



**BÖLÜM**

**5**

# DEPREMZEDELERE YÖNELİK DİNİ VE MANEVİ DANIŞMANLIK UYGULAMALARI

**Dr. Öğretim Üyesi İlyas PÜR**

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi

İlahiyat Fakültesi

ORCID: 0000-0002-7795-8212

## Giriş

İnsan biyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçları olan bir varlıktır. Varlıklar alemi içinde insanı konu edinen bütün bilim dalları insanın davranışlarını ve düşüncelerini anlama konusunda pek çok farklı bakış açıları sunmuştur. Hangi bilim dalı olursa olsun insanı düşünce, duygu, inanç ve davranışlarıyla dikkate alan holistic bir yaklaşım açısından değerlendirmek gerekmektedir. Son yıllarda hem dünyada hem de ülkemizde insanın bilimsel çevrelerde ele alınmasıyla din ve maneviyat konusu yeniden gündeme gelmiş ve bu alan mercek altına alınmıştır. Zira manevi ve dini danışmanlık eskiden beri insan yaşamında etkin olarak önemli rol oynamıştır. Psikoloji sahasında ise 1960 öncesinde sınırlı sayıda din ve sağlık ilişkisine yönelik çalışma yapılmıştır (Kılınçer, 2017: 19).

İnsanlar, farklı ülkelerde ve farklı kültürlerde yaşasalar da doğal felaketler bütün bireylerin ortak tecrübelerinden birisidir. Bu doğal felaketlerden depremler, sel felaketleri ve volkanik olaylar vb. hem hayatı ve ekolojik dengeyi etkilemekte hem de hayatın normal akış seyrini tersine döndürmektedir. Hiç beklenmedik bir zamanda oluşan ve bireyin kontrol gücünü aşan depremler ruh sağlığını etkileyerek sıkıntı ve kaygıya neden olmaktadır. Çok sayıda can kaybı maddi hasara yol açan geniş ölçekli depremin etkileri bireysel boyutların da ötesine geçerek toplumsal alandaki değişimleri beraberinde getirmektedir (Küçükcan ve Köse, 2000: 7).

Bu çalışmada depremzedelere yönelik din ve maneviyatın ruh sağlığı ile ilişkisi açısından Batı dünyasında çokça üzerinde durulan ancak Türkiye’de son zamanlarda gündem olan depremzedelere yönelik dini ve manevi danışmanlık konusu ele alınmaktadır. Çalışmamızın ilk bölümünde dini ve maneviyat tanımlarına ve maneviyat dindarlık tartışmalarına yer verilmiştir. İkinci bölümde ise depremzedelere yönelik tanım ve açıklamalara yer verilerek depremlerin ruh sağlığı ve dindarlık üzerindeki etkilerine değinilmiştir. Ayrıca manevi danışmanlığın kavram ve ilkeleri açıklanarak manevi danışmanlığın niçin gerekli olduğu bilgisine de yer verilmiştir.

## 1. Maneviyat ve Tanımı

Maneviyat kavramı herkes tarafından bilinen üzerinde net bir tanım yapılabilecek bir kelime değildir. Maneviyat tanımındaki bu belirsizlik hem Batı dünyasında hem de Türkiye’de tam anlamıyla yerine oturmamıştır. Maneviyat kelimesi çok boyutlu bir anlam içerdiği için yapılan tanımlamaların birbirinden farklı ve sınırlayıcı olması ve farklı bilimlerin farklı yönlerini öne çıkararak tanımlanması nedeniyle maneviyat kavramı üzerinde tam manasıyla fikir birliğine varılamamıştır (Esendir, 2016; Düzgüner, 2013; Emmons ve Paloutzian, 2001). Maneviyat, Türk Dil Kurumu sözlüğünde ise “*maddi olmayan, manevi şeyler*” olmak üzere iki farklı biçimde ele alınmıştır. Sıfat hali olan “*manevi*” kelimesi ise “*görülmeyen, duyularla sezilebilen maddi karşıtı, tinsel, ruhani*” anlamlarına gelmektedir (TDK, 2016). Arapça kökenli olan maneviyat kelimesi yıllardır Türkçe’de kullanılmasının yanı sıra son zamanlarda “spirituality” kelimesinin karşılığı olarak da kullanılmaya başlanmıştır (TDK, 2016). Birbirleriyle ilişkili olduğu ve bazen birbirlerinin yerine geçen din ve maneviyat kelimeleri, son yıllarda sosyal bilimler alanında da ilgi odağı olmuştur. Bazı bilim adamları maneviyat ile ilgili psikoloji alanında araştırmalar yapmışlardır. Bunlar daha ziyade Batılı bilim adamlarından oluşmaktadır. Bu bilim adamları, George Coe, G. Stanley Hall, Edwin Sturbuck ve William James’tır. 20. yüzyılda bir durgunluk yaşanmasından sonra 21. yüzyılda psikologlar din ve maneviyata aşırı derecede ilgi göstermişlerdir (Zinnbauer ve pargament, 2013). Maneviyat konusunda yapılan ampirik ve teorik araştırmalar gün geçtikçe artmaktadır. Buna rağmen din ve maneviyatın doğasına ve tanımına yönelik net bir görüş birliğine varılamamıştır.

## 2. Dini ve Manevi Danışmanlık

Dini danışma hizmetleri Diyanet İşlerinin Din Hizmetleri ile ilgili birimi tarafından yönetilmektedir. Diyanet İşlerinin “01.07.2010 tarihli ve 6002 sayılı kanun ile, Din Hizmetleri Müdürlüğü” kurularak ve bu anlamda “Genel Müdürlük” içerisinde “İrşad Hizmetleri”, “Cami Hizmetleri”, “Aile ve Dini Rehberlik”, “Sosyal ve Kültürel İçerikli Din Hizmetleri” gibi daire başkanlığı kurulmuştur. “İbadet ve irşat hizmetlerini yürütmek; cami ve mescit dışındaki yerlerde konferans, sempozyum, panel, seminer ve benzeri dinî programlar düzenlemek; ceza infaz kurumu, huzurevi ve tutukevleri, çocuk ıslahevi, sağlık kuruluşları ve benzeri yerlerde bulunan vatandaşlara irşat hizmetleri götürmek, radyo ve televizyon ile diğer yayın kuruluşları aracılığı ile toplumu din konusunda aydınlatmak, dinî gün ve gecelerde programlar düzenlemek, kadın, aile, gençlik ve toplumun diğer kesimlerine yönelik dinî konularda aydınlatma ve rehberlik yapmak” gibi görev alanları din hizmetlerinin dini ve manevi danışmanlık boyutunu oluşturmaktadır. Dini danışmanlık hizmetlerinin yürütülmesinde başkanlıkça “kuşatıcı ve kucaklayıcı bir yaklaşım benimsenmesi, toplumla iç içe olma, sağlıklı ve samimi diya-

log kurmaya özen gösterilmesi; konuşmalarda muhatap kitlenin ihtiyaç ve seviyesine uygun bir dil kullanılması; kolaylaştırıp zorlaştırmayan, müjdeleyip ve nefret ettirmeyen bir tavır takınılması” gibi nitelikler belirlenmiştir (<http://www2.diyamet.gov.tr/DinHizmetleriGenelMudurlugu/Sayfalar/Tanitim.aspx>).

Manevi veya dini danışmanlık etkinliklerinin şöyle yapılması daha uygun bulunmuştur: a) Adalet, Aile ve Sosyal Politikalar, Sağlık Bakanlıkları, Aile ve Araştırmalar Genel Müdürlüğü (ASAGEM), Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu (SHÇEK), Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü (KSGM) gibi kamu kurumları ile anlaşma içerisinde görev ile ilgili müşterek araştırmalar yapılacak veya yapılan çalışmalar desteklenecektir. b) Kadın ve aile konusunda uluslararası kabul edilen hafta veya günlerde etkinlikler yapılarak; ilgili kamu kurum ve kuruluşları ve sivil toplum örgütleri ile anlaşma içinde konferans, panel, sempozyum, tiyatro ve musiki programları gibi psiko-sosyal etkinlikler yapılacaktır. c) Ailenin bütün fertlerine, koruma ve ilgiye muhtaç bireyler de içinde olmak kaydıyla toplumun çeşitli birimlerine dinî hususlarda danışman programları verilecektir. d) Manevi veya dini danışmanlık hizmetlerinin verimli veya etkin bir şekilde yürütülmesi hususunda ilgili birimler ve kuruluşlarla ortak bir noktada anlaşmaya varılarak plan ve proje üretilerek etkin bir biçimde uygulamaya konulacaktır. Diyanet İşleri Başkanlığı tarafından din hizmetlerini verimli yürütmek amacıyla, Adalet Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ile ortaklaşa protokoller bulunmaktadır. Diyanet İşleri Başkanlığı içerisinde bulunan Kur'an kursları da her yaşta erkek ve kadın öğrenciye yaygın eğitim hizmeti içerisinde din eğitimi hizmeti vermektedir (Belen, 2014: 17).

Türkiye’de manevi bakıma yönelik çalışmalar son yıllarda din psikolojisi alanında yapılan araştırmalarla gelişmeye devam etmektedir. Manevi bakım “Spiritual Care” kelimesinin tercümesidir. Özdoğan (2012), “1. Din Psikolojisi ve Manevi Bakım Çalıştayı’nda” “bakım” kelimesini şu şekilde açıklamıştır: “Bakım kelimesi “care”, danışmanlık ve rehberliğin yanı sıra tedavi etme ve destek vermeyi de kapsayan geniş bir anlama sahiptir.” On yıldan bu yana “Ulus Devlet Hastanesi’nde Ankara Üniversitesi’nde Din Psikolojisi Anabilim Dalında yüksek lisans ve doktora yapan öğrencilerden müteşekkil bir grup, Sağlık Bakanlığı ile imzalanan protokola bağlı olarak manevi bakım uzmanı olarak gönüllü bir şekilde görev almaktadır” (Belen, 2014: 18).

### 3. Dini ve Manevi Danışmanlıkta Kuramlar

Din ve maneviyat, bireyin bütün tecrübe, davranış ve duygu dünyası ile pozitif veya negatif açıdan sürekli bir ilişki halinde olmuştur. Bu ilişkiye rağmen psikoloji bilimi, bireyin “dindarlığının altında yatan psikolojik süreçlere fazla ilgi göstermemiştir. 20. Yüzyılın büyük bir bölümünde psikoloji bilimi, din ve maneviyatı görmezden gelmiştir. Amerikan Psikoloji Derneği’nin Din Psikolojisine ait olan 36. Bölümü resmîyette 1976’yılında kurulsada da 1980’e kadar alan ile ilgili kapsamlı ve sistematik kayıtlara rastlanılmamıştır” (Paloutzian ve Park, 2013). Son yıllarda sofist yöntem ve veri analiz metodunu kullanan birçok nicel ve nitel araştırma psikoloji literatüründeki yerini almıştır. Din psikolojisi ise psikoloji ile entegrasyona başlamıştır (Hill, 2013). Bu alanda çalışan akademisyenleri ilgilendiren en önemli hususlardan birisi de teoriye olan gereksinimdir. Bilim adamları, din psikolojisi sahasında yapılan çalışmaların veriler açısından iyi olduğunu fakat teorik açıdan zayıflığına vurguda bulunmuşlardır.

Din psikolojisinin diğer alanlarında olduğu gibi din ve maneviyat alanında da birçok veri olmasına rağmen kuramsal çerçeve oluşturma anlamında zorluklar ve güçlükler bulunmaktadır. Din ve maneviyat danışmanlığında hangi teorilere dayandırıldığı farkında olunması bu sahada yapılacak pek çok araştırma için önemlidir. Araştırmamızın bu kısmında din ve maneviyat “alanında çalışma yapmak isteyen araştırmacılar için din ve maneviyatın içerisinde yer aldığı kuram ve terapi” metotlarına değinilmiştir.

#### 3.1. Hümanistik Psikoloji

Hümanistik psikoloji, davranışçılığın ve psikanalizin karşısında “üçüncü güç” olarak 1960’ların başlarında doğmuştur. Psikanaliz ve davranışçılık 20.yüzyılda psikolojiye hakim iki görüştür. Psikanaliz, “davranışlarımızın bilinçaltından gelen saldırganlık ve içgüdü tarafından yönlendirildiğini” savunurken; davranışçılık ise “davranışlarımızın öğrenilerek kazanıldığını iddia ederek bireyi bir fare gibi” ele almıştır. Hümanistik yaklaşım ise, varoluşçu psikolojinin felsefesinden önemli oranda etkilenmiş ve bireyi gelişim gücü çok yüksek bir varlık olarak değerlendirmiştir. “Carl Rogers ve Abraham Maslow” gibi psikologların araştırmaları hümanistik kuramının ilerlemesine önemli oranda katkı sağlamıştır. Bu bilim adamlarına göre her insanda “*kendini gerçekleştirme potansiyeli*” bulunmaktadır. “Geleneksel psikoloji maneviyatı uzun zamandır göz ardı etmiş ve bilimsel olmadığı gerekçesiyle maneviyatla ilgilenmemiştir. Abraham Maslow ise maneviyatın psikoloji içerisinde bulunması gerektiğini” belirtmiştir (Frager, 2009). Maslow (1996), “*Freud bize psikolojinin hastalıklı yönünü gösterdi, artık onun sağlıklı yanını da ortaya çıkarmamız gerekiyor*” diyerek, bireyin nasıl daha mutlu, iyi ve üretken olabileceği üzerinde uğraşmıştır.

### 3.2. Pastoral Psikoloji

Bu kuram din ve psikolojiyi birleştiren bir yaklaşım olarak Anton Boisen öncülüğünde 1900'lü yıllarda ortaya çıkmıştır. Literatürde dini bakım ve danışmanlık veya dini danışmanlık biçiminde adlandırılmaktadır. Pastoral psikoloji “cemaatin din görevlileri tarafından kilise ve cemaat üyelerine yapılan manevi destek, tavsiye ve yardımdır” (Özdoğan, 2006). Bu kuram Hristiyanlık inanisından doğmuş ve daha sonra diğer dinleri de içine alacak biçimde genişlemiştir. Türkiye’de dini ve manevi danışmanlık kuramsal anlamda pastoral psikoloji ile ilişkilidir (Söylev, 2014). Pastoral psikoloji daha çok klinik psikoloji ve manevi dini danışmanlık arasında sınır bölgede bulunmaktadır. Pastoral danışmanlık ciddi psikolojik problemlerle ilgilenmez. Pastoral psikoloji günlük hayatta karşılaşılabilecek ve patolojik düzeyde olmayan sorunlarla ilgilenir. Manevi ve dini danışmanlıkta sunulacak olan konuların din ile ilgili olması ve bunu danışanın istemesi gerekmektedir (Şirin, 2014). Dini ve manevi danışmanlık ve pastoral psikolojinin betimlenmesi ve bunlardaki farklılıkların ve benzerlerinin ortaya konması ve yapılacak olan çalışmalarda ortaya çıkabilecek belirsizliklerin giderilmesi açısından önemli görülmektedir.

### 3.3. Logoterapi

Viktor Frankl tarafından kurulan logoterapi, varoluşçu felsefenin de etkisi ile bireyi bütüncül bir yaklaşımla ele alan diğer bir yaklaşımdır. Logoterapi, Yunanca *logos*, “anlam, içerik” ve *therapeuein* “bakım, çare bulma, tedavi ve iyileştirme” kelimelerinden oluşmaktadır. Logoterapi, modern problemlere “anlam” etrafında çözümler bulunması gerektiğini belirtir. Logoterapi, varoluş, varlık, özgürlük, sorumluluk ve değerler vb. kavramlar üzerinden kişinin hayatında bir anlam bütünlüğünün olmasına katkıda bulunur (Frankl, 2014a; Bahadır, 2000). Anlam kazandırma yöntemi ile tedaviyi amaçlayan bir psikoterapi akımı olan logoterapiye göre bireyin varlığının amacının iktidar, haz veya kendini gerçekleştirmekten ziyade hayata anlam katmaktır. Zira logoterapiye göre “bireyin varoluşu anlam arayan bir varoluştur. Birey anlamın ne olduğunu bilirse de anlam hakkında bir ön bilgi, beceri ve inanca sahiptir” (Frankl, 2014b). “Anlam arayışı yaşamdaki asıl güdülerdendir. Bu güdü ancak birey tarafından bulunabilir. Logoterapi yönteminde danışan hayatın anlamı ile karşı karşıya getirilerek anlama yönlendirilir. Hayatın anlamına ulaşmasını sağlamak danışanın nevrozunu yenmesini sağlar” (Frankl, 2014c). Logoterapinin kullandığı kaynak ve yöntemleri manevi dini danışmanlık uygulamaları ile bütünleştirerek ülkemizin kültürel ve sosyal yapısına uyumlu yeni terapi yöntemleri geliştirilebilir.

### 3.4. Transpersonel ve Sufi Psikolojisi

1960'lı yıllarda doğan ve "hümanist psikolojinin sınırlarını aşan psikolojide psikanaliz, davranışçılık ve hümanizmden sonra "dördüncü güç" olarak adlandırılan transpersonel psikoloji (Ayten, 2010; Parlak, 2016), modern psikoloji teorilerini mistisizm ile bütünleştirme girişimidir." Transpersonel psikoloji ayrıca insan beyninin aşkın yönleri üzerine çalışmalar yapmaktadır. Transpersonel psikoloji, Abraham Maslow'un girişimleri ile kurulmuştur. Transpersonel psikoloji, insanı bir bütün olarak değerlendirerek her açıdan dengeli bir biçimde geliştirmeyi amaçlar (Frager, 2009). Din, maneviyat ve psikoloji yakınlaşmasını gösteren ekollerden biri olan transpersonel psikoloji, "dini dönüşüm, farklı bilinç halleri, trans ve diğer ruhsal etkinliklerini inceler" (Wulff, 2006).

Maneviyat ile ilgili Batı literatüründe Hristiyan ve Yahudi kültürü bağlamında yapılan uygulama ve araştırmalar bir hayli çoktur. Buna rağmen Türkiye'deki manevi değerler bilimsel anlamda yeterince incelenmemiştir. Kültürümüzde varlığı bulunan Yunus Emre, Mevlana ve Hacı Bektaş-ı Veli gibi değerlerin tekrardan araştırılması gerekir. Tasavvufun "benlikten kurtulma olarak ele alınabilecek sufi psikolojisi manevi değerlerimizi bilimsel alanda araştırma, sistemleştirme ve bilimsel ortamlarda bu değerleri temsil edebilmeyi" hedeflemektedir (Sayar, 2014). Sufi psikolojisi insanın derin bir iç huzurda olmasını sağlar. Sufi psikolojisine göre hayat bir çiledir. Bu çilenin temel nedeni ise "sahip olunan fitrattan ve gerçeklerden uzaklaşmaktır" (Dinçer, 2016). Sufizmin "akıl, ruh ve kalp olmak üzere üç temel bileşeni bulunmaktadır. Hedef bu bileşenlerin uyum içinde çalışmasını sağlayarak huzur ve dengeyi sağlamaktır" (Parlak, 2016). Türkiye'de Mustafa Merter'in önderliğinde gündeme gelen "*Ben Ötesi*" psikoloji de transpersonel psikolojinin sahasına giren özellikle de sufi psikolojisiyle ilgili araştırmalar yapmaktadır. Özellikle Dini ve manevi uygulamalarında yerel uygulamaların kullanılması ile ilgili yapılacak araştırmalarda transpersonel psikoloji ve daha özelde sufi psikoloji araştırmalarına başvurmak faydalı olacaktır (Ayten, 2017: 30).

### 4. Depremler ve Dini ve Manevi Başa Çıkma

İnsanları aniden ve hazırlıksız yakalayan doğal felaket ve depremler, bireysel olmasının yanı sıra toplumsal anlamda da çok boyutlu sonuçlar doğurmaktadır. Can ve mal kaybı, ölüm ve yaralanma tehdidiyle karşılaşmak, bireyin alınganlığına yaşam akışını alt üst eder. Deprem anına kadar sistemli bir biçimde ilerleyen mekanizmalar ve planlar bozulur. Toplumsal düzen ve roller bozularak gerçeklik algısı değişir. Bilhassa deprem gibi ne zaman önceden kestirilmesi zor olan felaketlerin meydana getirdiği belirsizlik ortamı güvensizlik duygusunun oluşmasına

ve anlam sisteminin kaybolmasına neden olur. Bu güvensizlik ve belirsizlik duygusu, felakete uğrayanların kendi yaşamları üzerindeki kontrol yeteneklerinin azalmasına sebep olur. Bütün bu ani olaylar, sonuçta kaygı, stres, çöküntü ve gerilimlere sebebiyet verir.

Toplumsal birlik, beraberlik ve kitlesel paylaşım yanında dini inanç, ibadet ve pratikler depremzedeler için teselli ve güç kaynağı olmuştur. Diğer bir ifadeyle, dini inanç, ibadet ve pratikler depremin sebep olduğu kaygı ve sıkıntılarla başa etmede insanlara tahammül ve dayanma gücü vermiştir. Dinin en etkin görevlerinden birisi de anlam arayışı bağlamında bireyi belirsizlik duygusundan kurtararak ona yeniden özgüven kazandırmasıdır. İnsanın başına gelen negatif olayları anlamlandırmada din insanlara yardımcı olarak onları belirsizlikten kurtarmaktadır. Dini inanç, ibadet ve pratikler felaketleri anlamlandırmanın da ötesinde bu felaketlerin sebep olduğu acı ve kayıplara göğüs germe noktasında da bazı katkıları sağlamaktadır. Din, Allah ve ahiret inancı sayesinde kayıpların kabullenilmesini kolaylaştırarak depremzedelere umut ve iyimserlik gibi ruh sağlığı yönünden pozitif duygular kazandırır. Cemaat, ibadet ve dualar gibi dini nitelikli faktörler de başa çıkma sürecine katılmakta ve depremzedelerin ruhsal çöküntü risklerine karşı tahammül gücü vermektedir (Küçükcan ve Köse, 2000: 142). Dini inancın çok boyutlu etkilerinden biri de kabullenme ve anlamlandırma sürecinde gözlenmektedir. Kendi kontrol yeteneği dışında negatif tecrübe yaşayan inançlı kişiler bilhassa bu olaylar doğal felaketler gibi geniş ölçekli ise kayıpları çok da olsa bunlara metafiziksel bir atıfta bulunmakta ve başa gelen bu olayların Allah tarafından olduğuna kanaat getirmektedirler. Böylesi bir inanç ilk bakışta kader anlayışına yatkın gibi gözükse bile deprem felaketini yaşayan bireyler için bir anlam ihtiva etmektedir. Bu da onların belirsizlik duygusundan kurtulmalarını sağlayarak yeniden normal hayata dönülmesini olanak tanımaktadır (Küçükcan ve Köse, 2000: 143).

Dua, pek çok problemin çözümünde kullanılan (Hood ve ark., 1996: 390-391) canlı ve anlamlı bir zihinsel başa çıkma yöntemidir (Holahan ve Mous, 1987: 949). Dua, sırasında birey Allah ile ilişki kurarak ve ondan yardım talep eder. İnsan dua yaptığı sırada Allah'ın huzurunda olduğunun şuuru içerisinde bulunur. Dua eden insana göre Allah her şeyi yapabilecek ve her şeye gücü yeten dolayısıyla insanın bütün ihtiyaçlarını da karşılayabilecek bir varlıktır. Birey taleplerinin, dileklerinin ve ihtiyaçlarının kabul edileceği ümit ve beklentisi içerisinde Allah'a güven duyar (Hökeleki, 1998: 214). Deprem anında da depremzedeler "Allah'a dua ederek, yaşadıkları sıkıntılı anlarda Allah'tan yardım isteme, ona hallerini sunma ve onun kendilerine güç ve kuvvet vermesini isteme" davranışında bulunmuşlardır. Deprem sırasında ve akabinde de dua edenlerin nasıl dua ettikleri sorulduğunda yarısından fazlası Allah'ın bizzat kendilerini muhafaza etmek için yardım istediklerini, %29'u Allah'ın kendilerine "güç ve kuvvet vererek" bir



an önce bunu atlatmayı istedikleri, deprem sona erdikten sonra %15'i de canlı olduklarına sevindikleri için duaya başvurduklarını ifade etmişlerdir. Depremzedeler, Allah'a duada bulunarak dini başa çıkma aşamasındaki üç faktörden ikisini yerine getirmişlerdir. Bazı depremzedeler Allah'ın kendilerine yardım etmesini ve güç vermesini isteyerek Allah ile olan sorunu çözmeye çalıştığı, bazıları da Allah'ın korumasını talep ederek Allah'ın buna karışmasını bekleme davranışını sergilediği ifade edilebilir (Hood ve ark., 1996: 396). Zira dini başa çıkma ile ilgili gerçekleştirilen bir araştırmada başa çıkma sırasında üç farklı yöntem belirlenmiştir. Bu yöntemlerden “erteleme metodunda insanların yaşadıkları stres karşısında hiçbir şey yapmadan Allah'ın duruma müdahale etmesini bekleme” eğilimi gösterirken; işbirlikçi yöntemde, “Allah ile, işbirliği yaparak sorunu çözmeye eğilimi” oluşmuştur. “Allah'tan hiçbir yardım beklemeden sorunu bireysel yöntemlerle çözmeye eğilimi olarak ta kişisel yönlendirme davranışı” olmuştur (Shaefer ve Gorsuck, 1993: 137; Pargament ve Park, 1997: 47). Dini başa çıkma yöntemlerinden olan ve felakete uğrayanların da deprem sırasında başvurdukları duaya yönelme davranışı insanın doğuştan gelen bir davranışı ve en önemli manevi ihtiyacıdır. James'a göre dua, istek ve ihtiyacı, “insan varlığının derinlerinde yer alan sosyal benlik” ile ilgilidir. Zira “sosyal benlik, ihtiyacını duyduğu mükemmel kusursuz arkadaşını ancak ideal bir dünyada bulabilir. Ayrıca birçok felaket karşısında sosyal benliğin dağılıp çözülmesi durumunda, içinde böyle deruni bir sığınak olmayan bir dünya insan için korkunç bir cehennem olur.” Bu bakımdan çoğu insan “ideal ve eksiksiz” bir dünya özleminin duygusunu tecrübe eder (Hökelekli, 1998: 219). Nitekim dua bunun gibi bir özlemi açığa çıkarır. Bu açıdan dine yüz çevirmiş veya dine karşı ilgisi olmayan bireylerin dahi ani kaza esnasında, yaralanma ya da bir hastalıkta veya ölümle burun buruna geldiği zamanlarda, insanı sıkıntıya sokan hayati bir risk halinde de dualar ve yakarılar dile getirmesi, Hökelekli'nin ifadesiyle “ruhi eğilimlerle sürüklenerek Allah'a başvurması, insan yaratılışının bir özelliğidir. Çaresizlik durumlarının meydana getirdiği dua ihtiyacı, bilinçli benliğin bir zayıflaması, alçalması buna karşılık ruhsal bütünlüğün bir çağrısı veya bir başvurusu olarak yorumlanabilir.” Bir başka ifadeyle, “dua ihtiyacının doğması ruhsal varlığın bilinç dışı bir tepkisidir.” Bir başka şekilde de, “derin ruhsal varlığın ortaya çıkmasıdır” denilebilir. Bu açıdan da insanların çoğu, çeşitli nedenlerle dua etmenin ihtiyaç ve arzularını kendi içlerinde hissetmektedirler (Hökelekli, 1998: 219-220). Farklı sebeplerle meydana gelen doğuştan bir davranış olan dua, genelde bireyin tüm ruhsal eylemlerine bir kuvvet ve canlılık kazandırır. Dua sayesinde Allah ile kurulan bağ ve ilahi gücün etkisi, ruhun ihtiyaçlarını yerine getirmeye, korkularını yatıştırmaya ve bu nedenle de dış dünyayı değiştirmeye koyulmaktadır. Dua böylece, normal bir durumda kişinin gücünü artırarak, “bilinç düzeyinin yükselmesine ve anlama kapasitesinin keskinleşmesine” olanak tanır. Korku, kaygı ve sıkıntılı bir durumda ise duanın etkisi, “rahatlama ve yatışma” biçiminde kendini belli eder (Hökelekli,

1998: 228-229) Deprem gibi insanı korkutan felaketler, bireyin sınırlarını bozarak onun cesaret duygusuna zarar verir. Bu gibi haller insanda güven duygusunun kazanılmasına aracılık eder. Nasıl ki bir çocuk karanlıktan korktuğunda annesinden yardım bekliyorsa felaketlerden etkilenen bireyler de yüce yaratıcıdan yardım talep eder. Kişi bu şekilde güven ve cesaret elde eder. Dua eden mü'min bir kişi yaptığı duanın Allah tarafından bilindiğine ve yine onun tarafından fark edildiğine inanır (Peker, 2000: 128). Depremlerin meydana gelmesi aşamasında depremedelerin genellikle dua etme davranışından sonra sıklıkla yaptıkları yakarış biçimleri “salavat, şahadet kelimesi ve tekbir” gibi dini sözlerdir. Tekbir, salavat ve Allah'a yalvarma davranışı, dini inancın problemlerini aşmada dikkate alınan bir davranış biçimidir. Nitekim inanç faktörü, dini başa çıkmada en önemli bir güç kaynaklarından birisidir. Allah ile insan arasındaki bütün ilişkilerde insan açısından Allah “yönlendirici, gözetleyen, destek veren veya problemi çözen” bir özelliğe sahiptir. Varlığı her zaman daim olan bir Allah inancı insanın bazı kötü anlarından olan kaygılı ve sıkıntılı durumunu daha anlamlı bir hale getirir (Hood ve ark. 1996: 393). Nitekim afet durumu ile karşı karşıya kalan insan varlığının tehlike altında olduğunu hisseder. Birey, yaşadığı bu sıkıntılı durum nedeniyle sağlığını, hayatını yitirme ya da “kendisi için önem taşıyan” işini, saygınlığını, “maddi varlığını vs. kaybetme” kaygısı yaşar. Bu durum insanı baskı altına alarak mutsuz ve huzursuz eder (Baltaş ve Baltaş, 1998: 100). Böyle bir halde insan kendisini yalnız ve çaresiz hissederek onu bu durumdan kurtarabilecek bir yardımcıya muhtaç olur. Birey, güvenebileceği, dayanacağı bir yere ihtiyaç duyar. İşte tam bu noktada dini inancın endişe üzerindeki pozitif fonksiyonu, bireydeki varlığını tehdit eden “stres, baskı, kaygı, yok olma korkusu üzerinde yapacağı etkide” aranmalıdır (Öner, 1985: 16). Birey deprem durumunda dini inancı vasıtasıyla kendisine yardım edeceğini düşündüğü, her şeyi bilen ve her şeye gücü yeten bir varlık olarak Allah'a dayanır ve ona güvenir. Bu güven duygusu sebebiyle insan huzura kavuşarak karamsar duygulardan uzaklaşır (Öner, 1985: 35; Peker, 2000: 245). Allah hem afet, kaygı, ümitsizlik, sıkıntı, bunalma ve korku hallerinde insana yardım edecek üstün bir güç, hem de mutluluk ve sevinç zamanlarında insanın sevgi ve şükran duygularını arz edebileceği ilahi bir kuvvettir. Birey bu nedenle hem duygusal çökkünlük hem de taşkınlık hallerinden kurtulur ve dengeli bir kişilik kazanır (Peker, 2000: 245). Depremlerin deprem esnasında yaşadıkları endişeli halden baş etmede başvurdukları diğer bir davranış biçimi de o sırada ölümü ve ahiret hayatını düşünerek kendilerini rahatlatmak olmuştur. Onlar, bu duygularla yaşadıkları kaygılardan kurtulacaklarını, Allah'a ulaşacaklarını ve ahirette güzel şeylerle karşılaşacaklarını hayal etmişlerdir. Ölüm olgusunun bireylerde uyandırdığı tepkilerin ortak bir yönü olsa da genelde bu olgu çok değişik ve karmaşık ifade biçimleri altında ortaya çıkmaktadır. Ölüm karşısındaki tepkiyi çoğu insan kendi tavrına göre gösterir. Bu bireysel tutumun biçimlenmesinde de tıbbi, dini, ekonomik ve ideolojik değişik faktörlerle birlikte

sosyal ve kültürel çevrenin ölümü kapsayan kavramların, eleştirel yargıların veya duygusal değerlendirmelerin önemli fonksiyonu vardır (Hökelekli, 1998: 152). Bazı bireyler dini, yaşamlarının en önemli bir parçası olarak görürler. Bu bireyler, içselleştirilmiş biçimde dini uygulamalara yönelirler. Fakat dini daha uzak bir biçimde yaşayan bireyler için din pek fazla bir anlam ifade etmez. Din onların hayatlarının da bir parçası değildir (Pargament, 1990: 210). Bazı depremzedeler ise felaket anlarında ölümün bir hayat gerçeği olduğunu anlayarak bu esnada rahatlamaya çalışmaktadırlar. Onlar ahireti düşünerek dini inançları sebebiyle özel bir takım nimetlere kavuşacaklarını ummaları onların dini inanç ve değerlerinin temel hareket noktasıdır (Peker, 2000: 248). Zira yapılan çalışmalarda kuvvetli bir dini inanca sahip olanların ve iç güdümlü dindarların (Hökelekli, 1998: 77) ölümü daha kolay kabul ettikleri ve ölümden pozitif anlamlar çıkardıkları görülmüştür (Hood ve ark., 1996: 389). Depremzedelerin “dini başa çıkma metodu” olarak gerçekleştirdikleri bir diğer davranışın ise “namaz kılma” ve “Kur’ân okuma” olduğu görülmektedir. Afet, deprem ve kriz zamanlarında bireylerin Allah'a yöneldikleri bilinmektedir. Bu durum, ister faydacı veya dış güdümlü dindarlığın (Hökelekli, 1998: 76) bir ifadesi olsun, isterse basit bir insanın eğilimi olsun, evrensellliği tartışılmaz bir durumdur (Hood ve ark., 1996: 386). Bu konuda yapılan çalışmalarda farklı kaygı, sıkıntılı ve bazı kriz zamanlarında insanların Allah'a ibadet ettikleri ve bazı dini davranışları yaptıkları görülmektedir. İnsanın Allah'a olan inanç ve samimiyetini simgeleyen bütün davranışları içeren ibadetlere (Hökelekli, 1998: 233) yönelik bazı eylemleri insanların sıkıntı ile başa çıkma davranışı olarak da gerçekleştirdikleri tespit edilmiştir. Kilise de ibadet etmenin öneminin araştırıldığı bir çalışmada “kiliseye devam etmenin sıkıntının sebep olduğu endişeyi azalttığı” tespit edilirken (Hood ve ark., 1996: 386) merasim gibi dini törenlere katılmanın, dua etmenin, kutsal metinleri okumanın “zihin sağlığını ve yaşanan olayın genel ve dini sonuçlarını pozitif olarak etkilediği” görülmüştür (Pargament ve ark., 1998: 779). Genel olarak yapılan dini ibadetler insanın hem kendisini hem de çevresi ile olan ilişkilerini düzenler. İslamiyette yapılan ibadetler ise kişiliğin bazı yönlerini geliştirir ve olgunlaştırır. İbadetlerin her çeşidi biri diğerini tamamlayan bir “eğitim” programı olarak anlaşılabilir. Deprem sırasında bazı depremzedelerin namaz kılarak ya da Kur’ân okuyarak Allah'a yönelmek suretiyle yaşadıkları sıkıntılı ve kaygılı duruma katlanmak, için Allah'tan yardım istemeye çalıştıkları ifade edilebilir. Depremzedeler böylece hali hazırdaki sıkıntılı durumla baş etme yönünden hem ibadet etmeye ve hem de bazı dini davranışları yapmaya başvurdukları görülmektedir. Bununla birlikte depremden sonraki gün ve daha sonraki ilk günlerde camilerin kalabalıklaştığı da genellikle belirtilen durumlardır. Bu durum ibadetlerin hem sosyal dayanışma ve hem de sosyalleşme boyutunun bir göstergesi olduğu şeklinde yorumlanabilir. Çünkü ibadetler bireyi sadece Allah ile yakınlaştırmakla kalmaz diğer insanları da birbirleriyle yaklaş-

tırır ve onlarla sıcak ve samimi ilişkiler kurmaya yönelir. Benzer duygu ve düşüncelerle bir araya gelen insanlar, tek bir amaç uğruna veya ortak bir hedefe yönelerek birlik oluştururlar. Tek bir vücut olurlar. Genellikle “cemaatleşme” durumunda “duygu hassasiyeti” doruğa ulaşır. Heyecan derinleşerek irade kuvvet kazanır (Hökelekli, 1998: 245). Bu açıdan depremzedeler de yaşadıkları gerginlik ve sıkıntı durumunu aşmada birlikte olma, birbirlerine destek olma gibi bazı sosyal dayanışmaya yönelik sorunların üstesinden gelmek için camiye gidebilirler. Depremzedelerin bazıları “dini başa çıkma” stratejileri içerisinde “negatif dini başa çıkma” yöntemlerinden olan Allah'tan memnun olmamayı içeren Allah'a öfkelenme ve kızma (Pargament ve ark., 1998: 711) davranışını göstermişlerdir. Yaşadıkları sıkıntının kaynağı olarak Allah'ı gösterme ve problemin kaynağını “Allah'a atfederek, Allah'ı suçlama” ile kişi “manevi hoşnutsuzluğunu” dile getirir. Bu yüzden problemin kaynağını Allah olarak gösterip kendisini rahatlatmaya çalışır. Fakat negatif dini başa çıkma yöntemleri kişinin ruh ve beden sağlığını negatif yönde etkilemektedir (Pargament ve ark., 1998: 720-721). Nitekim öfke, kızgınlık ve suçlama gibi davranışlar kişinin ruh ve beden sağlığını bozar (Efron, 1997: 29). Negatif dini başa çıkma yöntemlerine başvuran insanlarda bazı psikolojik sorunların da etkisiyle felsefede yer alan, dünyadaki savaşların, hastalıkların ve felaketlerin varlığının adil Tanrı anlayışıyla çeliştiğini içeren ve bunların Tanrı'nın var olmadığını kanıtı olarak ele alınabileceği anlayışına dayanan kötülük probleminin (Aydın, 1987: 168-169) yansıma biçimi olarak değerlendirilebilir. Depremle ilgili olarak dini başa çıkma yöntemlerinden biri de yaşanan bu deprem felaketlerinin, Allah'ın insanları bir cezalandırması olarak görülmesidir. Kendileriyle görüşülen depremzedelerin %63'ü deprem felaketini Allah'ın bir cezalandırması olarak algılamışlardır. Aynı biçimde depremden söz eden yayınlanmış bazı kaynaklarda da depremi tecrübe eden veya depremlerle ilgili değerlendirme yapan pek çok bireyin de olaya bu tarzda bir yaklaşımda bulunduğu görülmektedir. Pargament, stres kaynağını Allah'ın cezalandırması olarak ele almanın dini başa çıkma yöntemi olarak kullanıldığını belirtmektedir (Pargament, 1990: 202). Tecrübe edilen bir olayın Allah'ın cezalandırması olarak düşünülmesi, başa çıkmanın bilişsel boyutunda bulunan olaya anlam verme gayreti olarak ele alınabilir (Pargament, 1990: 202; Hood ve ark., 1996: 378). Sorun merkezli başa çıkmada ilk etapta yaşanan olaya anlam verme, bilişsel açıdan olayı tanımlama ve tanıma söz konusudur. Böylece kişi karşılaştığı olay veya problemi anlamlandırarak bu anlam etrafında probleme veya olaya yaklaşmaktadır. Lazarus ve Folkman, Shaespeare'nin “İyi veya kötü diye bir şey yoktur, insanların düşünceleri her şeyi iyi veya kötü yapar” sözünden hareketle Shaespeare'nin “çok nadir yurt dışına çıkmasına rağmen yazdığı eserlerin çoğunda bireyin içinde bulunduğu koşulların, karşılaştığı olay ve problemlerine verdiği tepkilerdeki belirleyici rolüne işaret eden dizelerle dolu olduğuna dikkat çekerek anlam vermede bireyin kendi

algı sisteminin rolünü” vurgulamışlardır (Lazarus ve Folkman, 1986: 24). Depreme yakalanan kişiler de yaşadıkları bu amansız durumu kendilerinin yapmış oldukları bir kötülükten dolayı Allah’ın kendilerini cezalandırdığını düşünmüşlerdir. Depremi yaşayanlara niçin böyle düşündükleri sorulduğunda çoğu depremde toplumun bozulduğunu haksızlıkların arttığını zinanın yaygınlaştığını ve kul hakkının daha çok ihlal edildiğini vb. nedenleri sıralamışlardır. Hatta insanların aşağılandığını veya hor görüldüğünü insanın bir değerinin olmadığı gibi duygu ve düşüncelerle Allah’ın insanları cezalandırdığını ifade etmişlerdir. Depremzedelere göre eskiden helak olmuş toplumlarda da felaketler yaşanmıştır. Onlara göre bu tür felaketlerin olmasında Allah o toplumlara ceza vermiştir. Bu ilahi cezalandırma Kur’an’da geçmektedir. O zaman da toplumda ahlaksızlıklar artmış dini emir ve yasaklar ihlal edilmiş ve sonuçta Allah’ın emri dışına çıkmıştır. Onlara göre bugün de aynı durum söz konusudur. İşte depremzedeler bu doğal felaketlerin sebebini ve kaynağını “ilahi Ceza”ya dayandırmaktadırlar (Cüceloğlu, 1999: 144-153). Öztürk ise bu Allah’ın cezalandırması olayına karşı çıkar. Ona göre Marmara depreminde böyle bir durumdan bahsedilemez. Zira böyle bir ilişki kurmak yanlıştır. Öztürk bu depremlerin bir uyarı niteliğinde olduğuna (Güler, 1998: 136) dikkat çekerek düşüncesini şu şekilde ifade etmiştir: “İki hafta önce yaşadığımız gibi birkaç şehirde birden deprem olması Kur’an-ı Kerim’de anlatılanlar gibi değildir. İnsanlar bu ikisini birbirine çok karıştırıyor. Orada da depremi yansıtan sahneler olmuştur. Ancak o depremde o medeniyeti temsil eden ne kadar insan varsa hepsi helak olmuştur. Bu bizim karşılaştığımız bir uyarıdır. Cenab-ı Hak son peygamberimiz Hz. Muhammed’e kadar hep ihtarda bulunmuş, en sonunda topyekün cezalar vermiştir. Bu gün insanlar Kur’an-ı Kerim’deki bu örneklerle bakıp Allah’ın bizi cezalandırdığını düşünüyorlar. Bu yanlış, eğer öyle olsaydı, alını secedeyken enkaz altında kalmış yaşlı kadınlar, kundaktaki bebeklerden önce başkaları ölürdü. Bu bir uyarı, bir helak değil. Allah hiçbir zaman masum insanları cezalandırıp kötülerini arkada kendi keyiflerine bırakmaz. Hz. Muhammed’in dönemi öncekilerden farklıdır. Çünkü kıyamete kadar peygamber gelmeyecek. Yani kıyamete kadar, bir daha ümmeti Muhammed toptan helak olmayacak. Artık dünya toptan cezalandırmayı kıyametle yaşayacaktır. Bundan önce Allah hep ihtarlar da bulunacaktır” (Öztürk, 1999: 195-196). Esasında her çeşit doğal afetlere ve insanın en çok kayıplar verdiği depremlere anlam atfetmede “Cezalandırma” kelimesi uygun düşmemektedir. Zira depremleri veya doğal afetleri bir uyarı veya ikaz olarak değerlendirmek akla daha yakın görülmektedir. Çünkü önce sorunun açıklanması ve anlamlandırılması gerekmektedir. Deprem uyarı biçiminde algılanması “depremin meydana gelişini, binaların yıkılma sebeplerini, bizim deprem karşısında takındığımız tutum ve davranışlarımızı, nedenlerimizi daha iyi tespit etmemize ve buna yönelik çözümler üretmemize yardımcı olabilir.” Depremi cezalandırma olarak algılanması, kişide Allah’a gü-

vensizlik ve kendisine yönelik suçluluk duygusunun oluşmasına neden olur. Nitekim olumsuz yaşam koşullarını Tanrı'nın bir cezası olarak telakki etmenin ve dini memnuniyetsizliğin olumsuz hayat olayı ile başa çıkmayı ve olaya uyum sağlamayı engellediğine dikkat çekilmiştir.

## Sonuç

İnsanlar deprem gibi doğal afetler ile karşı karşıya kaldıklarında onlarla nasıl başa çıkılabileceğinin ve hangi yöntem ve metotlara başvurulabileceğinin bilinmesi birey için son derece önem arz etmektedir. Çünkü sorunun üstesinden gelmek bireyin yaşamını kolaylaştırmasının yanında daha sonra meydana gelecek problemler içinde bilgi ve tecrübe kazanmasına olanak tanır. Bu sebeple insanın hayatında yaşadığı problemlerin yanında onları nasıl çözüme kavuşturacağı meselesi de da üzerinde durulması gereken bir noktadır. Yaşanılan problemin niteliğine göre çözümlerin de uzun veya kısa olması gerekebilir. Zira büyük çapta meydana gelebilecek bir felakette tek bir çözüm yetmeyebilir. Çözümde üzerinde durulacak meselenin de çok boyutlu ve iyi organize edilmiş olması önemlidir. Türkiye'de büyük bir üzüntü ve acıya sebep olan geniş bir alanda meydana gelen deprem felaketleri de onu yaşayanların karşılaştığı beslenme, barınma, ruhsal sıkıntı ve endişe vb. bireysel problemleri de beraberinde getirmiştir. Buna ek olarak deprem sonrasında önemi daha da artan zemin etüdü, bunun özelliği, deprem karşısında alınması gereken tedbirler vb. ülkemizin genelini ilgilendiren bazı problemleri beraberinde getirmiştir. Bu hususa ayrıca değinilmekte yarar vardır. Bu itibarla özellikle deprem sonrasında manevi ve dini danışmanlık uygulamalarına da ayrıca gerek vardır. Depremi yaşayanların psikolojik desteğe ihtiyaçları vardır. Bu psikolojik desteğin nasıl ve hangi metotlarla yapılması gerektiği önemli bir husustur. Depremlerde başvuru yöntemlerinin en önemlilerinden olan dini ve manevi danışmanlık uygulamaları arasında, çoğu problemim çözümünde kullanılan anlamlı ve aktif bilişsel başa çıkma davranışlarından birisi de dua ibadetidir. Dua bu sebeple pozitif dini başa çıkma yöntemi olarak önemli bir konumda yer aldığı görülmektedir. Daha sonra ise “Şehadet Kelimesi veya salavat ve tekbir” getirerek dini manevi destek sağlama, “ahiret ve ölümü düşünerek” Allah'a kavuşma isteğiyle “ruhsal sıkıntıyı, çaresizliği aşmaya çalışma, namaz kılma ve Kur'an okuma suretiyle Allah'tan yardım talebinde bulunma ve rahatlamaya çalışma” sıralanmaktadır. Pozitif dini başa çıkma metotları arasında yer alan bu konularla beraber negatif dini başa çıkma metodu içerisinde yer alan yaşanılan olayın sebebi olarak “Allah'ı görme ve O'na öfkelenme” tavrının daha az oranda yer aldığı görülmüştür. Bu çalışma açısından önem taşıyan bir konu da, depremedelerin önemli bir çoğunluğunun depremin “Allah'ın bir ceza vermesi” şeklindeki görüşleridir. Bu çalışmada, depremedeler tarafından özellikle “Kur'an'da helak

edilen toplumların örneği baz alınarak ahlaki, toplumsal ve dini bazı bozulmaların böyle bir cezalandırmaya neden olduğu” belirtilmiştir. Ancak bu çalışmada dikkatten kaçan bazı konuların önemli olduğu görülmektedir. Nitekim Kur’an’da misal olarak gösterilen “Nuh, Lut, Semud ve Ad” gibi toplumların helak edilmesindeki ortak noktanın, o toplumların kendilerine gönderilen peygamberlere yaptıkları “tehdit ve işkencelerin onları yalanlamaları neticesinde peygamberlerin hayatlarının ve kendilerine Allah tarafından gönderilen prensiplerin koruma altına alınmasının olduğu” ifade edilebilir. Ayrıca insanlığın başına gelen felaket ve depremleri Allah tarafından gelen bir ceza olarak nitelendirmek psikolojik veya manevi olarak onunla başedilmesini güçleştirmektedir. Zira böyle düşünmek insanlarda aşırı suçluluk veya günahkârlık duygusu yaşanmasına sebebiyet verebilir. Allah zaten kutsal kitapların hemen hemen hepsinde bazı felaketlerden bahsederek kavimlerin yok oluşlarından söz eder. Kavimlerin haddi aşmalarından dolayı onları yok eder. Fakat deprem ve sel gibi felaketleri Allah’ın bir cezası olarak düşünmek yerine insanın kendisini hesaba çekmesi anlamında ele alabilirsek daha doğru bir yaklaşımda bulunmuş olacağız.

## Kaynakça

- Aydın, M. (1987). *Din Felsefesi*. İzmir.
- Ayten, A. (2010). *Din Psikolojisi: Dine ve Maneviyata Psikolojik Yaklaşımlar*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ayten, A. (2017). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Teori ve Uygulama Alanları*. A. Ayten (Ed.). İstanbul: Dem Yayınları.
- Bahadır, A. (2000). Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 9(9), ss. 739-760.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (1998). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, İstanbul.
- Belen, F. Z. (2014). *Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve uygulanması*. Doktora Tezi Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Cüceloğlu, D. (1999). *Anlamlı ve Coşkulu Bir Yaşam İçin Savaşçı* (Vol. 220). Sistem Yayıncılık.
- Dinçer, M. (2016). Legacy of an Anatolian Sufi From a Psychological Perspective: Case of Yunus Emre. *Spiritual Psychology and Counseling*. 1(1), ss. 27-45.
- Düzgüner, S. (2013). Ruh-Beden ve İnsan-Aşkın Varlık İlişkisine Yönelik Psikolojik Yaklaşımın Tarihi Serüveni. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 45, ss. 253-284.
- Efron, R. P. (1997). *Heran Öfkelimisiniz?*, (S. Eren, Çev.). Ankara.
- Emmons, R. A. & Paloutzian, R. F. (2001). Din Psikolojisi (A. Ayten, Çev.). *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 21(2), ss. 105-124.
- Esendir, N. (2016). *Sağlık Çalışanlarının Maneviyat ve Manevi Bakım Algısı: İstanbul Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fragar, R. (2009). *Manevi Rehberlik ve Ben Ötesi Psikolojisi Üzerine Paylaşımlar* (Ö. Çolakoğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Frankl, V. E. (2014a). *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*. (V. Atayman, Çev.). Ankara: Say Yayınları.
- Frankl, V. E. (2014b). *Psikoterapi ve Din*. (Z. Taşkın, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Frankl, V. E. (2014c). *İnsanın Anlam Arayışı*. (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okyanus Yayınları.



- Güler, İ. (1998). *Allah'ın Ahlakiliği Sorunu*, Ankara.
- Hill, P. C. (2013). Din Psikolojisi ve Maneviyat Araştırmalarında Ölçme: Mevcut Durum ve Değerlendirme. A. Ayten ve İ. Çapcıoğlu (Ed.) (Çev.), *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve ilgi Alanları* içinde (ss. 61-102). Ankara: Phoenix Yayınları.
- Holahan, C. J., ve Mous, R. H. (1987). "Personal and Contextual Determinants of Coping Strategies", *Journal of Personality and Social Psychology*, 52/5.
- Hood, R. W., ve Arkadaşları. (1996). *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York, London: The Guilford Press.
- Hökelekli, Hayati. (1998). *Din Psikolojisi*. Ankara.
- (<http://www2.diyamet.gov.tr/DinHizmetleriGenelMudurlugu/Sayfalar/Tanitim.aspx>)
- Kılınçer, H. (2017). Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (MDR) üzerine: Psikoloji, İlahiyat ve Tıp Alanlarında Maneviyat ve MDR Algısı. [içinde] ed. A. Ayten. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Teori ve Uygulama Alanları* (ss. 19-60). Dem Yayınları.
- Küçükcan, T. & Köse, A. (2000). *Doğal Afetler ve Din*. İstanbul: TDV Yayınları.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. *Dynamics of stress: Physiological, psychological and social perspectives*, 63-80.
- Maslow, A. H. (1996). *Dinler, Değerler, Doruk ve Deneyimler* (H. K. Sönmez, Çev.). İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Öner, N. (1985). *Stres ve Dini İnanç*. Ankara.
- Özdoğan, Ö. (2006). İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2, ss. 127-141.
- Özdoğan Ö. (2012). "Palyatif Bakımda Manevi Yaklaşım". *I. Ulusal Din Psikolojisi ve Manevi Bakım Çalıştayı Çalıştay Tebliğ Kitabı*. s. 40-49.
- Öztürk, Y. N. (1999). *Depremin Gösterdikleri*, İstanbul.
- Paloutzian, R. F. & Park, C. L. (2013). Bugünkü Psikoloji Biliminin Bütünleyici Konuları. A. Ayten ve İ. Çapcıoğlu (Ed.) (Çev.), *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve ilgi Alanları* içinde (ss. 61-102). Ankara: Phoenix Yayınları.

- Pargament, K. I. (1990). *God Help me: Toward A Theoretical Faremework of Coping for Psychology of Religion Research in the Social Scientific Study of Religion*, 12.
- Pargament, K. I., ve Park, C. L. (1997). "In Times of Stress; The Religion-Coping Connection", *The Psychology of Religion, Theoretical Approaches* (içinde), Ed; Bernard Spilks ve Daniel N. McIntosh, U.S.A.
- Pargament ve ark, (1998). "Pattern of Positve and Negative Religious Coping with Major Life Stressor" , *Journal for the Scientific of Religion*, 37/4.
- Parlak, S. (2016). Manevi Danışmanlığın Gelişimi. H. Ekşi ve Ç. Kaya (Ed.), *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Peker, H. (2000). *Din Psikolojisi*. Samsun.
- Sayar, K. (2014). *Sufi Psikolojisi* (9. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Schaefer, C. A., & Gorsuch, R. L. (1993). Situational and personal variations in religious coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 136-147.
- Söylev, Ö. F. (2014). *Türkiye’de Dini Danışma ve Rehberlik-Alanları, İmkanları ve Yöntemleri: Diyanet İşleri Başkanlığı Örneği*, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Şirin, T. (2014). *Dini Danışma ve Rehberlik İhsan Modeli*. İstanbul: Mim Akademi.
- TDK. (2006). Türk Dil Kurumu, *Maneviyat*, Retrieved June 02, 2016.
- Wulff, M. D. (2006). Transpersonel (Benötesi) Psikoloji (A. U. Mehmedoğlu ve S. Uysal, Çev.). *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 30, ss. 243-254.
- Zinnbauer, B. J. & Pargament, K. I. (2013). Dindarlık ve Maneviyat. A. Ayten ve İ. Çapcıoğlu (Ed.) (Çev.), *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımları ve ilgi Alanları* içinde (ss. 61-102). Ankara: Phoenix Yayınları.