


Psikoloji ve Psikoterapide Din, Zuhal Ağıkaya Şahin

(İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2020), 295 sayfa, 9789758646883

Şükran ÇEVİK DEMİR |  <https://orcid.org/0000-0001-7025-7248>

Dr. | Yazar | sukrancevik@hotmail.com

Milli Eğitim Bakanlığı | ROR: <https://ror.org/00jga9g46>

Din Psikolojisi | İstanbul, Türkiye

Öz

Bu çalışmada, psikoloji ve din ilişkisini, ikisi arasındaki ortak noktaları ele alan “Psikoloji ve Psikoterapide Din” isimli eser incelenmiştir. Zuhal Ağıkaya Şahin tarafından kaleme alınan eser, psikoloji ve dinin buluşma noktası olarak görülen pozitif psikolojinin erdemler (bağışlama, şükür, umut vb.) ve mâneviyat kavramlarından hareketle psikoloji, psikoterapi ve din çerçevesinde insanı anlamaya çalışmıştır. Psikoloji ve psikoterapideki mânevî izleri Batı’da, İslam dünyasında ve ülkemizdeki mevcut literatür çerçevesinde bir araya getirerek akademik alana katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Psikoloji, Psikoterapi, Din Psikolojisi, Mâneviyat, Mânevî Danışmanlık

Atıf Bilgisi

Çevik Demir, Şükran. “Psikoloji ve Psikoterapide Din, Zuhal Ağıkaya Şahin (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2020), 295 sayfa, ISBN: 9789758646883”. *Rize İlahiyat Dergisi* 24 (Ekim 2023), 281-285. <https://doi.org/10.32950/rid.1296650>

Yayın Bilgileri

Türü	Kitap Değerlendirmesi		
Süreç Bilgileri	Geliş Tarihi: 13.05.2023	Kabul Tarihi: 01.07.2023	Yayın Tarihi: 20.10.2023
Değerlendirme	İki Dış Hakem / Çift Taraflı Körlleme		
Etik Beyan	Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur.		
Benzerlik Taraması	Yapıldı – iThenticate		
Çıkar Çatışması	Çıkar çatışması beyan edilmemiştir.		
Etik Bildirim	ilahiyatdergi@erdogan.edu.tr		
Finansman	Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır.		
Telif Hakkı & Lisans	Yazarlar dergide yayımlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmalarını CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.		




Dizinlenme Bilgisi



Religion in Psychology and Psychotherapy, by Zuhal Ağilkaya Şahin

(İstanbul: Çamlıca Publishing, 2020), 295 pages, 9789758646883

Şükran ÇEVİK DEMİR |  <https://orcid.org/0000-0001-7025-7248>

Dr. | Author | sukrancevik@hotmail.com

Ministry of Education | **ROR**: <https://ror.org/00jga9g46>

Psychology of Religion | İstanbul, Türkiye

Abstract

In this study the book named "Religion in Psychology and Psychotherapy" which tackles the relationship of psychology and religion and common points between them was examined. The book written by Zuhal Ağilkaya Şahin tries to understand the human by using positive psychology's virtues (forgiveness, gratitude, hope etc.) and spirituality concepts which are regarded as common points of psychology and religion, aims to contribute to the academic area by putting together the spiritual traces in psychology and psychotherapy in frame of the available literature which is in Islam world.

Keywords

Psychology, Psychotherapy, Psychology of Religion, Spirituality, Spirituality Counseling

Citation

Çevik Demir, Şükran. "Religion in Psychology and Psychotherapy, by Zuhal Ağilkaya Şahin (İstanbul: Çamlıca Publishing, 2020), 295 pages, ISBN: 9789758646883". *Rize Theology Journal* 24 (October 2023), 281-285. <https://doi.org/10.32950/rid.1296650>

Publication Information

Type	Book Reviews		
Process Information	Date of Submission: 13.05.2023	Date of Acceptance: 01.07.2023	Date of Publication: 20.10.2023
Peer-Review	Double anonymized - Two External		
Ethical Statement	It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.		
Plagiarism Checks	Yes - iThenticate		
Conflicts of Interest	The author(s) has no conflict of interest to declare.		
Complaints	ilahiyaatdergi@erdogan.edu.tr		
Grant Support	The author(s) acknowledge that they received no external funding in support of this research.		
Copyright & License	Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.		

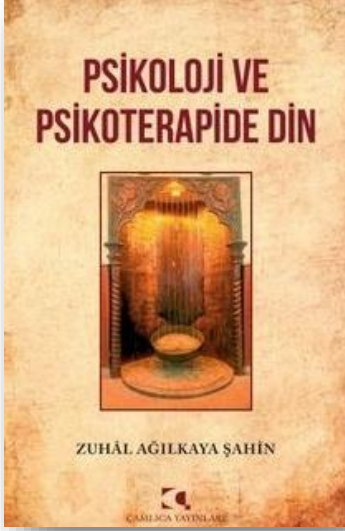


Abstracting and Indexes



Zuhal Ağilkaya Şahin, Psikoloji ve Psikoterapide Din (İstanbul: Çamlıca Yayınevi, 2020)

295 sayfa, ISBN: 9789758646883



Psikoloji ve din ilişkisi, psikolojinin felsefeden ayrı bir bilim dalı olarak ortaya çıkmasından bu yana bazen birbirini destekleyici, bazen de birbirine karşı olumsuz ve ön yargılı¹ tarzda değişiklik gösterse de psikoloji ve din ortak konulara sahiptir. Psikolojinin, insanın ruh sağlığına yönelik ele aldığı mutluluk, hayatın amacı, anlam arayışı, başa çıkma, mâneviyat gibi konularının pek çok kadim gelenek ve din tarafından da ele alındığı bir gerçektir.² İnsanların yaşamları boyunca karşılaştıkları bazı zorluklar ve beklenmedik durumlar karşısında başvurdukları dini öğretilerin sunduğu sabır, şükür, tevekkül, dua, başışlanma vb. kavramların, genelde psikoloji, özde psikoterapinin kullandığı kavramlarla ortak olduğunu ortaya koyan pek çok çalışma yapılmıştır.³

Zuhal Ağilkaya Şahin⁴ tarafından kaleme alınan “Psikoloji ve Psikoterapide Din” isimli söz konusu eser; *takdim*, *önsöz* ve *giriş* haricinde, *psikoloji ve din*, *psikoterapi ve din* başlıklı iki ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde “pozitif psikoloji”, “psikoterapi”, “mânevî danışmanlık” gibi kitabın ana kavramları, psikoloji-din ilişkisi çerçevesinde alt başlıklar halinde tarihsel gelişim süreci içinde ele alınmaktadır. Psikoloji bilimi bağımsız bir bilim olma çabası, sadece ampirik olanı kabul etmesi ve her şeyi rasyonel bir açıklama ile kendisini ilk zamanlarda dinden

uzak tutmuştur. Ancak zaman içerisinde dine karşı ikircikli bir tavır sergilemiş, bir barışık bir küs şekilde davranmıştır. Son zamanlarda ise dinden/maneviyattan uzak kalamamıştır (s.31).

Yazar, psikoloji ve dinin yakınlaşmasında ikisinin de ortak amacının insanların mutluluğunu sağlama olduğunu ileri sürmektedir (s.29). Bu bağlamda din ve psikolojinin barışma alanının pozitif psikoloji⁵ olduğunu ve pozitif psikolojinin kullandığı affetmek, şükür, umut, tevazu gibi erdemlerin din ve mâneviyat tarafından da kullanıldığını ve dinin bu erdemleri harekete geçirdiğini belirtmiştir (ss.41-46). Dolayısıyla teoloji ve psikolojinin kesişim alanında bulunan pastoral psikolojinin⁶ de pozitif psikoloji ve din ile ortak noktalarının olduğu ortaya konmaktadır (ss.47-55). Birinci bölümde ayrıca, Batı’da ve son zamanlarda ülkemizde yaygınlaşan mânevî danışmanlık ile psikoloji ilişkisine değinilmektedir. Yazar, mânevî danışmanlığın aslında dini temellerinin olduğunu, medeniyetler tarihine bakıldığında pek çok iz görülebileceğini belirtmektedir (s.58).

Yazar, İslâmî kaynaklardan (Kur’an ve sünnet) elde edilen bilgi ve uygulamalara dayanan “İslâmî Psikoloji” kavramını ele almakta, bu konuda yapılan çalışmalara ve tartışmalara yer vermektedir (s.95).

Kitabın *Psikoterapi ve Din* başlıklı ikinci bölümü, tıpkı birinci bölümdeki gibi alt başlıklar halinde ele alınmaktadır. Psikoterapideki etik ilkelerin (danışanın dini inanç ve görüşüne saygı, hoşgörü vb.) ve kullanılan bazı tekniklerin (kabul, anlam arayışı, meditasyon, başışlanma vb.), dinlerde de ortak olduğu ve özellikle tasavvufî öğretilerdeki tekniklerle benzerlik gösterdiği ortaya konmaktadır (ss.106-112). Din ve mâneviyatın danışmanlık sürecine katılmasının önemi belirtilmektedir (s.142).

Yazar, ikinci bölümde terapide dinî içerikleri ele alırken Kindî, İbn-i Sînâ ve Gazzâlî gibi âlimlerin bu konudaki çalışmalarını esas

¹ Bk. Din ve modern psikoloji ilişkisi, Batı’da 1880’li yıllara dayanmaktadır. Aydınlanma Felsefesi’nin din üzerindeki olumsuz etkileri psikoloji ile din arasına mesafe koymuş, psikoloji ile ilgilenen araştırmacıların bazıları din-bilim çatışmasında bilimin yanında yer alarak dine karşı ön yargılı davranmıştır. Buna karşılık bazı araştırmacılar ise, dini tecrübeyi açıklamada psikolojiden yararlanılabileceğini vurgulamıştır. Psikoloji ve din ilişkisi birbirine kayıtsız kalamayan iki olgu olmuştur. Ali Köse, Ali Ayten, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016), 6. Basım, 7-16.

² Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi* (Ankara: TDV Yayınları, 1993), 22, 80-85.

³ Bk. Güllühan, Göcen, *Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü* (İstanbul: Dem Yayınları, 2014); Meryem Şahin - Hayati Hökelekli, “Tevekkül Psikolojisi: Nedenleri, Süreci ve Sonuçları Hakkında Nitel Bir Araştırma”, *International Journal of Social Inquiry* 12/2 (2019), 801-836.

⁴ Doç. Dr. Zuhal Ağilkaya Şahin, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü öğretim üyesi.

⁵ Bk. Pozitif Psikoloji: Psikolojinin insanın kaygı, depresyon, kişilik bozuklukları kadar mutluluk, yaşam memnuniyeti, psikolojik iyi oluş gibi pozitif kişilik özellikleri ile de ilgilenmesi gerektiğine vurgu yapan 2000’li yılların başında ABD’de ortaya çıkmış olan psikoloji yaklaşımıdır. Güllühan Göcen, *Kavram Atlası Din Psikolojisi I* (Ankara: Gazi Kitabevi, 2022), 2. Basım, 46.

⁶ Bk. Pastoral Psikoloji: Dini olgular üzerinden kişinin psikolojik sağlığını iyileştirmesi ya da korumasında din adamlarının etkinliğini kullanarak oluşturulan psikolojik yaklaşımdır. Göcen, *Kavram Atlası Din Psikolojisi I*, 41.

alan örneklere yer vermiştir (s.168-169). Ayrıca, ülkemizde psikolojik danışmanlık ve rehberlik sürecinde dinî içeriklerin kullanımını konu alan teorik ve pratik çalışmaların az olduğunu belirtmiştir. Bu konudaki çalışmaların sınırlılığın işaret ederek İslâmî değerleri esas alan bir psikoterapinin taşıması gereken şartları (Kur’ân / sünnetin kaynak olması, Hz. Peygamberin rol model alınması, dinî pratiklerin ruh sağlığına etkileri vb.) ortaya koymuştur (s.185). Bu bağlamda Bilişsel Davranışçı Terapi örneklerinde, dinî pratiklerin (namaz kılma, Kur’ân okuma vb.) sorunlarla başa çıkmada etkisini konu alan çalışmalara yer verilmiştir (s.187). Kitap, değerlendirme ve zengin bir kaynakça ile son bulmaktadır.

Eser incelendiğinde dikkat çeken özelliklerden bazıları şu şekildedir: Öncelikle konusu itibarıyla psikoloji, psikoterapi, din psikolojisi ve mânevî danışmanlık alanına yöneliktir.

Eserde “psikoloji ve psikoterapi ile dinin ortak noktası var mıdır?, psikoterapide dinî/mânevî izlere rastlamak mümkün müdür?, mânevî danışmanlık mı psikoterapi mi?” sorularına din ve psikolojinin teorik/pratik ve kavramsal çerçevesi göz önünde bulundurularak mevcut literatür ışığında yanıt aranmıştır.

Bu bağlamda kitapta ele alınan konular şu şekilde sınıflandırılabilir:

- İlişkisel kavramlar (Din ve psikoloji-psikoterapi ilişkisi)
- Psikoterapide ilkeler (Danışana saygı, hoşgörü vb.)
- Mânevî danışmalıkta ilkeler (Eğitim, bilgi ve hoşgörü vb.)
- İslâmî psikoloji çalışmaları (Terapide İslâmî içerikler ve pratikler vb.)

Kitabın amacı, psikoloji ve din ilişkisinde ortak noktaları dikkate alma, psikoterapilerde din ve mâneviyattan yararlanma, araştırmacılara bu doğrultuda bir perspektif ve model sunarak alana katkı sağlamaktır.

Yazara göre temel problem, din ve psikoloji alanında yöntem ve amaç yönünden ortak noktalar olması ve psikoterapide mânevî izlere rastlanılmasına rağmen psikoterapi uygulamalarında mânevî/dinî unsurlara yer vermede çekingen davranılması veya kaçınılmasıdır. Kitap bu temel problem etrafında şekillenmekte ve yazar bu problemi çözmek için ileri sürdüğü görüş ve önerileri geniş bir literatür ile desteklemektedir (s.113).

Kitabın güçlü yönlerinden biri, alt başlıklar ve ana bölümler arasında bir bütünlüğün olması, konuların sade, akıcı bir dil ile aktarılmasıdır. Örneğin, psikoloji-din ilişkisinin geçmişten günümüze değil, günümüzden geçmişe doğru ele alındığı giriş bölümüne, psikoloji ve din ilişkisine yönelik son yıllarda özellikle Batı’da meydana gelen olumlu yaklaşımlardan örnekler verilerek başlanması ve din ve psikoloji ilişkisinin başlangıcına doğru tarihi bir yolculuğa çıkılması, kitaba akıcılık kazandırmakta ve konunun bütünlük içinde kavranmasına yardımcı olmaktadır (s.19).

Eserde yer alan bir diğer özellik okuyucunun aklına gelebilecek soruların pek çoğuna yönelik çözüm önerilerinin olmasıdır. Örneğin; yazar, dini yönleri ile ön plana çıkan kişilerden alınacak mânevî danışmanlığın, dini grup ve lider çeşitliliği göz önünde bulundurulduğunda birtakım sorunlar doğurabileceğini belirtmiştir. Bu duruma çözüm olarak mânevî danışmanlığın resmi kurum ve kuruluşlar bünyesinde yürütülmesi gerektiğini ileri sürmüştür (s.243).

Dinî/mânevî unsurları psikoloji uygulamalarına dahil ederken, dini psikolojiye indirgeme tehlikesi var mıdır? sorusuna cevap niteliğinde yazar, din ve psikolojinin farklı epistemolojik çıkış noktaları olduğunu ve dinin kaynağı ve hedefleri itibarıyla bu dünyayı aşması yönüyle psikolojiden daha kapsamlı olduğunu vurgulayarak, dini salt psikolojik bir fenomene indirgeme eğiliminden (s.32) özellikle kaçınmıştır.

Eserin bir diğer güçlü özelliği, kavramların yerli yerinde kullanılması ve kavram kargaşasından kaçınılmasıdır. Örneğin; mâneviyat (spiritüellik) kavramının ülkemizde ve Batı’da aynı şekilde anlaşılmadığı belirtilmiştir (s.118). Ayrıca yazar, “İslâmî psikoloji” konusunda kavramsal, teorik ve pratik bir yapının tam anlamı ile gelişemediğini belirtmektedir. Bu bağlamda İslâmî psikoloji yerine “İslâmiyet’le entegre veya İslâmiyet’le bütünleştirilmiş bir psikoloji” ifadesinin daha yerinde olacağını ileri sürmektedir (s.95).

Mânevî Danışmanlık mı Psikoterapi mi? alt başlığı belki de kitabın en can alıcı başlığıdır. Yazar, mânevî danışman, mânevî bakım ve mânevî rehberlik kavramları arasındaki farkı ortaya koyarak (s.67) yaşadığı durumu bir ruh sağlığı problemi olarak gören kişilerin, bir mânevî danışmanı tercih etmesinin çok doğal olduğunu belirtmektedir. Ayrıca “mânevî danışmanlık mı psikoterapi mi?” derken aslında bu sorunun kendi içinde bir çelişki oluşturduğunu, birinin diğerinin alternatifini olarak görülmemesi gerektiğini vurgulamaktadır. Mânevî danışman ve psikiyatristin, iş birliği içinde birbirlerine gerekli destek ve yönlendirmelerde bulunabileceklerini belirtmektedir (s.76).

Yazar, bu çalışması ile adeta psikoterapi ve mânevî danışmanlık alanında İslâmî değerleri uygulamaya katan bir perspektif için danışan ve danışmanın sahip olması gereken özellikleri ayrıntılı şekilde ele alan bir model sunmaktadır. Bu modelin ortaya

çıkması için de bir çözüm öne sürmektedir. Ülkemizde psikoloji ve psikiyatri eğitimlerinin daha çok Batı kaynaklı olmasının, danışmanlık konusunda birtakım problemlerin (dinî, kültürel vb.) yaşanmasına sebep olabileceğini, bu yüzden dinî inanç ve pratiklerin insan üzerindeki etkilerini ele alan eğitimler ile zenginleştirilmesi gerektiğine vurgu yaparak, din psikolojisi derslerinin bu anlamda uygun olacağını belirtmektedir (s.240).

Buna karşılık, her iki alanın ilâhiyat/psikoloji uzmanlarının nasıl bir eğitimle iş birliği içinde birbirlerinin bilgi, yöntem ve tecrübelerinden yararlanacaklarının net bir şekilde belirtilmemesi, kitabın geliştirilebilir özellikleri arasında değerlendirilebilir. Zira hem psikoloji hem de ilâhiyat disiplini kendine özgü bilgi ve uygulamaları içeren geniş bir alanı oluşturmaktadır. İlahiyat fakültelerindeki din psikolojisi derslerinin tek başına yeterli olamayacağı, daha kapsamlı ve uygulamaya yönelik çalışmalara ihtiyaç olduğu söylenilebilir.

Ayrıca, kitapta dinî/mânevî kaynaklı tekniklerin (dua, tövbe, tefekkür vb.) psikoterapide OKB, depresyon vb. etkili olduğuna yönelik örnekler verilmekle birlikte (ss.199-204), demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi vb.) etkilerine değinilmemiştir. Bu durum da kitabın geliştirilebilir özellikleri arasında sayılabilir.

Kitabın hedef okuyucu kitlesi psikoloji, din psikolojisi ve mânevî danışmanlık alanında akademik anlamda bilgi sahibi olmak isteyen herkesi kapsamaktadır. Akademik anlamda bilimsel çalışmalar ile desteklendiği için kaynak niteliğinde sayılabilir. Ayrıca takdim kısmında ve dış kapakta alanında uzman kişilerin kitap hakkındaki görüşlerine yer verilmesi, eseri zenginleştirmiş ve okuyucunun esere güvenle yaklaşmasını sağlamıştır.

Sonuç olarak Batı'da ve ülkemizde son zamanlarda din psikolojisi alanında dinî/mânevî eğilimlerin etkisini ele alan eserlerin artmaya başladığı görülmektedir. Bu bağlamda eser, genelde psikoloji ve din psikolojisi, özelde psikoterapi alanında sunduğu bütünleştirici bakış açısı, kavramsal ve akademik yapısı itibarıyla mânevî danışmanlık ve rehberlik alanında çalışma yapan kişi ve kurumlara katkı sağlar niteliktedir.

Kaynakça | References

- Göcen, Gülüşan. *Kavram Atlası Din Psikolojisi I*. Ankara: Gazi Kitabevi, 2.Basım, 2022.
- Göcen, Gülüşan. *Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü*. İstanbul: Dem Yayınları, 2014.
- Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: TDV Yayınları, 1993.
- Köse, Ali – Ayten, Ali, *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 6. Basım, 2016.
- Şahin, Meryem - Hökelekli, Hayati. "Tevekkül Psikolojisi: Nedenleri, Süreci ve Sonuçları Hakkında Nitel Bir Araştırma". *International Journal of Social Inquiry*. 12/ 2 (2019), 801-836. <https://doi.org/10.37093/ijsi.659060>

