



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

Sayı: 2 • Aralık 2020 • 201-233  
Issue: 2 • December 2020 • 201-233



## **Dine ve Kültüre Duyarlı Psikolojik Danışmanlık-I: Manevi Danışmanlık Perspektifinden Kuramsal Analizler**

Psychological Counseling Sensitive to Religion and Culture-I:  
A Theoretical Analysis from the Perspective of Spiritual  
Counseling



**Muharrem Aka**

Dr.

Bitlis Rehberlik ve Araştırma Merkezi

E-posta: muharremaka@hotmail.com

Orcid: 0000-0002-3195-8946

Bitlis / Türkiye

Dr.

Bitlis Guidance and Research Center

E-mail: muharremaka@hotmail.com

Orcid: 0000-0002-3195-8946

Bitlis / Turkey

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

Makale Türü • Article Type    Araştırma • Research  
Geliş Tarihi • Received    06 Kasım 2020 • 06 November 2020  
Kabul Tarihi • Accepted    23 Kasım 2020 • 23 November 2020

\* Bu makale, yazarın *Bireysel psikolojik danışma sürecinde dinî boyut: Özel eğitim gereksinimli öğrenci velileriyle yapılan bir araştırma* (2020) başlıklı doktora tezinden üretilmiştir.

## Ö z e t

İki ayrı makale şeklinde tasarlanan bu çalışmanın birinci makalesinde dine, kültüre duyarlı psikolojik danışmanlığın kuramsal yapısı incelenmiştir. Teknik anlamda klasik psikolojik danışmanlıktan ayrı olmayan manevi danışmanlık; danışanın aktif katılımıyla, dinî ve manevi kaynaklarının danışma sürecine entegre edilmesidir. Dinî ve manevi değerler; yoğun gerilim ve kaygı durumlarında gerçekliğin algılanması ve anlamlandırılmasıyla ilgili olarak pek çok insan için temel referans noktasıdır. Çünkü inanç ve değerlerin en önemli işlevlerinden biri de krizlerde önemli baş etme kaynakları olarak kullanılmalarıdır. Yani, hayat sürekli problem üretmekte ve insanlar bu durumlarda sıklıkla inançlarına başvurarak durumu anlamlandırma çabası içine girmektedirler. Dinin insan hayatının zor zamanlarında hem teselli sunma ve kontrol duygusu kazandırma hem de anlam sunma ve umut aşılama rolleri bulunmaktadır. Yine çoğu insan için, kriz durumlarında, hayatın doğal akışını bozan beklenmedik durumlarda, travmatik olaylarda din sığınma ve teselli kaynağı olmaktadır. Pozitivist bilim anlayışının etkisiyle terapötik süreçleri ifade eden tüm alanlarda, sorunlarla başa çıkmada dinin rolü ya yok sayılmış ya da eleştirel bir yaklaşım geliştirilmiştir. Fakat son yirmi otuz yıldır sosyal bilimler ve sağlık alanlarında din ve baş etme ile ilgili çalışmaların sayısında büyük bir artış olduğu gözlenmektedir. Din psikolojisi alanında yapılan teorik ve pratik çalışmaların çoğunda dinin, psikoloji alanında bir doğal savunma olduğu görüşünün ötesinde, bir anlam ve değeri olduğuna yönelik eğilimler de artmıştır. Dinî başa çıkma ile uyum sağlama ve ruh sağlığı ilişkisi üzerine deneysel araştırmaların sayısının artmasıyla ortaya çıkan olumlu sonuçlar danışmanlık süreçlerinde de dinî başa çıkma dayanaklarından faydalanma ve terapötik teknikler geliştirme çalışmalarının başlamasını sağlamıştır. Maneviyatla birleşmiş psikoterapik yaklaşımlar her ne kadar daha yeni yeni olsa da başa çıkma metodlarına dayanan umut verici tedavi modelleri gelişmeye başlamaktadır. Bu modellerin faydalı olduklarına yönelik deneysel kanıtlar da yeni yeni ortaya çıkmaya başlamıştır. Dinî geleneklere ait dinî başa çıkma tarzlarının etkilerini değerlendiren araştırmalarda dinî destek, teşvik ve rehberliğin yas duygularıyla baş etmede faydalı olduğu tespiti yapılmıştır. Yine yas ve endişe duygularının üstesinden gelmede dua etme, dinî konuları konuşma ve Kur'an ayetleri okumanın etkili olduğu tespit edilmiştir.

### A n a h t a r   K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Psikolojik danışmanlık  
Din • Psikoloji • İslam

## **A b s t r a c t**

In the first article of this study designed as two separate articles, the theoretical structure of psychological counseling sensitive to religion and culture was examined. Spiritual counseling that isn't different from classic psychological counseling technically, is the integration of religious and spiritual resources into the consultation process with the active participation of the client. Religious and spiritual values are the main reference point for many people regarding the perception and meaning of reality in situations of intense tension and anxiety. Because one of the most important functions of beliefs and values is their use as important coping resources in crises. In other words, life constantly creates problems and people often try to make sense of the situation by referring to their beliefs in such cases. Religion has a role in both providing comfort and control, as well as providing meaning and instilling hope in difficult times of human life. Also, religion is a resource of refuge and consolation for many people in these kinds of crises, in the unexpected situations that disrupt the natural flow of life and in the traumatic situations. Under the influence of the positivist understanding of science, the role of religion in dealing with problems in all fields that express therapeutic processes have either been ignored or a critical approach has been developed. However, it's been observed that there's been a huge increase in the number of works on religion and coping with problems in the field of health and social sciences in the last twenty to thirty years. In most of the theoretical and practical works in the field of psychology of religion, there has been a growing tendency that religion has a meaning and value beyond the view that it is a natural defense in the field of psychology. The positive results that emerged as a result of the experimental work on the relationship between coping with religion and spiritual health and the bases enabled them to benefit from the basis of religious success and to develop therapeutic techniques in the counseling processes. Despite the fact that psychotherapeutic approaches combined with spirituality are more recent, promising treatment models which based upon methods of coping skills began to improve. Experimental evidences that these models are useful have been to show up recently. In studies that evaluate the effects of religious coping styles that belong to religious traditions it's been determined that religious support, encouragement and guidance are useful in dealing with feelings of mourning. On the other hand, it has been determined that praying, talking about religious issues and reading of Koran Verses are effective in overcoming feelings of grief and anxiety.

## **K e y w o r d s**

Spiritual counseling and care • Psychological counseling  
Religion • Psychology • Islam

## Giriş

Bir yardım mesleği olan psikolojik danışmanlık, her ne kadar 1900'lü yılların başlarında mesleki rehberlik olarak ortaya çıkmış ise de bu yardım anlayışına benzer çalışmalar değişik din ve kültürlerde de görülmektedir. Şüphesiz Hristiyan dinî içerisindeki günah çıkarma ve itiraf müessesesi günümüz psikolojik danışmanlığına benzer unsurları içinde barındırmaktadır. Yine İslam dinî içerisinde Rab-kul ilişkisi ya da tasavvuftaki şeyh-mürît ilişkisi danışmanlıktaki bazı temalara benzemektedir. Psikolojik danışmanlık mesleğinin ilk çıktığından günümüze dek büyük değişimler geçirdiği görülmektedir. İlk olarak mesleki rehberlik şeklinde başlayan danışmanlık günümüzde yüzlerce kuramın yer aldığı bir alan olarak karşımızdadır (Egan, 2011: 64). Özellikle son 40-50 senelik süreç içerisinde psikoloji ve psikolojik danışmanlığın Batılı insan anlayışına göre şekillendiği eleştirileri Batılı psikolog ve danışmanlarca da kabul edilmiştir. Böylece psikolojik danışmanlıkta yerel ve kültürel unsurlara hassasiyet gösterilmeye başlanmıştır (Corey, 1996). Psikoloji, ilk kurulduğu yıllarda zamanın ruhunun etkisinde kalarak pozitivist ve materyalist bir anlayışla din ve manevi unsurları dışlamıştır. Bu durum kendisini 20. yüzyılın ikinci yarısına kadar hissettirmiş, daha sonra yeni psikoloji anlayışları (hümanist psikoloji, transpersonel psikoloji gibi) din ve manevi nosyonları bünyesinde barındırmıştır. Psikolojinin ve teolojinin bir kesişim alanı olarak pastoral psikoloji ve manevi danışmanlık alanları gelişmiştir. Manevi danışmanlık teknik manada psikolojik danışmanlıktan ayrı olmayıp danışandan hız alarak onun manevi unsurlarının danışmaya entegre edilmesi sürecidir. Bu kapsamda bu çalışma dine, maneviyata ve kültüre duyarlı danışmanlığın kuramsal alt yapısını incelemeyi amaçlamaktadır.

Çalışma iki makaleden oluşmaktadır. Birinci makale kültüre, dine duyarlı psikolojik danışmanlığın kuramsal yapısından bahsetmekte ikinci makale ise üniversite sınavına hazırlanan ve sınav kaygısı yaşayan öğrenciye yönelik olarak manevi danışmanlık anlayışıyla modifiye edilmiş uygulama örneğinden oluşmaktadır. Danışmanlık uygulamasında Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) kuramı esas alınmıştır. BDT duygu durum, anksiyete, kişilik bozuklukları, yeme bozuklukları, madde kullanımı, tik ve psikotik bozukluklarının tedavisinde kullanılan; yapılandırılmış, kısa süreli, bugüne odaklı ve direktifli bir psikoterapidir. BDT güncel problemlerin çözümüne, işlevsiz düşünce ve davranışları değiştirmeye odaklanır. Yine belli bir ruhsal bozukluğun tek bir davranışçı veya sosyal öğrenme prensibiyle değil davranışçı, sosyal öğrenme ve bilişsel perspektiflerin birlikte kullanılarak üstesinden gelinebileceğinin anlayışındadır.

BDT sorun çözme ve eylem yönelimli bir müdahale yaklaşımıdır (Özdel, 2015).

### **a. Kültüre Duyarlı Psikolojik Danışmanlık**

Kültürel çoğunluğun öneminin arttığı, küreselleşme tecrübesine rağmen yerel renk ve inanışların ön plana çıktığı bir dünyada psikolojinin ve psikolojik danışmanlığın şekillenmesinde dinin, değerlerin ve kültürün oynadığı rolün yeterli bir şekilde tanınabilmesi psikolojik danışmanlık sürecinin etkililiği için önemlidir (Sayar, 1998). Kültürün, psikolojik danışmanlıktaki kritik önemi yaklaşık elli yıldır profesyonel yardım mesleklerinin üzerinde odaklandığı konulardan biridir. Ruh sağlığı alanında kültürün bu öneminin ortaya çıkmasında sosyal yapısalcı yaklaşımın etkisi çok büyük olmuştur (Kağnıcı, 2013). Kültürü, insan haklarını, çok kültürlülüğü, çeşitliliği ve tinselliği kendinde barındıran ve postmodernizmin bir sonucu olarak ortaya çıkan sosyal yapısalcı yaklaşım, psikolojik danışma alanında da yeni tartışmalar başlatmıştır (Kararımak ve Aydın, 2007).

Sosyal yapısalcı yaklaşım temel birtakım varsayımlar üzerine kurulmuştur. Bu varsayımlar geleneksel psikolojik bakış açısı ile postmodern bakış açısı arasındaki farkın özünü oluşturmaktadır. Her şeyden önce sosyal yapısalcı yaklaşım, normal olarak kabul edilen her türlü bilgiye eleştirel bir tutumla yaklaşır. Buradan hareketle dünyayı algılayışımızı tarihsel olarak şekillendiren, dünya hakkındaki varsayımlara şüpheyle yaklaşmamızı engelleyen, geleneksel bilgiye savaş açmıştır. İkinci olarak sosyal yapısalcı yaklaşım dünyayı algılamakta kullandığımız dil ve kavramların tarihsel ve kültürel olarak öznel olduğuna inanır. Bilgilerimiz zaman ve kültürün şekillendirmesiyle sınırlandırılmıştır. Bundan dolayı bizim anlayış şekillerimizin diğer şekillerden daha iyi olması gibi bir şey söz konusu değildir. Üçüncü olarak sosyal yapısalcılar, insanoğlunun elde ettiği bilgi birikiminin, sosyal süreçler sonucunda yapılması nedeniyle bizim ‘doğru’ diye tanımladığımız günlük etkileşimlerin sonucudur. Bu nedenle bir insanın yaşamında ‘tek’ ya da ‘gerçek’ bir yol yoktur. Son olarak üzerinde uzlaşmaya varılmış kavrayışlar ya da sosyal yapılar farklı şekillerin çeşitli biçimlerde bir araya gelmelerinden ortaya çıkar. Bilgi ve sosyal davranış bir arada var olurlar (Corey, 2015: 475).

Sosyal yapısalcı yaklaşımın bu varsayımlarının 21. yüzyıl psikolojik danışma alanındaki yansımaları şöyle olmuştur: Birey odaklı terapi yaklaşımları, nicel ölçme yöntemleri, yorumlanabilir bilinçli insan davranışları, nesnel gerçeklik kavramları yerlerini sosyal kültürel değişmeyi hedefleyen terapi yaklaşımlarına, nitel yöntemlere, insan deneyimlerindeki

gizli kalmış yönlerin keşfedilmesini amaçlayan yaklaşımlara ve öznel gerçekliğe bırakmıştır. Mevcut psikolojik danışma kuramlarının, insan davranışlarını ve davranışları açıklamada kullanılan yöntemlerin birey ve toplumun değişen ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kaldığı görülmüş ve bu ihtiyaçları karşılayacak yeni bir üst kuram arayışı başlamıştır. Sosyal yapısalcı yaklaşım bu ihtiyaçlara cevap olacak bir kuram olarak ortaya çıkmıştır (Kararımak ve Aydın, 2007). Sosyal yapısalcı yaklaşımı model alan terapist, uzman rolüne sahip olmaktan çok iş birliğine dayalı bir pozisyon almaktadır. Terapötik süreç boyunca empati ve danışanla iş birliği içinde olmak, terapötik süreçte kullanılacak teknik veya değerlendirmeden daha önemlidir. Danışmada öyküsel süreçler ve dil süreçleri hem bireyleri anlamada hem de bireylerde istedikleri değişiklikleri yapmada temel noktadır (Corey, 2015). Metaforik anlatım yani benzetmelere dayalı anlatım ve öyküler yapılandırmacı kuramın önemle üzerinde durduğu başlıca iki temadır. Psikolojik danışma sürecinde metaforların ve danışan öykülerinin artan bir şekilde kullanılması, danışmanlık literatüründe sürekli vurgulanmaktadır. Çünkü metafor ve öyküler danışanın gelişiminde kolaylaştırıcı bir etkiyi doğurmaktadır. “Metaforik anlatımın psikolojik danışma sırasında dirençle başa çıkmada, yeni bakış açılarının sunulmasında, danışanın farkında olmadığı örtük anlayışların açığa çıkmasında, danışanın duygularını sembolize etmesinde ve duygularının farkına varmasında, önemli bir role sahip olduğu ileri sürülmektedir” (Kararımak ve Aydın, 2007: 93). Öyküsel terapi sosyokültürel bir yapı üzerine inşa edilmiştir. Bu yaklaşımı farklı kılan, farklı kültürlerden danışanlara verilecek uygun psikolojik danışma yöntemi olmasıdır. Modern yaklaşımların çoğu sorunların bireylerde var olduğu varsayımına dayanmaktadır ve içsel psişik süreçler üzerine odaklanmaktadır. Bu durumda farklı kültürel yapıdan olan bireylerle, gruplarla çalışmada sınırlı düzeyde yarar sağlamaktadır (Corey, 2015).

Modern yaklaşımların bu sınırlılığına ilaveten kültüre duyarlı danışma yaklaşımlarını benimseyenler başka eleştirileri de dile getirmektedirler. Örneğin Corey’e (1996) göre modern yaklaşımlar; önyargıları, değerleri ve insan davranışlarına ilişkin varsayımlarıyla farklı dünya görüşlerini temsil etmektedirler ve bütüncül bir bakış açısına sahip olmaktan uzaktırlar. Aynı zamanda farklı kültürden insanlar ve yaşlılar, farklı etnik ve dinî köken gibi özel danışan gruplarıyla yürütülen geleneksel danışmanlık uygulamaları da eleştirilmelidir. Çünkü danışma etkinlikleri beyaz, erkek, orta sınıf ve Batılı danışanlar için geliştirilmiştir. Bu nedenle de farklı ırktan, etnik kökenden ve kültürden gelen danışanlara uygulanması doğru değildir. Farklı kültürden danışman ve danışanların değer yargıları kültürel yönden önyargılı danışmanlığa neden olmakta ve bu da

danışmanlık uygulamalarında etkili olmada önemli engellerden birini oluşturmaktadır (akt. Koç, 2003). Uygulamalı bir bilim alanı olarak psikolojik danışmanlık spesifik bir kültürü ve sanayi devrimi ile toplumun modernleşmesi sonucu oluşan değerler grubunu temsil etmektedir (Fukuyama, 1990). Bu nedenle de Avro-Amerikan kültür ve tarihsel iklimine dayalı olarak ortaya çıkan psikolojik danışmanlık yaklaşımlarının, sözü edilen coğrafyanın kültürel dokusu ile insan, evren ve çevre algılarını yansıttığından her danışan için geçerli ve işlevsel olduğunu söylemek mümkün değildir (Altıntaş & Gültekin, 2014: 224). Yine Batı kültürünün değer yargılarının baskın bir şekilde görüldüğü psikolojinin, Batı normlarını yansıtmadığı durumlarda bireyi patolojik olarak etiketlemesi de ayrı bir tehlikedir (Erdur-Baker, 2007). Nitekim Almanya'daki bir Türk vatan-daşın, İslam dininde genelde Ramazan ayında camilerde ibadete kendini adayarak belli bir süre camiye kapanıp kendi kendisiyle hesaplaşması, günahlarını düşünmesi ve yaşamına çekidüzen vermeye çalışması amacıyla yapılan itikaf ibadetini evde yapmak istemesi, şizofreni tanısı almasıyla neticelenmiştir. Evde itikafa giren kişi, eve kapanarak kimseyle konuşmaması, çok az yemek yemesi nedeniyle eşinin başvurusu üzerine Almanya'da akut psikoz tanısıyla psikiyatri kliniğine kaldırılarak altı ay süreyle şizofreni tanısıyla tedaviye maruz kalmıştır (Göka ve ark., 1994).

Corey (2015: 59), çağdaş psikolojik danışma kuramlarının bireyselliği, kişinin bağımsız varlığını, olgun olmasının göstergesi olarak bireysel hareket etmesini önemsemekte, karar ve sorumluluk paylaşımında gruptan çok bireye değer verdiğini belirtmektedir. Bunun aksine Asyalı bir görüş, bireyselliği göz ardı ederek bireylerin birbirine bağlı olmasını ve kişinin kendini tamamen evrende kaybetmesi gerektiği üzerine odaklanmıştır. Bireysel tercih ve bağımsızlık gibi değerlerin tek doğru olduğunu ve evrensel uygulanabilirliği bulunduğunu kabul ettirmeye çalışmak oldukça tehlikelidir. Bu bağlamda Hindistan'da ya da Japonya'da benlik algısını ölçmeye dönük Batılı paradigmaya dayalı bir çalışmanın sonucunda bahsi geçen coğrafyadaki kişilerin benlik algılarının Batılılara göre düşük çıkması beklenen bir durumdur. Kuzey Amerika'da geliştirilen kişilik ve psikopatoloji yapıları sıklıkla kültüre bağlıdır ve beyaz, erkek, Anglo-Germanik, Protestan, eğitilmiş, orta üst sınıf değerleri yansıtmaktadır. Amerika'da geliştirilen öz saygı ölçekleriyle yapılan araştırmaları, kültürlerarası perspektifle ele alan çalışmalar bu ölçeklerden elde edilen puanların daima Uzakdoğululara oranla Amerikalıların özsaygılarını daha yüksek düzeyde gösterdiğini ortaya koymuştur (Altıntaş ve Gültekin, 2014, 224). Çin'de psikolojik açıdan sağlıklı bireylerin tanımlarında toplum ve aile sağlığı vurgulanmaktadır. Burada aile bireylerinin

sağlığı tüm aileyi ilgilendirdiği gibi bir bireyin hastalığı da tüm aileyi ilgilendirmektedir. Yine doğu terapilerine bakıldığında kişisel bir görüşe bağlanmak, kendi yolundan gitmek, önde olmaya çalışmak gibi bencil ve bireyci özellikler, nevrotik olarak kabul edilmekte ve kabul görmemektedir (Çelimli ve Güldal, 2016). Yine Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri'ni (Minnesota Multiphasic Personality Inventory-MMPI) dolduran Müslüman danışanların bazı alt ölçeklerden yüksek puanlar almaları, psikopatolojik bir durum anlamına gelmemelidir. Çünkü İslam inancına göre birinin ölüm üzerinde uzun uzun düşünmesi, gelecek hakkında kadederci olması, maddi dünyaya az ilgi göstermesi değerli uygulamalardır. Ancak bu pratikler, depresyonu ölçen alt ölçeklerden yüksek puanlar alınmasına yol açabilir. Fakat klinik açıdan bu puanlar anlamlı olmaz (Mahmood ve Ahmed, 2016). DSM IV'e göre depresif olarak tanımlanan bir duygu durumu, İran ve Hint kültürlerinde olgun ve saygın bir kişiliğin belirtisi olarak görülebilmektedir. Bazı toplumlarda da bir hastalık veya psikolojik bir belirti sayılmamakta, daha çok manevi iç görünün belirtisi olarak görülmektedir. Örneğin Kızılderililer arasında üzüntünün olumlu çağrışımları vardır (Cormier ve Hackney, 2014). Hatta pek çok dilde depresyon için bir sözcük bile yoktur (Sayar, 2000). Sayar (2000) "Eğer onun için bir kelime yoksa o var mıdır?" sorusunu haklı olarak sorabilmektedir. Kara, Sayar ve Saygılı (1997) depresyon-kültür ilişkisi ile ilgili çalışmalarında şu açıklamaları yapmaktadırlar: "Biyomedikal araştırmacılara göre depresyon, evrensel görümlü biyolojik kökenli bir hastalıktır ve nörobiyolojik temelleri yeni yeni anlaşılmalıdır. Bunun gibi saf biyolojik ya da psikolojik yönelimler bir tarafa bırakılırsa bugüne kadar depresyonun ağırlıklı olarak biyokimyasal ve psikososyal süreçlerin karşılıklı etkileşimlerinin bir sonucu olarak ortaya çıktığı genel olarak kabul görmüştür. Böyle kabullerle yola çıkılarak birçok araştırma yapılmıştır. Özellikle antropolojik çalışmalar depresyon konusunda hem duygu hem de hastalık olarak kültürler arası farklı yönlerle ilişkin veriler sağlar. Örneğin birçok Afrika toplumunda hastalığın ilk belirtisi hastanın yaşam özüne musallat olan kötü rüyalardır. Amerika yerlileri için ise ölmüş ataların sesini duymak doğal olarak kabul edilir ve bir hastalık işareti olarak değerlendirilmez. Depresyonla ilişkili bedensel yakınmalar açısından da kültürlerarası çarpıcı farklılıklar vardır. Nijeryalılar beyinlerinin bir bölümünde karıncaların gezdiğinden yakınırken Çinliler sinirlerinin yorgunluğundan ve kalplerinin sıkıştığundan yakınırlar." Yine örneğin Java'da kapıları çarpma ve kinle, kızgınlığın yüksek sesle, bağırarak dışa vurulma davranışından ötürü kişi ruh sağlığı hastanesine yatırılır çünkü Java'da bu tür davranışlar anormal olarak kabul edilmektedir. Java yerlilerinde sakin bir duygulanıma sahip olmak gurur verici bir durumdur



(Rahiem ve Hamid, 2016). Fakat aynı durum başka bir ülkede örneğin ülkemizde patolojik olarak görülmez en azından kişi hastaneye yatırılmaz. Psikolojik danışma sürecinde danışanın anlaşılması, problemlerinin tanımlanması ve terapötik ilişkinin oluşmasında kültürün etkililiği inkâr edilemez. Kültür, terapötik ilişkinin kurulmasında ve psikolojik danışmanın başarılı olmasında, danışanın özelliklerinden sonra en temel ve etkili faktördür (Erdur-Baker, 2007). Hubble, Duncan ve Miller (1999) 40 yıllık mesleki deneyimlerini değerlendirdiklerinde terapide değişimi belirleyen unsurlar olarak şunları sıralamaktadırlar: İlk olarak danışandan kaynaklanan özellikler %40, ikinci olarak terapötik ilişkiden kaynaklanan %30, üçüncü olarak beklenti, umut faktörü %15 son olarak teorik model ve kullanılan teknikler %15'tir (Akt.: Corey 2015: 594). Terapötik ilişki kurulmadığında en iyi psikolojik danışman, en yerinde yaklaşım ve teknikleri kullansa bile başarılı bir psikolojik danışma süreci ve sonucu sağlayamayacaktır. Bu ilişkinin kurulması ve etkili olmak içinde şüphesiz danışanı anlamak ve kabul etmek gerekmektedir. Şüphesiz danışan okyanus içinde bir ada olmadığı gibi kültür de insanlar ve olaylardan tecrit edilemez. İnsanların sahip oldukları inançlar değerler ve normlar ait oldukları kültürden, gruptan fazlasıyla etkilenir. Bireyler ait oldukları kültürün normlarını, inançlarını ve değerlerini kişiselleştirirler (Egan, 2011: 91). Danışanı şekillendiren kültürel unsurları, anlamanın yanında, şüphesiz psikolojik danışman da kendi dünya görüşünün farkına varmalı ve kendi dünya görüşüyle danışanın ne kadar farklı olursa olsun kendi dünya görüşünün tıpkı danışanda olduğu gibi şekillenme sürecini anlamalıdır. Bunu yapmadığı takdirde “kültürel hapsolme” olarak adlandırılan durumla karşılaşır. “Kültürel hapsolmede gerçeği bir dizi kültürel varsayım ve kalıp yargıya göre tanımlamak bireyler arası kültür farklılıklarını göz ardı etmek, kendi görüşünü tek gerçek olduğuna inanmak şeklinde tanımlanmaktadır” (Hackney ve Cormier, 2008: 9). Psikolojik danışman bu durumla karşılaştığı zaman danışman danışanın yaşadığı güçlükleri anlamadığı gibi sürecin başarıyla sonuçlanmasını da zora sokacaktır (Corey, 2015: 33).

Danışanın değerleri ve kültürü hakkında bilgi sahibi olarak duyarlı bir şekilde danışanı değerlendirmek, hem saygı ve empatinin tesisi için hem de samimiyet ve danışanı güçlendirmek için de gereklidir (Egan, 2011: 107). Ayrıca hangi psikolojik danışma kuramı uygulanıyor olursa olsun her psikolojik danışman, esas olarak danışan ve sosyal çevresi arasında olumlu bir ilişki, bir denge kurmaya çalışır, danışanın sosyal çevresi ile uyumlu bir birey olması için gayret gösterir. Bireyin en yakın sosyal çevresi aile ve arkadaş çevresi olduğuna göre o toplumsal çevrenin değer sistemleri ile uyumlu bir etkileşim ve iletişim süreci kültürden ayrı olarak

düşünülemez (Erdur-Baker, 2007).

Terapötik süreçte, danışanın sorununun tanımlanmasında, amaçlarının ortaya konmasında, müdahale tekniklerinin seçilip uygulanmasında ve danışan-danışman ilişkisinde kültürün etkisi göz ardı edilemez (Bektaş, 2006). Kültürel unsurların etkisi bireyin kendi oluşturdukları baş etme yollarının anlaşılmasında ve işlevselliklerinin analiz edilmesinde ve doğru seçeneklerin danışana sunulabilmesinde son derece önemlidir. Çünkü yerel normlara özgü geliştirilmemiş baş etme yolları her zaman işlevsel olmayacağı gibi normale dönmeyi de zorlaştırabilir. Bilişsel yapılar ve travmatik yaşantılar arasındaki ilişki araştırılırken oluşturulan bilişsel yapıların ve bu yapılarla dayalı yorumlamaların kültürden bağımsız olamayacağı da dikkat edilmesi gereken önemli bir noktadır. Başka bir deyişle bilişsel yapıların oluşturulması sürecinde kültüre özgü değer ve iletişim sistemleri etkili olmaktadır (Erdur-Baker, 2007).

Psikolojik danışmanların kültürel faktörlere önem vermesi terapötik ilişkinin kurulmasında anahtar rol görevi olan empatik anlayış için de önemlidir. Çünkü empati kurmak, danışan ve danışman arasındaki kültürel farklılıktan etkilenir zira empatik anlayış duygu durumlarının doğru anlaşılması ve anlamlandırılmasına bağlıdır. Araştırmalar danışanlara şans tanıdığına kendilerine benzer danışanlar ile çalışmayı tercih ettiklerini göstermiştir. Ancak benzerlik danışmanlığın başarısı için yeterli değildir. Burada önemli olan danışmanın kültürel farkındalığı ve yargılayıcı olmayan tutuma sahip olmasıdır (Erdur-Baker, 2007).

Sağaltım sürecinde danışan ve psikolojik danışman arasındaki rol dağılımında kültürün etkisi gözlenebilmektedir. Örneğin bireyi merkeze alan kültürlerde terapi süreci yapılandırılmamış, psikolojik danışmanlığın daha az yönlendirici olması tercih edilirken daha paylaşımcı kültürlerde örneğin Amerika'daki göçmen Müslüman ve Arap, Asyalı, Güney Amerikan kökenlilerde danışan yapılandırılmış bir süreç, daha direktifli ve yönlendirici bir psikolojik danışmayı tercih etmektedir (Amer ve Jalal, 2016: 109). Ülkemizde de görüldüğü gibi Batı danışma modellerine göre yetiştirilmiş bir psikolojik danışman, danışanı tarafından 'Ne yapmalıyım?' sorusuna net yanıt vermediği için eleştirilere maruz kalabilmektedir.

Danışanın kültürünün, psikolojik danışma sürecinin merkezinde olması uzun zamandır vurgulanmaktadır (Ansary ve Salloum, 2016: 170). ABD'de 1973 yılında yapılan Vail Konferansı kültürel çeşitlilik ve psikolojik uygulama tartışmaları ile kültüre duyarlı psikolojik danışmayı gündeme taşımıştır. 1977 yılında Sue ve Sue'nin "Etkili Kültürlerarası

Psikolojik Danışmanın Engelleri” isimli makalesi ile kültüre duyarlı psikolojik danışma yeterliliği, tartışılmaya devam edilmiş, 1982 yılında Gerald Wing Sue’nun önderliğinde Amerikan Psikoloji Birliği’nin 17. Bölümünün (Society of Consulting Psychology) eğitim komitesi, kültürlerarası psikolojik danışma yeterliliklerinin APA akreditasyon kriterlerinin içinde yer alması gerektiği belirtilmiştir. 1999 yılında APA’nın 17. ve 45. (Society For the Psychological Study of Culture, Ethnicity and Race) bölümleri, birliğin kültüre duyarlı hizmet ve eğitim bağlılığını göstererek kültüre duyarlı yeterlik kılavuzu hazırlamıştır. Kültürlerarası psikolojik danışmanın asgari düzeyde sahip olması gereken üç temel yeterliliği vardır: bunlardan ilki kendi değerleri, varsayımları ve önyargılarının farkında olmak, ikincisi farklı kültürlerle mensup danışanların dünya görüşlerini anlamak ve son olarak da farklı müdahale yöntemleri ve teknikleri uygulamak (Bektaş, 2006). Bunlardan danışanların dünya görüşünü öğrenmenin ve buna saygı duymanın danışmanlık sürecinde ilişki kurmada (raport) çok önemli olduğu vurgulanmaktadır (Sue, Arrendondo ve McDavis, 1992). Ayrıca bu üç yeterlik kendi içinde inançlar ve tutumlar, bilgi ve beceri olmak üzere ayrı boyutta ele alınmaktadır. Bu çerçevede psikolojik danışmanın, farklı kültürlerle sahip danışanlarla etkili bir şekilde yürütülebilmesi için danışanın farklı bir kültürel geçmişe sahip olduğunun kültürel farkındalığına sahip olunmalıdır. Var olan sorunlar bu bağlamda değerlendirilmeli, danışanı daha iyi anlayabilmek ve sorunlarını kavramlaştırmak için kültür bilgisine ve danışanların kültürlerine duyarlı uygun müdahale yöntemleri ve teknikleri kullanabilmek için de kültürel beceriye sahip olunması gerekmektedir (Kağnıcı, 2013).

Psikolojik danışmanlıkta etkili olabilmek için danışanın geçmişi, kültürü, inancı gibi bazı kavramları dikkate alan bir dili kullanmak gerekir. Maalesef ülkemizde danışanların dinî inançlarının danışmaya dâhil edilmesi tehlikeli olarak kabul edilmekte ve Batılı kuramcıların geliştirdiği danışmanlık kuramları kullanılmaktadır (Kararımak, 2004). Zengin bir kültürel mirasa sahip olmamıza rağmen sadece Batı penceresinden psikolojik danışmanlığı uygulamaya çalışmak başarı şansını düşürür. Her ne kadar psikolojik danışma ülkemizde Batılı eserler çerçevesinde kabul edilip öğretiliyor olsa da kendi kültürümüzün zenginliklerini ortaya çıkarılmalı ve pratikte kullanmalıyız. Danışmanlık pratiğini öğrenme, uygulama ve öğretme dönemlerinde modern terapinin kültürel mirasla entegrasyonunu sağlamak, aynı zamanda zengin kültürel mirasa sahip bu toplarlarda yetişmiş danışmanların bir sorumluluğudur (Ak, Eşen ve Özdemir, 2014).

## b. Dine Duyarlı Psikolojik Danışmanlık: Manevi Danışmanlık

Manevi danışmanlığı daha çok ahlak ve ahiret sorunlarından doğan değer problemleriyle ilgilenen bir yardım mesleği olarak kabul etmek ve onu, bu şekilde danışmanlık içinde özel bir alan olarak görmek yanlış bir anlayışın ürünüdür. Manevi danışmanlığın, psikolojik danışmanlığın genel anlam ve tekniklerinden ayrı olduğu söz konusu olmadığı gibi sadece dinî ve manevi sorunlarla ilgilenilen bir alan da değildir (Altaş, 2000; Ok, 2012; Koç, 2016). Manevi danışmanlık, psikolojik danışmanlıkla benzer olmakla beraber bu danışmanlıkta dinî ve manevi unsurlara daha çok yer verilmektedir. Bu danışmanlık sürecinde dinî motiflerden, sembollerden, şahsiyetlerden ve kıssalardan yararlanır (Şahin, 2017). Dinî danışmanlığın birçok kaynaktan farklı tanımları olduğu görülmektedir (Altaş, 2000). Meadow ve Kahoe (1984: 420)'ya göre manevi danışmanlık: "Felsefi ve ruhsal alanlardaki çatışmalardan veya güvensizlik ve şüpheden kaynaklanan sorunu yönetmek ve ona çare bulmak için uzmanlık eğitim ve öğretimi almış bireylerden oluşan, uzmanlık alanlarına ayrılmış, klinik uygulamanın meşru bir alanıdır". Schlauch (1985) ise manevi psikolojik danışmanlığı dinsel terimler aracılığıyla psikolojik, sosyolojik, teolojik ve etik çerçevede beden, zihin ve ruh üçgeninde bir bütün olarak verilen yardım aktiviteleri olarak tanımlamaktadır (Akt.: Çelimli ve Güldal, 2016). Amerika'daki manevi danışmanlığın mesleki uygulamaları için standartlar koyup gereksinimlerini belirleyen ana organizasyon, Amerika Dinî Danışmanlar Birliği'dir (American Association of Pastoral Counsellors-AAPC). AAPC'ye göre manevi danışmanlığın tanımı ise şöyledir: "Klinik ruh sağlığı uzmanları olarak, manevi inançlarını ve uygulamalarını terapötik süreçle bütünleştirerek dinî bir bağlılığı olan veya olmayan herhangi bir danışana hizmet vermektir". AAPC tarafından dinsel danışmanlık için tavsiye edilen dersler şunlardır: psikopatoloji, grup dinamikleri, kişilik ve kişilik gelişimi teorileri, terapi ve danışmanlık teorileri, davranış bilimlerinde ve teolojide araştırma yöntemleri, evlilik ve aile dinamikleri, uygulamalı klinik eğitimi. Bu derslerin ve uygulamaların saatleri de belirlenmiştir (AAPC, 2018b).

Altaş (2016: 108), dinî danışmanlık tanımlarının analizinde üç temel anlama biçiminden söz edilebileceğini söyler. İlk olarak manevi danışman olarak çevrilen dinî danışmanlık, geleneksel danışma süreçlerinin bir parçasıdır ve her türlü problemi, dinî problem açısından ele alır. Burada danışanla, danışmanın aynı inançtan olması önemli değildir. İkinci olarak dinî danışmanlık, dinî temsille doğrudan ilişkili olup dinî danışmanının üstlendiği rol, tanımların farklılaşmasının kaynağıdır. Burada

danışman din görevlisi rolü üstlenerek danışma süreçlerinde yer alır. Danışma ortamına getirilen problemin dinî nitelikli olup olmaması önemli değildir. Kiliseyi temsil eden din görevlisinin süreçte yer alması, danışma sürecini dinî danışmanlığa döndürmektedir. Üçüncü olarak da bireyin dinî inancının merkeze alındığı anlama biçimidir. Danışman danışanla aynı inanç ve değerlere sahiptir. Bu anlama biçiminde, inançlı bir insanın karşı karşıya kaldığı tüm problemlerde inanılan din ile ilişki kurularak problemle baş edilmeye çalışılır.

Ülkemizde manevi danışmanlık alanında yapılan çalışmalarda farklı kavramların kullanıldığı görülmektedir. Manevi danışmanlık alanında ilk çalışanlardan olan Ok (1997), “Dinî Danışmanlık” kavramını kullanırken Özdoğan (2006), dinî danışmanlığı pastoral yaklaşım olarak tanımlamaktadır. Ok (2008), sonraki yıllardaki çalışmasında, ‘inanç bakım ve danışmanlığı’ kavramının daha kapsayıcı olmasından dolayı kullanılması gerektiğini belirtmektedir. Ona göre, inançlı-inançsız ya da dindar-dinsiz ayrımı yapmamasından dolayı “inanç bakım ve danışmanlığı” kavramının kullanılması daha uygundur. Söylev (2014) ve Şirin (2014) ise dinî danışmanlık ve rehberlik kavramını kullanmış olup dinî danışmanlığı, psikoterapi ile dinî, manevi unsurların birleştiği bir danışmanlık disiplini olarak kabul etmişlerdir. Belen (2014) manevi danışmanlık, Karagül (2012) ise manevi bakım kavramını kullanmıştır. Karagül’e (2012) göre manevi bakım; hayatın zor ve anlamının değiştiği zamanlarda, hayata ve varlığa anlam verme ve insanlara inançları doğrultusunda profesyonel bir tarzda yardım, danışmanlık ve rehberlik yapmaktır. Karagül’e göre manevi bakım sadece manevi sorunlar olduğu zaman işe koşulması gereken bir alandır. Koç’a (2012) göre manevi danışmanlık; psikoloji, psikiyatri, psikolojik danışma ile teoloji alanlarını kapsayan disiplinler arası bir yaklaşım olup din psikolojisinin bir alt alanı olarak değerlendirilmelidir. Apaydın (2016: 72)’a göre ise manevi danışmanlık ister dinî ister din dışı olsun, danışmanlık alanı içindeki tüm problemlerle ilgilenen ve psikolojik danışmadan farkı danışanın rolünden kaynaklanan bir yardım mesleğidir. Tüm bu tanımlamalardan hareketle manevi danışmanlık, hayatlarında dinî ve manevi değerlerin önemli yer aldığı danışanlara, dinden yararlanarak ve sürecin içine psikolojiye ilişkin teorileri de katarak daha iyi ve etkili hizmet verme etkinliği olarak tanımlanabilir (Çelimli ve Güldal, 2016).

Liddell (1984), manevi danışmanların sadece dinî olan problemle ilgilenmesini bir sınırlama olarak görür. Ona göre manevi danışmanlık ve rehberlik, dinî bir kurum niteliği taşımış olsa da psikolojik danışman-

lıktan uzaklaşmaz. Manevi danışmanlık ve rehberlik, danışmanlığın kapsadığı alanların bir kısmı ile ilgilenip bir kısmını alan dışında bırakmaz. Dinî alan içindeki sorunları de salt dinî sorun olarak incelemeyiz. Her manevi danışman, kendisine getirilen soruna, danışanın kendisi için belirlediği yardım kaynağı açısından yaklaşır ve danışana yardım eder. Bu yardım, dinî sorun açısından olabileceği gibi din dışı bir sorun açısından da olabilir (Akt.: Altaş 2000). Ok (2015: 36), danışmanlık kelimesinden kastedilenin, psikolojik danışmanlık olduğunu ve manevi danışmanlık ve rehberlik ile aslında dinî psikolojik danışmanlığın ifade edildiğini belirtmektedir. Söz konusu olan temelde bir psikolojik danışmanlıktır. Dinî sıfatı ise psikolojik danışmanlıkta dinî ve manevi inançların, dikkate alınarak uygulanmasını ifade etmektedir. Manevi danışmanlığın psikolojik danışmanlıktan farklılığı danışan ya da problemlerden değil danışmanın rolünden ve psikolojik danışmanın dinî ve manevi materyallerin dikkate alınarak gerçekleştirilmesinden kaynaklanmaktadır (Söylev, 2014).

Manevi danışmanlık da tıpkı psikolojik danışmanlık gibi Batı, Hristiyan kültürü ve geleneklerinden doğmuştur (Ok, 2012: 4). Kilisenin yüzyıllardır sürdürdüğü itiraf ve günah çıkarma uygulamasının dinî danışmanlığın temeli olduğu söylenebilir (Şirin, 2014). İtiraf müessesinin asıl amacı dinsel kuralları pekiştirmek, bireyin Hristiyanlığa olan inancını kuvvetlendirmektir. Fakat 21. yüzyılda papazla kişi arasında geçen bu itiraf ilişkisindeki psikolojik faktörler, din adamlarının dikkatini çekmiştir. Bu ilişkilerin daha bilimsel yürütülmesi gereği anlaşılmış ve dinsel danışma psikoloji (Pastoral Psikoloji) alanı doğmuştur. İtiraf müessesindeki bu psikolojik işlevi, daha etkili ve bilimsel bir şekilde yürütebilmek için kiliseler son 40 yıldır din adamlarının klinik ve danışma psikolojisi alanlarında yetişmesine daha çok önem vermeye başlamışlardır (Ok, 1997).

Dinî ve manevi danışmanlık teoloji ve psikoloji, psikiyatri gibi davranış bilimlerinin bir araya gelmesiyle ortaya çıkan ruh sağlığıyla ilgili bir alandır (Şirin, 2014: 36). Psikologlar uzun süre insan davranışları hakkında oluşturdukları teorilerde manevi, dinî alanı ya dışta tutmayı tercih etmiş ya da öncülüğünü Freud ve takipçilerinin yaptığı dinin ruh sağlığına olumsuz yönde etkide bulunduğu varsayımını kabul etmişlerdir (Aydın, 2004). Fakat günümüze geldikçe psikologların dine yönelik bakış açıları pozitif yönde değişmiş ve hatta bazı psikologlar, din adamlarını ruhsal sağlığı koruma hareketinin ilk halkası olarak kabul etmişlerdir (Karaca, 2011: 240). Bir dargın bir barışık kardeşler olan din ve psikoloji (Köse ve Ayten, 2015: 7) arasındaki barışın bir sonucu olarak Avrupa ve

Amerika'daki psikiyatri eğitiminde, akademik çalışmalarda, klinik tedavide din ve maneviyat üzerinde ciddi bir şekilde durulmaya başlanmıştır (Yapıcı, 2013). Tıp fakültesi ve psikoloji bölümlerinde manevi danışmanlıkla ilgili dersler yer almıştır (Köylü, 2010). Maalesef ülkemizde aynı gelişmelerden bahsedilememekte, özellikle psikolojik danışmanlıkta “dinin özel konumundan ötürü insanın tinsel yönünün psikolojik danışma uygulamalarının içine girmesi politik yönden oldukça tehlikeli ve riskli” (Kararmak, 2004) olarak değerlendirilmektedir.

Manevi danışmanlık, bir yardım etme etkinliğidir. Burada esas olan bireyin teolojik içsel referans çerçevesine özel bir atıfta bulunarak psikolojik etki oluşturacak bir yardım çalışması yapmaktır. Foskett ve Jacobs (1994)'a göre manevi danışmanlık insanla bir bütün olarak ilgilenerek bireye uygun ise onun aşkın olanla ilgili kendi anlamını bulmasına ve onunla ilişkisine yardımcı olmaktır (Akt.: Ok, 2012). Manevi danışmanlık, sadece inanç ve ruhsallık konularını içermez, yardım arayanların tüm problemleri ve acıları konusunda konuşurken hem psikolojinin hem de ruhsallığın zengin geleneklerinden faydalanır. Psikolojik yeteneklerin inançla ve ruhsallıkla entegre edilmesini bünyesinde barındırır (Amer ve Jalal, 2016). Danışanlarına herhangi bir ideoloji, inanç veya teolojik bir sistem empoze etmez. Manevi danışmaya gelen kişinin ille de belli bir dinî geleneğe bağlı olması gerekmediği gibi problemlerinin dinî olmasına da gerek yoktur. Danışmaya gelen kişilerin sorunları, kişisel ilişkilerinden kaynaklanan sorunlar olabildiği gibi sıkıntı, kaygı, stres yaşayanlar, ölüm, anlamsızlık, günahkârlık vb. sorunlar da olabilir. Bu tür konular hem psikolojik danışmanlığın hem de teolojinin ortak konularıdır. Teori ve teknikler bakımından tek yönelimli olmayan manevi danışmanlık; teknik, beceri ve kuramlar bakımından diğer psikolojik danışmanlık modellerinden farklı değildir. Bununla birlikte, manevi danışmanların kendilerini dinî geleneklerin veya kullandıkları danışmanlık kuramlarının ve belirli psikolojik danışma modellerinin dar veya dışlayıcı yorumuna takılıp kalmamaları önerilmektedir (Ok, 2012).

Manevi danışmanlıkta terapötik süreç, dinî ve manevi kaynaklar tarafından şekillendirilir. Fakat burada danışanın yaptıklarını helal-haram, caiz gibi kategorilerle sıkıştırmak danışmanı din adamı statüsüne yerleştirir. Manevi danışman, dinî öğretileri yeri ve zamanı geldiğinde kullanmalı ve dinî konular ancak danışanlar tarafından gündeme getirildiği zamanlar konuşulmalıdır. Manevi danışmanlık, danışmanlık tekniklerini dışlayıcı biçimde İslami ya da başka dinsel değerlerin hâkim olduğu ya da vurgulandığı bir görüşme demek değildir. Manevi danışmanlık,

başta dinsel kaynaklar olmak üzere yerel coğrafyanın kültürel zenginliklerinin sağladığı değerlerden yararlanarak dinsel ve varoluşsal konularla üst düzeyde bir inanç olgunluğu ve gelişimi ile empatik biçimde ilgilenmeyi ifade eder. Danışanın dinsel değerlerine saygıyı vurgular. Böylece dinî ve manevi geleneklerin insan hizmetine yönelik gizil güçleri ortaya çıkarılır ve uygulamaya sokulur. Dinsel ve varoluşla ilgili coğrafi değerler o coğrafyayı paylaşan insanlarla paylaşımına açılmış olur. Manevi danışmanlık yukarıda tanımlandığı biçimde insanın yaşama yönelimi çerçevesinde gelişen uyumsuzluklarla ilgilenen bir yaklaşımı içerir (Ok, 2008).

Din, insanların genelinin hayatında yer almaktadır. Buradan hareketle manevi danışmanların, bireylerin hayatlarının önemli bir parçası olan dinden faydalanarak onlara yardım etmeleri gayet doğaldır. Fakat bunu yaparken psikolojiyle ilgili teorik bilgileri de yadsımadan ve bunları dinî bilgilerine katarak danışanlarına hizmet vermeleri daha uygundur. Bu açıdan bakıldığında manevi danışmanların konuyu sadece dinsel açıdan görmedikleri; ancak dinin ve maneviyatın da insan hayatının önemli bir parçası olduğunu bilerek ve psikoloji alanındaki gelişmeleri takip ederek hizmet verdikleri söylenebilir (Özen, 2010). Başka bir ifadeyle manevi danışmanlar teoloji ve psikolojiyi entegre ederek çalışmaktadırlar. Burada vurgulanması gereken nokta manevi danışmanların psikolojik yardımın temel ilke ve tekniklerini bilmelerinin gerekliliğidir (Şirin, 2014).

Manevi danışmanlık, bir dindarlaştırma ya da belirli bir dinî aşılamanın yöntemi değildir. Manevi danışmanlar dinî değerlere açık olarak gelen, herhangi bir önyargı olmadan dinî değerleri öğrenmeye istekli olan ve onlarla yaşamını anlamlandırabileceğini düşünen, yaşantısında dinsel değerleri dikkate almaya niyetli olan bireylerin ya da grupların problemlerini, onların dinsel bakış açısından ele alabilir. Manevi danışmanlık dinsel gelenekten olmayanların problemlerine de dinî bir ortamda yardım teklif etme potansiyelini taşır. Hem danışan hem de danışman tarafından inanç sembolleri konusunda yapılacak yorumların bireyin ruhsal ve sosyal sağlığı ile uyumlu olup olmaması birinci derecede öneme sahiptir. Manevi danışmayı klasik danışmanlıktan ayıran en önemli faktör, teolojik boyuta önem verme ve insanların yaşama yönelimlerini dinî boyutun da etkilediğini düşünmedir. Hem dinsel hem de dinsel olmayan geleneklere ve hem dinsel yönelime önem verenlere hem de vermeyenlere uyarlanabilir özelliği bulunmaktadır. Ülkemiz gibi çoğunluğu Müslüman ülkelerde halkın inancına bağlı beklentisine uygunluk gösterir. Bilişsel, gelişimsel boyuta önem verir. Kişinin yaşamı an-



lamlandırılmada kullandığı değerleri dikkate alır ve bunu gerektiğinde iyileşmek için araç olarak kullanır (Ok, 2008).

### **b.a. Manevi Danışmanlığın Tarihsel Gelişimi**

Dinî ve manevi danışmanın tarihi çok eskilere dayanmasına rağmen bilimsel ve klinik bir alan olarak ortaya çıkmasının yakın bir tarihi vardır. Daha çok ahlak ve ahiret problemleriyle ilgilenen bir yardım mesleği olarak görenler olduğu gibi onu psikolojik danışmanlık içinde özel bir alan olarak kabul edilmesinin yanlış olduğunu kabul edenler de vardır (Söylev, 2014). Manevi danışmanlığın insan bütünlüğünün manevi boyutuna dair farkındalığın gelişmesinde gösterdiği çaba, çok önemli bir konuma sahiptir. Tarihi süreçte terapötik amaç için dinî ve manevi değerlerin önemini vurgulamak açısından bir analist ve terapötik teori geliştiricisi olan Jung'un katkıları manevi danışmanlık tarihinde temel bir yapı taşıdır. Yine psikoloji tarihinde etkili bir yeri olan Maslow'un kendini gerçekleştirme teorisi çoğu psikolog ve psikiyatrist tarafından manevi gelişim ile aynı anlamı içerdiği kabul edilir. 20. yüzyılın başında etkili bir psikolog olan ve ilk din psikoloğu olarak kabul edilen James'in dinî tecrübeyi gelişme düzeyinin bir ifadesi olarak incelemesi, psikolojik ve manevi sağlığın ayrılmaz doğasına inanan psikiyatrist Menninger'in, psikolojik ve teolojik disiplinlerin bütünleşmesinde öncü olan çalışmaları, manevi danışmanlığın gelişmesinde önemli kilometre taşlarıdır (AAPC, 2018). Yine Peck'in, çok satan ve Türkçe'ye 'Az Seçilen Yol' olarak çevrilen 'The Road Less Traveled' kitabında dinin bireyin gelişiminde ve dünya görüşünün bilinmesinde kilit rolünü vurgulaması ve psikiyatristlerin dinî konularda şimdi olduklarından daha fazla gelişmek ve bilgilenmek için çaba göstermeleri gerektiğine yönelik açıklamaları, manevi danışmanlık alanının gelişmesinde önemli noktalar (Peck, 2015).

Freud'un din karşıtı bir tutumu olmasına rağmen onun çalışmaları Avrupa ve Amerika'daki din adamlarının dikkatini çekmişti. İsviçreli bir papaz olan Oskar Pfister insanın gelişiminde psikanaliz ile dinin iyileştirici gücünü bir araya getirmeye çalışanların ilkiydi. Pfister, Freud'un dinin saplantı nevrozlarına neden olduğu görüşünün tam karşısında durarak dinin insanı nevroza karşı koruduğunu belirtiyordu (Köse, 2012). Gerkin (1997); Pfister'in, Freud'un bu çalışmalarının etkisiyle psikanalitik yönelimli dinî danışma sitilini ilk başlatanlardan olduğunu belirtir. Amerika'da ise W. Wundt ve Gustav T. Fechner danışmanlığında doktora çalışmasını tamamlayan ve papaz olan Elwood Worcester, Freud'un teorileri ve kendi görüşlerine dayalı psikolojik iyileşme teknikleri geliştirmiştir. 1906 yılında Boston'daki Emmanuel Psikoposluk Kilisesi'nde

uygulanmaya başlanan bu teknikler, ilk pastoral uygulamalar sayılmaktadır. Emmanuel Hareketi olarak tanınan grubun kurucusu olan Worcester, insanların psikiyatrik ve nörolojik bazı problemlerinin tedavisinde psikoloji ile dinin iyileştirme tekniklerinin entegre edildiği bir model uygulamıştır (Akt.: Söylev,2014).

Manevi danışma faaliyetlerini bilimsel bir yaklaşımla ele alan ilk psikolog Amerikalı Anton T. Boisen'dir. Boisen 1926 yılında yayınladığı "Teolojinin Metotları ve Görevi" adlı eserinde manevi yönden insanları anlamının yollarını göstermiştir. Boisen insanlara yardımda bulunmanın ancak bireyin gelişiminin, kişiliğinin ve yaşam kurallarının bilinmesi ile mümkün olduğunu belirtmiştir. Papazların itiraflara muhatap pasif dinleyiciler olmaktan çıkıp insanları ruhen rahatlatma, huzura kavuşturma, kötülöklere karşı tavır geliştirmelerini sağlama gibi görevleri yapan manevi danışmanlar olmaları gerektiğini ifade etmiştir. Bunları yapabilmek için de papazların yetiştirilmesinde din bilimleri dışında insan bilimlerine özellikle de psikolojiye ağırlık verilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Boisen'in 1925'te küçük gruplarla başlattığı klinik pastoral eğitim çalışmaları neticesinde 1967 yılında, Klinik Pastoral Eğitim Birliğı (The Association for Clinical Pastoral Education-ACPE) kurulmuştur (Cebeci, 2010).

Dinî ve manevi danışmanlık alanının gelişmesinde etkili olan diğerk psikologlar ise teolojik bir eğitim almış Rogers ve May'dir. Rogers tarafından geliştirilen birey merkezli yaklaşım metotları, 1950 ve 1960'lı yıllar boyunca yüksek ilgi görmeye devam etmiş ve bu ilgi pastoral danışmanlık alanına da yansımıştır (Gerkin, 1997). Psikanalitik ve birey merkezli yaklaşımlar pastoral danışmanlığın olgunlaşp bir disiplin olmasında büyük bir etkiye sahiptir. 1980'li yıllardan itibaren hızla gelişen manevi danışmanlık alanı bütüncül, sistematik, gelişimsel, çok kültürlü ve çok boyutlu bir disiplin olma yolunda ilerlemektedir. 1963 yılında kurulan Amerika Dinsel Danışmanlar Birliğı (AAPC) dinsel danışmanlık için standartlar koyan mesleki bir topluluktur. AAPC, 1500'den fazla Pastoral Danışman için mesleki uygulama standartlarını temsil eder ve bu standartları belirler. Yakın zaman çalışmalarına bakıldığında 1979 yılında İskoçya'da; 1983 yılında San Francisco'da; 1987 yılında Avustralya'da; 1991 yılında Hollanda'da; 1995 yılında Toronto'da; 1999 yılında Gana'da yapılan uluslararası manevi danışmanlık temalı akademik toplantılar, bu alanda çalışan akademisyenleri bir araya getirmekte ve alana yön vermektedir. Günümüzde, pastoral psikoloji ve danışmanlık ile ilgili akademik yayınlar arasında 'Journal of Pastoral Care & Counseling', 'Pastoral Care in Education', 'Pastoral Psychology' vb. dergiler yer almaktadır (Acar,

2018).

Ülkemizde manevi danışmanlık ile ilgili yapılan çalışmaların sayısının son yıllarda arttığı gözlenmektedir. Belen (2014), manevi danışmanlık çalışmasında manevi danışma sürecinde bibliyoterapi tekniğinin etkililiğini incelemiş ve bu tekniğin dinî başa çıkma, Allah tasavvuru ve stres üzerindeki etkilerini deneysel olarak araştırmıştır. Söylev (2014), manevi danışma ve rehberlik hizmetlerinin Türkiye’deki alanları, imkânları ve yöntemlerine yönelik kuramsal temelleri ile Diyanet İşleri Başkanlığı’ndaki uygulamalarını din psikolojisi açısından incelemiştir. Şirin (2013), bilişsel davranışçı psikoterapi yaklaşımıyla bütünleştirilmiş bir dinî danışmanlık modeli önerdiği çalışmasında, bu modelin üniversite öğrencilerinin kaygı durumlarını azalttığını bulgulamıştır. Koç (2016), tarafından yapılan ve 6 vaka çalışmasından oluşan “Manevi-Psikolojik Danışmanlık” isimli eser Edinburg’teki Türk göçmenlerin psikolojik problemlerinin dinî ve manevi yöntemlerle, bibliyoterapiyle baş etmesiyle ilgili deneysel bir çalışmadır. Şahin (2017) “Manevi Bakım ve Danışmanlık” adlı eserinde Almanya’daki manevi danışmanlık alanındaki teorik ve uygulamalı çalışmaları incelemiştir. Acar (2018) psikolojik danışma sürecinde bireyin dinî kaynaklarından beslenmesinin etkililiğini üniversite öğrencileri üzerinde deneysel yöntemlerle göstermeye çalışmıştır.

Ülkemizde manevi danışmanlık alanı açısından önemli çalışmalarından biri de 24 Mayıs 2012 tarihinde Ankara’da gerçekleştirilen ‘I. Ulusal Din Psikolojisi ve Manevi Bakım Çalıştayı’dır. Çalıştayda manevi bakım uzmanının görev tanımı, çalışma alanları, manevi bakım uzmanı yetiştirme programının belirlenmesi ve manevi bakım uzmanlarının karşılaşabileceği sorunlar ve çözüm önerileri tartışılmıştır. Yine bir diğer önemli çalışma ise ‘Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongreleri’dir. Birincisi Nisan 2016 yılında İstanbul’da gerçekleştirilen kongrenin ikincisi Kasım 2018 tarihinde gerçekleştirilmiştir. Ülkemizden ve yurt dışından onlarca tebliğin sunulduğu ve dinî danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin kullanıldığı ve kullanılabileceği alanlar gündeme alınarak tartışılmıştır. Kasım 2016’da yapılan kongrenin bildirileri Ayten, Koç ve Tınaz (2016a; 2016b) tarafından kitaplaştırılmıştır.

### **b.a. Psikolojik Danışmada Din ve Maneviyatın Kullanımı**

Psikoloji her ne kadar ruh bilim diye çevrilse de ruh bilim kavramının psikolojinin bugünkü konusunu anlatmadığı genel olarak kabul edilmektedir (Baymur, 1990). Psikoloji, felsefe gibi akıl ve ahlâk bilim geleneğinde doğmuş (Vergote, 1999) tabii bilimlerin bir parçasıdır. Bu nedenle psikoloji ve din başlangıçta ayrılmaz bir şekilde birbirine geçmiş

haldeydi. Ruh, maneviyat ve inanç gibi kavramlar felsefe disiplini içinde yer alan ilk dönem psikolojinin çalışma alanlarını oluşturan parçalar. Fakat daha sonra pozitivist düşüncenin ve psikolojinin ortaya çıktığı dönemdeki zamanın ruhunun (zeitgeist) etkisi ile dinî dışlayan bilimlerin kerhanına psikoloji de katılmış, bilimsel olma çabası içerisinde kendini dinden uzak tutmaya başlamıştır (Aydın, 2004).

Din psikolojisinin, psikolojinin diğer alanlarına yeni bilgi, veri ve profesyonel aktivite sağlayan güçlü, önder bir araştırma alanı olarak belirginleşmesiyle birlikte din ve psikoloji arasındaki buzların erimeye başladığı söylenebilir (Emmons ve Poloutzion, 2003). Özellikle klinik uygulamalarla din ve psikoloji arasındaki ilişkiyi doğrulayan ve dinin ruhsal-fiziksel sağlığa katkılarını ortaya koyan araştırmaların artması, din ve maneviyatı tekrar psikolojinin inceleme konusu yapmıştır. Din psikolojisi alanında deneysel araştırma sonuçları göstermiştir ki dindarlık, ruh sağlığını etkileyen önemli risk faktörlerini azaltmaktadır. Yine deneysel araştırmalar dinin; bireylerin hem sağlam, dirençli, mutlu, yaratıcı ve fiziksel olarak sağlıklı olmalarına hem de daha pozitif olmalarına katkı sağladığı tespit edilmiştir (Shafranske, 2013).

Din ve maneviyatın ruhsal ve fiziksel sağlık üzerindeki olumlu etkileri onların, psikolojik danışmanın ilişki, süreç ve sonuçlarını etkileyen önemli bir kültür unsuru ve başa çıkma faktörü olarak kabul edilmesini de sağlamıştır (Gladding, 2015: 117). Böylece din ve maneviyat, psikoloji ve psikolojik danışmada çok kültürlülükten sonra beşinci boyut olarak kabul edilmiştir (Kararımak, 2004). Din ve maneviyat beşinci boyut olmadan önce psikoloji dünyasının öncü isimleri arasında gösterilen Jung, Frankl, Maslow, May psikolojik danışmada maneviyatın önemini vurgulamışlardır. Örneğin Jung (2010), yeri geldiğinde hastaya faydalı olacaksa farklı bir inanca sahip olsa bile hastanın din adamına sevk edilebileceğini belirtmiştir. Yine Jung (1933), bireysel gözlemlerine dayanarak dinin insanları rahatsızlıklarından kurtaran bir yol olduğunu şu sözleriyle ifade etmiştir. “Otuz beş yaşını geçen hastalarımın hepsi, problemlerinin çözümünde son çareyi, hayatlarına dinî bir bakış açısı kazandırmakta bulmuşlardır.” (Akt.: Crapps, 2013). Jung (1933)’a göre dinler çoğu zaman birer psikoterapi sistemi gibi işlev görmüşlerdir. Bu açıdan bakıldığında dinler; ruhsal problemlerin ortadan kalkmasında nihai bir çıkış yolu işlevi görmektedirler (Ayten, 2012).

Günümüzde psikolojik danışmada maneviyatın önemi üzerinde giderek artan bir vurgu kendisini göstermektedir. Danışmaya gelen birçok insan için maneviyat ve din yaşamlarının önemli yönlerini oluşturmaktadır. Young vd., (2000) yaptıkları anket araştırmasına katılanların

üçte ikisinin benzer dinî inanç ve değerlere sahip psikolojik danışmanlara gitmeyi tercih ettiklerini belirtmişlerdir (Akt.: Gladding, 2015). Gladding (2015: 119), Amerika’da psikolojik danışma sürecinde din ve maneviyata yönelik tutumların değişmesinde etkili olan üç faktör saymaktadır. Buna göre ilk olarak Adsız Alkolikler [Adsız Alkolikler: “Alcoholics Anonymous (AA) olarak bilinen ve iyileşme sürecinde inancın ve maneviyatın rolüne büyük önem veren bu kurum 12 basamaklı bir program uygulamaktadır. Kurumun uyguladığı yöntem Amerika’da çok sık kullanılan bir müdahale şeklidir. Amerika’da birçok insan bu programdan yararlanmaktadır. Bu 12 basamaklı program dinsel bir gelenekte ortaya çıkmıştır ve manevi prensiplere dayalı olarak devam etmektedir. Hastalara Yüce Bir Güç’ün yardımına güvenmeleri gerektiği telkin edilir. Hatta ateist alkoliklerin bile kurumun tedavi yönteminden istifade ettiği ifade edilir.” (Aydın, 2004)], Alkoliklerin Yetişkin Çocukları vb. on iki adımlı programların maneviyat hakkındaki yayınları. İkinci olarak geleneksel psikoterapi ve din arasındaki boşluğu dolduran Scott Peck’in başta Türkçeye “Az Seçilen Yol” olarak çevrilen kitabı, diğer kitap ve yazıları. Üçüncü olarak da karşılaştırmalı mitoloji ve karşılaştırmalı din alanlarında tanınmış Amerikalı mitolojist Joseph John Campbell’ın kitapları ve Bill Moyers ile yaptığı röportajlarından oluşan film serisi olmuştur [Mitoloji uzmanı ve yazar Joseph John Campbell, 1985’te George Lucas’ın Kaliforniya’da bulunan Skywalker Çifliği’nde muhabir ve fikir insanı olan Bill Moyers ile söyleşi için bir araya gelir. Bu söyleşi bir yıl sonrasında New York’taki Amerikan Doğa Tarihi Müzesi’nde uzunca bir söyleşinin başlangıcı olur. Bu söyleşi neticesinde 24 saatlik ham görüntü, Campbell’ın ölümünden hemen sonra, birer saatlik altı bölüm halinde hazırlanarak 1988’de PBS kanalında yayınlanır ve televizyon tarihindeki en popüler serilerden biri olur. Moyers ve PBS ekibi, söyleşinin televizyonda yayınlanmayan, düzenlenmemiş halinin dörtte üçünün içerik bakımından çok zengin olduğunu, bu yüzden koruma altına alınmayı ve kamuoyuna sunulmayı hak ettiğini düşünerek yayından hemen sonra, söyleşinin transkripsiyonun tamamını “The Power of Myth” adıyla yayınlar. Eser Türkçeye “Mitolojinin Gücü” adıyla 2007 yılında Zeynep Yaman çevirisiyle MediaCat yayınlarından çıkar. Bu eser Joseph Campbell’in maneviyat, psikolojik arketipler, kültürel mitler ve benliğin mitolojisi hakkındaki görüşleri üzerine oluşmuş bir eserdir. Kitap, insan deneyimi üzerine bir bilgelik kaynağı olarak nitelendirilir. Felsefesini “Size mutluluk veren şeylerin peşinden gidin.” sözüyle özetleyen Campbell’a göre insanlığın en büyük suçu “yeterince tetikte ve farkında olmamaktan kaynaklanan dikkatsizlik”tir (Yıldırım, 2017; Sümer, 2014)]. Gladding (2015) bu üç büyük çekime Amerika Psikolojik Danışma Birliği’nin

(ACA) bir kolu olan ve kendini psikolojik danışmada maneviyatın yerini keşfetmeye adanmış Psikolojik Danışmada Manevi, Etik ve Dinî Değerler Birliği'ni (Association for Spiritual, Ethical, and Religious Values in Counseling-ASERVIC) de eklemektedir. ASERVIC 1995 yılında "Maneviyat Üzerine Bir Zirve Toplantısı" düzenleyerek psikolojik danışma mesleğini etkileyen manevi ve dinî konular üzerine dokuz yetkinlik alanı oluşturmuştur. Bu yetkinlikler psikolojik danışman eğitimi programları içerisine özümsetilmiştir. Danışmada ilerlemeye destek olmak için danışan değerlerinin kullanımı, maneviyat ve dine bakışta önemli bir merkez olmuştur

Yine son on yılda Amerikan Psikoloji Birliği'nin (APA) sağlıktaki din ve maneviyatı konu alan, tıbbi pratiklere yer veren bir dizi kitap yayınlaması, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nın (DSM) dine ve maneviyata bağlılığın, normal yaşamda hastalığa neden olan faktörlerden korunmada önemli olduğunu kabul etmesi, psikolojik danışmada din ve maneviyatın önemini ortaya koymaktadır (Oman ve Thoresen, 2013). Din ve maneviyatın dâhil edilmediği bir psikolojik danışma süreci danışanın yaşamının önemli bir kısmının ıskalanması anlamına gelmektedir (Young, Wiggins-Frame ve Cashwell, 2007). Bu sebeple psikolog ve psikolojik danışmanlar dinin ve maneviyatın iyi oluşturmaya oynayacağı rolü kabul etmeye başlamışlardır. Danışma sürecinde manevi bakışı dikkate almak, danışanın problem ve engelleri ile yüzleşmelerinde yardımcı olduğu gibi danışanın yaşamı nasıl algıladığını ve yaşamla nasıl etkileşime girdiğini belirlemede de önemli rol oynar. Danışanın manevi dünyasını bilmek, danışan hakkında birçok bilgi verecektir. Danışanın manevi dünyası iyileşme sürecinde de tamamlayıcı bir nitelik taşır (Haque ve Kamil, 2015). Danışanların dinî ve manevi düşünceye sahip olması danışmanın, danışanlarla daha duyarlı ve empatik olmasını sağladığı gibi danışmanlıkta hangi manevi araçların yararlı olacağı konusunda katkılar sağlar.

Danışmanlık sürecinde kullanılacak dinî, manevi müdahaleler ve kaynaklar danışmanın kişisel inancından etkilenmemelidir. Burada daha çok danışanın hayatındaki dinin rolü ve fonksiyonuna dikkat edilmeli, danışanın rızası dâhilinde ve danışmanın yeterlilik alanı içerisinde olmalıdır. Psikolojik danışmaya entegre edilecek dinî ve manevi müdahaleler tedavinin amaçları ve görevleriyle uyum içinde olmalıdır. Dinî ve manevi müdahaleler terapötik iş birliğine uygun bir şekilde yapılandırılmalıdır (Shafranske, 2013). Walker, Gorsuch ve Tan (2004), din ve maneviyatın terapötik sürece entegrasyonu üzerine meta analitik çalışmalarında terapistlerin farklı entegrasyon yöntemleri önerdiklerini belirtmişlerdir.

Önerilen entegrasyon formlarından ilki ‘*Açık Entegrasyon*’dur. Bu entegrasyon formunda danışmanlık sürecinde dinî ve manevi konularla doğrudan ilişkili olan dua, kutsal kitap veya kutsal metinler gibi manevi kaynaklar kullanılır. Burada dinî pratiklere, dinî cemaatlere dayanılır. Manevi değerlendirme, tefekkür, rüya yorumları da açık entegrasyon örnekleridir. İkinci entegrasyon formu ise ‘*Örtük Entegrasyon*’dur. Bu entegrasyon formunda ise dinî ve manevi konular hakkında tartışma başlatmayan, doğrudan ya da sistematik olarak terapide dua, kutsal kitap ya da diğer kutsal metinler gibi manevi materyallerin kullanılmadığı daha kapalı bir yaklaşımdır. Üçüncü entegrasyon formu olan ‘*İçsel Entegrasyon*’ ise danışman kendi kişisel manevi veya dinî deneyimini danışmada kullandığı entegrasyon çeşididir. Bu entegrasyon yöntemlerinin dışında ‘Adsız Alkolikler’ programları gibi manevi bir yaklaşım sunan ve belirli dinî gelenekler içerisinde mevcut manevi inançları, değerleri ve pratikleri birleştiren yaklaşımlar da vardır (Shafranske, 2013). Yine İslami perspektifte geliştirilen Sufi Psikolojisi (Sayar, 2010), Mesnevi Terapi (Tarhan, 2012), Nefs Psikolojisi (Merter, 2014) gibi manevi yönelimli psikolojik yaklaşımların da gelişmeye başladığı görülmektedir (Kasapoğlu, 2017).

Bilişsel-davranışçı terapi ile maneviyatın bütünleştirildiği deneysel çalışmalarda başta depresyon olmak üzere anksiyete, nevroz, şizofreni, stres ve obsesif-kompulsif bozuklukların sağaltımında maneviyatın etkili olduğu görülmüştür. Good (2010) depresyon tanısı almış Hristiyan iki hasta ile yaptığı on iki haftalık psikolojik danışma sürecinde BDT ile maneviyatı bütünleştirmiştir. Manevi müdahale olarak Tanrı’nın sevgisiyle ve bilişsel çarpıtmalarla ilgili İncil’den pasajlar okumuş, meditasyon ve dua etme gibi manevi kaynakları kullanmıştır. Terapi sonucunda depresif belirtilerin önemli düzeyde azaldığı gözlenmiştir (Akt.: Kasapoğlu, 2017).

Şirin (2013) tarafından yapılan deneysel çalışmada BDT modeliyle bütünleştirilen dinî danışmanlık modeli uygulanmıştır. ‘*İhsan Modeli*’ olarak adlandırılan modelde, kaygı veren durumlarla ilgili bilişsel yeniden yapılandırma, farkındalık oluşturma ve işlevsel olmayan düşüncelerin yerine işlevsel düşüncelerin konulmasını sağlamak için tövbe, tefekkür, nefis muhasebesi, Kur’an’dan ilgili ayetlerin okunması, tefekkür etme, dua ve ilgili dinî hikâyeler kullanılmıştır. Yapılan bu çalışmalar sonucunda deney grubundakilerin kaygı düzeylerinin azalmasında önemli etkisinin olduğu saptanmış, işlevsel olmayan düşünceler üzerinde de olumlu etkiler görülmüştür.

Danışmanlık sürecinde danışanın manevi kimliğinin ya da manevi yönünün keşfedilmesi amacıyla nasıl bir yöntem izleneceği ile ilgili Curtis

ve Davis (1999) açık uçlu soruların tercih edilmesi gerektiğini ifade etmektedir. Onlara göre danışman, aşağıdaki gibi açık uçlu sorularla danışanın manevi kimliğini ortaya çıkarılabilecektir: Manevi ve dinî inançlarından bahsedebilir misin? Sence, inançların yaşamın üzerinde nasıl bir role sahip? Senin üzerinde rahatlatıcı etki bıraktığını düşündüğün herhangi bir inancından, dinî ibadetinden bahsedebilir misin? Sende kaygı veya çatışma yarattığını düşündüğün bir inancından söz edebilir misin?

Danışanların bu tür sorulara cevap verme zorunluluğu olmadığından danışanların zor zamanlarında sığındıkları ve güç durumlarda kullandıkları baş etme yöntemleri, danışanla birlikte adım adım keşfedilebilir. Zor zamanlarda sığındıkları bir alanı olmayan, kendilerine ait baş etme yöntemleri olmayan danışanlarla ise sığınma alanları ve baş etme yöntemleri geliştirmelerine katkı sağlayan dinî ve manevi değerlerden yola çıkılarak danışanlara yardımcı olunabilir (Yaman, 2016). Din ve maneviyatın psikolojik danışma sürecinde kullanılması, bazı olası riskler taşımaktadır. Burada manevi uygulamalar, terapistin kişisel inanç yönünden etkilenmemelidir. Danışanın rızası dâhilinde ve terapistin yeterlilik alanı içerisinde, uygun eğitim ve danışmanlığa dayalı olmasına dikkat edilmelidir (Shafranske, 2013: 420). Yine manevi uygulamalarda profesyonel sınırların ihlali, batıl inançlara saplanmak ve kutsalın sıradanlaştırılması gibi riskler taşımaktadır. Terapi hakkında danışana yeterli bilgi vermeyi göz ardı etme, terapi hedefleri yerine dinî hedeflere odaklanma, ilaç veya diğer tıbbi veya psikolojik tedavi gerektiren sorunlarda sadece manevi müdahaleler kullanma dikkat edilmesi gerekli etik tehlikelerdir (Morrison, Stacy, Elaine ve Demmitt, 2009).

### **b.b. Manevi Danışmanlıkta Kullanılan Başlıca Müdahaleler**

Frankl (2018), logoterapi olarak adlandırdığı terapötik yönteminin psikoterapinin yerine geçmesini istemediği gibi tıbbi psikolojik yardımın da din adamlarının yardımının yerine geçmemesi gerektiğini ifade etmektedir. Ona göre dindar bir danışanın karşısına dinî bakış açısını çıkarmak ve dinî temelli müdahaleleri kullanmak, danışman için terapötik görev değil, dindarlık görevini yapmış olmak olur. Danışmanın buna sadece dindar bir insan olarak hakkı vardır; çünkü inançsız bir danışmanın, dinî, terapisinin iyi kötü bir aracı olarak kullanma hakkı hiçbir zaman yoktur. Bu, dinin önemini azaltmak, dinî ancak sağlığa kavuşmaya, iyileşmeye yarayan bir şeye indirgemek olur. Oysa dinin her ne kadar psikoterapik etkisi olsa da dinin ana motifi psikoterapik değildir. Ona göre dinin ruhsal sağlık ve ruhsal dengeye etkisinin olması, dinin asıl amacının ruhsal iyileşme olduğunu göstermez, dinin asıl amacı ruhsal kurtuluştur.



Frankl'ın aksine Jung (1933) ise dinlerin psikoterapik sistemler ve teknikler olduğunu şu sözleriyle ifade ediyor: “Nedir dinler? Dinler, psikoterapik sistemlerdir. Peki, biz ne yapıyoruz, biz psikoterapistler? Biz, insan zihninin, insan psişesinin ya da insan ruhunun ızdırabını dindirmeye çalışıyoruz. Dinler de aynı sorunla uğraşıyorlar. Bu nedenle Tanrı'nın bizzat kendisi iyileştiricidir, doktordur. O, hastaları iyileştirir, ruhun eğilimleriyle ilgilenir. İşte bu, bizim psikoterapi dediğimiz şeyin ta kendisidir. Dinî psikoterapik bir sistem olarak ifade ettiğimde, kelime oyunu yapmıyorum. Dahası din, bu sistemin en mükemmel olanıdır, zira dinin ardında, büyük bir pratik gerçeklik yatar” (Akt.: Bahadır, 2010: 118).

Klinik psikoloji, psikolojik danışma, psikiyatri ve sosyal hizmet alanlarında çalışan ruh sağlığı uzmanlarının kullandıkları geleneksel klinik başa çıkma stratejileri ve yardım arama davranışlarına alternatif ya da ek olarak kullanabilecekleri dinî başa çıkma stratejilerini bilmeleri, terapötik sürecin etkililiği açısından önemlidir. Sosyal, psikolojik sorunlar yüzünden problem yaşayan bireyler bu problemlerle başa çıkmada dinî stratejiler kullanabilirler. Çeşitli psikolojik sorunlardan kurtulmak ya da muhtemel zorlukları önlemeye yönelik stratejiler geliştirmek için temel kaynak olarak Kur'an ve hadislerle yönelmek Müslümanların çoğu zaman başvurduğu bir yöntemdir. Bunların yanında imam, müftü ya da din adamları da başvuru kaynakları arasındadır. Ali ve Aboul-Fotouh (2015), vaka senaryoları üzerinden yaptıkları çalışmada İslam kültür ve geleneğinde başa çıkma kategorilerini üç başlık altında toplamışlardır. Buna göre ilk olarak temel İslami pratikleri pekiştirmek olarak sayabileceğimiz iman, dua, tefekkür ve niyazda bulunmak; ikinci olarak doğüstü nedenleri azaltma arasında sayabileceğimiz kara büyü, nazar ve cin çarpması, üçüncü olarak da akil kişi rehberliği olarak görülen toplum kanaat önderleri ve din âlimlerine müracaat etmek.

Richards ve Bergin (2011) manevi danışmanlık sürecinde belirlenen amaçlara ulaşmada katkı sağlayacak dinî müdahale teknikleri arasında dua, tefekkür ve meditasyon, kutsal metinleri okuma, af dileme ve tövbe, ibadet ve ritüel, din kardeşliği ve beraber ibadet etme gibi pek çok teknik saymaktadırlar. Şirin (2014), ihsan modeli olarak adlandırdığı ve bilişsel davranışçı terapi ile bütünleştirdiği dinî danışmanlık çalışmasında tövbe, zikir, tefekkür nefis muhasebesi, imanın bütünleştirilmesi, Kur'an okumaları, dinî tebliğ ve telkinler, olumsuz dinî inanç ve tutumların tartışılması ve dinî bilgi verilmesi, olumlu dinî başa çıkmanın güçlendirilmesi, dinî hikâye anlatma, dua, ibadet ve cemaat çalışmaları gibi teknikler kullanmıştır.

### **b.c. Manevi Danışmanlığa Duyulan İhtiyaç**

Klasik psikolojik danışmanlığın yanı sıra dinî psikolojik danışmanlığın var olmasıyla ilgili şunlar söylenebilir: Psikolojik danışmanların çoğunun seküler bir ortamda yetişmesi ve seküler bir eğitim alması, dindarlığın insanların kişisel gelişimi için bir engel olduğu varsayımını sahiplenmelerine neden olmuştur. Geleneksel, seküler psikoterapinin teorisi ve uygulaması dinsel değerlere karşı açıkça karşıt olmasa da dinsel boyutu çoğunlukla göz ardı etmiştir (Genia, 1999). Dindar danışmanların sorunlarını paylaşabilecekleri kolayca ulaşabilecekleri kendi değerlerine saygı duyduğunu düşündüğü bir seçeneğe sahip olmaları onların psikolojik danışmaya gitme olasılıklarını yükseltir. Kolay ulaşma, güven ve ortak değer paylaşımı danışan için ideal ortamdır (Ok, 2012: 14).

Bazı dindarlar, inançlarıyla ilgili kaygıdan kaynaklanan çeşitli gerekçelerle bir dünyevi terapistte gitmemeyi isteyebileceği gibi, dindarlığı benimsemeyen kişilerin de yine bazı gerekçelerle bir inanç danışmanına başvurmaları söz konusu olabilir. Dindar insanların, dünyevi danışmayı tercih etmemelerinin birtakım inançsal nedenleri olabilir: Böyle bir tedaviye ihtiyaç duymak onlarda, ibadet yaşamındaki ihmalkârlık ve Tanrı'ya inançta azalma anlamına geleceği korkusu yaratabilir. Ayrıca dünyevi danışmanlar tarafından anlaşılama ve dinsel konularla ilgili inançlarından ötürü tenkit edilme korkularına da sahip olabilirler. Ruh sağlığı uzmanları veya dünyevi danışmanlar dinsel ya da ruhsal konularda bilgi eksikliğine sahiptirler. Özellikle ülkemiz için düşünüldüğünde, nüfusunun çoğunluğunun Müslüman olması göz önünde bulundurulduğunda danışmanların dinsel değerleri konusunda bilgi eksikliği kabul edilebilir değildir. Akıl sağlığı uzmanları yaygın bir biçimde, hastaların varoluşsal veya ruhsal problemleriyle ilgilenmede güçlük yaşayabilmektedirler. Bu tür konularda başarılı olmaları için en iyi biçimde donatıldığı varsayılan dinsel danışmanlar, insan problemlerinden kendi alanlarıyla ilgili olanları tedavi etmede daha başarılı olabilirler (Ok, 2008).

Fosket ve Jacobs (1994) dinî danışmanın gerekliliği konusunda şu haklı izahı yapmaktadırlar: “Belirli bir dinî inancı olmayan seküler psikolojik danışmanların genellikle danışanların inançlarına saygı duymalarına rağmen bazen bu saygının dozu kaçmakta ve aşırı saygıdan dolayı onların yanlış varsayımlarına ve hurafe inançlarına meydan okuma konusunda emin olamamaktalar. Bir kısım danışan ise inancın temelde zihinsel bir konu olduğunu ve duygularla ilintisinin çok az olduğunu düşünür. Diğer bazı psikolojik danışmanlar ise bir danışanın inancını sorgulamanın önemli bir inanç sisteminin yıkılmasına ve dolayısıyla danışanın rahatının bozulmasına yol açacağından korkarlar”. Klasik psikolojik danış-

manlığın beyaz orta sınıfa göre şekillenmesi ve Batı geleneklerindeki vakalara göre geliştirilmesinden dolayı psikolojik danışmanlığın yerleştirilmesi gereklidir. Bu manada manevi danışmanlık klasik psikolojik danışmanlığın yerleştirilmesi olarak görülebilir. Klasik psikolojik danışmanlar da gün geçtikçe danışanların maneviyatlarının önemini kabul etmektedirler (Ok, 2012).

#### **b.d. Manevi Danışmanlığın Sorunları**

Dinî ve manevi danışmanlığın yukarıda tartışılan türden gerekliliği ve danışmada manevi boyutun dâhil edilmesinin gerekliliğinden başka alanın yeni olmasından ve akredite olmamasından kaynaklanan sorunları vardır. Yine manevi danışmanlık ile klasik danışmanlık arasındaki çizgi de belirgin değildir. Manevi danışmanlık ismi yasal olarak da konmuş bir meslek olma kimliğine henüz sahip değildir. Bu alandaki literatür hem yeterli hacme sahip değildir hem de uygulama açısından eksiktir. Fosket ve Jacobs'un (1994) belirttiği sorun da önemlidir. Bazı din adamları psikolojiyi ağırlıklı, diğerleri dinî ağırlıklı ve diğer bir grup da hem dinî hem de psikolojiyi dengeli biçimde kullanmaktadır. Teolojik ve seküler değerlerin ne oranda kullanılacağı problemi ve bunun sınırı sorunu da dikate değer bir sorun olarak manevi danışmanlık alanında durmaktadır.

#### **S o n u ç**

Bilimler alanında hâkim olan pozitivist, materyalist ve rasyonalist anlayış beraberinde dinî ve manevi unsurların inkâr edilmesine ya da görmezden gelinmesine neden olmaktadır. Şüphesiz psikoloji bilimi de kendisini bu durumdan kurtaramamış ve pozitivist, materyalist bir psikoloji anlayışı bu disipline hâkim olmuştur. Bu durum ruh sağlığında dinî ve manevi unsurların psikoloji çevresinde görmezden gelinmesi sonucunu doğurmuştur. Uzun bir dönem hâkim olan bu anlayış değişerek son yirmi-otuz yıllık bir süreçte dinî ve manevi unsurların ruh sağlığına ve sağlığa katkısıyla ilgili araştırmaların çoğalmasıyla psikiyatri ve psikoloji çevresinde din ve maneviyata olan ilgi artmış, psikoloji ile din ve maneviyatın entegre edilmesi çalışmalarını başlatmıştır.

Psikoloji ve din entegrasyonunun bir sonucu olarak düşünülebilecek olan manevi danışmanlık veya dinî psikolojik danışmanlık, bir dinî irşad faaliyeti ya da tebliğ faaliyeti olmayıp tamamen danışana bağlı danışanın sağaltılmasına, danışanın aktif katılımıyla dinî ve manevi unsurların terapötik sürece dâhil edilmesidir. Psikolojik danışmanlık sürecinde bireyle rapport (dostane ilişki) ilişkisinin kurulmasında psikolojik danışmanlık kuramlarından ve tekniklerinden daha önemlisi danışanın anlaşılması ve

onunla empatik ilişkinin kurulabilmesidir. Şüphesiz danışanın anlaşılmasında ise onun sosyal ve kültürel yapısının bilinmesi ve onun bu bağlamlardan değerlendirilmesiyle gerçekleşir. Psikolojik danışma kuram ve uygulamalarının çoğunun Batılı beyaz orta, erkek sınıf için geliştirilmiş olması farklı kültür ve inançtan bireylere danışmanlığın uygulanması yetersiz kalabilmektedir. Bunun için danışmanlık sürecine kültürel ve dinî unsurların dikkate alınması danışmanlığın başarısı için önemli olmaktadır.

Psikolojik tanılamaların yapılmasında belirlenmiş kriterlerin de çoğunun Batılı kültür çevresinden olması, farklı kültür ve inançlardan gelen bireylere belirlenen standartların uygulanmasında ciddi tanılama problemleri doğurabilmektedir. Batı'da da bağımlı kişilik sorunu kriterlerinin ülkemizde uygulanması durumunda çoğu bireyin bağımlı kişilik problemlerine sahip olduğu durumu ortaya çıkaracaktır. Manevi danışmanlık psikolojik danışmanlıktan teknik olarak çok ayrı olmadığı gibi bir dindarlaştırma süreci ya da bir irşad, tebliğ faaliyeti değildir. Manevi danışmanlık bir vaaz ya da günah çıkarma, arınma faaliyeti de değildir, danışanın isteğine bağlı olarak danışanın inanç ve ibadetlerinin danışmanlık süreciyle bütünleştirilmesidir. Manevi danışmanlık alanının yeni olması, danışmanlık sınırlarının psikolojik danışmanlıktan net olarak ayrılması, bu alanda yüksek lisans ve lisans alanlarının olmaması ve akredite olmama sorunları bu yardım mesleğinin önünde duran bazı sorunlardır.

### Kaynaklar

Acar, M. (2018). *Bireysel psikolojik danışmada dini boyut*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ak, M. & Eşen E. & Özdengül, F. (2014). Mevlâna penceresinden bilişsel terapiler. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3, 133-141.

Ali, O. & Aboul-Fotouh, F. (2015). Geleneksel ruh sağlığı, başa çıkma stratejileri ve yardım arama davranışı. [içinde] *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma: Kültüre ve Dine Duyarlı Ruh Sağlığı Müdahaleleri*. (Çev. V. Yorgun). (ss. 33-47). İstanbul: Nobel Yayıncılık.

Altaş, N. (2000). Dini danışmanlığın teorik temelleri. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14(1), 327-350.

Altaş, N. (2016). Müslüman bir toplumda dini danışmanlık için anlam ve teoloji inşa etmek. [içinde] *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik -I*. Ed. A. Ayten vd., (ss. 102-120). İstanbul: Dem Yayınları.

Altıntaş, E. & Gültekin, M. (2014). *Psikolojik danışma kuramları*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.

Amer, M. & Jalal, B. (2016). Bireysel psikoterapi/psikolojik danışma: Psikodinamik, bilişsel-davranışçı ve hümanistik-yaşantusal modeller. [içinde] *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma: Kültüre ve Dine Duyarlı Ruh Sağlığı Müdahaleleri*. (Çev. V. Yorgun). Ed. S. Ahmed & M. Amer. (ss. 87-118). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *Psikiyatride hastalıkların tanımlanması ve sınıflandırılması elkitabı DSM-V*. (Çev. E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

American Association of Pastoral Counselors. (2018). Brief history on pastoral counsel. <http://seureshopper.bisglobal.net/Default.aspx?ssid=74&NavPTypeId=1158>. E. T.: 30 Ocak 2018

Ansary, N. & Salloum, R. (2016). Toplum temelli önleme ve müdahale. [içinde] *Müslümanlar için psikolojik danışma: kültüre ve dine duyarlı ruh sağlığı müdahaleleri*. Ed. A. Sameera & M. Amer (Çev. V. Yorgun). (ss. 161-180). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Apaydın, H. (2016). *Din psikolojisi terimler sözlüğü*. İstanbul: Bilim Kent Yayınları.

Aydın, A. (2004). Din ve psikoloji ilişkisi üzerine. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 4(1), 15-26.

Ayten, A. (2012). *Psikoloji ve din; Psikologların din ve tanrı görüşleri*. İstanbul: İz Yayıncılık.

Ayten, A. & Koç, M. & Tınaz N. (2016a). *Manevi danışmanlık ve rehberlik- I*. İstanbul: Dem Yayınları.

Ayten, A. & Koç M. & Tınaz, N. (2016b). *Manevi danışmanlık ve rehberlik cilt-II*. İstanbul: Dem Yayınları.

Bahadır, A. (2010). *Jung ve din*. İstanbul: İz Yayıncılık.

Baran, Z. (2004). *Başarıyı keşfedin*. İzmir: Bilgivizyon Yayınları.

Baymur, F. (1990). *Genel psikoloji*. İstanbul: İnkılap Kitapevi.

Bektaş, Y. (2006). Kültüre duyarlı psikolojik danışma yeterlikleri ve psikolojik danışman eğitimindeki yeri. *Ege Eğitim Dergisi*, 7(1), 43-59.

Belen, F. (2014). *Manevi danışmanlıkta bibliyoterapi tekniği ve uygulaması* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Cebeci, S. (2010). Bir din öğretimi yaklaşımı olarak dini danışma ve rehberlik. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 8(19), 53-69.

Corey, G. (1996). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. California: Brooks/Cole Publishers.

Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kavram ve uygulamaları* (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Cormier, S. & Hackney, H. (2014). *Psikolojik danışma stratejiler ve müdahaleler* (Çev. S. Doğan & B. Yaka) Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

Crapps, R. (2013). Psikanaliz ve din: Freud, Jung, Fromm ve Erikson'un görüşleri. (Çev. A. Ayten). [içinde] *Din Psikolojisi*. Ed. A. Ayten, , (ss. 57-92). İstanbul: İz Yayıncılık.

Curtis, R. & Davis, K. (1999). Spirituality and multimodal therapy: A practical approach to incorporating spirituality in counseling. *Counseling and Values*, 43(3), 199-210.

Çelimli, Ç. & Güldal, Ş. (2016). Manevi yönelimli danışmanlık ile psikoterapi yöntem ve teknikleri: Doğu ve Batı'dan örnekler. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. Ed. H. Ekşi & Ç. Kaya. (ss. 99-122). İstanbul: Kaknür Yayınları.

Egan, G. (2011). *Psikolojik danışma becerileri* (Çev. Ö. Yüksel). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Emmons, R. & Poloutzion, R. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 377-402.

Erdur-Baker, Ö. (2007). Psikolojik danışma ve kültürel faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 109-122.

Foskett, J. & Jacobs, M. (1994). Pastoral counselling. [in]. *Handbook of Counselling in Britain*. Eds: W. Dryden et al. London: Routledge.

Frankl, V. (2018). *Psikoterapi ve din: bilinçdışındaki tanrı* (Çev. Z. Taşkın). İstanbul: Say Yayınları.

Fukuyama, M. (1990). Taking a universal approach to multicultural. *Counselor Education and Supervision*, 30(1), 6-17.

Genia, V. (1999). Seküler psikoterapistler ve dindar danışanlar: Mesleki mülâhazalar ve öneriler (Çev. Ü. Ok). *Journal of Islamic Research*, 12(1), 78-83.

Gerkin, C. (1997). *An introduction to pastoral care*. Nashville: Abingdon Press.

Gladding, S. (2015). *Psikolojik danışma kapsamlı bir meslek* (Çev. N. Voltan Acar). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Good, J. (2010). *Integration of spirituality and cognitive-behavioral therapy for the treatment of depression (Unpublished Doctoral Dissertation)*. Philadelphia: Philadelphia College of Osteopathic Medicine.

Göka, E. & Türkçapar, H. & Şirin, H. & Berber, A. & Elverici, M. (1994). Bir vaka: Kültürel fenomenlerin psikiyatrik tanılara etkisi. *Kriz Dergisi*, 2(1), 188-192.

Hackney, H. & Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilk ve teknikleri: psikolojik yardım Süreci El Kitabı* (Çev. T. Ergene ve S. Aydemir). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Haque, A. & Kamil, N. (2015). İslam, müslümanlar ve ruh sağlığı. [içinde] *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma: Kültüre ve Dine Duyarlı Ruh Sağlığı*

*Müdabaleleri*. Ed. A. Sameera & M. Amer (Çev. V. Yorgun). (ss. 3-31). Ankara: Nobel Yayıncılık.

Hubble, M. & Duncan, B. & Miller, S. (1999). The heart and soul of change: What works in therapy. *Adolescence*, 34(805).

Jung, C. (1933). *Modern man in search of a soul*. London: K Phul, Trench, Trubner.

Jung, C. (2010). *Psikoloji ve din* (Çev. R. Karabey). İstanbul: Okyanus Yayıncılık.

Kağnıcı, Y. (2013). Çok kültürlü psikolojik danışma eğitiminin rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programlarına yerleştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(40), 222-232.

Kara, H. & Sayar, K. & Saygılı, S. (1997). Kültürel psikiyatri açısından depresyon kavramı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(1-4), 42-45.

Karaca, F. (2011). *Din psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık.

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

Kararınmak, Ö. (2004). Tinsellik anlayışının psikolojik danışmadaki rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(22), 45-55.

Kararınmak, Ö. & Aydın, G. (2007). Yapılandırmacı yaklaşım: Çağdaş psikolojik danışma anlayışını ve uygulamalarını biçimlendiren güç. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 91-108.

Kasapoğlu, F. (2017). Psikolojik danışma süreci ve maneviyat: Bir bütünleştirme arayışı. *Hikmet Yurdu*, 10(19), 141-157.

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

Koç, M. (2016). *Manevi-(psikolojik) danışmanlık: Müslüman-Türk diasporası örneği*. Bursa: Emin Yayınları.

Koç, Z. (2003). Kültüre duyarlı psikolojik danışma yaklaşımı: Kuramsal bir inceleme. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(12), 1-17.

Köse, A. (2012). *Freud ve din*. İstanbul: İz Yayıncılık.

Köse, A. & Ayten, A. (2015). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Köylü, M. (2010). Ruh ve beden sağlığı ile din ilişkisi üzerine yapılan araştırmaların bir değerlendirmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 28(28), 5-36.

Liddel, P. (1984). *Handbook of pastoral counseling*. London: Mowbray.

Mahmood, O. & Ahmed, S. (2016). Psikolojik ölçme ve değerlendirme. [içinde] *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma: Kültüre ve Dine Duyarlı*

*Rub Sağığı Müdahaleleri*. Ed. S. Ahmed & M. Amer (Çev. V. Yorgun). (ss. 71-85). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Meadow, M. & Kahoe, R. (1984). *Psychology of religion: Religion in individual lives*. New York: Harper & Row Publisher Inc.

Merter, M. (2014). *Nefs psikolojisi*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Morrison, J. Stacy & M. Elaine, M. & Demmitt, A. (2009). Perceptions of clients and counseling professionals regarding spirituality in counseling. *Counseling and Values*, 53(3), 183-194.

Ok, Ü. (1997). *Dinsel danışmanlığın teorik çatısı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankarü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ok, Ü. (2008). İnanç bakım ve danışmanlığı: Bir model geliştirme denemesi. [içinde] *Manevi Sosyal Hizmetler*. Ed. A. Seyyar, (ss. 103-140). İstanbul: Rağbet Yayınları.

Ok, Ü. (2012). Din psikolojisinin kullanım alanları: Dini danışmanlık ve rehberlik. [içinde] *Din Psikolojisi*. Ed. F. Karaca. (ss. 1-29). Erzurum: Atatürk Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları.

Ok, Ü. (2015). Dinî danışmanlık: tanımı ve tarihi. [içinde] *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri*. Ed. M. Köylü & N. Altaş, (ss. 35-51). İstanbul: Ensar Neşriyat.

Oman, D. & Thoresen, C. (2013). Din ve maneviyat sağığı etkiler mi? [içinde] *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. Ed. R. F. Paloutzian & C. L. Park, (Çev. Ö. Çetin), (ss. 295-341). Ankara: Phoenix.

Özdel, K. (2015). Dünden bugüne bilişsel davranışçı terapiler: Teori ve uygulama. *Türkiye Klinikleri J. Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 10-20.

Özdoğan, Ö. (2006). İnsanı anlamaya yönelik bir yaklaşım. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47(2), 127-141.

Özen, Y. (2010). Tanrı-sen ve ben üçümüzün yolu -pastoral psikoloji ve danışmanlığın gerekliliğı üzerine. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(2), 41-57.

Peck, M. (2015). *Az seçilen yol: Sevginin, geleneksel değerlerin ve ruhsal tekâmülün yeni bir psikolojisi* (Çev. S. Ayanbaşı). İstanbul: Akaşa Yayıncılık.

Rahiem, F. ve Hamid, H. (2016). Ruh sağığı görüşmesi ve kültürel formülasyon. [içinde] *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma: Kültüre ve Dine Duyarlı Rub Sağığı Müdahaleleri*. Ed. S. Ahmed ve M. Amer (Çev. V. Yorgun). (ss. 51-70). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Richards, P. & Bergin, A. (2011). *A Spiritual Strategy for Counseling and Psychotherapy*. Washington DC: American Psychological Association.

Sayar, K. (1998). Kültür ve psikopatoloji. *Klinik Psikiyatri Bülteni*, 8(3), 176-179.



- Sayar, K. (2000). *Psikiyatri ve kültür*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Sayar, K. (2010). *Sufi psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Schlauch, C. (1985). Defining pastoral psychotherapy. *Journal of Pastoral Care*, 39(3), 223.
- Schwarzer, R. (1988). Worry and emotionality as separate components in test anxiety. *International Review of Applied Psychology*, 33, 205-220.
- Shafranske, E. (2013). Klinik psikoloji ve danışmanlık psikolojisinde din psikolojisi. [çinde] *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. Ed. R. F. Paloutzian & C. L. Park, (Çev. Ş. Turan). (ss. 409-442). İstanbul: Phoenix.
- Söylev, Ö. (2014). *Türkiye'de dini danışmanlık ve rehberlik: Alanları, imkânları ve yöntemleri- (Diyaret işleri başkanlığı örneği)* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sue, D. & Arrendondo, P. & McDavis, R. (1992). Multicultural counseling competencies and standards: A call to the profession. *Journal of Counseling Development*, 70(4), 477-484.
- Şahin, Z. (2017). *Manevi bakım ve danışmanlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.
- Şirin, A. (2004). Psikolojik danışma. [çinde] *Eğitimde Üçüncü Boyut Psikolojik Danışma ve Rehberlik*. Ed. C. Karagözoğlu & İ. Kemertaş (ss. 35-50). İstanbul: Birsen Yayınevi.
- Şirin, T. (2014). *Dini danışma ve rehberlik: ibsan modeli manevi danışmanlık*. İstanbul: Mim Akademi Yayınları.
- Tarhan, N. (2012). *Mesnevi terapi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Vergote, A. (1999). *Din inanç ve inançsızlık* (Çev. V. Uysal). İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları.
- Walker, D. Gorsuch, R. & Tan, S.-Y. (2004). Therapists integration of religion and spirituality. *Counseling and Values*, 49(1), 69-80.
- Yaman, N. (2016). Manevi temelli bütüncül psikolojik danışmanlık. [çinde] *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. Ed. H. Ekşi & Ç. Kaya (ss. 83-97). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Yapıcı, A. (2013). *Ruh sağlığı ve din, psiko-sosyal uyum ve dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi.
- Young, J. Wiggins-Frame, M. & Cashwell, C. (2000). Interdependence in ethnic identity and self: implications for theory and practice. *Journal of Counseling and Development* (85), 420-429.
- Young, J. & Wiggins-Frame, M. & Cashwell, C. (2007). Spirituality and counselor competence: A national survey of american counseling association members. *Journal of Counseling and Development*, 85(1), 47-52.
- Yörüköğlu, A. (2002). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Özgür Yayınları.

