyatla eşit tutmuştur (Nalbant ve diğerleri 2016: 117). Manevi anlamda insanın asıl ihtiyacı olan da bu anlamsızlığın kalıcı bir şekilde çözüme kavuşturulmasıdır. Bu noktada logoterapi ve teknikleri Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarına dahil edilebilir niteliktedir.

Logos (anlam), mantıktan daha derindir (Frankl, 2018a:133). Nihai anlamın gerçekleşmesi ancak Frankl’ın vurguladığı, insandaki tinsel-manevi kaynakların güçlü olması ile mümkündür. Bu manevi güçlerin temel dayanağı inançtır. İnsanlar, ruhsal yapıları gereği çok çeşitli manevî ihtiyaçlarla yaşarlar. Bu ihtiyaçların gerektiği gibi karşılanması dengeli akıl ve ruh sağlığı kazandırır ve insanın özündeki diğer olumlu yönlerin ortaya çıkmasına da destek olur.

Birçok psikoterapist, refah düzeyi yüksek olan toplumların çoğunun, manevi değerlerden yoksun olduğu düşüncesini savunmaktadırlar. Terapistler ise bu yoksunluğu hala, yüzeysel olarak karakter bozuklukları, olgunlaşmamışlık ve bağımlılık gibi durumlarla açıklamaya çalışmaktadırlar. Psikolojide yeni bir yaklaşım olan varoluşçu psikoterapi, işte bu ikileme çözümü bulmayı hedeflemektedir (Maslow, 1996: 31).

Varoluşçu psikoterapilerde uzmanların kullanabilmesi için herhangi bir teknik önerisi mevcut değildir. Çünkü psikoterapi sırasında kullanılan teknikler, bireyin bir nesne gibi algılanmasına neden olmakta ve bu durumun psikolojik danışma sürecinin

etkinliğini azaltacağına inanılmaktadır. Bu nedenle teknik ve yöntemlere önem verilmemiş, daha çok terapist ve danışan arasındaki ilişkiye odaklanılmıştır.

Logoterapi de aynı şekilde bir varoluşçu psikoterapi olmasından dolayı mevcut tekniklerini gerektiği noktalarda devrede tutarken daha çok danışanın durumuna göre hareket edilmesini öncelemektedir.

Manevi-tinsel boyut, varoluşun doğuşunun başladığı yerdir. Bireyin hayatında özlemler ve umutsuzluklar, inişler ve çıkışlar, bağlanmalar ve kayıplar olmasaydı, hiçbir insani anlam yokluğundan söz edilmeyecekti (Adams- Van Duerzen, 2015: 44). Özellikle bu noktada logoterapinin anlamı vurgulayan bir metot olarak seküler danışmanlık da dahil olmak üzere bütün danışmanlık uygulamalarında gerekli olduğu açıkça görülmektedir.

Bireyin mücadele etmek zorunda olduğu ikilemlerin ve gerilimlerin içinde en ciddi olanı, yaşam ile ölüm arasında gerçekleşendir. Hiç kimse, ölmek için doğmuş olduğumuz gerçeğinden ve bunun oluşturduğu ruh halinden kaçamaz. Sonuç olarak insan yaşamında var olan her şey geçicidir (Adams-Van Duerzen, 2015:153). Asıl önemli olan bu geçiciliği anlamlı hale dönüştürebilmektir. Frankl'ın vurguladığı gibi eğer insan ölecekse bir anlamı olmalı hayatın geçiciliği bu anlamı yok etmemelidir.

Varoluşçu bir psikoterapi olarak logoterapi, terapi sırasında tekniklerin kullanılmasından ziyade danışanın hissettiği, andaki yaşantı ve ilişkiye odaklanmaktadır. Bu bakımdan terapist-danışan ilişkisi önemlidir. Danışanın iyileşmesini sağlayacak, geliştirecek olan da bu ilişkidir. "Logoterapinin Teknikleri" başlığı altında ele alınan danışan ve terapistin rolü minvalinde terapi sürecinde danışmanın sorumluluklarını Dilen (2019: 56) şu şekilde açıklamaktadır:

- Genelde varoluşçu psikoterapi özelde ise logoterapi, danışan ile danışman arasında gerçekleşen bir ilişkidir,
- Danışman, danışanın içinde bulunduğu duruma ve yaşantılarına odaklanmalıdır,
- Varoluşçu psikoterapide danışmanın amacı, danışanların kendi algı dünyalarını anlayarak, onların seçeneklerini anlamaları, kararlarını verebilmeleri için yardımcı olmaktır,
- Danışman, danışanın kendi hayatına yön verebilmesi, özgürlüğünü geliştirmesi ve aldığı kararların sorumluluğunu alabilmesi için ona yardımcı

olmalıdır. Danışan ile terapist ilişkisine burada yer vermemizin nedeni Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'te kullanılan yöntemlerde de birçok noktada bu ilişkinin gerekli ve geçerli olduğuna vurgu yapılmış olmasıdır.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Manevi Danışman, logoterapinin tekniklerini kendi inisiyatifine göre danışanın ihtiyacı doğrultusunda tercih edebilir. Fakat bu teknikleri uygulamada en önemli şart logoterapinin temel felsefesine sahip olmak ve teorik ve pratik eğitimlerini ilgili kurumlardan almış olmasıdır. Logoterapi, danışanın maneviyatından destek alarak bunu kendi tekniklerinde de yansıtabilmelidir. Çünkü daha önceki başlıklarda da ifade edildiği üzere logoterapi, dini ve manevi unsurları danışanın ihtiyacına göre devreye koyabilir.

Maneviyat ve Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin doğasını fenomenolojik açıdan inceleyen nitel bir çalışmada; maneviyat ve Manevi Danışmanlık ve Rehberlik hakkında kişisel görüş toplayarak klinikte yatan kanser hastaları ile ilgilenen 15 bakım hemşiresinin düşünceleri kapsamında, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında 5 temel unsurun gerekli olduğu vurgulanmıştır. Bu 5 temel unsur burada açıklamak yerinde olacaktır:

1. Danışanın manevi ihtiyaçlarını tanımak ve değerlendirmek,
2. Danışan ile düzenli bir iletişim geliştirmek ve danışana empati ile yaklaşmak,
3. Diğer profesyonellerden danışanın problemi hakkında bilgi almak,
4. Danışanın kendini ifade etmesine uygun alan oluşturmak ve hazır olduğu anı beklemek,
5. Danışanın anlam arayışını desteklemek (Carrol, 2001).

Bu araştırmadan da anlaşılacağı üzere Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında danışan için anlamın yeri vazgeçilmezdir. Danışan için yapılabilecek en önemli destek anlam boşluğunun giderilmesidir. Bu nedenle logoterapi ve teknikleri uzman kişilerce yapıldığı takdirde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik için önemli bir hizmet olacaktır. Bilindiği üzere terapi bir süreçtir, sonuç değildir. Bunun için terapist bu süreci en verimli şekilde yönetmelidir. Bütün danışmanlık yaklaşımlarında danışanın sağaltımı, terapist ve danışan arasındaki güvenin sağlam olmasını gerektirir. Ve aynı zamanda sürecin yürütülmesinde her iki tarafın da sabır göstermesi önemlidir. Logoterapi ve teknikleri uygulandığı takdirde

danışandan hemen dönüt alması beklenemez. Şu da bir gerçektir ki; her uygulama her danışan için uygun olmayabilir. Logoterapi tek çözüm yolu elbette değildir. Frankl, bu noktada diğer psikoterapi yaklaşımlarından destek alınabileceğini de vurgular.

Logoterapi, din ve maneviyatla önceki başlıklarda ifade ettiğimiz üzere yakından ilişkilidir. Dolayısıyla Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte logoterapinin yöntemlerine müracaat etmek faydalı olacaktır. Hem bu sayede logoterapik metotları Manevi Danışmanlık ve Rehberliğe dâhil etmek logoterapinin etkililiğini ve felsefesini deneyimlemek anlamında yönlendirici olacaktır.

Logoterapi, diğer varoluşçu psikoterapiler gibi terapist ve danışan ilişkisinin baskın olduğu bir metottur. Bu açıdan terapist faydalı olabilmek için her şeyden önce danışanı çok iyi tanıyıp analiz etmesi gerekmektedir. Danışanın güçlü yönlerini fark edip yönlendirebilmelidir. Eğer danışan, dindar bir kimse ise logoterapi de bu kişinin sağaltımı için dini referanslara başvurur. Şayet manevi değerlere bağlı bir kimse ise bu noktada da logoterapi danışanın manevi yönünü kullanır; yani karşısındakine fayda sağlayabilmek için ondan destek alır.

Önceki başlıklarda logoterapinin din ve maneviyata en yakın psikoterapi metodu olduğundan bahsedilmiştir. Çünkü bilindiği üzere temel merkezi “anlam”dır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında da bireylerde gözlemlenen en büyük eksiklik anlamdır. İşte logoterapi bu anlamı keşfetmeleri noktasında danışanları yönlendirip; destekleyici bir sağaltım metodu olabilir. Unutulmamalıdır ki anlam sadece her şey yolunda gittiği zaman var olan bir olgu değildir. Burada logoterapinin bakış açısıyla söyleyecek olursak, bireyin yaşantılarında hatta acılarında dahi anlamı bulabilmesi ve açığa çıkarması temel prensiptir.

Hiçbir psikoterapi yöntemi yoktur ki zemininde bir felsefi dayanağı bulunmasın. Logoterapinin mahiyetini oluşturan da içinde barındırdığı kavramlardır. Bu bağlamda Logoterapinin tekniklerini anlayabilmek için her şeyden önce logoterapinin felsefi zeminini oluşturan işte bu temel kavramları çok iyi bilmek gerekir. Logoterapinin tekniklerini uygulamada ekseriyetle kavramlarından beslendiği de açıktır. Müstakil başlık olarak ikinci bölümde ele aldığımız bu kavramlar incelendiğinde anlaşılacaktır ki; Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarına danışacak kimselerden oluşan mevcut hedef kitleye, logoterapinin bu

kavramları fayda sağlayacak prensipler içermektedir. Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin fonksiyon alanları bağlamında bu hedef kitlenin içinde, hastanede ölümle mücadele eden bir kanser hastası da olabilir, çocuk esirgeme kurumunda kalan, kendisi için hayatın hiçbir anlamı olmadığını düşünen kimsesiz bir çocuk da olabilir veya artık hayatının son zamanlarını geçiren yaşlı bir danışan da olabilir. İşte burada önemli olan logoterapinin kavramları ölçüsünde tekniklerinden yararlanmaktır. Logoterapi; danışan için terapi, acı çeken için destek, karmaşa içindeki birey için eğitim, hayal kırıklığına uğramış kişi için de bir felsefedir (Çolak, 2014: 130).

Wong (2011), yaptığı bir araştırmada, sadece psikolojik olarak zor durumdaki kişilerin değil; *“Ben kimim? Niçin buradayım? Hayatımın anlamı ne?”* gibi varoluşsal soruları sormaya başlayan bireylerin de danışmanlık desteği alması gerektiğini vurgular.

Bu bağlamında logoterapinin terapi hedeflerini şu şekilde sıralamıştır (Wong, 2011: 20):

- Danışanların şikâyetlerinin sebeplerine yönelik daha derin anlayış geliştirmelerinde onlara yönlendirici olma.
- Öz değerlerine, inançlarına ve varoluşsal yönelimlerine ilişkin anlamlar dizisi geliştirmelerinde danışanlara yardım etme.
- Danışanı, yaşamındaki birçok ihtiyacına karşı etkili becerilerle donatma.
- Anlam gerçekleştirme sürecini kolaylaştırmak için danışan ile kuvvetli ilişkiler geliştirme.

Başarılı bir süreç neticesinde danışanda olumlu noktada değişime ve gelişime neden olan bu hedeflerin, Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin temel amaç ve hedefleri ile de bağlantılı olduğu anlaşılabacaktır. İhtiyaç ve sorunların ortadan kaldırılması bağlamında logoterapi geçici çözümler üretmek yerine kalıcı değişimi sağlamayı hedefler. Bireyin yaşamdaki işlevselliğini arttırarak anlam eksikliğini takviye etmesi bağlamında logoterapi, her açıdan uygulanabilir bir terapi niteliği taşımaktadır.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte ele alınan soruna ve ihtiyaca göre, yararlanılan kuramsal yaklaşımlar da değişmekte ve çeşitlenmektedir. İlk bölümde bu yaklaşımlara yer verilmiştir. Hatırlanacağı üzere bu uygulama sürecinde, “bilişsel

davranışçı yaklaşım, güçlendirme yaklaşımı, çözüm odaklı terapi, krize müdahale” gibi farklı kuramsal yaklaşımlardan faydalanılmaktadır. Tercih edilecek yöntem konusunda, ihtiyacın veya sorunun özellikleri ve müracaat eden danışanın durumuna göre, çözüm için en uygun bakış açısını ve tekniklerini sunan yaklaşımın belirlenmesi esastır. Bu açıdan logoterapi, bireyin biricikliğine, özgürlüğüne, varoluş amacına ve yaşamının anlamını bulma çabasına, kendi özgür seçimlerinin sorumluluğunu üstlenebilmesine, işlevsellik göstererek kendini var edebilmesine, kendini gerçekleştirme potansiyelini sürdürmesine; kısacası, varoluş mücadelesinde karşılaştığı güçlüklerle baş ederek yaşamın anlamını bulma çabasında bireye rehberlik eden bir terapi yöntemi (Çelik, 2017: 24) olarak Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında fayda sağlayacak nitelikte görülmektedir. Hatta birçok yönüyle logoterapi, motivasyon düşüklüğü, üzüntü, sıkıntı, kaygı, hoşnut olamama, başkalarına aşırı bağımlılık, uyku problemleri, sorumluluktan kaçma, hedefsizlik, depresyon, bağımlılık, aile problemleri, saldırganlık, başkalarının beklentilerine göre yaşamak, fobiler, intihar girişimi, ölçsüz davranışlar, orta yaş krizleri ve obsesif-kompulsif bozukluk (Çelik, 2017: 24) gibi sorunlarla mücadele eden bireyler için her türlü danışmanlık hizmetlerinde destek sağlayacak bir yöntem olarak dikkat çekmektedir.

Logoterapinin kavramlarını incelediğimizde özellikle “*anlam istemi, varoluşsal engellenme, varoluşsal boşluk, yaşamın anlamı, varoluşun özü, sevginin anlamı, acının anlamı, nihai anlam, yaşamın geçiciliği*” gibi kavramların Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ile de yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Çünkü bu kavramlar özünde manevi unsurları içerir. Bununla birlikte logoterapinin ana teknikleri olarak ele alınan “*paradoksal niyet, tutumların biçimlendirilmesi, düşünce odağını değiştirme ve sokratik diyalog*”, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik’te iyi bir yapılandırma ile danışanın ihtiyacına göre uyarlanabilir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarında danışanın sıkıntılarının tanımlanmasında, amaçlarının belirlenmesinde, müdahale yöntemlerinin seçilip uygulanmasında Manevi Danışmanın yaklaşımı çok önemlidir. Danışanın bireyi bir bütün olarak ele alıp değerlendirmesi gerektiğini daha önce de vurgulamıştık. Aynı zamanda danışanın dini inancına, kültür ve geleneklerine de saygılı olmak durumundadır. Başka bir deyişle, danışanının kültürel farklılıklarına duyarlı olmazsa

ihtiyaçlarını karşılayamaz. Terapi-tedavi süreci olumlu sonuçlanmaz. Karşındakini olduğu gibi kabullenmeli ve rehberlik sürecinde ona uygun olabilecek bir yöntem ve metodu kullanılmalıdır. Dolayısıyla logoterapinin kavramlarının ve tekniklerinin uygulanabilmesi için danışman tarafından danışanın hayata bakış açısını, kişiliğini, insani ilişkilerini iyi analiz etmek önemlidir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte amaç diğer danışmanlık uygulamalarında olduğu gibi insanın problemlerine çözüm aramaktır. İnsanın maddi manevi her tür sorunu olabilir. Önemli olan onu bütüncül olarak ele almaktır. Burada Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin unsurları olarak sayılan; “manevi danışman, manevi danışan” kavramlarına değinmek yerinde olacaktır. *Manevi Danışmanın* niteliği konusunda çeşitli görüşler mevcuttur. Bunlardan konumuz bağlamında en önemlilerini söylemek gerekirse: “insanın hayatında aşkın bir yönü olduğunu kabul eden kişi” olarak tanımlanabilir. Bu bir din görevlisi olabileceği gibi en önemlisi de mesleki yeterliliği olan uzman bir kişi olmasıdır. *Manevi Danışan* ise nihai anlam ve konular bağlamında sorun yaşayan insan ya da yaşam koşullarından kaynaklanan kaygılarla başa çıkmada desteğe ihtiyaç duyan kimseler olabilir. Ancak danışan kişinin belirli bir dinî geleneğe bağlı olması zorunlu değildir. Manevi danışmanlık etkinliğinin biçimi ise bireysel danışmanlık olabileceği gibi grup danışmanlığı olarak da uygulanabilir. Manevi Danışmanın artık hali hazırda yapılandırılmış bir resmi tanımı olduğu da alana yönelik yapılan yeni bir gelişmedir. Burada Manevi Danışmanın resmi mesleki tanımına tekrar yer vermek gerekirse:

"Manevi Danışman (Seviye 6); İSG ve çevre koruma önlemleri çerçevesinde, yetkisi dâhilinde ve tanımlanmış görev talimatlarına göre; farklı yaşam dönemlerindeki bireylerin din veya maneviyatla ilişkilendirdiği sorunlarıyla başa çıkma süreçlerinde bütüncül bir yaklaşımla modern danışma teknikleri ile dinî ve manevi yöntemleri birlikte kullanan; problemi konusunda danışanların hedeflerine ulaşmalarını sağlamak maksadıyla bireyle ve grupla manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerini sunan ve mesleki gelişim faaliyetlerini yürüten nitelikli kişidir." (Mesleki Yeterlilik Kurumu, 2019: 7).

Manevi Danışmanın diğer danışmanlıklardan farklılıklarını da şu şekilde ekleyebiliriz:

- Manevi Danışmanlık alanı; rehberlik, destekleme, uzlaştırma gibi unsurlarla diğer danışmanlık alanlarından daha geniş kapsamlı olarak ayrılır.

- Manevi Danışmanlık uygulamalarında; dinî kültürel semboller, ritüeller ve değerler bir kaynak teşkil ederken diğer danışmanlıklarda bunlara atıfta bulunulmaz (Coşkunsever, 2018:169-170). Bu farklılıkların anlaşılması özellikle ilk bölümde ifade etmiş olduğumuz Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanına yönlendirilen tartışmaların çözüme kavuşması açısından önemli yer teşkil etmektedir.

Birinci bölümde de ifade ettiğimiz gibi danışman bireyin maddeden öte bir âlemin olduğunun farkında olması ve bu bilinçte olması gerekmektedir. Buradan hareketle logoterapideki “kendini aşma” kavramı bireyin aşkın bir yönü olduğunu vurgulaması bağlamında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ile ilişkilendirilebilir. İkinci bölümde de yer verdiğimiz üzere insan sadece varoluşundaki bu kendini aşmayı gerçekleştirdiği zaman gerçekten kendi benliğine ulaşmaktadır. Bu bağlamda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik de bir nevi insanın ruhsal kurtuluşuna vesile olmayı hedefleyen bir uygulamadır.

Bu başlık altında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ile logoterapi ilişkisini değerlendirmeyi amaçladık. Logoterapinin kavramları ve teknikleri ikinci bölümde kapsamlı bir şekilde ele alındığından burada tekrar açıklamaya ihtiyaç duyulmamaktadır.

“*Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği*”ni araştırdığımız bu çalışmada son olarak belirtmek gerekirse, Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte uygulanan yöntemlerin ele alındığı ilk bölümde bu yaklaşımlar üç kategoride ele alınmıştır. Bunlar, *Psikolojik Teknikler*, *Terapötik Beceriler*, *Dini Teknikler* olarak sıralanmıştır. Bu yaklaşımlar doğrultusunda logoterapideki mevcut yöntemlerin, psikolojik teknikler ve terapötik becerilere uygunluğu açısından Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte de uygun olabileceği kanaatini taşımaktayız. Araştırmamız teorik bir yöntemi takip ettiği için logoterapinin bu alanda pratik olarak uygulanabileceğini kanıtlamak amacı taşımamaktadır. Amacımız bu çalışmamızın konusu olan bu iki alanın literatür kapsamında başvurduğumuz içeriklerine ait özelliklerinden hareketle ortak bir paydada ilişkilendirip durum tespiti yapmaktır.

SONUÇ

Türkiye’de daha yeni gün yüzüne çıkan ve akademik sahada artan bir ilgi ile karşılanan, aynı zamanda pratik alanda yeni yer edinmeye başlayan Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin uygulamadaki yöntem eksikliği kaçınılmaz bir gerçektir. Bu sebeple çalışmamızda, varoluşsal bir psikoterapi olan logoterapinin bu alanda uygulanabilirliği araştırılmıştır.

Çalışmamızın ilk bölümünde, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı ile ilgili literatür taraması yapılmış olup bu bağlamda elde edilen araştırma sonuçları, bulguları objektif bir şekilde aktarılmıştır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, temel referanslarını dinî altyapı ile oluşturan ancak psikolojik danışmanın beceri, yöntem ve tekniklerine de müracaat eden bir uygulama alanına sahiptir. Bu sayede psikoloji ve din bilimleri arasında kendine yer edinmiş müstakil bir uygulama haline gelmiştir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanı ülkemizde yeni teşekkül etmesine rağmen incelediğimiz literatür neticesinde ulaştığımız güncel verilere göre; özellikle son yıllarda üzerinde yapılan akademik çalışmaların giderek arttığı bir alan olduğu gözlemlenmiştir. Bununla beraber başta DİB olmak üzere çeşitli resmi kurum ve kuruluşlar tarafından Manevi Danışmanlık ve Rehberlik adına çalıştaylar ve kongreler düzenlenmekte, bildiriler yayınlanmakta ve bu sayede ülkemizde yeni bir alan hüviyetinde gelişme göstermektedir. Özellikle dikkatleri çeken ise Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin işlevinin henüz ne olduğu bilinmemesine rağmen revaçta olmayı başarmıştır. Son dönemde üzerinde en çok konuşulan ve tartışmalara neden olan bir alan haline gelmiştir. Araştırmamız sürecinde dikkati çeken bir diğer husus ise bu uygulamaya yönelik teorik çalışmaların akademik alanda çok hızlı artış göstermiş olmasıdır. Birçok alandan akademisyen bu alana yönelik çalışmalar sürdürmektedir. Tıp, psikoloji, ilahiyat, sosyal hizmetler, PDR çevrelerince yoğun ilgi görmüş, özellikle bu alanlardan akademisyenlerin de üzerinde çalıştığı bilimsel nitelikte araştırmalar ortaya konmuştur. Bu yönüyle Manevi Danışmanlık ve Rehberlik interdisipliner bir alan olarak değerlendirilebilir.

Çalışmamızın ilgili bölümlerinde de dile getirildiği üzere Batı menşeli bir uygulama olmasına rağmen teorik çalışmaların yanında ülkemiz genelinde çeşitli

fonksiyon alanlarında kullanılmaya başlanmıştır. Başta hastaneler, cezaevleri, Çocuk Esirgeme Kurumu, sosyal hizmetler, huzurevleri, öğrenci yurtları vb. resmi kurumlarda DİB bünyesinden görevlendirilen personeller tarafından icra edilmektedir. Bu noktada gözlemlediğimiz en önemli sorun ise bu görevlilerin vaiz, imam, Kur'an kursu öğreticisi içinden seçilmiş olmasıdır. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik; bireye, manevi bakım, dini rehberlik ve terapötik yaklaşımlar noktasında destek sağladığından dolayı özellikle bu alanda yetiştirilecek donanımlı bir uzman kadrosuna ihtiyaç olduğu tespiti yapılmıştır. Bu alanda görev yapacak uzmanların başta dini donanımına sahip olmakla birlikte terapi becerilerine, psikolojik kuramlara da aşina olması gerekmektedir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlikle ilgili ülkemizde olan en güncel gelişme ise 2019 yılında Manevi Danışman'ın resmi gazetede mesleki tanımının ve uygulama alanlarının yayımlanmış olmasıdır.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uzmanının terapide, ilaç yazma, teşhis koyma, herhangi bir tıbbi müdahalede bulunma yetkisi söz konusu değildir. Manevi Danışmanın görevi, günlük hayatta bunalıma girmiş, ruhsal-manevi sorunlarla gelen bireylerle gereken iletişimi kurmak, rehberlik tanımında ifade edildiği gibi yönlendirme yapmak ve sorun yaşayan kişinin farklı bakış açıları geliştirmesini sağlamaktır. Alana müdahil olmayan patolojik türden çeşitli vakaları ilgili kurum ve uzmanlara yönlendirmelidir.

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik alanına müracaat edecek kimselerin dinsel problemlerle de gelebileceğinden, uzmanların gereken dini altyapıya sahip olması azami derecede önem taşır. Fakat bunun yanında danışmanın, insanı anlamaya ve problemini tanımlamaya yönelik psikolojik verilere de ihtiyacı vardır. Buradan hareketle bu alanda görev alacak uzmanların, ilahiyat, psikoloji ve PDR kökenli olması tercih edilmelidir. Bu alanların her birisi Manevi Danışmanlıkta tek başına yeterli olmayacağından; ilahiyat öğrencilerine, psikoloji ve rehberlik alanına ait uygulama ve eğitimler verilmesi gerekirken, psikoloji ve PDR öğrencileri için dini ilimler bağlamında ilahiyat eğitim ve öğretimi verilmelidir.

Araştırmamızın ikinci bölümünde logoterapi genel bir çerçevede ele alınmıştır. Günümüz terapi yöntemlerinin ve kuramsal yaklaşımların, bazı noktalarda yetersiz kalması durumundan hareketle geliştirilen ve özellikle varoluşsal sorun ve

ihtiyaçların çözümlenmesinde önemli adımlar atılmasını sağlayan logoterapi, varoluşsal zeminde hareket eden, insanı bütüncül olarak değerlendiren ve aynı zamanda anlam temasını merkeze alan bir psiko-terapötik yaklaşımdır. Hümanistik fenomenolojik yaklaşımlara da yakın olan logoterapi; sorunların kaynaklarını yorumlama, bireyi kendisi ile yüzleştirme ve danışanı ikna etme metotlarını kullanarak varoluşçu psikoterapiler içinde kendine özel bir teknik ortaya koyan tek yaklaşımdır (Karagl, 2014: 24).

Birey, içinde bulunduğu kısıtlamalara rağmen, karşılaştığı her türlü durumda tepkilerini, kendisi belirleme, alternatif tercihler arasından birini seçme özgürlüğüne sahiptir. Bu zgrlk anlayışıyla hareket eden logoterapi, insanın kendini geliştirmesine vurgu yapmakta ve onun manevi boyutunu önemsemektedir. Logoterapi, temel felsefesi anlam aracılığıyla iyileştirmeyi önceleyen bir terapötik yaklaşımdır. Bu yaklaşım bireyin yaşıadığı doğum, ölüm, özgürlük ve sorumluluk gibi temel varoluşsal kaygıların özümlenmesi için anlam arayışının önemli olduğunu vurgular. Logoterapi, Frankl'ın (1905-1997) anlam odaklı varoluş felsefesine dayanmaktadır. Çok sayıda akıl sağlığı uzmanı, popüler eseri olan “İnsanın Anlam Arayışı” kitabından esinlenmiştir; ancak birçoğu Frankl'ın çalışmalarının derinliğine henüz aşına değildir. Bu alışma, logoterapinin temel kavramları, teknikleri, terapistin ve danışanın rolleri ve yeni araştırma bulguları dahil olmak üzere logoterapinin ilkelerine yer vermiştir.

Varoluşsal bir anlayışla biçimlenen logoterapiyi, diğer psikolojik yaklaşımlardan ayıran en temel farklılık daha insancıl ve bütüncül olmasıdır. Özellikle bireyin kendi aşkın gücünün farkında olarak manevi boyuta ulaşılabileceğine inanmakta ve asıl bu boyutun onu özgün kıldığını vurgulamaktadır. Bu özellikleriyle logoterapi uyguladığı tekniklerle psikoterapi alanında yeni bir akımı ortaya çıkar mıştır (Kırıkkanat, 2018). Aynı zamanda logoterapi, ruh sağlığı uzmanları ve danışmanların sıklıkla kullandığı tekniklerle kolayca entegre edilebilir niteliktedir.

Literatür bağlamında logoterapi incelendiğinde bu alana yönelik akademik çalışmanın yeterli olmadığı gözlemlenmiştir. Ulaştığımız verilere göre logoterapiye yönelik lkemizde PDR ve psikoloji alanlarında yapılan yüksek lisans ve doktora tezleri mevcuttur. Bunun yanında yeterli olmamakla birlikte sosyal hizmetler ve sağlık alanlarında bilimsel makaleler de yayımlanmıştır. Araştırmamızın sınırları

dışında olduğu için diğer alanlarda yapılan bu çalışmaların isimleri müstakil olarak ele alınmamıştır. Fakat alana yönelik faydalı bir içeriğe sahip olmalarından dolayı bu çalışmamızın hazırlanmasında kaynaklık teşkil etmektedirler. Ülkemizde logoterapinin tanınması ve uygulamaya aktarılması bağlamında ulaşılan bu çalışmalar yeterli görülmemektedir. Bunun sebebi, logoterapinin genç bir terapi yöntemi olması, daha çok soyut içerikli dini-manevi unsurlar taşımasından dolayı uygulayıcının diğer terapi modellerine yönelmesi varsayımına ulaşılabilir.

Logoterapinin çok boyutlu bütüncül yaklaşımının, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarının ana felsefesiyle uyumlu olduğu görülmektedir. Çünkü danışan bireylerin ihtiyaç ve sorunları, her zaman somut olarak anlaşılabilen sorunlar olmanın yanında, daha soyut, derin ve metafizik içerikli olabilmektedir. Bu açıdan logoterapi, hem temel ilkeleri ile danışanın nasıl ele alınacağı, hem de hangi tekniklerle çözüme gidilebileceği noktasında yol göstermektedir.

Literatür incelendiğinde Manevî Danışmanlık ve Rehberlikle ilgili olarak insanın anlam arayışının bir diğer yansıması olduğu varsayımına ulaşılmaktadır. Bu açıdan anlam arayışı noktasında, varoluşçu psikoterapinin, Manevî Danışmanlık ve Rehberlikle kullanımının uygun olabileceği sonucuna ulaşılmaktadır (Dilen, 2019: 63). Ulaşılan bu tespitler bağlamında logoterapinin de bir varoluşsal psikoterapi olması çalışmamızın hedefini kuvvetlendirmektedir.

Bu çalışmanın hazırlanmasının öncelikle lisans ve lisansüstü düzeyde öğrencilere, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik uygulamalarını takip eden ve uzmanlık alanı olan akademisyenlere katkısı olacağı kanaatindeyiz. Aynı zamanda çalışmamıza konusu geçen iki alana da katkı sağlayacağını düşünmekteyiz. Bu araştırma literatür taraması tekniğiyle gerçekleştirildiği için vaka incelemeleri ve pratik uygulamalara yer verilmediğinden bu alana yönelik yapılacak yeni çalışmalarda ampirik yöntemlere müracaat edilebilir.

KAYNAKÇA

Adams, M., Van Deurzen, E. (2015). *Varoluşçu Danışmanlıkta ve Psikoterapide Beceriler*. Çev. Ferhat Jak İçöz. İstanbul: Pan Yayıncılık.

Akgül, Ö. (2014). *Hayatı Anlamlandırmada İncanın ve Kişisel Değerlerin Rolü (Ruh Sağlığı Çalışanları ve Öğrencileri Örneği)*. (Yayımlanmış Doktora Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Allport, G. W. (2004). *Birey ve Dini*. Çev. Bilal Sambur. Ankara: Ellis Yayınları.

Altıntaş, M. E. (2018). Hastanelerde Gerçekleştirilen Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Üzerine Nitel Bir Araştırma (Kayseri Örneği). *Amasya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*.11: 221-256.

Aydın, A. R. (2004). Din Psikolojisi Üzerine. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, IV (1): 15-29.

Aydın, C., Kaya, M. ve Peker, H. (2015). Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 38: 39-55.

Aydın, G. (2016). Manevi Destek Bağlamında Hz. Peygamberin Hastalara Yaklaşımı. *Bilimname*, XXXI(2): 249-274.

Ayten, A. (2015). Dindarlık Ruhsal ve Fiziksel Sağlığı Etkiler mi? Editör: Ali Ayten. *Din Erdem Ve Sağlık*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Ayten, A., Koç, M. ve Topuz, N. (2016). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik II*. İstanbul: Dem Yayınları.

Ayten A., Köse, A. (2018). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Bahadır, A. (1999). *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*. (Yayımlanmış Doktora Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bahadır, A. (2000). Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9 (9):1-17.

Bahadır, A. (2018). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan Yayınları.

Bakar, H. S. (2016). Dini Danışmanlık Eğitimi: AAPC (Amerika Dini Danışmanlar Kurumu) Akreditasyon Kriterlerinin Türkiye Açısından Değerlendirilmesi. *Manevî Danışmanlık ve Rehberlik* (259-302). Editörler: Ayten, A., Koç, M. ve Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Bayraktar, B. (2010). *Logoterapi Yönelimli Sağaltım Programının Konuşma Bozukluklarından Kekemelik Üzerindeki Etkisi Vaka Çalışması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü.

Belen, F. Z. (2014). *Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve Uygulanması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Budak, S. (2003). *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Bulut, A. (2011). *Din Eğitiminde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

Cebeci, S. (2016). *Dini Danışma ve Rehberlik*. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Coşkunsever, A. (2018). *Sosyal Hizmetlerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Çamur, F. Y. (2013). Küreselleşen Dünyada İrşat Hizmetlerinde Yeni Bir Alan: Dini Danışmanlık Türkiye ve İngiltere Örnekleri. *Vaaz ve Vaizlik Sempozyumu* (17-18 Aralık 2011). 56-57. DİB Yayınları.

Çelik, G. (2017). Logoterapi: Temel Bileşenleri ve Terapi Teknikleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 28(2): 70-97.

Çelik G. (2017). Varoluş Felsefeleri, Varoluşçu Terapi ve Sosyal Hizmet. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 19(3): 417-439.

Çiftçi, M. (2016). Maneviyat ve Psikolojik Danışma. Editörler: Kaya, Ç., Ekşi, H. *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Çolak, T. S. (2010). *Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Sosyal Fobi Üzerindeki Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çolak, T. S. (2014). *Affetme Esnekliği Kazandırmada Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Etkililiği*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demir, İ. (2018). Psikolojik Danışma Yaklaşımları. Editörler: Ekşi, H., Yüksel, M. *Rehberlik ve Psikolojik Danışma* (259-300). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Dilen, H. (2019). *Manevi Danışmanlık ve Varoluşçu Terapi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Düşünceli, B. (2015). *Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Travma Sonrası Hayata Küsme Bozukluğu Üzerindeki Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Düzgüner, S. (2013). *Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi: Kan Bağışı Örneğinde Türkiye ve Amerika Karşılaştırmalı Nitel bir Araştırma*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ekşi, H., Okan, N. (2017). Spirituality in Logotherapy. *Spiritual Psychology and Counseling*. 2 (2), 143-164.

Eryılmaz, A. (2017). Pozitif Psikoterapiler (Positive Psychotherapies). *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar- Current Approaches in Psychiatry*. 9(3): 346-362.

Frankl, V. E. (1988). *The Will To Meaning: Foundations And Applications Of Logotherapy* (Rev. ed.). New York, NY: Plume.

Frankl, V. E. (1999) *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*. Ankara: Öteki Psikoloji.

Frankl, V. E. (2016). *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*. Çev. Veysel Atayman. Ankara: Say Yayınları.

Frankl, V. E. (2018). *Anlam İstenci*. Çev. Mustafa Yalçınkaya. İstanbul: Öteki Yayınevi.

Frankl, V. E. (2018). *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*. Çev. Selçuk Budak. İstanbul: Totem Yayınları.

Frankl, V. E. (2018). *İnsanın Anlam Arayışı*. İstanbul: Okuyanüs Yayınları.

Frankl, V. E. (2018). *Psikoterapi ve Din Bilinçdışındaki Tanrı*. İstanbul: Say Yayınları.

Geçtan, E. (1990). *Varoluş ve Psikiyatri*. Metis Yayınları

Gültekin, M., Altıntaş, E. (2005). *Psikolojik Danışma Kuramları*. İstanbul: Alfa Akademi.

Gündoğdu, H. (2007). Varoluşçu Felsefelerdeki Ortak Özellikler. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, VII (1): 97.

Demir Çelebi, Ç. (2018). Rehberlikte Temel Kavramlar. Editörler: Ekşi, H., Yüksel, M. *Rehberlik ve Psikolojik Danışma* (1-35). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Horozcu, Ü. (2010). *Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hökelekli, H. (2009). *İslam Psikolojisi Yazıları*. İstanbul: Dem Yayınları.

İlgar, M. Z., Coşkun-İlgar, S. (2019). Varoluşçu Psikolojik Danışma Ve Psikoterapi: Teori Ve Pratiği. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 23(1):193-220.

Karacoşkun, M. D. (2008) I. Din Görevlilerinin Bireylerin Dini Görünüşlü Kişisel ve Sosyo-Psikolojik Problemlerine Katkı Sağlayabilme Yolları. *Din Hizmetleri Sempozyumu* (2). Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

Karacoşkun, M. D. (2017). Modern Psikolojide Dine Yaklaşımlar. Editör: Karacoşkun, M. D. *Din Psikolojisi* (53). Ankara: Grafiker Yayınları.

Karahan, T. F. (2004). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Kuramlar*. Samsun: Deniz Kültür Yayınları.

Karagül, A. (2012). Manevî Bakım: Anlamı, Önemi, Yöntemi ve Eğitimi (Hollanda Örneği). *Dini Araştırmalar*, 14 (40):5-27.

Karslı, N. (2012). Kuran Ayetlerinin Logoterapi Yaklaşımıyla İncelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*. 16 (53): 25-20.

Kavas E., Kavas, N. (2014). Manevi Destek Algısı Ölçeği (MDA): Geliştirilmesi, Geçerliliği ve Güvenirliği. *Turkish Studies* 9 (2): 905-915.

Kaya-Göktepe, A. (2017). Yaşlılara Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Yeni Bir Model Önerisi: "Hayat Ağacı Modeli", Editör: Ayten, A. (233-272). *Yaşlılara Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Teori ve Uygulama Alanları*. İstanbul: Dem Yayınları.

Kaymakcan, R., Şirin, T. (2013). Bilişsel-Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımı ile Bütünleştirilmiş Dini Danışmanlık Modeli'nin Din Eğitimi Alan Erkek Üniversite Öğrencilerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi. *Değerler Eğitimi Dergisi*. 11(26): 111-148.

Kılınçer, H. (2017). *Tıp, Psikoloji ve İlahiyat Öğrencilerinin Türkiye'deki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kesgin, B., Erdem, M. (2018). Türkiye'de Manevi Destek Hizmetlerinin Kurumsallaşması. *Bingöl Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(16): 69-92.

Kırıkkanat, B. (2018). Psikolojik Danışmada Logoterapi. *Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 7(9): 25-32.

Koç, M. (2012). Manevî-[Psikolojik] Danışmanlık ile İlgili 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. (2014). *Manevi-Psikoloji Danışmanlık Müslüman-Türk Diasporası Örneği*. Bursa: Emin Yayınları.

Koç, M. (2016). *Manevi Psikolojik Danışmanlık Müslüman-Türk Diasporası Örneği*. Bursa: Emin Yayınları.

Kostak, M. A. (2007). Hemşirelik Bakımının Spiritüel Boyutu. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(6): 105-115.

Koçak, R., Gökler, R. (2008). Varoluşsal Yaklaşımda Psikolojik Danışma ve Gruba Uygulanışı. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*. 2: 91-107.

Küçük, M. (2017). *Manevi Rehberlik*. İstanbul: Ahir Zaman Yayınları.

Lukas, E. S. (1986). *Meaning in Suffering*. California: Institute of Logotherapy.

Maslow, A. (2001). *İnsan Olmanın Psikolojisi*. Çev. Okhan Gündüz. İstanbul: Kurtuluş Yayınları.

Maslow, A. H. (1996). *Dinler Değerler Doruk Deneyimler*. Çev. H. Koray Sönmez. İstanbul: Kuraldışı Yayınları.

May, R. (2018). *Varoluşun Keşfi*. İstanbul: Okuyan US Yayınları.

Merter, M. (2017). *Dokuz Yüz Katlı İnsan*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Mesleki Yeterlilik Kurumu. (2019). Resmi Gazete Tarih-Sayı/25.10.2019-30929 (Mükerrer).Manevi Danışman (Seviye 6) Ulusal Meslek Standardı (1-25).

Mollaoğlu, H. (2013). *Hastane Hizmetleri Bağlamında Manevi Bakım ve New York Healthcare Chaplaincy Örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ok, Ü. (2008). İnanç Bakım ve Danışmanlığı: Bir Model Geliştirme Denemesi. *I. Din Hizmetleri Sempozyumu Kitabı* (550-574). Düzenleyen: Diyanet İşleri Başkanlığı Ankara.

Ok, Ü. (2014). Dini Danışmanlık: Tanım ve Tarihi. Editörler: Altaş, N., Köylü, M. *Dini Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (35-54). Ankara: Gündüz Yayınları.

Ok, Ü. (2015). İnanç Bakım ve Danışmanlığı: Bir Model Geliştirme Denemesi. *Manevi Sosyal Hizmetler*. İstanbul: Rağbet Yayınları.

Ok, Ü. (2017). Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri. Editörler: Altaş N., Köylü, M. *Dinî Danışmanlık: Tanımı ve Tarihi* (35-54). İstanbul: Dem Yayınları.

Okan, N., Ekşi, H. (2017). Logoterapi ve Maneviyat İlişkisi. Editör: Ekşi, H. *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat Kuramlar ve Uygulamalar* (163-189). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Özabacı, N., Erzen, E., Karakaş, Y., Çavdar, D., Zat, Z. ve Mutlu Süral, T. (2017). *Psikolojik Danışma Beceri ve Teknikleri*. Ankara: Vize Yayıncılık.

Özçınar, M. F. (2009). *Örgütlerde Temel Bilgi ve Değer Kayıplarının Varoluşçu Analizi ve Bir Uygulama*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Niğde: Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özdemir, S. (2012). Dini Sosyal Hizmetlerin Temelleri. *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 25:198-199.

Özdoğan, Ö. (2006). İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 2: 127-141.

Özen, Y. (2012). Varoluşçu Felsefeden Varoluşçu Psikolojiye (Birbirlerini Sürekli Yanlış Anlayanların Ontolojik Bütünlüğü). *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi* (5) 3:267-286.

Özkan, A. (2017). Hastanelerde Sunulan Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Üzerine Bir Araştırma. Editör: Ayten, A. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (61-101). İstanbul: Dem Yayınları.

Peker, H. (1986). Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Dergisi*. 1: 100-101.

Rogers, C. R. (2012). *Kişi Olmaya Dair*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları.

Sarı, E. (2017). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi*. Ankara: Vize Basın Yayın.

Schopenhauer, A.(2018). *Hayatın Anlamı*. Çev. Ahmet Aydoğan. İstanbul: Say Yayınları.

Sayar, K. (2015). *Sufî Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Seyyar, A. (2008). *Manevi Sosyal Hizmetler*. İstanbul: Rağbet Yayınları.

Söylev, Ö. F. (2015). Psikolojik Yardım Hizmetleri Bağlamında Türkiye’de Dini Danışma ve Rehberlik. *İslam Medeniyeti Araştırması Dergisi*. 1 (2): 287-308.

Söylev, Ö. F. (2017). Dini Danışma ve Rehberliğin Temel Kavramları ve Tarihi Arka Planı Üzerine Bir Değerlendirme. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*. 21: 255-296.

Subaşı, Z. (2019). Cezaevlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları. Editör: Ayten, A. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik "Farklı Alanlardan Araştırma Bulguları ve Değerlendirmeler"* (233-267). İstanbul: Dem Yayınları.

Şahin, Z. A. (2016). Hristiyan Gelenekte Manevi Bakımın Teorik Temelleri. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1: 47-77.

Şanlı, E. (2016). *Logoterapiye Dayalı Psikoeğitim Programının Ergenlerin Sağlıklı Bir Kimlik Algısı Oluşturmasına Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şenbaş, H. (2019). *Psiko-Sosyo-Teolojik Yaklaşımlar Çerçevesinde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Teorik Temelleri ve Pratik Yansımaları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şentürk, H. (1994). Kişilik ve Din. *Diyanet İlkesi Dergisi* 3: 71.

Şentürk, H. (2008). *İslami Hayatın Psikolojik Temelleri*. Isparta.

Şirin, T. (2014). *Dini Danışma ve Rehberlik: İHSAN Modeli Manevî Danışmanlık*. İstanbul: Mim Akademi Yayınları.

Tagay, Ö., Nalbant, A., Voltan-Acar, N. (2016). Logoterapide Kullanılan Kavramların ve Tekniklerin Türk Kültürü'nde Uygulanabilirliği. *Ege Eğitim Dergisi*.105-126.

Tarhan, N. (2009). *İnanç Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Tarhan, N. (2016). *İnanç Psikolojisi ve Bilim: Ruh Beyin ve Akıl Üçgeninde İnsanoğlu. İnancın Psikolojik Boyutları, Dinler, Ritüeller, Doktrinler*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Tokat, L. (2003). *Varoluşçuluk ve Hürriyet: Teist Varoluşçu Felsefede*. Rize.

Tokat, L. (2013). *Varoluşçu Teoloji*. Ankara: Elis Yayınları.

Tokur, B. (2013). Gaye-Anlam Bağlamında Kendini Gerçekleştirmek. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 40: 150-161.

Topuz, İ. (2014). *Din Görevlilerinin Mânevî Danışmanlık Yeterlilikleri*. Isparta: Manas Yayınları.

Uğurlu-Bakar, H. S. (2016). Dini Danışmanlık Eğitimi: AAPC Akreditasyon Kriterlerinin Türkiye Açısından Değerlendirilmesi. Editörler: Ayten, Ali. Koç, M. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. 1. İstanbul: Dem Yayınları.

Uğurlu, H. S., Ege, R. (2018). Bir İsimlendirme Problemi: Dinî Danışmanlık. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi* 7(2): 1057-1077.

Ünal, M. S. (2010). Dinsel Bireycilik Tehdit Mi, Fırsat Mı? *Dini Araştırmalar*. 13 (37): 5-18.

Wise, C. A. (1951). *Pastoral Counseling: It's Theory and Practice*. New York: Harper & Brothers Publishers.

Yalom, I. D. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi*. Çev: İyidoğan-Babayiğit, Z. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yalom, I. D. (2017). *Din ve Psikiyatri*. İstanbul: Pegasus Yayıncılık.

Yalom, I. D. (2017). *Bağışlanan Terapi*. İstanbul: Pegasus Yayınları.

Yancey, P. (2008). *Acı Çekilirken Tanrı Nerede? Güç Zamanların Üstesinden Gelebilmek İçin Teselli Eden, Şifa Veren Bir Rehber*. İstanbul: Haberci Yayınları.

Yapıcı, A. (2007). *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi.

Yavuz, K. (1988). Günümüzde Din Psikolojisi. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 8: 253-263.

Yıldırım, M. (2019). İhsan Modeli İle Manevi Danışmanlık Uygulamalarının Psikolojik Rahatsızlıklar Üzerindeki İyileştirici Etkisi Üzerine DeneySEL Bir Çalışma. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yılmaz, M. (2011). Holistik Bakımın Bir Boyutu: Spiritualite, Doğası ve Hemşirelikle İlişkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 14 (29): 61-70.

Yörüköğlu, A. (1981). Ruh Sağlığı, Ahlaki Değerler ve Din Eğitimi. *Türkiye 1. Din Eğitim Semineri*. (211-214). Ankara: İlahiyat Vakfı Yayınları.

Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I. ve Scott, A. B. (1999). The Emerging Meanings of Religiousness and Spirituality: Problems and Prospects. *Journal of Personality*. 67(6): 889-919.

Zinnbauer, B. J. ve Pargament, K. I. (2013). Dindarlık ve Maneviyat. Çev. Sevede Düzgüner. *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*. (61-102) Editörler: Ayten, A. ve Çapçioğlu, İ. Ankara: Phoenix Yayınları.

İNTERNET KAYNAKLARI

Ağılkaya-Şahin, Z. (2016). Hristiyan Gelenekte Manevi Bakımın Teorik Temelleri. *Spiritual Psychology and Counseling*.1(1) 43-74.DOI 10.12738/spc.2016.1.0002, (05.03.2020).

Akay M. & Şahin, Z. *Türkiye’de ve Dünyada Hastane Hizmetleri Bağlamında Manevi Bakım*.

http://www.multicongress.net/2018Multicongress/Ornek_Calisma.pdf, (03.06.2020).

Carroll, B. (2001). A Phenomenological Exploration Of The Nature of Spirituality and Spiritual Care. *Mortality*, 6 (1), 81-98. <https://doi.org/10.1080/13576270020028656>, (04.05.2020).

Diyanet İşleri Başkanlığı, Sağlık Bakanlığı (2015). *Hastanelerde Manevi Destek Sunmaya Yönelik İşbirliği Protokolü*. Madde-1. <https://dinhizmetleri.diyanet.gov.tr/Documents/Sa%C4%9Fl%C4%B1k%20Bakanl%C4%B1%C4%9F%C4%B1%20Protokol%C3%BC.pdf>. (07.01.2015)

Faller, G. (2001). Psychology Versus Religion Journal of Pastoral Counselin. *New Rochelle*.36(1) <https://search.proquest.com/openview/2f56aa7428e0b81225402e3515e0a438/1?pq-origsite=gscholar&cbl=38101>. (05.06.2020).

Kimter, N. (2013). Din ve Maneviyatı Kavramlaştırma: Birleşme ve Ayrılma Noktaları. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 3: 85-118. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/comuifd/issue/4096/53999>, (04.03.2020).

Lines, D. (2000). *Counselling Approaches for Young People in Secondary School: Fromtraditional Approaches to Eclectic and Integrative Counselling*. https://scholar.google.com.tr/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=Counselling+approaches+for+young+people+in+secondary+school%3AFromtraditional+approaches+to+eclectic+and+integrative+counselling&btnG=, (05.05.2020).

Wong, P. T. (2011). *Meaning-Centered Counseling and Therapy (MCCT):An integrative and comprehensive approach to motivational counseling*. https://www.researchgate.net/profile/Paul_Wong4/publication/285578585_Meaning_Centered_Counseling_and_Therapy_MCCT_An_integrative_and_comprehensive_approach_to_motivational_counseling_and_addiction_treatment/links/565f3eeb08ae1ef9298513a7/Meaning-Centered, (01.06.2020).

<https://www.viktorfrankl.org/biography.html>, (02.06.2020).

3 Mart 2018 tarihinde Kubbealtı Sohbetleri kapsamında düzenlenen Prof. Dr. Kemal Sayar'ın "İnsanın Anlam Arayışı" adlı söyleşisinden <https://www.youtube.com/watch?v=025HrpZkRkw>, (09.11.2019).

Frankl'ın konuşmasının Türkçe altyazılı tamamı için bk. <https://www.youtube.com/watch?v=Klfs-0XMdys>, (02.01.2020).

<http://www.logoterapi.net/2016/03/13/psikoterapi-ile-logoterapi-farki/>, (02:04:2020).

Laryngology: Tıp dilinde kullanılan Laryngology terimi, latince bir kelimedir. Laryngology kelimesinin anlamı; boğaz hastalıkları şubesi. (<https://www.tipterimlerisozlugu.com/laryngology.html>, (18.02.2020).

<http://www.logoterapi.net/logoterapi/>, (04.06.2020).

<https://varoluscuakademi.com/>, (05.06.2020).

<https://existanbul.org/hakkimizda/>, (05.06.2020).

<http://www.logoterapi.net/hakkimizda/>, (05.06.2020).

<https://dem.org.tr/haber/2018/12/06/ii-uluslararasi-manevi-danismanlik-ve-rehberlik-kongresi-duzenlendi>, (02.06.2020).

<https://www.haberler.com/manevi-danismanlik-ve-rehberlik-calistayi-12134279-haberi/>, (02.06.2020).