



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Abdullah AKSOY

FELSEFİ DANIŞMANLIK: SORUNLAR VE YAKLAŞIMLAR

Felsefe Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2019



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Abdullah AKSOY

FELSEFİ DANIŞMANLIK: SORUNLAR VE YAKLAŞIMLAR

Danışman

Prof. Dr. Hasan ASLAN

Felsefe Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2019

**Akdeniz Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,**

Abdullah AKSOY'un bu çalışması, jürimiz tarafından Felsefe Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Süleyman Ertan TAĞMAN (İmza)

Üye (Danışmanı) : Prof. Dr. Hasan ASLAN (İmza)

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Ekin Kaynak ILTAR (İmza)

Tez Başlığı: Felsefi Danışmanlık: Sorunlar ve Yaklaşımlar

Onay: Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Tez Savunma Tarihi : 25/06/2019

Mezuniyet Tarihi : 25/07/2019

(İmza)  
Prof. Dr. İhsan BULUT  
Müdür

## AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Felsefi Danışmanlık: Sorunlar ve Yaklaşımlar” adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımda yazıldığını, yararlandığım bütün eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir; bunu şerefimle doğrularım.

İmza

**Abdullah AKSOY**



## ÖZET

Bu çalışmanın amacı temelinde felsefi sorun olan “yaşamın anlamı”, “değer çatışması” “kimlik arayışı” gibi günlük yaşam sorunlarına felsefenin pratik alanı olan felsefi danışmanlık aracılığıyla ne tarz çözümler üretilebileceğini ortaya koymaktır. Bu kapsamda felsefe nedir, teorik ve pratik felsefe, felsefe ve psikoloji ilişkisinin tarihsel temelleri, felsefi danışmanlık alanına ilişkin tarihsel gelişim süreci, felsefi danışmanlık alanı konuları, felsefi danışmanlık alanında yöntem sorunu, beden-ruh sorunu, psikiyatri alanı ve anormal kavramı, ilaç tedavileri, psikoterapi alanında yaşanan sorunlar ve felsefi danışmanlık ile kişisel bir yaşam felsefesi oluşturma konuları ele alınmıştır. Temel olarak felsefi danışmanlığın sınırlılıkları, diğer psikoterapi türlerinden farklılıkları ve etkililiği değerlendirilmiştir. Sonuç olarak felsefi danışmanlığın İlk Çağ’dan günümüze farklı felsefi yöntemlere dayalı olarak uygulamaları olduğu, danışmanlık boyutun içermesi nedeniyle akademik felsefeden farklılıklar içerdiği, insan yaşamına ilişkin sorunlara günümüzde çözüm üretmede yeterli düzeyde işlevselliğe sahip olmayan diğer danışmanlık ve psikoterapi yaklaşımlarına göre felsefe pratiğiyle alternatif ve etkili bir yaklaşım türü olabileceği öngörülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Felsefi Danışmanlık, Psikoterapi, Psikoloji, Psikiyatri

## SUMMARY

### PHILOSOPHICAL COUNSELING: PROBLEMS AND APPROACHES

The aim of this study is to reveal that kind of solutions can be produced by philosophical counseling which is the practical field of philosophy to the problems of daily life such as “meaning of life”, “value conflict” and “identity seek”. In this context, it is discussed what is philosophy, theoretical and practical philosophy, historical foundations of the relationship between philosophy and psychology, historical development process relationship to the field of counseling philosophy, counseling philosophy issues, method problem in the field of philosophical counseling, mind-body problem, the field of psychiatry and abnormal conception, drug therapies, the problems encountered in the field of psychotherapy, subjects of creating a personal life philosophy with counseling philosophy. As a basis, it is evaluated the limitness of counseling philosophy, differences and effectiveness of other types of psychotherapy. As a result, it is foreseen that practices based on methods different philosophical of counseling philosophy from the antiquity to the modern-day, because of the dimension of the counseling includes differences in academic philosophy, according to other counseling and psychotherapy approaches that do not have sufficient functionality in solving problems related to human life, it will be an alternative and effective approach type with philosophy practice.

**Keywords:** Counseling Philosophy, Psychotherapy, Psychology, Psychiatry.

## GİRİŞ

Bu tezde Türkiye’de ve dünyada gelişmekte olan felsefi danışmanlık alanının neliği ortaya konulmaya çalışılmıştır. Birinci bölümde çalışmaya temel teşkil etmesi ve ön hazırlık olması açısından “Felsefe Nedir?” konusu ile giriş yapılmıştır. Bu kapsamda felsefenin tanımı, felsefenin kısa tarihsel süreci, felsefeden diğer bilim dallarının ayrılması, felsefenin konuları, sorunları ve yaklaşım yöntemleri, felsefi düşüncenin özellikleri, felsefeyi anlama ve felsefe yapma ile neden felsefe konu başlıkları ele alınmıştır. İkinci bölümde ise felsefi danışmanlık felsefenin pratik bir alanı olması nedeniyle teorik ve pratik felsefe konuları ele alınmıştır, felsefede teori ve pratik tartışmalarına yer verilmiştir. Üçüncü bölümde ise felsefi danışmanlık denildiğinde ilk akla gelen psikoloji alanının felsefeyle bağı, bağımsız bilim olması, 21. yy.’da psikoloji alanının gelişim süreci ve felsefe-psikoloji ayrımı tartışmalarına değinilmiştir. Dördüncü bölümde ise felsefi danışmanlığın İlk Çağ, Yeni Çağ ve Yakın Çağ’da ön uygulamaları, ortaya çıkışı, akademik felsefeden farkı, konuları, amaçları, yöntem ve günümüzdeki uygulamaları ele alınarak felsefi danışmanlığın ne olduğu betimlenmeye çalışılmıştır. Son bölümde ilk olarak felsefe alanında tartışmaları halen devam eden, psikoloji ve psikiyatri alanındaki uygulamalara ve araştırmalara temel teşkil eden beden-ruh sorunu konusu ele alınmıştır. İkinci olarak günümüzde tartışmaları hala devam eden psikiyatri alanında anormal kavramı, ilaç tedavisi uygulamaları ve plasebo etkisi değerlendirilmiştir. Üçüncü olarak psikoterapinin tanımı, konuları, yaklaşımları ve felsefi danışmanlığın psikoterapi olup olmadığı tartışılmıştır. Dördüncü olarak psikoterapi olmadan iyileşmeler değerlendirilmiştir. Sonrasında felsefe-düşünce ve psikoloji-duygular sahası çalışması ayrımı, psikoterapi alanında yaşanan sorunlar, psikoterapi yerine neden felsefi danışmanlık olması gerektiği, felsefe-psikoloji-psikiyatri alanlarının psikolojik tedavi süreçlerine ortak katkıları, felsefi danışmanlık ve yaşam felsefesi oluşturma, felsefi danışmanlığın etkililiği ve son bölümde ise Türkiye’de felsefi danışmanlık alanında yapılan çalışmalar ele alınmıştır.

Felsefi danışmanlık, ortaya çıkışından günümüze kadar bu alanda çalışan uzmanların katkılarıyla önemli bir gelişim süreci izlemiştir. Bu tezdeki amaç, bu sürece katkı sağlamak amacıyla felsefi danışmanlık ortaya çıkışı öncesi safhaları ele almak ve felsefi danışmanlık alanının gelişimi önünde engel teşkil eden, felsefi danışmanlık alanını çevreleyen psikoterapi, anormal, ilaç tedavisi gibi kavramları literatür kapsamında tartışmaktır.

## **BİRİNCİ BÖLÜM**

### **FELSEFE NEDİR?**

#### **1.1. Felsefenin Tanımı**

##### **1.1.1. İlk Kez Kullanımı, Kelime Kökeni ve Bilgelik Sevgisi**

Felsefe teriminin kökeni Antik Yunan'a dayanmaktadır (Ajdukiewicz, 2007: 11), bu terimi ilk defa Pythagoras kullanmıştır (Frolov, 1997: 164) ve Yunan dilinde "bilgelik sevgisi" anlamı taşıyan "philosophia"nın Arapçaya dönüşmüş biçimidir (Arslan, 2009: 7). Etimolojik olarak, felsefe kelimesini oluşturan sözcükler şu şekilde ayrılabilir: Philein; sevmek, peşinden koşmak ve sophia; "bilgelik" (sophia), "bilgi" (episteme). Bu terim önceleri Yunanlılar için "bilgelik sevgisi" veya "bilginin peşinden koşma" anlamı taşımaktaydı (Ajdukiewicz, 2007: 11) ve tam olarak Platon ve Aristoteles'in kişiliklerinde ve felsefelerinde anlam kazanmaktadır (Çüçen, 2013: 43). Bununla birlikte özellikle Orta Çağ felsefe metinlerinde, aynı felsefe etkinliğinin anlatılması için "sapientia" (bilgelik) kelimesinin de sıklıkla kullanıldığı bilinmektedir (Güçlü vd., 2008: 532).

Yunanlıların "sophos" teriminden ilk akıllarına gelen "Beceri ve iktidar sahibi kişidir." Bundan dolayı, bilginin sevilmesi ve arzu edilmesi için felsefeyle uğraşan kişilere filozof veya bilge insan adı verilmektedir (Çüçen, 2013: 43). Sözcüğün kök anlamında da olduğu şekliyle felsefe bilginin ve bilgeliğin kendisi, felsefeye sahip olma savı değil; bilginin, bilgiden çok daha derin anlam taşıyan bilgeliğin sevgisidir. Bilgelik ya da hikmet bilgiden ayrı, daha fazla iddia taşıyan ve zengin bir kavramdır. Bilgelik, en sade şekliyle, insan yaşamının anlamı ve değerine yönelik derin bir bilgidir. Bilgelik, kendine sahip olan kişiye mutluluk ve kurtuluş sağlamakla birlikte, yaşamına anlam katması beklenen ve değer taşıyan bir bilgidir (Arslan, 2009: 7).

##### **1.1.2. Felsefenin Ne Olduğu Tartışması**

Felsefenin ne olması ve ne gibi bir değer taşıması gerektiği durumu tartışma konusudur. Felsefeden olağanüstü aydınlatıcı bilgiler vermesi akla gelmektedir veya yararsız fikirlerle bir tutularak bir kenara atılmaktadır. Felsefeye daha önce karşılaşılmamış anlam taşıyan bir insan uğraşı biçiminde olması nedeniyle korkuyla bakılmaktadır veya o, hayal kurmaktan ortaya çıkan can sıkıcı konuşmalar olması nedeniyle yerilmektedir. Felsefe, her insanı ilgilendiren bir problem şeklinde anlaşılmaktadır bu nedenle temeli açısından sade ve anlaşılır olması gerektiği ileri sürülmektedir veya anlaşılması zor kabul edilerek felsefeyle ilgilenmenin ümitsiz bir insan çabası olduğu algısı ortaya çıkmaktadır (Jaspers, 1995: 43).



Felsefenin başlıca sorununun, felsefenin kendisinin ne olduğu sorunu olduğu söylenebilir. Felsefeyi ya da felsefi bilgiyi anlamak için çaba sarf ederken yapılması gereken en doğru yaklaşım, tarihte filozof olarak adlandırılan kişilerin ortaya koydukları felsefelere bakmak olmalıdır. Bu durumdan yola çıkarak konu ele alındığında filozofların değişik dönemlerde, kültürlerde, hedeflerle ve fonksiyonlarla farklı somut felsefeler ortaya koydukları görülebilir (Arslan, 2009: 2-3).

Her şeyi kendisine konu olarak ele alan felsefe, kendisine de konuları arasında yer vermektedir. Felsefenin iki bin beş yüzyıllık geçmişinde bu sorusuna birbirinden çok değişik cevaplar verilmiştir. Hemen hemen hiçbir filozof bu konu ile ilgili olarak tam olarak uzlaştığı söylenememektedir. Birçok insan bunu garip karşılayabilir ama felsefeye ilgili yapılan tanımlamalar, geçmişte olduğu gibi şimdi de gelecekte de varlığını devam ettirecektir. Kimilerine göre felsefe, insanı, evreni açıklama, anlama girişimidir; kimilerine göre insan ürünü olan bilgiler, bilimler üstünde düşünme faaliyetidir; kimilerine göre de bilimlerin yanıtlayamadığı soruları yanıtlama girişimidir (Çotuksöken, 2012: 18-19).

### 1.1.3. Felsefe Tanımı

“Felsefe nedir?” sorusu kolaylıkla sorulabilmesine karşın cevaplanması ise oldukça zordur. Felsefe kelimesinin oldukça uzun bir tarihi bulunmaktadır, değişik zamanlarda değişik şeylere karşılık olarak kullanılmıştır. Felsefe kelimesine belirli bir dönemde yaşayan insanların üstünde uzlaştıkları, gerçekte onun tek bir anlamda kullanılması için yeterli olan, tam ve mükemmel bir anlam ortaya konulamamıştır (Ajdukiewicz, 2007: 11).

Felsefe varlığın ve insanoğlu düşüncesinin, bilme deneyiminin ortak yasalarının bilimidir (Frolov, 1997: 164). Felsefe, insanın aklını ya da diğer düşünme yetilerini kullanarak var olana ilişkin soru sorarak yanıt arama faaliyetidir (Çüçen, 2013: 45). Felsefenin ne olup ne olmadığı konusunda pek çok şey söylenebilir. Onun belki de en yalın ve en belirgin tanımı şu olabilir: Felsefe insanla ilgili en genel ya da en köklü araştırmadır (Timuçin, 2005: 21). Felsefe bir bilime, bir bilgiye giriş, o bilimin ya da bilginin temel sorun alanları üstünde durmak olarak tanımlanabilir. Başlangıçta bir bütün olan felsefe, günümüzde pek çok farklı disiplini kendinde toplayan, her alanla bağı bulunan bir bilgi türü olarak adlandırılmaktadır (Mengüşoğlu, 2000: 17). Felsefe, genel anlamda evrenin betimlenmesi, açıklanması ve yorumlanmasında kullanılabilecek tümel kavramlara ulaşma çabası olarak tanımlanabilir (Bozer, 2009: 504).

Felsefe, evrende var olan şeylerin en son anlamındaki ilkelerini, belirlenimlerini ve nedenlerini kendi içinde bütünlüğü bulunan tek bir yapı olarak araştıran, kendisi de dâhil olmak üzere tek tek bütün bilgi dallarının temellerini, sorunlarını, kavramlarını, yöntemlerini, en önemlisi de felsefi dayanaklarını sorgulayan, bütün bilimlerin altında yatan en temel disiplin olarak tanımlanabilir (Güçlü vd., 2008: 533-534). Felsefe doğayla ilgili bütüncül bir görüşün araştırılması, evrensel bir açıklama denemesidir, bununla birlikte, bilimlerin özeti ve tamamlanması, genel bilimdir; büyük kardeşleri şiir ve din gibi, tamamıyla bilimden farklı, insan dehasının görünüşleri dizisi arasında farklı bir dal oluşturan bir uzmanlık alanıdır. Belirli bir olay kümelerini konu olarak alan ve bunların sebeplerini gözleme, kendilerine göre meydana geldikleri yasaları açıklamayı hedefleyen felsefe, bilimlerden farklı olarak, evreni tümel olarak açıklamak, evrensel olay ya da fenomeni anlatmak amacıyla bu kümelerin ve onların özel yasalarının üzerinde yükselen insan zihninin çabası olarak adlandırılabilir (Weber, 1998: 1).

Felsefe, dış dünyadaki nesnelere deneyimleyebilmenin ya da bilebilmenin zorunlu ön koşullarını araştırmaktadır. Bu ön koşulları bir biçimde tamamlayan, bilimin kendine özgü bir teknolojik, kültürel anlam kazandığı 19. yy.'ın felsefe anlayışlarından bilime, bilimlere dayanan bilimsel felsefeyle dünyayı ve insanın dünyadaki yerine ilişkin genel bir görüş, bir dünya görüşü olarak felsefe anlayışından bahsedildiğinde, herhalde felsefenin özü itibarıyla akılcı bir eleştirel düşünce, dünyanın genel doğasıyla, dünyaya ile ilgili inançların niteliği ve haklılandırılması ve dünyadaki eylem biçimimiz üstüne reflektif ve sorgulayıcı bir düşünce faaliyeti olduğu ifade edilebilmektedir. Daha kapsamlı tanımında ise felsefe dünyanın genel tabiatıyla, bilgi ve hayatın yaşanış biçimiyle ilgili, esas olarak akla dayalı, büyük ölçüde sistematik, eleştirel bir düşündür (Cevizci, 2005: 683). Felsefe bir dünya görüşüdür. Dünyaya, doğaya ve topluma; bunların içinde insanın bulunduğu yere bir bakış; bunları anlama ve dönüştürme olanaklarının bir çözümlemesidir. Ama felsefe aynı zamanda kazanılan bilgi temelinde harekete geçme gereğine olan inançtır. Felsefe bilgiyle değerlendirmenin, bilgiyle inancın, duygusal olanla akılcı olanın bir karışımıdır. Yani felsefe, kuramsal bilginin, yalnızca tüm insan deneyiminin nesnel bir genellemesini değil, aynı zamanda bu deneyimin insan için özel önem taşıyan anlarının belirlenip tanımlanmasını da içeren özel bir biçimdir (Korshunova, 2004: 30). Günümüzde felsefe sözcüğünün kullanımına bağlı olarak değişik anlamlar yüklendiği; ele alınan sorun ve sorunlara yaklaşım biçimine göre farklı anlamlar ortaya konduğu görülmektedir. Öyleyse felsefe terimine, üzerinde herkesin anlaştığı bir tanım yerine; felsefeyi, uğraş konusu sorunları, sorunlara yaklaşım yöntemlerini belirlemekle tanıma yoluna gitmek daha yerinde olabilir (Yıldırım, 2004: 79).

#### 1.1.4. Filozoflara Göre Felsefe Tanımı Neliği

Felsefe tarihinde bir bütün olarak felsefenin neliğini, amaçlarını, yöntemlerini, sorunlarını, kapsamını ve içeriğini belirlemek amacıyla değişik filozoflarca alabildiğine değişik felsefe konumları, bağlamları ve çerçeveleri doğrultusunda bir doğru tanımın verildiği görülmektedir. İki bin beş yüzyılı aşkın bir süreyi kapsayan felsefe tarihinde, felsefeden ne anlaşılması gerektiğine yönelik ortaya konmuş tasarımlar ile anlayışların en az düşünürlerin sayısı ne denli gerçek olduğu gerçeği bir yana, pek çok filozofun da düşünceleriyle kat ettikleri yol nedeniyle düşünsel yaşamlarının değişik bölümlerinde kimileyin birbirleriyle çelişen felsefe tasarımlarını savunmuş oldukları da üstünden durulması gereken bir gerçektir. Bunun yanında gerek yanıt aranan soruların gerek izlenen yöntemlerin gerekse tanınan önceliklerin filozoftan filozofa değişmesi nedeniyle, felsefenin kendisine yönelik pek çok değişik anlayış; bazen örtüşen bazen çatışan kimileyin düpedüz birbiriyle ilintisiz birbirinden değişik felsefe tasarımları söz konusudur. Felsefenin ne olduğuna ya da ne olması gerektiğine yönelik olarak ortaya konan bütün tanımların tek tek hiçbirisi felsefe için tüketici bir yaklaşım sunmamakla birlikte, verilen bu tanımlardan kimileri “genel bir felsefe tasarımı” edinmek için son derece önemlidir (Güçlü vd., 2008: 534).

Felsefenin bir tanımını yapmak oldukça güçlüğüne nedeni hemen hemen tüm felsefe tasarımlarının tartışmalı olmasıdır. Bu durum büyük ölçüde felsefe olarak adlandırılan faaliyet veya disiplinin anlamının ya da felsefe anlayışlarının tarihsel süreç içinde çağdan çağa, hatta filozoftan filozofa kökten bir şekilde değişmesidir (Cevizci, 2005: 683).

İlk büyük sistemli felsefeyi oluşturan Yunan filozofu Platon, felsefe en genel anlamda “bilgi edimi” olarak tanımlarken, buna karşı Aristoteles, *Metafizik* adlı eserinde hocasından bir adım daha ileri giderek felsefenin edinmeye çalıştığı bilginin neliğine, ne türden bilgi olduğuna şöyle açıklık getirmektedir: “Bütün insanlar felsefeyi ilk nedenler ile ilkelerin araştırılması olarak düşünmektedir”. Orta Çağ’a gelindiğinde, 12. yy.’da Aquinas’ın, Aristotelesçi felsefe tasarımını içtenlikle benimseyerek, felsefenin evrensel anlamda ilk nedenlerin bilimi olduğunu söylediği, filozofu ya da bilgiyi bütün nedenlerin ilk nedeni üzerine düşünen kimse diye tanımladığı görülmektedir. Descartes, “Felsefe terimiyle bilgelik yolunda yürümeyi, doğruluk bilgisinin ilk nedenlerine ulaşmaya çalışmayı anlıyoruz.” derken, felsefeyi açıkça bilgelik ile eşdeğer görmektedir. Öte yanda önde gelen İngiliz deneycilerinden Locke, “Felsefe şeylerin doğru bilgisiyle özdeştir.” biçimde bir tanım sunarken, buna idealist filozof Berkeley, *İnsan Bilgisinin İlkeleri Üstüne* başlıklı yapıtında felsefeyi “bilgelik ve doğruluğun aynı zamanda araştırılması” şeklinde tanımlamaktadır. Kant, sunduğu pek çok felsefe çözümlemesiyle, felsefeyi bilginin genel ilkelerin bilimi olarak

usun ilkece bilmesi olanaklı bütün nesnelere araştırmasıyla bir görürken, verdiği bu “sınır koyucu” tanımla, bu etkinliğin kendisine olduğu denli, bu etkinliğin gerçek doğasını kavramak amacıyla verilen felsefe tanımlarına da oldukça belirgin bir sınır çekmiştir. Bu bağlamda Kant’ın geleneksel felsefe anlayışlarına yönelik eleştirilerden esin alan Fichte, Schelling, Schleiermacher, Schopenhauer gibi önde gelen Alman idealist filozofları felsefeyi “genel bilimler öğretisi” olarak tanımlama yoluna gitmişlerdir. Ruhbilimci Wundt, felsefeyi aklın arzularını yerine getiren, duyguların gereksinimlerini doyuma ulaştıran genel bir dünya ve yaşam anlayışı şeklinde görmektedir (akt. Güçlü vd., 2008: 534-535).

Heidegger felsefenin ne olduğunu şöyle tanımlar:

“Nedir bu felsefe sorusu, felsefenin kendisine doğru yolda olduğu şeye karşılık olarak konuşmamızdan oluşur. Ve bu, şudur: var olanın varlığı. Bu tür karşılık olarak konuşmada felsefenin bize önceden söylediği şeyi, felsefeyi, yani Yunanca olarak anlaşılmış *philosophia*’yı baştan beri dinliyoruz. İşte ancak bu nedenle böyle, karşılık-olan konuşmaya, yani sorumuzun yanıtına ulaşırız ki felsefeden kalanın bizi götürdüğü, özgürleştirdiği yerde kalalım. Felsefenin tanımlarına ilişkin historik açıklamalarla değil, kendini bize var olanın varlığı olarak aktarmış olan şeyle konuşmayla, felsefenin ne olduğu sorusunun yanıtını buluruz” (Heidegger, 1995: 44-45).

Felsefenin diğer bir tanımı 20. yy.’ın varoluşçu filozoflarından Jaspers “*Felsefe Nedir?*” adlı eserinde vermektedir: “Felsefe yolda olmaktır.” Onun felsefenin tanımlanarak bitirilemezliğine yönelik bu belirlemesinden hareketle, insanoğlu var oldukça felsefenin, dolayısıyla yeni felsefe anlayışlarının bir sona varmaksızın yeniden ve yeniden temellendirilecek oldukları açıktır (Güçlü vd., 2008: 534-535). Jasper’ın “yolda olmak” tanımlaması zaman içinde insanın kendi kaderini, bir yetkinliğin yüksek anında bulunan, derin bir doyum olanağını özünde saklamaktadır. İnsanın kendi özüyle ilgili açıklamalarında değil, bu yetkinlikle açıklanabilen bir bilinçlilikte, önermelerde, oluşun kendi kendine meydana geldiği insan varlığının tarihsel süreçte gerçekleşmesinde bulunmaktadır. Bu gerçekliği, daima içinde bir insanın var olduğu halde kazanmak, felsefeyle ilgili düşünmenin anlamını taşımaktadır. Yolda arayıcı olmak veya anın yatkınlık ile dinginliğini bulmak, bunlar felsefenin tanımları değildir. Felsefede üst üste yığılı bir düzenleme ve yan yana koyulmuş düzenleme yoktur. Felsefe, bir başka nesnenin tesiriyle yön değiştirmesi değildir. Bütün felsefeler kendini, kendi gerçekleştirilmesiyle tanımlamaktadır. Felsefenin ne olduğu araştırılmalıdır. Felsefe bir insanda var olan düşüncenin yetkinleşmesi, bu derin düşünceyi temel alarak bir fikir veya eylem ile bu konuda konuşma olarak ifade edilebilmektedir. Bu kişisel bilgidir yola çıkılarak ilkin evrende nenin karşımıza felsefe olarak dikildiği kavranabilmektedir (Jaspers, 1995: 47-48).

Felsefe günümüzdeki kapsamı bakımından dünyaya ve onun gelişim yasalarına dair, insanların dünyadaki buldukları yere ve dünyayı anlama ile değiştirme imkânlarına ilişkin görüşlerin kuramsal olarak temellendirilmiş bir sistemi olarak ifade edilebilir. Felsefede bilimde olduğu gibi, insanlar tarafından dünyanın kuramsal açıdan özümlemesi eyleminin bir sonucu olarak değerlendirilebilir. Felsefe, toplumsal bilinç kapsamında, bilime ve dine benzer şekilde başka bilinç biçimlerinden farklı fakat onlarla ortak tarafları da olan özel bir toplumsal bilinç biçimini oluşturmaktadır (Frolov, 1997: 157-158).

## 1.2. Felsefenin Kısa Tarihsel Süreci

Tarih herkesin bildiği gibi en azından iki anlamlı bir sözcüktür. Tarihin birinci anlamı, geçmiş zaman dilimindeki olup bitenlerin toplamına ilişkindir. İkinci anlamı ise, olup bitenlerin işte bu olup bitişlerini göstermeye, saptamaya ilişkin bir bilgi olarak ortaya çıkmasıyla bağlantılıdır. Tarihin birinci anlamı, bir önceki konuşmada yer alan var olma düzlemiyle; ikinci anlamı ise, bilme düzlemiyle örtüşmektedir. Felsefe tarihi de öyleyse tarih teriminin geçtiği her durumda olduğu gibi iki anlamlıdır. Birinci anlamda felsefe tarihi, felsefenin bütünü göstermektedir; ikinci anlamda felsefe tarihi ise, felsefenin gerçekliğine ilişkin bilgileri içermektedir. Birinci anlamda felsefe tarihinin kısaca felsefenin oluşturucusu filozof, ikinci anlamda felsefe tarihinin oluşturucusu ise felsefe tarihçisidir. Birinci anlamdaki felsefe tarihi, süreklilik içeren tek bir gerçeklik alanı; ikinci anlamdaki felsefe tarihi ise birinciye ilişkin çoklu anlatımlar alanıdır. Başka bir ifadeyle, tek bir gerçeklik olarak felsefe var ama bu gerçekliğe ilişkin birçok felsefe tarihi söz konusudur (Çotuksöken, 2012: 21).

Felsefe, insan düşüncesinin gelişiminde ortaya çıkan bir bilgi çeşididir. Felsefi yaklaşım biçimlerinden daha önce insanlar kendilerini, tabiatı ve kâinatı birçok farklı şekilde açıklamışlardır. Önceki zamanlarda insanlar mitolojik bir yaklaşım biçimiyle var olanı kavramaya çalışmışlardır. İnsanlar mitosların verdiği bilgilerle var olanı kavrarırken, kendi deneyimlerinden değil de doğaüstü güçlerin deney ve bilgilerinden yararlanmışlardır. Tüm şeyleri doğaüstü güçlerle ya da yarı insan yarı tanrı varlıkların yaşantıları ve bilgileriyle ele almışlardır. Mit, efsane, masal, söylenti, hikâye, gibi anlatılar temel alınarak kâinat açıklanmaktaydı. Burada var olan bilgi insana ait değil, mitolojik varlıklara ait bilgiydi. İnsanlar kendi kaderlerinin bu varlıklar tarafından belirlendiğine inanıyordu (Çüçen, 2013: 43-44).

Felsefe ilk kez sınıflı toplumda, mitolojik dünya tablosunun yıkılmasının ardından eski Hint, Çin ve Yunan medeniyetleriyle birlikte ortaya çıkmıştır. Felsefe ilk filizlenmesini, onun Avrupa ile Yakın Doğu'da gelişimine temel teşkil eden İlk Çağ Yunan felsefesinde yaşamıştır.

Bu felsefede, felsefenin pek çok temel problemi şekillenmiş ve bütün felsefelerin başlıca iki yönelimi olan maddecilik ve idealizm ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte felsefe bu dönemde, bağımsız bir genel-bilgi dalı olarak diğer bilim dallarından ayrılmış durumda değildir (Frolov, 1997: 159).

Felsefe denildiğinde genellikle iki bin beş yüzyılı aşan bir süredir var olagelen Batı Felsefesi anlaşılakta ise de Şamanizm, Budacılık, Konfüçyüsçülük, Taoculuk, İslamiyet gibi kültürler tarihinde birbirinden son derece farklı felsefe tasarımları, bunun sonucu olarak da her biri kendi içinde belli başlı araştırma konusu olabilecek felsefe tarihleri bulunmaktadır (Güçlü vd., 2008: 533).

Felsefe tarihine bakıldığında felsefi sistemlerin birbirini izlediği, filozofların tümünün kendinden önce gelen filozofları çürütmek için çalışırken kendinden sonra gelen filozoflar tarafından reddedildiğini görme yazgısıyla karşı karşıya kalmıştır. Bu anlamda tüm filozofların, felsefenin kendine kadar olan gelişimini veya savlarını eleştirerek kendi payına tekrar bir felsefi sistem oluşturma uğraşına gireceği ifade edilebilmektedir (Arslan, 2009: 4).

Felsefenin yalnız ahlak ve estetik gibi soyut ve sübjektif dallarında değil, bilgi ve bilim teorileri gibi en objektif sahalarda bile içine düştüğü zafiyet ve yetersizlik durumu açıkça gözlenebilmektedir. Bilgi ve bilim felsefesi literatürü, neredeyse bu konuda fikir beyan eden felsefeci sayısınca farklı felsefe sistemi ihtiva etmektedir. Bu, ne yazık ki “bakış açısı ve düşünce zenginliği” olarak nitelenebilecek bir durum değildir. Tam aksine, son dönemlerde yaşayan çoğu filozof, daha önce aynı konuyu ele alan düşünürlerin kabul ettiği birtakım ortak görüşlerini bir araya getirerek kendininkileri de bunlar eklemek suretiyle daha kapsamlı bir sistem kurmak yerine, kendi kişisel kanaat ve görüşlerinin ekseni çevresinde tamamen yeni ve farklı bir yaklaşımı savunmayı tercih etmektedir. Felsefenin çöküş döneminde, Guenon’un ifadesiyle, “... birtakım temel olgu ve gerçeklerden fedakârlık etme pahasına da olsa birçok filozof için tek önemli husus, orijinal olabilmektir.” (Bozer, 2009: 509).

### **1.3. Felsefenin Temel Disiplinleri**

Felsefe insanı, toplumu, dünyayı ve evreni ele alması sebebiyle bütün var olanları sorgulayabilen tek tümel bilgi çeşididir. Bu sebeple felsefe kapsamlı bir çalışma alanını farklı sorularla araştıran bir niteliği bulunmaktadır (Çüçen, 2013: 69). Felsefe öteden beri hep belli bölümlerle, belli ayrımlar, belli öbeklemeler doğrultusunda temellendirilerek betimlene gelmiştir. Kuşkusuz betimlemelerin en başında, felsefenin ana dallarını belirlemeye yönelik yapılan bölümlenmeler yer almaktadır. Felsefe tarihi boyunca sunulmuş pek çok değişik felsefe dalları bölümlenmesi olmakla birlikte, büyük bölümlenme ustası Aristoteles’ten bu yana felsefe

geleneksel biçimiyle metafizik, mantık, varlık bilgisi, bilgi kuramı, ahlak felsefesi şeklinde ana dallara ayrılmaktadır. Bu alanlarda yürütülen bütün araştırmaların nelikleri, amaçları ve geçerlikleri ise günümüz çağdaş felsefesinde genellikle üst felsefe başlığı altında anılan alanda incelenmektedir. Bununla birlikte kimi felsefeciler, felsefenin geleneksel olarak kendisini de soruşturan ilk ve tek düşünsel alan olduğu gerçeğine dayanarak, üst felsefe deyişiyle anlatılan dönüşlü düşünmenin felsefeye düşünme eylemine ilişkin olması nedeniyle zaten felsefe teriminin kendisinde içerimlendiğini, dolayısıyla üst felsefe diye ayrıca bir alan icat etmenin son derece yersiz bir girişim olduğunu belirtmektedirler (Güçlü vd., 2008: 536).

Felsefenin disiplinleri farklı dönemlerde ekonomik, toplumsal ve tarihsel şartlarla zaman zaman ön plana çıkararak tüm felsefeye yön vermiş olsalar da varlık felsefesi, bilgi felsefesi ve ahlak felsefesi bütün dönemlerde ele alınmıştır (Çüçen, 2013: 74).

### 1.3.1. Metafizik

Eski Yunan dilinde “doğa ötesi” ya da “fizik sonrası” gibi anlamlar taşıyan “meta ta pysika” sözcüğünden gelen metafizik, felsefenin yaşam doğasından, özellikle de insanın yaşam doğasından hareketle bütün bir varoluşun doğuşunu soruşturan, doğa ile evrenin en son anlamdaki saltık gerçekliğini araştıran, felsefe de içinde olmak üzere bütün bilimlerin en temelinde yattığı düşünülen dalıdır. Nitekim metafizik, hemen bütün klasik filozofların gözünde, felsefenin öteki dalları arasında herhangi bir dal olarak görülmekten çok hep ayrıcalıklı bir konumda görülmüş, çoğu bağlamda felsefenin kökü ya da omurgası olarak değerlendirilmiştir. Metafiziğin insan doğasına yönelik olarak sunduğu yanıtlar ki İspanyol düşünürü Gasset bunları “felsefe insanbilim” diye adlandırmaktadır, sanıldığıının tersine yaşamdan kopuk ya da uzak olmayıp, bu yanıtların özellikle etik bağlamda, yani nasıl yaşandığı ile nasıl yaşanması gerektiği soruları bağlamında, yaşamın gerçekliğini anlamak bakımından son derece belirleyici bir kapsamı bulunmaktadır (Güçlü vd., 2008: 536-537).

Aristoteles’in kitaplarında öğrenciler tarafından yapılan kategorilendirilmeye göre, Aristoteles’in fizikle ilgili bütün kitaplarının dışında kalan kitapları genel olarak metafizik olarak adlandırılmaktadır. Metafiziğin sözcük anlamı, fizikötesi ya da fiziğin dışında kalan konuları inceleyen bilim ya da bilgi alanı olarak ifade edilebilir. Bu anlamda metafizik, var olanı var olan olarak inceleyen ilk felsefedir. Bu felsefe dalı “Varlığın doğası nedir?”, “Gerçeklik nedir?”, “Varlığın temel özelliği nedir?”, “Olgu nedir?”, “Aynılık, benzerlik veya özdeşlik nedir?”, “Hareket nedir?”, “Kaç çeşit varlık vardır?”, “Evren tek midir, yoksa çok mudur?”, “Ben neyim?”, “Bu dünya belirlenmiş midir?”, “Evrenin amacı var mıdır?”,

“Dünya bir süreç midir?”, “Tanrı var mıdır?” gibi pek çok genel soru ile ilgilenmektedir (Çüçen, 2013: 71).

Metafizikte ele alınan temaların zenginliği o kadar büyük ve çoğu kez oldukça şaşırtıcıdır, bu nedenle metafiziği, kapsamını tüketecek tek bir tanım vasıtasıyla ayırt etmek pek mümkün değildir. Metafiziğe ilişkin geleneksel tanımlar çok genel veya çok dar olup geleneksel metafizikte ele alınan konuları tüketmekte başarılı olamamaktadırlar. Metafiziğe ilişkin çok genel biçimde yapılmış bir tanıma, onun dünyaya dair genel bir görüş oluşturmaya çalışan veya varlığa ilişkin en genel disiplin olduğu biçimindeki metafizik tanımı örnek verilebilir. Metafiziği, doğa hakkındaki bilginin bir sentezi olarak veya kendilerini duyulara sunan fenomenlerin aldatıcı maskesinin ardına gizlenmiş, insan zihninden bağımsız bir gerçekliği ortaya çıkarmaya çalışan bir bilim olarak adlandırmak, başka bir ifadeyle, onun kendinde-şeyler hakkındaki bilim olduğunu söylemekse metafiziği çok dar bir kapsamda karakterize edilmesinden farklı bir şey ifade etmeyecektir (Ajdukiewicz, 2007: 82).

### 1.3.2. Varlık Felsefesi

Eski Yunan dilinde “varlık” veya “var olma” anlamını karşılayan “on, ontos” ile “söz”, “us”, “açıklama”, “temellendirme” gibi anlamlara karşılık gelen “logos”tan türemiş varlık bilgisi, felsefenin var olanın varlığı ve genel var olma ilkelerini araştıran, varoluşun doğası ile nihai anlamdaki gerçeğin varlıksal yapısını soruşturan, bazen de metafiziğin alt dalı biçiminde de görülmektedir (Güçlü vd., 2008: 537). Varlık felsefesi, metafizik ile yakın ilişkisi nedeniyle uzun süre metafizik olarak anlaşılmışsa da metafizikle birlikte bilgi felsefesinden faydalanmaktadır. Ontoloji daimî varlığın ne olduğunu araştırırken, varlığın ilk nedenini de göstermeye çalışmaktadır (Çüçen, 2013: 71).

Bu felsefe dalı “Varlık var mıdır, var ise ne olarak vardır?”, “Varlığın çeşitleri nelerdir?”, “Sadece uzay ve zaman içinde yer alan maddi-fiziksel varlıklar mı vardır yoksa farklı bir çeşitten bir varlığa sahipmiş gibi görünen tinsel-zihinsel varlıkların da varlıklarından da bahsedilebilir mi?”, “Eğer iki ayrı çeşit varlık var ise onlar arasındaki ilişkiler nelerdir?”, “Varlığın iki çeşidi olarak sayılan bedenle, ruh arasındaki ilişkiler nelerdir?”, “Varlığın temel belirlenimleri, karakteristikleri nelerdir?”, “Hareket, oluş bir varlık mıdır?” gibi soruları yanıt aramaktadır (Arslan, 2009: 90).



### 1.3.3. Mantık

Eski Yunan dilinde “söz”, “us”, “konuşma” gibi anlamlar taşıyan “logos” sözcüğünden gelen mantık, felsefenin geçerli akıl yürütme biçimleri ile doğru çıkarımlarda bulunma kurallarını belirleme temelinde bir bütün olarak doğru düşünmeyi inceleyen dalıdır (Güçlü vd., 2008: 537). Mantık felsefesi mantığın doğasını, özünü, hedeflerini ve kapsamını araştırır; mantıkta kullanılan simgelerin, bağıntı ve ilişkilerin, ilke ve yasaların varlık bilgisel değerini araştırır; mantıksal bilginin değerinin bundan da önemlisi diğer bilgilerden farklarını ortaya koyar; mantıksal akıl yürütmeyi, geçersiz bir akıl yürütmeden farklı olmasını sağlayanın ne olduğunu değişik kriterler ortaya koyarak temellendiren; tündengelimli ve tümevarımlı akıl yürütmeler arasındaki farklılıkları belirginleştiren, mantık önermelerinin geçerliliğini göstermek için farklı kanıtlama metotlarını bulgularan; mantığın gelişim tarihi süresince baş gösteren “geleneksel mantık”, “modern mantık”, “matematiksel mantık”, “çok değerli mantık”, “olasılıklar mantığı”, “kiplikler mantığı” gibi farklı mantık sistemlerini birbiriyle kıyaslayarak değerlendiren mantık ve felsefe arasındaki yakın ilişkiyi temellendiren, başlangıçta mantığın felsefeye ilişkin kapsamı üzerine odaklanarak mantığın doğasını ve değerini tüm açılardan sistemli bir şekilde ele alan felsefe dalı olarak adlandırılabilir (Güçlü vd., 2008: 932).

Düşünme metodunun bilimi olarak mantık felsefenin, bilimlerin üstelik matematiğin mantıksal alt yapısını oluşturan temel bir disiplindir. Mantık problem-çözme metotları, anlamamanın ve kanıtlamanın farklı çözüm metotları ile uğraşmaktadır. Bu felsefe dalı “Düşünmenin yapısı ve işleyişi nasıldır?”, “Düşünme, dünyanın yapısıyla ne tür bir ilişki içindedir?”, “Akıl, problem-çözmede nasıl bir fonksiyon ortaya koyar?”, “Akıl yürütmenin dayanakları ve ilkeleri nelerdir?”, “Geçerli çıkarımın ilkeleri nelerdir?”, “Düşünceyi yanılsa düşüren şey nedir?”, “Nasıl yanlıştan kaçınılır?”, “Verilen önermelerden nasıl çıkarım yapılır?” gibi sorulara yanıt vermeye çalışır (Çüçen, 2013: 70-71).

### 1.3.4. Bilgi Felsefesi

Eski Yunan dilinde “bilgi” ya da “bilim” anlamına gelen “episteme” sözcüğünden türetilmiş olan bilgi kuramı ya da bilgi felsefesi, felsefenin insan aklının doğası, duyular ile algının yeri, gerçek bilgi ile sanılan neyin farklılaştırdığı gibi konular doğrultusunda bilginin doğasını, kaynağı ile kökenini, bilgi argümanlarının gerçekler ile sınırlarını, tüm yönleriyle ve öğeleriyle bir arada bilme süreci ile bilginin özünü oluşturan dalıdır (Güçlü vd., 2008: 537).

Bilgi felsefesi, bilginin imkânı ve imkânsızlığına ilişkin soruşturmaları içine almaktadır. Varlık felsefesi ile ilgili kendinden herhangi bir kuşku duymadan insanın dışında ve insandan bağımsız gerçek bir dünya olduğunu düşünen, felsefede kendilerini safdil gerçekçiler olarak

adlandıran filozoflar bulunuyorsa, aynı biçimde bilgi kuramına dair sahip olunan bilgi yetilerinin, özellikle duyuların dış dünyayı insana kendinde olduğu gibi, doğru biçimde yansıttığını düşünen, yine safdil dogmatikler de bulunmaktadır. İnsanın kendine ait bilgi yetilerinden ya da araçlarından, duyularından, algılarından, gözlem ve deney yapma becerisinden kuşku duymaya başlaması oldukça ileri bir bilinç ile birikim düzeyi gerektirmektedir ve gerçekten de tarihsel olarak da böyle olmuştur: Yunan düşüncesi, aşağı yukarı iki yüzyıl bilgi yetilerini ciddi şekilde kullanıp denedikten sonraki süreçte Sofistlerle birlikte (M.Ö. V. yy.) ilk defa yine kararlı ve sistematik olarak onları kuşku ve eleştiri konusu yapmış ve insanın eşyayı kendinde olduğu gibi bilip bilemeyeceğini kendine sormuştur (Arslan, 2009: 19).

Bazı konularda psikoloji alanı da bilgi konusuna girmesine karşın bilgi felsefesi, bilgi nesnesiyle bilgi arasındaki ilişki sorununu ele almaktadır. Bu felsefe dalı “Zihinde var olan bir şeyin idesiyle bilgi veren nesnenin kendisi aynı kapsamda mıdır?”, “Bilgi ve nesnesi arasında nasıl bir ilişki vardır?”, “Nasıl olur da bilgi, nesnesini tam olarak yansıtır?” gibi soruları ele almaktadır. Bilgi felsefesi, bilen öznenin bilinen nesne karşısındaki durumuna göre farklı yönlerden ele alınabilmektedir; bu nedenle de farklı bilgi kuramları ortaya çıkabilmektedir (Çüçen, 2013: 69-70).

### **1.3.5. Ahlak Felsefesi**

Eski Yunan dilinde “karakter” ya da “ahlak sağlamlığı” anlamına gelen “ethos” sözcüğünden türetilen etik, bütün yönleriyle insan yaşamının anlamını, doğru eylemleri yanlış eylemlerden ayırarak insanın nasıl yaşaması gerektiğini, ahlak ile ahlsal yargıların doğasını soruşturan dalıdır (Güçlü vd., 2008: 537).

Ahlak felsefesi olarak adlandırılan etik, insan davranışlarındaki ahlaki değerleri araştırmaktadır. Sağduyu, etiği emirler ile tanımlamaktadır. Örnek olarak, “Tanrı şunu yap dedi, şunu ise yapma dedi.” verilebilir. Ancak ne bir bilim alanı ne de herhangi bir disiplin emretmeyi veya bir şeyin yapılmasının söylenmesini içermemektedir. Bu anlamıyla sağduyu etik tanımı yanlıştır; bilim araştırmaktadır, incelemektedir ve sorgulamaktadır. Etik ise bir disiplin olarak inceleme yapmaktadır ve doğru eylemin hangi zamanda kimin tarafından belirlendiğini araştırmaktadır. Bu felsefe dalı “İyi nedir?”, “İyi bir yaşam için yeter koşullar nelerdir?”, “Ödevimiz nedir?”, “Yapmamız gereken nedir?”, “Sorumluluk nedir?”, “Vicdan, adalet, mutluluk ve bilgelik nedir?” gibi sorulara yanıt aramaktadır (Çüçen, 2013: 72-73).

Yukarı da ele alınan felsefenin disiplinlerinden hiçbiri, insanın yapıp-etmeleriyle özel ve bağımsız bir sorun alanı olarak çalışmamıştır. Bu nedenle insanın yapıp-etmelerini özel bir sorun alanı olarak araştırarak, bu alanın varlık-nitelikleri ile bu alanı yöneten ilkelerin, değerlerin, varlık-niteliklerini, insanın yapıp-etmelerinin bağımlı ya da bağımsız olduklarını inceleyecek disiplin etik olarak adlandırılmaktadır. İnsanın hiçbir yapıp-etmesi, eylemi yoktur ki herhangi bir şekilde belirlenim yapılamamıştır. Bu nedenle etik tüm insan eylemlerinin bir bilgisidir ve onu çok kapsamlı bir varlık-alanı ilgilendirmektedir. Hangi alanla ilgili olursa olsun tüm felsefe problemlerinde, bir değer belirlenimi ile karşılaşmıştır. Nitekim değerlerle ilişkisi bulunmayan hiçbir insan faaliyeti bulunmamaktadır (Mengüsoğlu, 2000: 262).

### **1.3.6. Estetik**

Eski Yunan dilinde “duymak”, “duyumsamak”, “ilk duyum” anlamlarına karşılık gelen “aisthanomail aisthesis” kelimesi ile var olan, karşısında duyarlı kişi manasına gelen “aisthetikos” kelimesinden türetilen estetik, felsefenin günümüz doğasını açıklamaya çalışan, çeşitli değerler temelinde genelde doğadaki doğal güzelliğin, daha özeldyse sanat yapılarında sunulan sanatsal tasarımlar ile dile getirilen güzelliğin doğasını, işleyişini, duygusal ve düşünsel yönlerini soruşturan dalıdır (Güçlü vd., 2008: 537).

Doğada hazır bulunan ve insanın kendisinin meydana getirdiği bazı objeler bulunmaktadır ki bu objeleri insan tarafından sadece algılamak için algılandığı ya da meydana getirdiği ve onları algılamasının kendisinin insana öteki iki eylem biçiminden amaçlanandan veya elde edilenden değişik bir duygu ya da heyecan verdiğini söylenebilir. Bunun neticesinde objeler ile kastedilen genel olarak “güzel” şeklinde ifade edilen şeylerdir ve bu güzel olarak adlandırılan şeyleri seyredilmesi ya da algılanmasının insanda uyandırdığı tepki ise hoş ve zevk içeren bir heyecan tepkisidir. İnsan tarafından hoş ya da haz verici olarak ifade edilen bir duygu ya da heyecan veren şeylerin incelenmesi ile ilgili felsefe disiplini estetik olarak adlandırılmaktadır. Bu durum, bir özne olarak bizde uyandırdıkları etkilere göre objelerin incelenmesi durumudur (Arslan, 2009: 236-237).

Estetik terimi zaman içerisinde farklı anlamlar yüklenmiş ve çeşitli biçimlerde ele alınmıştır; ancak estetik, ne biçimde değerlendirilirse değerlendirilsin; estetik, etiğin ve özellikle de bilgi kuramının bir benzeri biçiminde felsefeye girmiştir. Bu nedenle sistem inşa eden tüm filozoflarda, diğer klasik felsefe disiplinleri ile birlikte estetik de yer almaktadır (Mengüsoğlu, 2000: 212).

### 1.3.7. Siyaset Felsefesi

Siyaset felsefesi çoğunluk tarafından klasik felsefe dalları arasında gösterilmemekle birlikte, Eski Yunan dilinde “kent” ya da “kent devlet” anlamına gelen “polis” sözcüğü ile “siyasal düzen”, “toplum”, “yönetim” gibi anlamlara gelen “politeia” sözcüğünden türetilmiş siyaset felsefesi, felsefenin insan tarafından yapılmış yasalarını, toplumsal yönetimin amaçları ile işleyişini soruşturan dalıdır (Güçlü vd., 2008: 537). İnsanların bir otoritenin; devletin yönetimi altında; devlet tarafından konulmuş kurullarla; hukuk ve kanunlara uygun olarak yaşama biçimlerinden doğan olaylar siyasal olaylar olarak adlandırılmaktadır. Siyaset felsefesini aynı siyasal otoriteye, aynı kanuna uyan insanların oluşturduğu siyasal topluluğu çalışma alanı olarak ele alan felsefi bir inceleme alanı olarak ifade edilebilir (Arslan, 2009: 177-178). Bu alan “İktidar gücünü nereden alır?”, “Yasallığın ya da meşruluğun özü nedir?”, “Devlet birey ilişkisi neye dayanmalıdır ya da nasıl olmalıdır?”, “Bireyin temel hakları nedir?”, “Düzen nedir?”, “Devlet tipleri nedir?” gibi soruları sormaktadır (Çüçen, 2013: 73).

Siyaset felsefesi birey ile diğerleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Bu felsefe alanına göre bu ilişki zorunlu bir biçimde toplumsal özellik gösterir. Bu felsefe dalı “Toplumun bireye saygı göstermesinin ya da bireyin topluma saygı göstermesinin gerekli midir?”, “Bireyle toplum arasında (var ise) ne gibi haklar ve sorumlulukların vardır?”, “Toplumsal bir varoluşu güvence altına alabilmek için zorlamaya dayalı yapıların gerekli midir, gerekliyse bunların nasıl bir biçim alması gerekmektedir?” gibi sorulara yanıt aramaktadır (Moseley, 2010: 250).

Şu ana kadar sayılan felsefenin disiplinlerine ekonomi felsefesi, eğitim felsefesi, tarih felsefesi, toplum felsefesi, psikoloji felsefesi gibi disiplinler de eklenebilir. Felsefenin ilgili disiplinleri çağların özelliklerine göre bir veya ikisi felsefenin temel disiplini olmuştur. Örneğin, felsefenin başlangıçta (M.Ö. 6. yy.) doğa problemlerine ilişkin bir araştırma ve düşünme çabası içinde olduğunu görülmektedir. Bu dönemde varlık felsefesi ön plandadır. Yaklaşık iki yüz yıl sonra insanın araştırma ve düşünme alanı doğadan kendine ve yaşadığı topluma dönmüştür. Rönesans ile başlayan felsefe ise Orta Çağ’ın din konulu felsefesinin yerine bilgi ve bilim felsefesini inceleme alanı yapmıştır. Günümüzde ise yine insana ve topluma dönüş söz konusudur (Çüçen, 2013: 73-74).

#### **1.4. Felsefeden Diğer Bilim Dallarının Ayrılışı**

İlk özgün anlamına göre her çeşitten bilimsel araştırmacıya filozof denilmekteydi ve felsefe ile bilim aynı anlama gelmekteydi. Zaman içerisinde bilgi birikimindeki büyük artışın bir neticesinde bilginin kapsamında var olan bütün şeyleri bilmek tek bir insanın kapasitesini aşar duruma geldi ve bilimlerde uzmanlaşma başlamıştır. Farklı bilimler, felsefe olarak adlandırılan genel bilimden yavaş yavaş kendilerini ayırmaya başladılar. Felsefeden ayrılan bilimler, farklı isimler aldılar ve felsefenin kapsamında kalan çalışma alanlarına sonraki süreçlerde pek karıştırılmadı (Ajdukiewicz, 2007: 11-12).

Tarihsel süreçte insanoğlunun sistematik düşünme yöntemiyle kendini ve kâinatı anlama ve kavrama çabası çok daha geçmişe dayanmaktadır. Bugün aldıkları şekliyle bilimlerin ortaya çıkışı ise oldukça yenidir. Süreç içinde felsefi ve bilimsel yaklaşımlar arasındaki farklılıkların giderek artması ve bu iki temel entelektüel etkinlik, yöntemleri ve çalışma alanları açısından birbirinden tamamen ayrılmış ve özellikle de son iki yüzyıl içinde farklı bilim dalları özelleşip, bağımsızlaşarak felsefeden ayrılmışlardır. Günümüzde farklı isimlerle anılan bağımsız bilim dalları, başlangıçta felsefenin çatısı altında bulunmaktaydı. Bilim dallarının felsefeden kopmaları şu nedenlere dayalı olarak ortaya çıkmıştır: (1) Sınırları belirli bir çalışma alanının ortaya çıkması. (2) Bu alana özgü olan birtakım uygun araştırma yöntem ve tekniklerinin geliştirilmesi. Bu aşamaya ulaşan bir disiplin felsefeden ayrılarak bağımsız bir alan haline gelmekte, ilerleme ve gelişme olanaklarını artırmakta, bulguları ile daha objektif, açık ve güvenilir olma özelliğine sahip olmaktadır. Bununla birlikte bu disiplinler doğal ya da sosyal çevrede uygulanma olanağı olan bilgi üretim gücünü elde etmektedir (Bozer, 2009: 22-23).

Felsefenin özünden geriye felsefe adını koruyan ya da tohumları Avrupa düşüncesinin tarih sahnesinde görülmeye başladığı sırada bir başka ifadeyle uzmanlaşma başlamadan önce atılan veya sonrasında ortaya çıkan başlangıç araştırmalarıyla bir biçimde ilişkili olan araştırmalar kalmaktadır (Ajdukiewicz, 2007: 12).

#### **1.5. Bilim ve Felsefe**

##### **1.5.1. Bilim ve Felsefe Ortak Yönleri**

Felsefe, en genel problemlerin incelenmesidir, daha az genel nitelikteki fenomenlerse bilimler tarafından incelenmektedir. Felsefe, genel nitelikteki problemleri bilime dayalı olarak ve bilime bağlı olarak ele almaktadır. Felsefe, bir anlamda bilimin uzantısı olarak değerlendirilebilir (Politzer, 1997: 15).

Özü itibariyle ve çıkarları gereği birbirleriyle yakından ilişkili olan felsefe ve bilim, en baştaki ve sonraki dönemlerde de yine bu şekilde birbirleriyle ilişkilidirler. Pozitif bilgi birikimi arttıkça, bilimsel çalışma alanları parçalara ayrıldıkça ve bu nedenle de ilerledikçe, felsefe şiirden daha çok ayrılmakta, yöntemleri güç kazanmakta, bilimlerin kapsamları arttıkları düzeyde felsefe kuramları sağlamlaşmaktadır. Bütün bilimsel faaliyetler, felsefi bir faaliyeti ortaya çıkarmakta her yeni felsefe alanı bilim için bir güç kaynağı olmaktadır. Gerçek felsefe ve gerçek bilim daima bütünüyle uyumlu olmuşlar ve mücadele görüntüsünün ardında, onların anlaşmaları günümüzde oldukça kusursuzdur. Felsefeye yapılacak bir girişte, önceden herkesin hemen dayanacağı bir tanım ileri sürülemez. Örneğin “Felsefe, şu ve şu şeylerin bilimidir.” şeklinde bir şey söylenemez; fakat başka bilimler için de bu yapılabilir. Örneğin, astronomi yıldızların, onların devinimlerinin yasalarıyla itme-çekme güçleri arasındaki ilişkilerin bir bilimidir; geometri, mekânla ilgili yapıların, ölçme ilişkileriyle onların düzenlerinin bir bilimidir; hukuk, hakların ve haklar arasındaki ilişkilerin bir bilimidir. Deneyim dünyasında felsefenin alanına girmeyen, onunla herhangi bir şekilde ilgili olmayan bir obje yoktur. Dil, hukuk, din, doğa ve tarih daima aynı zamanda felsefenin de obje alanıdır. Çeşitli bilimlerin konusu olan aynı objeler, özel bir biçimde ve aynı zamanda felsefenin geniş alanına girerler. Hukuk felsefesini, hukuk bilimlerinden: doğa felsefesini, fizik ya da biyolojiden; tarih felsefesini, tarih bilimlerinden ayırt eden felsefenin obje alanı, dünya içeriğinin dıştan çevrelenebilen bir alanı değildir (Heimsoeth, 2007: 21).

Felsefenin özgün bir çalışma alanı olması onun bilimle çok güçlü bir bağıni etkilememektedir, diğer taraftan bilim de zarar görmeden felsefe ile olan bağıni koparmamaktadır. Felsefe, yöntemlerini ve sistemlerinin ilk maddesini bilimden özellikle de psikoloji alanından ve ona bağlı bilimlerden almaktadır. Felsefe olmadığında bilimler, birliği bulunmayan bir küme, cansız birer bedendir; bilimler olmadığında ise felsefe bedensiz bir ruh olarak kalmakta, şiirden ve şiirin rüyalarından hiçbir şekilde ayırt edilememektedir. Bilim, felsefenin temeli ve onun kumaşı gibidir; bilim, Aristoteles’in ifadesiyle, kuvvet halinde (en puissance) bir felsefedir; öte yandan ise felsefe fiil durumunda (en acte) olan bilimdir, bilginin en yüksek işlevi bilimsel zihniyetin ve onun her şeyi bir birliğe götürmeyi amaçlayan doğal bir eğiliminin en yüksek tatmin biçimidir (Weber, 1998: 2).

### 1.5.2. Felsefenin Bilimler Bilimi Oluşu

Eski Yunanlıların özellikle eski dönemlerinde, hemen bütün eski çağ uygarlıklarında olduğu gibi, felsefe ile öteki bilgi alanlarında bugünkü anlamda bölünmeler olmadığından, buna bağlı olarak da belirgin sınırlar doğrultusunda birtakım bilgi etkinliklerini birbirinden ayırma amaçlı kesin tanımlar yapılamadığından, doğa bilgisinden matematik bilgisine, doğaüstü bilgisinden yaşam bilgisine dek her türlü bilgiye duyulan tutku genel anlamda felsefe olarak anlaşılmıştır. Nitekim felsefenin ayırım gözetmeksizin bir bütün olarak bilgiye duyulan susamışlık olarak anlaşılıyor olması, filozof olmamalarına karşın büyük Yunan tarihçileri Herodotos ile Thukydides'in yapıtlarında dahi açıkça varlığını sürdürmektedir. Ancak bu noktada felsefeyi günümüzdeki insan bilimlerinin toplamı olarak, yani bütün bilme etkinlikleri ile bütün bilgilerin yan yana durduğu ortak bir düzlem olarak da görmek çok doğru bir yaklaşım değildir. Bunun en temel kanıtı, felsefede yürütülen soruşturmanın, sorulan soruların, aranan yanıtların, varılan bilgilerin tek tek bilimlerdekilere hem ulaşmak istenen amaçlar hem de kullanılan kavramları ile tasarımlar bakımından son derece farklı oluşuna bakılarak görülebilir. Yine bu bağlamda aynı düşüncüyü elde etmenin bir başka yolu da felsefe dili ile tek tek bilimlerin kendi özel dilleri arasındaki büyük ayrılıklar üzerine yoğunlaşmaktan geçmektedir (Güçlü vd., 2008: 533-534).

Bilim nesnel olguları, deney ve gözlem vasıtasıyla analiz edilen konuları ele almaktadır; felsefe ise bilimden daha derin, daha geniş olan varlık ve bilgi alanını incelediği için ondan çok daha geniş kapsamlıdır. Felsefe, bilimi “mümkün kılar” ve ona muhtaç olduğu akli kavramları ve ilkeleri hazırlar. Bunlar olmaksızın bilimsel bilgi mümkün olamaz. Böylece felsefe bilimi adeta eğitir, yetiştirir. Ayrıca, felsefe bilimin sonuçlarını tahlil eder, kaynağını, değerini, objektifliğini, sınırlarını, teorilerini eleştirerek açıklar, yorumlar. Hatta istikamet vererek bilimi tamamlar. Felsefenin çalışma alanına giren konuların özel bir önemi ve önceliği vardır. Bu nedenle felsefe yüksek bir bilim olarak ifade edilmektedir (Bozer, 2009: 504).

Felsefe bütün bilimlerin bilimidir; tüm bilimler felsefeden kaynaklı olarak ortaya çıkmıştır. İnsanoğlu kendi dünyasını ve kâinatı anlamak için çaba sarf ederken birçok gözlemde bulunmuş, birçok farklı yerde akıl yürütmüştür ve ulaşabildiği yerlerde denemelere girişmiştir. Sağlam gözlem ve deneylerden genellemelere ulaşarak yasalar ve kurallar oluşturmaya çalışmıştır. Bunun sonucu olarak ana bilimler doğmuş, bilimlerin gelişmesiyle de bilim dalları oluşmuştur. Bir bilim dalı bulgularını, yasa ve kurallarını ne oranda nesnel gözlem ve deneylere dayalı olarak ortaya koyabilirse o kadar sağlamdır. Bununla birlikte her bilim alanı, ne kadar gelişmiş olursa olsun, kuram oluşturma aşamasında bir noktaya geldiğinde, felsefi ve yargısal

kararlara dayanmaktadır. Bu nedenle bilimle felsefe arasında her zaman sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Felsefe, bilim dalının ulaşmaya çalışacağı uzun vadeli hedefleri vermektedir. Sonuçta da o bilim alanında bilinenlerle bilinmeyenler arasında bağ kurarak bilim alanına bütünlük ve anlam kazandırmaktadır (Tan ve Baloğlu, 2011: 92-93).

### 1.5.3. Bilim ve Felsefe Farkları

Felsefi düşüncenin bilimden farklı olmasına neden olan en önemli özelliği bilimin sadece olgularla ilgilenmesine karşın felsefenin olgularla birlikte değerler, anlamlar, idealler ya da hedefler biçiminde tanımlanan bir varlık türünü ya da bunları kapsayan bir varlık alanını kendine çalışma alanı olarak almasıdır (Arslan,2009: 7). Felsefe bilimle karşılaştırıldığında bilimin dünyada var olan şeyleri tasvir ederken, felsefenin onları kategorilere ayırdığını belirtmek gerekmektedir. Bilim bilgi vermekteyken, felsefe bilginin ne olduğunu, neyi ve ne şekilde bilebileceğimizi araştırmaktadır. Bu nedenle felsefe var olan şeylerle ilgili akla dayalı olarak bir açıklama getirmektedir; bilimlerin birbirlerinden farklı olarak ele aldığı olgu kategorilerinin bütünü bir arada açıklayacak evrensel ilkelere ulaşmaya çalışmaktadır (Cevizci, 2005: 684).

Felsefe, bilimsel düşünce biçiminin ve bilimin önünü açarak, bazı yönlerden bilimle aynı doğrultuda bir gelişme süreci ortaya koymuş olmakla birlikte, bilimden oldukça değişik birçok niteliğe de sahiptir. Bilim ve felsefe arasındaki başlıca farklılık, onların yöntemlerindedir. Bilim insanı deney, gözlem ve ölçme vasıtasıyla ulaşılan objektif bulgulardan hareket eder ve vardığı neticeleri de gene benzer bulgularla doğrulamaya çalışmaktadır. Filozof ise genelde direkt olarak insan yaşantısından hareket eder ve vardığı neticeleri objektif verilerle değil mantıksal ya da dilsel analizle, bazen de spekülasyonlarla pekiştirmeye çalışmaktadır. Bilimde kesin verilere yakın, gözlem ve deneyle test edilme imkânı olan, herkesin görüşüne ve denetimine açık, “a posteriori” bilgi ortaya konulurken; felsefede öncelik ve ağırlık, daha fazla kişisel deneyim, yaşantı ve eğilimler ile “a priori” bilgiye yer verilmektedir. Bazı filozofların inceleme ve analizlerinde “bilimin ve bilginin yapısı”, “neyin, nasıl bilinebileceği” türünden konularda bulunmaktadır (Bozer, 2009: 21-22).

Felsefe düşüncesinin bilimler gibi bir gelişim aşamaları bulunmamaktadır. Jasper’a göre günümüz tıp biliminin Grek hekimi Hipokrates’ten çok daha ileridir; bununla birlikte günümüz felsefesinin Platon’dan daha ilerde olmadığını ifade etmektedir; fakat onun faydalandığı bilimsel bilgi gereğinden daha ilerde olduğunu belirtmektedir. Bilimlerden ayrılan ve bütün genel geçerlik taşıyan bir onaylamadan yoksun kalan her felsefe biçimi, kendi konusunun doğasında bulunma gereğindedir. Felsefede istenen kesinlik her anlayış yetisi için eşit olan



bilimsel kesinlik değil, başarısı içinde bütün insan özünü bir konuda dile getiren bir kanıdır. Tek tek nesnelere ilgili bilimsel bilgileri herkesin anlaması gerekli değildir. Felsefede insana kadar yükselen oluşun bütünü, bütün bilimsel bilgileri aydınlatan, derin bir şekilde kavrayan gerçeklik vardır. Bilimsel inancı taşıyan bir kişi için en kötü durum felsefenin bilinebilecek ve bu sebeple de elde bulundurulabilecek genel geçerlik taşıyan bir problemten yoksun olduğu iddiasıdır. Bilimlerin kendi alanlarında etkinlik taşıyan kesin ve genellikle benimsenen bilgileri kazandığı sırada felsefe bin yıllık çabalarına karşın böyle bir başarı sağlayamadı. Felsefede bilinenin kesin genel geçerliği bulunmamaktadır. Zorlayıcı nedenler, herkesçe onaylanan bu özelliği dolayısıyla, bilimsel bilgi olmuştur, o artık felsefe değil bilinebilir olanın özel bir anlamıyla bağlantılıdır. İyi işlenmiş felsefe, az çok, bilimlerle bağlantılıdır. Böyle bir felsefe bilimleri, her dönemde ulaştıkları gelişim düzeyine göre tasarlamaktadır. Ancak, onun anlamının bambaşka bir kaynağı vardır: Felsefe her bilimden önce, insanların uyandıkları yerde, ortaya çıkmaktadır (Jaspers, 1995: 44).

Değerden bağımsız bilgi yoktur ama bu gerçeğe rağmen bilim elinden geldiğince değerden kaçınır; felsefe ise tam tersine olgulara değer yüklemek için uğraşır. Bilimsel ve felsefi bilgi arasındaki en temel ayrım budur. Bilim ve felsefe, önermelerini yapıları itibarıyla de köklü biçimde birbirlerinden ayrılırlar. Bilimler, kendi nesnelere açıklayıcı kavramlar ve onlardan oluşan önermeler üretirler. Felsefi önermeler ise gerçekliği açıklamaya ve kanıtlamaya yönelmezler: onlar, neyin haklı neyin doğru olduğunu söyleyen tezlerdir. Felsefi tezlerin kanıtlanmaya ihtiyaçları olmadığı gibi böyle bir talepleri de yoktur; felsefi tezler tam tersine açıkça taraf tutarlar, felsefenin açıkça tarafgir dogmatik tezleri bir araya gelerek felsefi bir yöntemi ve sistemi oluştururlar. Felsefe de tıpkı bilim gibi bir yöntem ve sisteme sahiptir; ama felsefenin yöntemi ve sistemi, bilimdeki yöntem ve sistemden çok değişik bir işleyişe sahiptir. Felsefi yöntem ve sistemin biricik amacı, pratikte diğer felsefelere üstünlük kurarak galip çıkma ve haklılığını ortaya koymaktır. Bu nedenle felsefede “felsefi yanlış” diye bir şey yokken bilimsel önermeler, tam tersine tamamen “yanlışlanabilirlik” temeli üzerine kurulmuşlardır. Bu yüzden bilimdeki uzay ile felsefedeki uzay, bilimdeki ölüm felsefedeki ölüm tamamen birbirlerinden farklıdır. Aynı şekilde bilimdeki madde ile felsefedeki madde, bilimdeki ruh felsefedeki ruh tamamen birbirlerinden farklı olup birbirlerinin yerine kullanılamazlar. Bu nedenle felsefenin sorunları asla bilimin sorunları değildir; felsefe, bilimin adına ve yerine bilimsel sorunları çözemez (Göka, 2008: 37-39).

#### 1.5.4. Bilimsiz Felsefe

Bir zamanlar felsefe ile bilim tek ve aynı meslekti. Aristo mantık ve dil üzerine olduğu kadar astronomi ve zooloji üzerinde çalıştı. Sabit sıcaklıktaki bir gazın hacminin basınç ile ters orantılı olduğu yolundaki yasasının mucidi Boyle'ye mesleği sorulduğunda herhalde “deneysel filozof” olduğunu söylerdi. Hareket yasaları doğa filozofu Newton tarafından, biyoloji evrim yasaları ise doğa filozofu Darwin tarafından bulunmuşlardır. Bunlar gibi filozoflar çevrelerindeki dünyayı deneme ve ölçmekle meşgul olmuşlardır; bu birçok filozofun kendisine sorduğu “Bu dünya nasıl işliyor?” türünden soruların uzantısı olarak başlayan bir süreçtir. 17. yy.'da gerçekleşen bilimsel devrimden önce bu tür yaklaşımları birleştiren şeyler, onları ayıran şeylerden daha fazlaydı. Sonunda bilim ve felsefe farklı yollar takip ettiler (Marinoff, 2004: 33-34).

Jasper'a göre bilimsiz felsefe, birkaç önemli olayda düşünülebilir: (1) Felsefe konularında herkes yargı yetisine göre davranır. Bilimlerde öğrenme, öğrenim ve yöntem, anlamının koşulu olarak benimsenince felsefeyle ilgili sav ortaya atılmaktadır. Bu konuda süresiz olarak düşünce ileri sürülmekte, tartışmaya girilebilmektedir. Konunun insanı olmak, konuya değin yazgı ve konuyla ilgili deney yeterli koşul olarak geçerlik kazanmaktadır. Felsefeye yaklaşma isteği herkes için benimsenmesi gereken bir tutumdur. Felsefe uzmanlarını ilgilendiren, felsefenin en ayrıntılı yolları yalnız kendi anlamlarını içermektedir. Bu nedenle, belirlenen bu yollar, insan varlığına yönelikse bu durum, oluşan ve felsefenin yapısı gereği kesinleşmektedir. (2) Felsefe düşüncesinin her zaman bir köke bağlanması gerekmektedir. Her insan bunu kendiliğinden başarmalıdır. (3) Kökensel felsefe çalışmalarında, çocuklarda görülenle ruh hastalarınınkiler arasında benzerlik bulunmaktadır. Ara sıra ve nadiren yaygınlık kazanmış örtülerin bağları çözülmekte, kavranan gerçeklik dile gelir gibi olmaktadır. Kimi ruh hastalıklarının başlangıcında sarsıcı nitelikte gerçek ötesi görünümeler ortaya çıkmaktadır, bu görünümelerde her zaman biçim ve dil bakımından, onlara nesnel bir anlam vermeye yarayan belirti bulunmamaktadır. (4) Felsefe, insan için, pek de ilgi çekici değildir, o her zaman bir açıklık, gelenekleşen atasözleri, yaygın konuşma kullanımları açıklığa kavuşmuş olmanın dilinde bulunan egemen kanılar, politikaya özgü inanç görüşleri ve hepsinden öncü; başlangıçtan beri süregelen, söylenceler tarihi içindedir. Felsefede gelip geçiş yoktur. O, her zaman, bilinçli olup olmamayı kendi kendine sormaktadır, iyi mi kötü mü, karışık mı açık mı olduğunu araştırmaktadır. Felsefeyi yadsıyan bilmeden, kendince bir felsefe geliştirmektedir (Jaspers, 1995: 44-47).

## 1.6. Felsefe Konuları, Sorunları ve Yaklaşım Yöntemleri

### 1.6.1. Konuları

Felsefe, bir yerin insanını bir başka yerin insanından ayırmamaktadır. Ne yalnızca Avrupa'daki insanı düşünerek ne yalnızca Almanya'daki insanı düşünerek felsefe yapabilmektedir. Felsefede her yargı bütün insanı bağlarken, insan toplumları arasındaki ayrılıkları değil ortaklıkları gözetmektedir ya da ortaya çıkarmaya çalışmaktadır. Bununla birlikte, bir toprağın insanı kendi felsefe etkinliğini oluştururken ona kendi rengini verecektir, kendi duygu ve düşünce özelliklerinden bir şeyler katacaktır. Felsefe tarihiyle ilgilenenler İngiliz felsefesinin deneyci ya da uygulamaya yönelik olduğunu, Fransız felsefesinin büyük ölçüde kavramsal düşünceye dayalı özellikler ortaya koyduğunu, Alman felsefesinin duygucu ve karmaşık yapısıyla belirginleştiğini görmektedir. Ancak felsefenin yetiştiği topraklarda edindiği değişik renkler, değişik bakış biçimleri, değişik seziler onun bütün insana yönelişini engellemektedir (Timuçin, 2005: 22). Felsefenin ele aldığı konular “en son ve en yüksek şeyler”, varlık, evrenin kendini veya insanın faaliyetlerini, hayatını ve kaderini temel olarak etkileyen şeylerdir (Cevizci, 2005: 683).

### 1.6.2. Sorunları

Filozoflar, insan hayatıyla ilgili olan her türlü konuda akıl yürütebilmekte, bütün şeyleri felsefi bir sorun alanı yapabilmektedir. Filozoflar, insanların koşulsuz bir biçimde kabul ettikleri ve doğru olduklarına inandığı inançlarını sorgular, yaşamın anlamını oluşmasına yol açan temel problemler üstünde durmaktadır. Din, Tanrı'nın varoluşu, doğru ve yanlış, dış dünyanın varoluşu, bilginin kaynağı ve sınırı, bilim, sanat gibi pek çok değişik farklı konuyla alakalı problemler üstünde akıl yürütüp, bu problemlere genel-geçer ve objektif yanıtlar ararlar (Cevizci, 2005: 684). Felsefe, tüm bilimlerin temelinde olan şu sorulara yanıt aramaktadır: (1) Niçin bu evren vardır ve nasıl olmaktadır da olduğu gibidir? (2) Neyi bilebilirim ve bilim nasıl meydana gelmektedir? (3) Varlık ve onun gizlediği sır, bilgi, onun koşulları, metotları (Weber, 1998: 1).

İnsanlar felsefeden kendileri için büyük değer taşıyan ana problemlerle uğraşmasını ve bu sorulara yine temel cevaplar vermesini beklemektedir. Esasında, felsefenin konu edindiği sorular bütün insanlığı ilgilendiren, üstelik insanlığı zorlayan sorulardır: (1) Doğa nedir, doğayla ilgili ne biliyoruz ve ne bilebiliriz? (2) Birer birey ve toplumsal varlık olarak nasıl yaşamalıyız? (3) Şimdi veya gelecekte iyi bir yaşamdan beklentilerimiz nelerdir? Bunlara, us ve vahiy arasındaki ilişkiyi sorgulayarak bir çağın tümünü sarsan veya tarih içindeki bir gelişmenin sorumlusu olan soruları da eklemek mümkündür (Höffe, 2005: 9).

Geniş ölçekli bir dünya görüşü ortaya koymaya çalışan felsefe, var olan sınıfların pratik ve teorik çıkarlarıyla, doğa, toplum ve düşünce ile ilgili sahip olduğu bilgileriyle ve toplumsal pratiğin deneyimleri tarafından belirlenen ve bunların damgasını taşıyan kapsamlı bir problemler yığınıyla uğraşmak durumundaydı. Tüm bunlar içinde insanın özüne ve onun dünyayla ilişkisi ilgili problemler bir tarafta dünyanın özüne ve onun gelişim yasalarına ile ilgili problemler diğer bir tarafta toplanmaktaydı. Düşünen insanın maddi dünya ile bağının bir tarafını ifade eden, madde ile bilinç, tabiat ile ruh, varlık ile düşünce arasındaki bağ, felsefi düşünce tarihi içinde şekillenerek ortaya çıkmış ve o, felsefenin temel problemi şeklinde formülize olmuş, tüm felsefi problemlerin kavranması ve çözümüne yönelik olarak kuramsal çıkış noktasını oluşturmuştur (Buhr ve Kosing, 1999: 159-160).

### 1.6.3. Yaklaşım Yöntemleri

Felsefenin konuları içinde olan şeyler, duyuların ve duyuşsal kavrayışın çok ötesinde kalması nedeniyle felsefe duyuları kullanmaktan özenle kaçınmaktadır. Felsefe saf düşünceye, refleksişona dayanmaktadır ve “a priori” bir araştırmadır. Bu sonuca göre felsefe kavram analizinden oluşmaktadır. Diğer taraftan, felsefe elde ettiği neticeleri kanıtlamak amacıyla belirli metotlar kullanmamaktadır. Felsefe, dünya ve dünyanın farklı yönleri üstüne tikel araştırmaya ve düşünme biçimleriyle ilgili “refleksif” bir düşünce olarak ikinci düzeyden bir etkinliktir (Cevizci, 2005: 683-684).

Varlığı belirli bir açıdan konu alan bilimlerden değişik biçimde felsefe, varlığı bir tümel olarak ele almakta, varlığı varlık olmak açısından incelemekte, olanı tasvir eden bilimlerden değişik biçimde olması gerekene yöneldiği için konularına uygun olan metot veya metotları kullanmaktadır. Felsefe, metafiziksel boyutuyla birlikte bilgiyi, inançların oluşumunu, insanın dünya ile bilgisinin haklılandırılmasını ele almaktadır (Cevizci, 2005: 684).

Felsefede ele alınan sorunları, sorunlara yaklaşım biçimlerini belirleyen etkenlerden iki tanesinin önemi vurgulanması gerekmektedir: (1) Dönemin kültürel ortamı; (2) Filozofun kişisel eğilimi. Felsefe literatüründe idealizm, realizm, ampirizm, pragmatizm gibi adlarla geçen öğretilerin az ya da çok filozofun kişisel eğilimiyle yaşadığı dönemin yönelimine bağlı olduğu söylenebilmektedir. Felsefede yaklaşım yöntemleri spekülâtif ve eleştirel olarak başlıca iki kümede ele alınabilmektedir. Spekülâsyon daha çok metafizikte, eleştiri ise özellikle bilgi kuramı tartışmalarında izlenen yöntemlerdir. Aksiyolojinin de günümüzde giderek daha çok eleştirel yaklaşım içerisine girmesine karşın belli bir yöntem kimliğiyle özdeşleştiği söylenememektedir (Yıldırım, 2004: 80).

### 1.7. Felsefi Düşüncenin Özellikleri

Felsefe, bir meydan okuma ya da karşı çıkıştır; buna verilen yanıt ise yine felsefi etkinlikle olmaktadır. İnsanın iç dünyasında oluşan çatışık ve problemlili durumları merak etmesi ve sonrasında yanıtlaması süreciyle başlayan felsefe yapma, doğru yanıtların bulunmasıyla tamamlanabilir. Felsefi tutum bir çeşit dinginlik veya hissizlik biçiminde adlandırılrsa da felsefi etkinlik duygu ve heyecan içeren bir ortamın neticesinde oluşmaktadır. Bazı karmaşık, anlamlandırılmayan süreçlerde duyulan merak, istek, heyecan, umut ve korku ile felsefi etkinlik başlamaktadır. Ancak bu etkinlik refleksif olmadığında felsefe eleştirel olamadığı için de gerçek anlamda bir felsefe olamamaktadır. Felsefe merak duygusu ve şaşkınlık ile başlasa da felsefe bir çeşit üst düşünme biçimidir (Çüçen, 2013: 46).

Felsefe, düşünceye ilişkin bir faaliyetidir. İnsanın soru sorma yeteneğine dayanmaktadır ve bu nedenle belirli çeşitten sorularla ilgili, belirli bir çeşitten düşünme faaliyeti olarak gelişmektedir. Felsefeyi diğer disiplinlerden farklı kılan temel niteliği, felsefenin bu çeşitten sorular üstünde düşünürken, mantıksal sava veya akıl yürütmeye dayanmasından ileri gelmektedir. Bu duruma göre filozoflar, bu mantıksal savları kendileri yaratmakta, başkalarını savlarını eleştirmekte, savların temelinde bulunan kavramları analiz etmekte ve açıklığa kavuşturmaktadır (Cevizci, 2005: 684).

Felsefi düşünce, eleştirel bir düşüncedir; kendine kaynak olarak ele aldığı her çeşitten malzemeyi aklın eleştiri süzgecinden geçirmektedir. Bu malzemeler, direkt olarak kendisine yöneldiği varlık alanı tarafından ya da varlık alanları ile ilgili olarak değişik entelektüel faaliyetler tarafından sağlanabilmektedir (Arslan, 2009: 6).

### 1.8. Felsefeyi Anlama ve Felsefe Yapma

20. yy.'da felsefenin sonuna gelindiği ya da felsefenin bittiğini ileri süren pek çok düşünür, ilk bakışta kendi içinde çelişik gibi görünmekle birlikte önemli felsefe yapıları ortaya koymaktadırlar. Felsefenin çürütölmek için dahi felsefe yapmayı zorunlu kılan bir etkinlik olması, yine başka hiçbir düşünme etkinliğinde görölmeyen yalnızca felsefeye özgü son derece önemli bir özelliktir (Güçlü vd., 2008: 535).

Felsefe diye bir şeyin olmadığını öne süren ilk düşünceye zıt olan soru şudur: "Bu argüman hangi disiplin, hangi bilim adına ortaya atılmaktadır?". Aristoteles'e göre "Felsefe ya yapılır ya da yapılmaz; ama felsefe yapılmazsa, bu da ancak bir felsefe adına olur". Sonuç olarak felsefe yapılmayacak olsa dahi, felsefe yapılmaktaydı; bu durum günümüzde de doğrudur (Bochenski, 1996: 24).

Bochenski, 1958 yılında, Bavyera Radyosu'nda felsefeyle ilgili on konuşma yapar; bu konuşmalar 1959'da *Felsefe Düşünme Yolları* başlığı altında kitap olarak yayımlanır. Burada yer alan "Felsefe" başlıklı konuşmaya Bochenski şu sözlerle başlar:

"Felsefe yalnızca uzman kişiyi ilgilendiren bir iş değildir; çünkü öyle ilgi çekici görünür ki, felsefe yapmayan, ola ki hiçbir insan yoktur. Ya da en azından, her insanın, yaşamında filozoflaştığı bir an vardır. Bu her şeyden önce doğa bilimcilerimiz, tarihçilerimiz ve sanatçılarımız için doğrudur. Bunların hepsi er geç felsefeyle uğraşmaya başlarlar" (Çotuksöken, 2012: 15).

Felsefeyi anlamanın önemli yollarından biri de içinde felsefe terimini bulunduran, kendileriyle hemen her felsefe metninde karşılaşılan belli başlı felsefe tanımları ile aralarındaki ince yarımaların tam olarak özümsemesinden geçmektedir (Güçlü vd., 2008: 537).

Jasper'a göre felsefenin, çocuk da olsa her insanı daha yalın ve etkili düşünceler içinde eyleme geçirebilirse de onunla bilinçli olarak uğraşmak, hiçbir zaman tükenmeyen, sürekli kendi kendini yineleyen, daimi var olarak kendini gerçekleştiren bir işlevi bulunmaktadır. Felsefe, büyük bilgelerin yapıtlarında olduğu gibi, küçüklerininkilerde de bir yankı olarak görünmektedir (Jaspers, 1995: 48-49).

Belli bir alan için felsefe yapılamamaktadır: bir kent için, bir bölge için, bir ülke için felsefe yapılamamaktadır. Felsefe dar alanlarda ya da dar alanlar için bilgi üretmeye yatkın değildir. Felsefede ortaya konulacak her belirleme bütün insanla, dünyanın her yerindeki insanla ilgili olacaktır. Felsefede ortaya konulacak her belirleme şimdiyle ilgili olduğu kadar geçmişle, geçmişle ilgili olduğu kadar gelecekle ilgili olacaktır. Felsefe yapmak en genel çerçevede en genel kavramlarla düşündürmektir (Timuçin, 2005: 21).

Filozof olarak adlandırılan kişilerin değişik konularda ileri sürdükleri ve genellikle de birbirine karşıt olan bazı düşünceler, doktrinler, sistemler bulunmaktadır. Bir bilim insanının diğer bir bilim insanının bilimsel bir düşüncesini paylaşmak durumunda olmasına karşın bir filozofun diğer bir filozofun felsefi bir düşüncesini paylaşılması beklenmemektedir, üstelik pek de arzu edilmemektedir. Bu nedenle, felsefeyle ilgilenen bir kişinin filozofların öne sürülen değişik düşünceleri, sistemleri tanınması kuşkusuz belli düzeyde yararlı olmasına karşın bu durum felsefe yapmak için esas teşkil etmemektedir. Bundan daha değerli olan, felsefe yapmanın kendisini öğrenmektir (Arslan, 2009: 5).

Felsefe, bireysel düzlemde ruhsal bir haz verir bununla birlikte toplumsal düzlemde ise çeşitli değerlere sahiptir. İdeal yönetim biçiminin oluşturulmasında, insan haklarının belirlenmesinde, demokrasinin iyi ve kötü taraflarının sorgulanabilmesinde, bir ahlak felsefesi

geliştirilerek insanın ve toplumun nasıl davranması gerektiğine ilişkin olarak felsefeye gereksinim duyulmaktadır (Çüçen, 2013: 47).

Felsefe yapmak dil sayesinde konuşmaya ve hatta tartışmaya dönüşmektedir; belli kuralları olan bu tartışma hem çağdaş düşünürlerle hem de tarihin büyük filozoflarıyla yapılır, çünkü felsefe sadece sonsuz gerçeklikler tarafından sunulan bir hazine değildir, felsefe gerçekliğe varmak için sürdürülen arayışın birlikte ve birbirine karşı yürütülmesidir. Bu arayışın sonunda kesin bir doğruya varmak veya dizinsel bir gelişim sağlamak mümkün olmasa da, belli bir ilerlemenin kaydedildiği kesindir. Kavram ve kanıtlar gündelik hayatta da karşımıza çıktığı ve felsefenin dışında kalan bilimlerde de mevcut olduğu için, felsefe ayrıcalıklı ve özel bir yere sahip olmak amacıyla üçüncü bir nedene gereksinim duyar. Günlük hayatın ve bilimlerin temel soruları olan “Doğru nedir?”, “Vaka nedir?” ve bunların her ikisini de kapsayan “Neden?” sorusuna bir yanıt vermek için cesaretin yitirildiği ve eşzamanlı olarak bir yeti geliştirildiği anda, felsefe devreye girmek zorundadır (Höffe, 2005: 12).

### 1.9. Neden Felsefe?

Aristoteles’in *Metafizik* adlı eseri, “Bütün insanlar doğal olarak bilmek isterler.” sözleri ile başlamaktadır. Yine ona göre, insanların görmek, işitmek vb. duyularını kullanmaktan aldıkları zevk bunun en açık göstergesidir. İnsanı insan yapan başlıca özelliklerinden biri, insanın kendini çevreleyen dünyayı, içinde yaşadığı toplumu, geçmişini ve her yönüyle kendisini kendisinin tanımak ve bilmek istemesidir (Arslan, 2009: 1).

Felsefenin ayrıcalığının olması, mutlu bir sonucu da doğurmuştur. Soy sop, toplumsal köken, gelenekler veya dinsel söylemlere dayanmayan; tüm insanlarda ortak olarak bulunan aklın ve bütün insanlara açık olan deneyin üzerinde bir otorite tanımayanlar, hangi kültürden olursa olsun tüm insanların ulaşmasının mümkün olduğu bilgileri kazanabilirler. Dinler ve gelenekler insanları birbirinden ayırırken, felsefenin insanları birleştiren bir niteliği vardır. Bu nedenle filozoflar insan neslinin öğretmenliğini yapmak bakımından çok uygundur. Onlar insanların kendilerini anlamalarını ve dünyaya uyum sağlamalarını önemli ölçüde sağlayan ve bunun yanı sıra siyasi ve sosyal dünyayı derinden değiştirmiş olan kişilerdir. Birinci mutlu sonuca, bir ikincisini daha eklenebilir: Felsefe bir dünya vatandaşının karakterine sahiptir; felsefenin okulunda okuyanlar tüm insanların ortak olduğu dünyanın birer vatandaşı, diğer bir deyişle doğuştan kozmopolit olmaktadır. Bununla birlikte, büyük filozofların edebi değeri yüksek olan eserler yazdıklarını özellikle belirtilmesi gerekmektedir; klasik metinlerin dünya literatürü içinde üstün bir yeri vardır (Höffe, 2005: 16).

Felsefe, mutluluk amacına ulaşmak için kendisini araçsallaştırır. Bazı insanlara göre gerçek haz manevi ve ruhsal hazlardır bu nedenle maddi zenginliklerden gerçek haz duygusunu almamaktadırlar. Çünkü onlara göre maddi hazlar geçicidir, değişkendir; ancak dūşünsel hazlar kalıcı ve uzun sürelidir. Maddi zenginlikler çalınabilmektedir, yok olabilmektedir ya da değeri ortadan kalkabilmektedir; fakat felsefi dūşünmenin verdiği hazlar çalınmamaktadır ve herhangi maddi karşılıkla insandan satın alınmamaktadır, değeri doğrudan kendisine aittir. Maddi şeyler insan öldüğü zaman bu dünyada kalmaktayken, bilgi bizimle birlikte kalmaktadır, bilgi miras olamamaktadır; çünkü bilgi zihinsel beceri ile çalışarak ve dūşünülerek elde edilmektedir (Çüçen, 2013: 47).

Bilişsel bir etkinlik olan felsefe uzun bir geçmişten gelen deneyim birikimiyle yüklüdür. Felsefenin bu deneyim sürecinde değişik kültürel ortam ve yaşam dönemlerine göre az ya da çok değişik anlam ve işlevler yüklendiği bilinmektedir. Günümüzde de süren bu süreç felsefenin olup bitmiş bir öğretiler dizgesi değil, gerçekliğe ulaşmaya ve doğruyu yakalamaya yönelik, eleştiriye açık kavramsal bir etkinlik olduğunu göstermektedir (Yıldırım, 2004: 78).

İnsan yaşamında felsefesi iki farklı anlam ifade etmektedir. Felsefe bir taraftan herkesi, en azından düşünce yoluyla varlığın derinliklerine inmek için çaba sarf eden, bilinçli, bilgili ve uyanık bir yaşama ulaşmak isteği taşıyan her insanı ilgilendirmektedir. Bu sebeple Batı dünyasında birçok insan felsefeye karşı içten bir ilgi, çoęu zaman da büyük bir saygı bulunmaktadır. Hatta felsefeye karşı duyulan bu saygı, bu ilgi, onun ne olduğunu değil, ancak onun var olduğunu bilenler tarafından da gösterilmektedir. Düşünce anlamında yüksek bir düzeyde bulunan ve yaşamı dolu dolu geçen bir kişi için belki dūşünsel yaşamın hiçbir alanında, felsefede olduğu kadar ümit dolu bir sevgi yoktur. Bu durumu büyük filozofların ve filozof okullarının kültür yaşamında kazandıkları değer, bazı dönemlerde çok sonraları ortaya çıksa da sürekli olarak yeniden kazandıkları yüksek değer bunu göstermektedir. Dięer taraftan felsefe, asla herkesin yapabileceği bir iş değildir; fakat dünya görüşü ile hayat görüşü her insanın işi olabilmektedir, bu da varlığın öz ve anlamı hakkındaki dinsel veya mitolojik, siyasal veya sosyal amaçlar şeklinde ortaya çıkmaktadır. Fakat felsefe, dünya görüşünün aynısı değildir. Hatta felsefe, dünya görüşü için özel ve temel olan bir kaynak değildir. Felsefe dünya karşısında belirli bir duruşun, derinleşen bir varlık bilincinin kavramlara ve düşünelere bürünen dūşünsel ilişkilerinin bir ifadesidir. Felsefe “bakılıp görülen” (das Angeschaut), somut ve apaçık görünen şeyleri temellendirmeye, onları açıklamaya çalışmaktadır. Felsefe, insana ancak düşünme yoluyla teori, toparlayıcı düşünce şeklinde bir dünya görüşü sağlayabilmektedir. Bu şekilde felsefe, dūşünsel hayatın temelini, kültürün özel bir gelişimini oluşturmaktadır. Böyle bir



kültür gelişmesinin zorunlu bir sonucu olarak ortaya çıkan felsefeye, deneysel bilginin bazı alanlarında değil ancak dünyayla, hayatla ilgili olan bütün alanlarda derin düşünsel bir çalışmanın, tam ve eksiksiz bir bilme ve kavramanın, bilimsel bir kesinlik ve görüşün bulunduğu yerde erişilebilmektedir (Heimsoeth, 2007: 16).

Felsefe kendi işlevi, ana konusu ve insanoğlu kültürünün gelişmesi içinde kendine düşen görevlere dayalı olarak, insan bilgisinin ve etkinliğinin güçlü bir vasıtasıyla, bilgiyi ve pratiği etkin bir biçimde daha ileriye taşımaktır. Felsefe insanın kendinin farkındalığını, bilimsel buluşlarının insanoğlu kültürünün genel gelişmesindeki yeri ve rolü anlayışını ileriye taşıyarak, bunları olumlamanın ve bilginin kopuk kopuk halkalarının tek bir dünya görüşü içinde birbirine bağlamanın ölçütünü getirmektedir (Frolov, 1997: 165).

Felsefe düşünmeyi öğreten bir sanat olması nedeniyle gereklidir. İnsanlara düşünmenin ne kadar gerekli olduğunu göstermek için felsefenin değerini, işlevini ve önemini öğretmek gerekmektedir. “İnsanı insan yapan nedir?” ve “İnsanı bitkilerden, hayvanlardan ve öteki varlıklardan farklı kılan niteliğimiz nedir?” sorularına şu yanıt verilebilir: İnsanın başlıca niteliği akıl sahibi bir varlık olarak düşünmesini bilmesi ve düşündüğünü farklı biçimlerde öteki insanlara aktarabilmesidir (Çüçen, 2013: 44).

Felsefe bir düşünme faaliyeti olarak bilgelik ya da bilginin peşinden koşmaksa felsefenin bir değeri bulunmaktadır. Kültürümüzde yerleşik hale gelen “Felsefe bir işe yaramaz.” görüşü herhalde felsefenin maddi olarak bir getirisi olmadığı ile ilgili olabilir; ancak bir şeyin değer arz etmesi sadece maddi kazançla ölçülmemelidir. Felsefe maddi olarak bir getirisi olmasa da insana düşünme çeşitliliği vermekte, ruh güzelliği sağlamakta, mutluluğu amaçlamaktadır. Özetle felsefe insana yaşama sanatını öğretmektedir (Çüçen, 2013: 46).

Öngörülebilir gelecekte dünyanın nasıl olacağı, bilimsel çalışmadan, politik savaşımdan ya da devrimci harekettten ne kadar uzak olursa olsun herkesi ilgilendiren bir sorundur. “İnsanı neler bekliyor?”, “Savaş felaketi mi, yoksa barış içinde bir yaşam mı?”, “Dünya nasıl bir yer olacak?”, “Tabiat varlığını devam ettirebilecek mi ya da bilimsel ve teknik gelişme neticesinde yok mu olacaktır?”, “Baskı ve toplumsal adaletsizlik ortadan kalkacak mı ya da sonsuza kadar devam edecek mi?” gibi sorular yeryüzünde yaşayan her insanın karşılaştığı genel sorulardır. Bu sorulara doğru yanıtlar verebilmesi için kişinin felsefe bilgisine sahip olması gerekir. Felsefe bize günlük hayatta farkına varılmayan, bundan dolayı da özel bir kelimeyle adlandırılmayan objelere, ilişkilere dikkat etmemizi öğretir (Heimsoeth, 2007: 18).

Günümüzde aktüel ve kozmopolitik olan felsefe sadece kültürler arası tartışmalarla sınırlı değildir. Felsefenin diğer görevleri “insani varoluş” başlığı altında bir araya toplanır: Tekil insan, topluluklar ve devletler hem kendi içlerinde ve birlikte hem de birbirlerine karşı nasıl iyi ve doğru bir yaşam sürebilirler? Ekonomi ve teknik gibi küresel güçler bu yaşamla nasıl bağdaşacak ve bunların olumsuz yan etkilerini ortadan kaldırmak nasıl mümkün olacaktır? Burada önemli olan adil bir dünya düzeninin kurulmasıdır. Bütün bu konularda felsefeye “insanlığın avukatlığını yapmak” görevi düşmektedir; ayrıcalıkları genel ve insani olanın lehine olacak bir düzeye çıkarması gerekmektedir. Felsefenin üstlendiği diğer bir görev daha vardır. Bilimler giderek daha geniş dallara ayrılmaktadır. Günümüzde fen ve beşerî ya da kültür bilimleri ile tıp ve teknik o kadar hızla gelişmektedir ki, bu konuların uzmanları artık giderek daha çok bilginin sahibi olmakta, fakat bu bilgileri de giderek bilimin daha küçük bir alanını kapsamaktadır. Bu uzmanlaşma karşısında felsefe, bilimlerin ortak yapıları, bunların ortak niteliklerinin ölçütleri ve ortak anlamı üzerinde düşünmek zorundadır. Bunu yaparak bilimlerin yeni bir entegrasyon ve yeni bir kimlik bulmasına yardımcı olması felsefeden beklenmektedir. Filozoflara düşen görev de insanlığın kültür mirasındaki paylarını canlı tutmak ve bu mirası hep yeniden çağa uygun hale getirmektir. Gerçekleştirdiği bu hizmetlerin dışında felsefe, insanlığın temel sorularıyla ilgilenmeyi de hiç unutmamalıdır: Ne bilebilirim ne yapmalıyım, ne umabilirim? Sonsuza dek geçerli olacak yanıtlan bulmayı beklemeden, felsefenin buna benzer soruları açıklığa kavuşturmaya ve cevaplarını vermeye çalışması sayesinde insanın bilgisi belli bir yetkinliğe erişebilir. Çünkü insanlık sadece sanatçı, bilgin, devlet adamı ya da hayırsever olmakla en yüce formuna kavuşmamaktadır; kavramsal ve kanıtsal açık seçikliği doğru bir yöntemle birleştiren sınırsız bilgiyi aramak da insan varlığının en üstün bir formunu temsil etmektedir (Höffe, 2005: 383-384).

Felsefe günümüzde, insanın ne entelektüel ne de pratik yaşamına herhangi bir katkı sağlamayan, ancak, göstermelik bir “müfredat programı” konumuna düşmüştür. N. Bozkurt’un *20. Yüzyıl Düşünce Akımları* adlı kitabında belirttiği gibi, bilim ve teknolojide özellikle 19. yy.’da gerçekleştirilen büyük atılımdan sonra felsefe, bir zamanlar öncülüğünü yaptığı bilim ile rekabet ve yarışma gücünü iyiden iyiye yitirerek adeta derin bir “uykuya dalmış” ve tamamen işlevsizleşmiştir. En son ve en yetkin örneklerini Kant ve Hegel gibi Alman idealistlerinin teşkil ettiği “sistem kurucu filozoflar”a 19. ve 20. yy.’larda rastlanmaması, felsefenin bu içler acısı halini hazırlayan nedenlerin başında gelmektedir. Son iki verimsiz yüzyılda felsefenin alanı önce “bilimsel yöntem, mantık ve dil” ile sınırlandı ve daha sonra da artık “felsefenin öldüğü” söylenmeye başlandı. Ancak, 19. yy. felsefenin insanın duygu ve düşünce dünyasına karşı takındığı kayıtsız tavra gösterilen bazı tepkilere de

sahne olmuştur. Etkileri ve sonuçları tartışmalı da olsa; bu karşı çıkışın en önde gelen örnekleri “fenomenoloji” ve “varoluşçuluk” akımlarıdır (Bozer, 2009: 509-510).

Felsefe, içinde yaşadığımız dünyaya sihirli eliyle dokunup ona ne mistik bir derinlik katmaya ne de bir hayal dünyası yaratmaya çabalamaktadır. Felsefe düşüncelerimizden uzaklaştıramadığımız temel sorulara ikna edici ve tatminkâr yanıtlar bulmaya çalışmaktadır. Felsefe, doğal olarak bu arayış içerisinde yanıtların beklenti ufkunu, çoğu zaman da soruların kendisini değiştirmek durumunda kalabilir (Höffe, 2005: 10).



## İKİNCİ BÖLÜM

### TEORİK VE PRATİK FELSEFE

#### 2.1. Teorik Felsefe

Pratik ve teorik felsefe ayrımı, en genel anlamda eylem ile eylem üzerine düşünme arasındaki ayrımı anlatmak için kullanılan, tarihi Aristoteles'e dek uzanan temel felsefe ayrımıdır (Güçlü vd., 2008: 1183).

Teorik bilgi veya araştırmaya yönelen, bazı gerçeklerin peşinden koşan akıl “teorik akıl” olarak tanımlanmaktadır. Eylemle, ahlaki ve dini kurumlarla ilgili olan pratik akla zıt biçimde yalnızca bilgiye, bilime, bilmek bilmeyi ve öğrenmeyi hedefleyen akıl, Aristoteles'te var olanın olduğu biçimindeki bilgisine yönelen ve belirli bir bilgi, önerme veya savla neticelenen faaliyettir. Teorik akıl, Kant'ta ise bilimsel bilgiyi inşaa eden akıl olarak bilinmektedir. Diğer taraftan değerle veya olması gerekenle ilgi olan felsefe türünün aksine, konusu bilgi, varlık gibi olan ve salt temaşa/tefekkürle belirlenen felsefe türüne “teorik felsefe” denmektedir (Cevizci, 2005: 1612-1613).

Teorik felsefe, en genel anlamda öğretilerinde somuta değil soyuta; pratiğe değil kuramsala; eyleme değil eylem üstüne düşünmeye; deney(im)e değil deney(im)sel olmayana ön plana alan felsefe yaklaşımıdır. Nesnel gerçekliğe önem vermeden zihinsel spekülasyonlarla yol alan felsefe yapma metodudur; doğrulamaya, tanıtlamaya, temellendirmeye, bunun sonucu olarak tanımlanmaya gelmeyen felsefece düşünme ya da düşünmeme düzlemidir. Doğrulanabilir gözlemin ötesine geçen bir kuramsallaştırma biçimi ya da tüm bir gerçekliği kapsayan bir büyük dünya görüşü anlatısı oluşturma itkisinin biçimlendirdiği felsefi bir yaklaşım olarak teorik felsefe evrenin, tinin ve Tanrı'nın var oluşuna ve doğasına ilişkin düşüncelerden tutun da ekonomiye varıncaya dek birçok farklı alandan düşünceleri bir araya toplayarak sistemli bir ilkeler dizisi ileri sürmektedir. Sistemli ilkelerini güçlü bir biçimde kullanan teorik felsefe bilimin, ahlakın, sanatın ve dinin kültürel alanlarının karşılıklı yapısal ilişkilerinin kapsamlı bir ilişkisini verme amacındadır (Güçlü vd., 2008: 860-861).

Teori, gerçekliği zihinsel veya tinsel biçimde yansıtıp tekrar üretmesiyle pratikten farklılaşmaktadır; fakat problemlere çözüm getiren pratiğe de ayrılmaz bir şekilde bağlıdır. Bu sebeple, pratiğin başlıca neticeleri bütün teorilerin bir parçası ve fonksiyon alanı olmaktadır. Hem doğa bilimi hem de sosyal teoriler, oluştukları tarihsel şartlar tarafından: üretim, teknoloji, deneyim ve bilimin tarihsel düzeyi olduğu kadar, bilimsel teorilerin ortaya çıkmasına temel teşkil eden veya tam aksine engel teşkil eden sosyal düzen bakımından belirlenmektedirler. Sonuç olarak bilme faaliyetinin ve pratiğin neticelerinin genelleştirilmesi olarak yer alan teori,

doğayı ve sosyal hayatı biçimlendirmede yönlendirici bir etken olmaktadır. Teorinin hakikat değerinin ölçütü pratiktir (Frolov, 1997: 286).

Bilimlerde gerçekleşen uzmanlaşma, felsefeyi etkilememiştir. Çağdaş düşünce sistematik akımlarla ve felsefe tarihine yönelik araştırmayla öylesine meşguldür ki, ilk bakışta içindeki küçük parçaların daha büyüklerle ve az parlayanların daha parlak olanlarla savaşılarak dikkat çekmeye çalıştığı yamalı bir kilime benzemektedir. Felsefe hakkında genel bir görüş kazandırmak için bu savaşta açılan basit cepheler pek çok yerde şimdi de popülerdir: Analitik felsefe, Kıta Avrupası'nın felsefesinin ve sistematik felsefe de tarihsel düşüncenin karşısındadır. Dogmacı olmayan düşünürler çeşitli akımları tartışmaya açarak felsefenin tarihsel gelişimine de açık olduklarını göstermektedirler, çünkü felsefe sık sık eski fikirleri anımsatarak gündeme getirmektedir. Analitik felsefenin başlangıcında görülen coşku artık yoktur, çünkü mantık, dil eleştirisi ve daha pek çok alanda hâkim olan fizikçilik sayesinde tüm sorunlar artık nihai olarak çözülmüştür. Ele aldığı konular ve ilgilendiği bilgi alanlarına göre, aralarında birbiri içine geçişler görülse de yeni felsefe teorik düşüncüyü pratik düşünceden ayırmıştır (Höffe, 2005: 345).

## 2.2. Pratik Felsefe

Felsefe, teorik bir disiplindir ve kavramlarla uğraşmaktadır; fakat felsefe pratik de içermektedir. İnsanın dili düşüncesiyle ise pratiği de teorisiyledir veya öyle olması gerekmektedir. Yunanca bir sözcük olan teori, “temaşa etmek” demektir ve bu da sonuç olarak hayret verici eylemler doğurmaktadır. Yoksa bakmakla görmenin farkı gibi, teori de pratikten uzaklaşmaktadır. Felsefeyi, salt spekülasyonlardan ibaret gösteren yine insanın kendisidir. Ancak bütün bu haller bile, bilgelik sevgisinden mahrum olmayı ve bırakılmayı asla gerektirmemelidir. Bilmenin azıcık da olsa tadına varanlar, bunu gayet iyi bilmektedir ve bundan asla vazgeç(e)memektedir (Skirbekk ve Gilje, 2006: 9).

Şeyler hakkındaki bulgular, gerçekten çıkarılacak sonuçlardan ibarettir. Şeyler hakkında bulgular elde etmek için, onlara pratik etkinlikler içinde ilişki kurulması, sonuçlar çıkarılması ve bu sonuçları daha fazla pratik etkinlikten elde edilenden daha fazla gözlemlerin ışığında düzeltilmesi, kontrol edilmesi ve genişletilmesi gerekmektedir. Şeyler hakkında bulgular elde edilen yol budur. Bilgi son derece karmaşık bir gözlem süreci vasıtasıyla varılan sonuçları, yeni gözlemlerle kanıtlayıp sağlayarak, pratik etkinlik içinde edinilmektedir (Cornforth, 1997: 69-70).

Pratik felsefe, klasik felsefenin insanın ahlaklı ya da ilkeli davranışını konu alan bütünüdür. Bu duruma göre, pratik felsefe insan davranışının temel ilkelerini, eylemin yöneldiği amaçları ele alan, bilgiyi kendisi için değil de insani eylem için arayan felsefe türü olarak ortaya çıkmaktadır. Teorik ve pratik felsefe farkının temelinde, eylem ve teorik düşünce karşıtlığı bulunmaktayken Wolff'tan sonra bu farkın temelinde olgu ve değer karşıtlığı yer almıştır (Cevizci, 2005: 1378-1379).

Tüm insan bilgilerini tarih, felsefe ve matematik biçiminde üç temel çeşit olarak kategorilendiren Wolff, her bir değişik bilgi çeşidine ilişkin detaylı tanımlamalar yapmıştır. Bunlar: (1) Tarih, maddi dünyada veya maddi dünyada olmayan tözler dünyasında oluşan olayların bilgisi. (2) Felsefe, şeylerin veya meydana gelen olayların bilgisi. (3) Matematik, şeylerin niceliklerinin bilgisi. Bu üç tabakalı insan bilgisi kategorilendirmesi her bir bilgi çeşidinin insan anlayışındaki yerini ve önemini kavramak açısından ön koşul niteliği taşımaktadır. Wolff'un felsefenin dallarına ilişkin verdiği kapsamlı bölümlenimin en temel noktasını “şeyleri araştıran felsefe” ile “insan eylemlerini araştıran felsefe” arasında yapılan ayırım oluşturmaktadır. Şeyleri ele alan felsefe kendi içinde metafizik ile fizik diye ikiye ayrılırken, eylemleri ele alan felsefe yine kendi içinde etik siyaset, ekonomi, sanat felsefesi, mantık ya da insan bilişi felsefesi diye beş ana dala ayrılmaktadır. Wolff, verdiği bölümlenmesinde her dalı ayrı ayrı alt dallara ayırarak her birinin kendine özgü sorun, yöntem, amaç ve tanımlamalarını kapsamlı bir biçimde tek tek incelemiştir (Güçlü vd., 2008: 1561-1562).

Wolff'un gözünde felsefi yöntemin temel amacı, her disiplin içinde bir hakikatler düzeni ve bir bütün olarak insan bilgisinin genel kapsamı içinde bir sistem oluşturmak suretiyle kesinliğe erişmektir, en son amacı da insan davranışı için güvenilir bir temel oluşturmaktır (Cevizci, 2005: 1724).

### **2.3. Felsefede Teori ve Pratik Tartışmaları**

Teorik eylem, pratik eyleme dayalı olduğu, pratik eylem tarafından doğruluğunun sınanması ve kabul görmesi sebebiyle toplumsal pratikle güçlü bir bağı vardır. Toplumsal pratik, teorilerin meydana gelmesinde ana unsurdur ve teorinin itici gücüdür, bununla birlikte onun doğruluna ilişkin temel kriterdir. Teori ve pratik, paradoks içeren bir diyalektik birlik meydana getirmektedir. Teorinin pratiğe karşı sürekli artan izafi bir bağımsızlık nedeniyle aralarındaki sofistike ilişki bir ilişki vardır. Teorinin maddi içeriğini, nesnel gerçeğin yansımaları olan bu obje alanı tarafından tayin edilmektedir (Buhr ve Kosing, 1999: 417).

Felsefe bilgisinin hakikat durumunun ortaya konulmasında, pratik hayat hiçbir şekilde katkı sağlamadığına göre, felsefenin bunu özel bir yoldan, özel bir şekilde giderek gerçekleştirmesi mümkün olacaktır. Bu nedenle hakikat ve yanlışı birbirinden ayırmanın önemi ve güçlüğü ortaya çıkmaktadır; çünkü pratik hayat, felsefeyi bunu yapmaya zorunlu kılmaktadır. Pratik hayat üzerinde herhangi bir etkisi ve ilgisi bulunmayan, onun kendine karşı kayıtsız biçimde kaldığı, bu düşünce felsefe var olan biçimiyle sürüp gidebilmiştir. Fakat günümüzde şekliyle olgular üstünde duran, teorilerde pragmatik yaklaşımı gören bir düşünme, bunun hatalı olduğunu ortaya koyabilmiştir. Bu teorinin karşısına, tersini öne süren farklı bir teori çıkması durumunda da, o teorinin yanında yer alacak ve bu teoriler yan yana kalabileceklerdir (Mengüşoğlu, 2000: 303-304).

Geçmişte eylem ile düşünme arasında yapılan geleneksel ayrımın bırakılarak değer ile olgu arasında yapılan ayrıma geçme yönünde yoğun bir eğilim olması, hiç kuşkusuz pratik ve kuramsal felsefe ayrımının doğasında büyük bir değişikliğin meydana gelmesine yol açmıştır. Bu önemli değişiklik felsefe dalları arasındaki geleneksel yerleşim planları üzerinde de son derece önemli başkalaşmalar doğurmuştur (Güçlü vd., 2008: 1184).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### FELSEFE VE PSİKOLOJİNİN İLİŞKİSİNİN TARİHSEL TEMELLERİ

#### 3.1. Psikoloji Üzerindeki Felsefi Etkiler

Sokrates, Platon ve Aristoteles zihinsel süreçlerle ilgili temel bazı sorulara yanıt aramışlardır: “İnsanlar hakikati doğru biçimde mi algırlar?”, “Bilinç nedir?”, “İnsan doğuştan akılcı mı yoksa akıldışı mıdır?” İki bin yıl öncesindeki kadar önemli olan bu problemler, beden veya davranışların özelliğinden daha fazla zihin ve zihinsel süreçlerin niteliğiyle özelliğiyle alakalıdır (Atkinson vd., 2008: 11).

Platon’un ve Aristoteles’in farklı düşünceleri günümüz fikirlerini büyük oranda etkilemiştir. İnsanlar dünya hakkındaki fikirlere nasıl ulaşmaktadırlar? Bu soruya ampiristler şu yanıtı vermektedir: İnsan yaşama boş bir tabloya benzer zihin ile başlamaktadır. Bu boş tablo da insan dünyayı deneyimledikçe bilgi almaktadır. Locke bu görüşünü 17. yy.’da Aristoteles’ten temel olarak oluşturmuştur. Rasyonalistlere göre insanlar dünyaya belirli bir dereceye kadar deneyimlemelerini sınırlayan zihinleri ile gelmektedir. Kant, bu düşüncesini 18. yy.’da Platon’dan temel alarak geliştirmiştir (Gerring ve Zimbardo, 2016: 6). Descartes, davranışsal tepkilere ilişkin düşüncelerini ortaya koymuştur, Fransız materyalistleri ise ruhsal olanın maddi bir doğasının olduğu ve toplumsal ortamda geliştiği argümanını getirmişlerdir. Hegel ise ruhsal olguları idealizmi temel alarak tarihsel açıdan konuyu ele almıştır. Psikoloji tarihi, maddecilik ve idealizmin bir savaşım alanı haline gelmiştir (Frolov, 1997: 394).

Modern psikolojide yer alan konuların birçoğu çok daha önceleri felsefi tartışmalarda ele alınmıştır. Antik Yunan’ın ilk filozofları dünya, düşünce ve davranış şekillerine ilişkin problemlere yanıtlar aramışlardır. O dönemden günümüze kadar beden, ruh, bilgi, algı, bilinç, benlik ve toplumu nasıl şekillendireceği ve “iyi bir hayatı” nasıl yaşayabileceğine üstüne sorulara yanıt aranmaktadır (Atkinson ve Tomley, 2014: 16). Felsefe, düşünce alanında çalışırken; psikoloji insanların düşünceye nasıl sahip olduğunu ve bunların zihnin çalışması hakkında neler söylediğini araştırmaktadır (Atkinson ve Tomley, 2014: 10).

Bir bilim dalı olarak psikoloji, insanın çevresi ile ilişkilerinin sonucundaki eylemlerinin bir araştırma alanı olarak ifade edilebilir. Bu oldukça kapsamlı tanım odaklı yaklaşımlar tarafından sınırlanabilse de temeline insanı ve onun eylemlerini yerleştiren psikolojinin eleştirel bir bakış açısı ile ele alınarak öteki bilimlerle bağını ortaya koyabilmek ve onlar arasındaki yerini belirlemek, aslında onu felsefe ile ilişkilendirmek anlamına gelmektedir. Gerek felsefe gerek psikoloji insanı incelemektedir fakat farklı açılardan ve farklı metotlarla incelemektedir.



Bilimsel psikolojinin insanın görünen davranışlarını, bilimsel metotlarla inceler ve bu yönüyle de sosyal bilimler ile biyolojik bilimler arasında yer almaktadır. Felsefe ise insan tabiatının temel ve nihai özelliklerini belirlemeye ve insanın temel aktivitelerini, onun tabiatına dayalı olarak anlamaya çalışmaktadır. Bu durumda da felsefenin bütüncül bakış açısı psikolojininkinden daha geniş olmaktadır. Bundan da şu sonuç çıkartılabilir, psikoloji ve felsefe aynı süjenin iki farklı düzeydeki bilgisini temsil etmektedir (Gökalp, 2010: 1).

Özel bir bilgi türü ve düşünüş biçimi olarak algılanan felsefe, bütün felsefe ve düşünce tarihi boyunca “insan varlığına” ait çok farklı düşünce sistemleri, dünya görüşleri ortaya koymuş, geliştirmiş ve tüm bu gelişen olaylar, insan bilimleri bağlamında yer alan psikolojinin felsefi temelini meydana getirmiştir. Felsefenin “İnsan nedir?” problemi, psikoloji alanında kişilik teorileri gibi farklı teorilerin oluşumunda temel teşkil etmiştir. Bu sebeple insan ve insan davranışlarını, inceleme alanı yapan psikolojinin bütün teorik yaklaşımları; geçmişte ve günümüzde yer alan insana dair dünya görüşleriyle yakından ilişkili bir bağ ve iletişim dokusu kapsamında olma özelliği taşımaktadır (Topses, 2012: 93-94).

### **3.2. Psikoloji Biliminin Kuruluşu**

İnsan doğasını araştırırken fizik ve teknoloji gibi konuya uzak olarak düşünülen alanlar üstüne odaklanıldığında, psikolojinin bir bilim olmasından iki yüzyıl önce var olan koşullar ele alındığında aralarındaki bağ doğrudan ve zorlayıcıdır. 17. yy.’ın saatleri ve figürleri ile somutlaşan prensipler yeni psikolojinin varlığını devam ettirebilmesi için bulunması gereken yöne ve biçime tesir etmekteydi. 17. yy.’ın temel yaklaşımı, yeni psikolojiyi besleyen felsefe, evrenin büyük bir makine biçiminde hayal edildiği mekanik bir ruh olarak tasarılanmaktaydı (Schultz ve Schultz, 2002: 58).

Başlangıçta felsefe, tüm bilişsel etkinlikleri kapsayan “evrensel bilim” konumunda algılanmaktaydı (Yıldırım, 2004: 79). Toplumsal üretim ve bilimsel bilgi birikimi arttıkça felsefeden bilim dalları tek tek kopmuş, felsefede bağımsız bilim olarak gelişmiştir (Frolov, 1997: 164). İlk aşamada matematik ve astronomi, daha sonra fizik, kimya biyoloji gibi doğal bilimler, çağımızda da antropoloji, sosyoloji ve psikoloji bağımsız kimlikleriyle ortaya çıkmıştır (Yıldırım, 2004: 79). Felsefenin kendine özgü doğasından geriye, “felsefe” adını muhafaza eden ya da tohumları Avrupa düşüncesinin tarih sahnesinde görülmeye başladığı sırada, farklı bir ifadeyle uzmanlaşma başlamadan önce atılan veya daha sonra ortaya çıkan bu başlangıç araştırmalarıyla bir biçimde ilişkili olan araştırmalar kalmıştır (Ajdukiewicz, 2007: 12).

Felsefede yürütülen psikoloji içerikli araştırmalar, önce usa, sonraları giderek duyum, tasarım, bellek, duymu istenç gibi ruhsal yaşantılara doğru kaymış; en sonunda da Hume'un elinde "çağrışım bilimi" olarak olabildiğince bilimsel bir temele dayandırma isteğiyle en uç noktasına ulaşmıştır. Bu noktadan itibaren psikoloji ana disiplini felsefeden giderek kopmuş; 19. yy.'dan bu yana da kendi özerkliğini bazen de kendi felsefe geçmişini yok sayarak ilan etmiştir. Felsefeden özerkliğini kazanan, bilimsel olma savıyla öne çıkan yeni psikoloji, iç dünya ile dış dünya arasında koşutluk olduğunu varsayarak, ruhsal olayları tıpkı dış dünya arasında bir koşutluk olduğunu varsayarak, ruhsal olayları tıpkı dış dünyadaki olayları inceler gibi incelemektedir. Bu anlamda başlangıçta psikoloji, ruhsal olayların beşiği olarak gördüğü iç dünyanın yasalarını, düzeneklerinin ve düzeninin doğa bilimlerinin yöntemleriyle incelenebileceği düşüncesi ya da olanağı üstüne bina edilmiştir (Güçlü vd., 2008: 1224).

Başlangıçta felsefe ile psikoloji arasında bir ayırım yoktu. İnsan aklına dair çalışmalar uygulamalı, teorik, ampirik, mantıksal şeklinde birçok dala ayrılmaktaydı fakat hepsi aynı köke bağlıydı. Ancak 19. yy.'da o zaman deneysel psikoloji olarak bilinen bir dal böğürtlen çalışı gibi kök salmaya başladı. Zaman geçtikçe, zihnin nasıl çalıştığını araştıran bu bilimsel çalışma ile felsefe arasındaki fark göz ardı edilemeyecek kadar belirgin hale gelmiştir. İki dal birbirinden kesin olarak şu tarihte ayrıldı denilememektedir fakat 1913 yılında 107 İsvetç, Avusturyalı ve Alman filozof olan deneysel psikologlara felsefe profesörlüğü unvanı verilmemesi için dilekçe verildiğinde bir anlamda boşanma başvurusu yapılmış oldu. Boşanma dostça ve birçok açıdan iki tarafın da çıkarınaydı; ama bir bedeli de bulunuyordu. Felsefe ile psikoloji bir çift olarak iyi hayatın koruyucusuydular. Nasıl yaşayacağımızı öğrenmek için filozoflar ile psikologların düşüncelerine ihtiyacımız vardı, bu ise onlar artık beraber yaşamadıkları ve birbirleriyle pek konuşmadıkları için zordur (Baggini ve Macaro, 2014: 197-198).

Psikoloji, Avrupa'nın pozitivizm, ampirizm ve materyalizm ekollerinin etkisinin yoğun olduğu bir zaman diliminde deneysel bir bilim alanı durumuna dönuşmüştür. Bilimsel yöntemlerin zihinsel olgulara uygulamasının yapılabileceği düşüncesi gerek felsefeden gerekse 17. yy.'dan 19. yy.'a uzanan fizyoloji ile ilgili çalışmalardan mirastı. Bu iki yüzyılda daha yeni oluşan psikolojinin yakın geçmişini oluşturan dikkat çekici bir zaman dilimidir. 19. yy. filozofları zihnin fonksiyonlarına ilişkin deneysel çalışmaların önündeki engelleri ortadan kaldırırken diğer bir grup filozof ise aynı problemin bir parçasına farklı bir yönden ele almaktaydı. 19. yy. filozofları zihinsel süreçlerin temelinde bedensel mekanizmayı anlamak amacıyla önemli girişimlerde bulunmuşlardı. Fizyologların araştırma yöntemleri filozoflardan değişikti; ancak birbirinden değişik

bu disiplinlerin nihai birliği onların birbiriyle gelişen geleneklerinin ve inanışlarının muhafaza aşamasının bulunduğu psikoloji alanını oluşturdu. Bütün bu süreçlere karşı yeni psikoloji, hızlı bir biçimde bağımsız bir kimlik oluşturma sürecinde başarılı olmuştu (Schultz ve Schultz, 2002: 29).

Filozof ve bilim adamlarının hem zihinsel hem de bedeninin nasıl işlediğiyle yüzyıllar boyunca ilgilenmeye devam etmelerine rağmen, bilimsel psikolojinin genel olarak 19. yy.'ın sonlarında, 1879'da Wundt tarafından Almanya'da Leipzig Üniversitesi'nde ilk psikoloji laboratuvarı açılmasıyla başladığı düşünölmektedir. Wundt'un laboratuvarının ilk kurulmasının altında yatan motivasyon, gezegenlerin, kimyasalların veya insan organlarının bilimsel analize tabi olması gibi insan zihin ve davranışının da bilimsel analiz konusu olabileceğine yönelik inançtı. Wundt'un kendi çalışması, öncelikli olarak duyular ve özellikle görme duyusu ile ilgiliydi, ancak çalışma arkadaşlarıyla birlikte dikkat, duygular ve bellek üzerinde de çalışmalar sürdürmüştür (Smith vd., 2003: 6).

Psikoloji bağımsız bir çalışma alanı haline geldikten sonra 20. yy.'a kadar felsefe ve psikoloji ikiz bilim dalları olarak kaldılar. Her iki alanda da büyük bir düşünür olarak tanınan James, 1900'lerin başlarına kadar Harvard Üniversitesi'nde psikoloji ve felsefe alanlarında ortak bir kürsüye sahipti; C. E. M. Joad da aynı şekilde 1940'lara kadar Londra Üniversitesi'nde benzer bir mevkide görevliydi. Ancak son yüzyılda psikolojinin, akademik çalışmanın insan bilimleri kanadından ayrılarak sosyal bilimler alanına yerleşmesiyle iki alan birbirinden uzaklaştı. Psikolojinin felsefe dünyasındaki bu temelini karşın James, psikolojiyi bir bilim haline getirmenin öncü bir savunucusuydu: "Psikolojiyi bir doğal bilim olarak ele alarak onun bir doğa bilimi haline gelmesine yardımcı olmaya çalıştım." şeklinde yazmıştı (Marinoff, 2004: 36).

Duyum, algı, öğrenme, bellek, bilinç gibi psikolojinin araştırma alanına giren başlıca konular, fizik, kimya, biyoloji ve matematikten bağımsız düşünölememektedir. Çünkü bu konular soyut bir mekanizmanın değil, somut bir mekanizmanın, bir organizmanın ürünüdür. Psikoloji, araştırma sahasına giren bu konularda çalışacaksa, bunu sosyal bilimlerin yöntemlerini kullanarak değil, pozitif bilimlerin yöntemlerini kullanarak yapmak durumundadır. Nitekim bugün gelinen noktada modern psikolojiyi felsefeden ayıran temel farklılık, insan doğasına yönelik sorduğu sorulardan çok, bu sorulara yanıt ararken kullandığı metottur. Artık araştırmacılar, insan zihninin ile ilgili araştırma yaparken kontrollü gözlem ve deney metodunu en güvenilir bir yol olarak benimsemektedir. Bu yaklaşım sayesinde psikoloji, felsefeden ayrılıp bir bilim olmuştur (akt. Korkman, 2017: 1).

Davranışçı psikolojinin gelişiyle ayrışma tamamlanmış oldu, Watson ve Skinner gibi davranışçı psikologlar insan doğası konusundaki sorularını laboratuvara taşımış ve bu konularda deneyler uygulamışlardır. Felsefecilerin tipik olarak tercih ettikleri *Rodin'in Düşünen Adam* heykelinin -eli çenesinde, dirseği dizinde, derin düşüncelere dalmış- olarak özetlediği görüntüden, bu çok farklı bir yaklaşımdı. Ancak fikirlerinizi, ister Sokrates ile girişeceğiniz sözel bir tartışma sonucunda oluşturun, ister fareleri labirentlerde koşturarak geliştirin, aslında sorduğunuz soru eninde sonunda aynıdır: “Bir insanı harekete geçiren şey nedir?”, “Rasyonel irade midir, yoksa koşullu yanıt mı?”, “Eğer her ikisi birden söz konusuysa, bunlar arasında nasıl bir ilişki vardır?” (Marinoff, 2004: 36).

19. yy.'nin son yirmi yılı, genç psikoloji biliminin hızla yükselmesi ile birlikte fizyoloji ve diğer alanların insan bedenini inceleme yöntemleri için benzer bilimsel bir yöntemin zihin incelemesi içinde kurulmasına sahne olmuştur. İlk defa bilinç, algı, öğrenme, hafıza ve zekâyla ilişkin problemlere de bilimsel metot uygulamaları başlamış, gözlem ve deney uygulamaları sonucunda yeni teoriler ortaya atılmıştı. Başlangıçta bu düşünceler araştırmacı tarafından zihnin iç gözlemine yönelik çalışmalardan veya çalışmalarında kullandıkları bireylerin oldukça öznel verilerinden meydana gelmiştir; fakat yüzyılın sonunda gelecek nesil psikologların zihin üstünde tam olarak objektif araştırmalar ve akıl hastalıklarının tedavisinde kendi yeni teorilerini uygulayabilmeleri için alt yapı oluşturulmuştur (Atkinson ve Tomley, 2014: 17).

Psikoloji alanının ortaya çıkması ile birlikte bireyin önemi ve bu yeni bilim dalının metotlarıyla ilgili tartışmalar ortaya çıkmıştır; bunlardan bir kısmı psikolojiyi ilgilendirmekte ve sürmektedir (Gerring ve Zimbardo, 2016: 7).

### 3.3. 21. Yüzyılda Psikoloji

Psikoloji alanı bugün çok farklı dalları ile zihnin, insan ile hayvan davranışlarının bütün boyutlarını kapsamaktadır ve nöroloji, sosyoloji, tıp, antropoloji, fizyoloji, bilgisayar bilimi, eğitim bilimleri ile birlikte politika, ekonomi ve hukuku kapsayan birçok disiplinle örtüşecek kadar kapsama alanı artmıştır. Psikoloji, en başta nöroloji ve genetik öteki alanlardan etkilenmekte ve onları etkilemektedir. Psikoloji alanında araştırmalardan elde edilen veriler, kamuda, iş hayatında, endüstride, reklamcılıkta ve kitle iletişiminde alınan kararlarda bir biçimde yansımaları olmakta bunun sonucu olarak herkesi ilgilendirmekte ve doğrudan ya da dolaylı bir şekilde etkilemektedir. İnsanları ise birey ya da grup şeklinde etkilemektedir, toplumların nasıl oluştuğu ya da hangi şekilde yapılandırılacaklarıyla ilgili tartışmalara da en az akıl hastalıklarının tanısına ve tedavisi kadar katkı sunmaktadır.

Psikologların düşünceleri ve teorileri günlük yaşantının birer parçası olmuştur; davranışsal ve zihinsel süreçlere ilişkin verilen birçoğu kısaca “sağduyu” olarak görülmektedir. Bunun yanı sıra psikolojide yapılan birtakım keşifler içgüdüsel duyguları doğrulamakta ve birçoğu insanları bir kez daha düşünmeye zorlamakta, psikologlar bazı keşifleriyle geleneksel inançları sarsarak insanları daha fazla şaşırtmaktadır. Psikoloji kısa geçmişinde insanların düşünce yapılarını değiştirecek ve kendisini, diğerlerini ve yaşadığı dünyayı anlaşılmasına katkı sağlayacak birçok düşünce ortaya koymaktadır (Atkinson ve Tomley, 2014: 13).

Önceden beri psikoloji pozitif bilim olma isteğini taşımasına rağmen incelediği konuların deneysel yollarla ölçülmesindeki güçlükler nedeniyle, devamlı olarak sosyal bilimlerin yöntemlerini kullanmak zorunda kalmıştır (Korkman, 2017: 200). Bu yöntemlere gözlem, tarama, test ve vaka tarihçesi örnek olarak verilebilir. Gözlem yöntemi, belirli bir davranış durumuna herhangi bir etkide bulunmadan, onu daha iyi anlamak amacıyla kullanılmaktadır. Bu yöntemde verilen bilgi bilimsel sürecin ilk basamağını meydana getirmekte, bu basamaktan sonra deneysel yöntem kullanılabilir. Tarama yönteminde ise incelenmek istenen olayı doğrudan gözleme imkânı olmadığı durumlarda soru listesi vasıtasıyla ve mülakat yöntemiyle, dolaylı bir şekilde gözleme yapılmaktadır. Bu yöntem pazar araştırmaları, siyasal olayların dağılımı, kamuoyu yoklamalarında epeyce kullanılmaktadır. Test yöntemi, önceden oluşturulan şartlar yaratarak, bireylerin bu şartlar altında nasıl davrandıklarını gözlemlemek için kullanılmaktadır. Bu testlere örnek olarak zekâ testleri, tutum testleri, depresyon testleri, kişilik testleri vb. verilebilir. Vaka tarihçesi yönteminde ise insanların geçmişte yaşadıkları olayları betimsel olarak yansıtan kişisel öyküleri kullanılmaktadır. Vaka tarihçeleri, genellikle geçmişteki olayların hatırlanıp söylenmesi yoluyla oluşturulmaktadır (Cüceloğlu, 2000: 42-45). Günümüzde ise, psikofizyoloji, fizyolojik psikoloji, nöropsikoloji, biyolojik psikoloji, bilişsel psikoloji ve hatta nörokuantoloji gibi alanlar, teknolojik olanakların da gelişmesiyle, bilimsel deneysel olarak inceleyebilmektedir. Aslında psikoloji, fizikle iş birliği yapma düşüncesiyle başladığı yolculuğunda doğru bir başlangıç yapmıştı. Bugün gelinen noktada, psikolojinin çıkış yolu yine fizikle olan özellikle de kuantum fiziği ile ortaklığından geçmektedir (Korkman, 2017: 200).

### 3.4. Felsefe ve Psikoloji Ayrımı Tartışması

Bilimsel yöntemin uygulanması, insanın ve insan doğasının nasıl çalıştığı konusunda bazı önemli bilgiler kazandırmaktadır. Ancak psikoloji, insanı kavrama konusunda bazı ipuçlarını belirleyebilse bile, insan doğasının karmaşık örgüsünü hiçbir zaman tam olarak ortaya çıkaramayacaktır. Örneğin, kullanılan doğru bilimsel yöntemlere karşın, davranışçı psikoloji hiçbir zaman insan yaşamının en önemli unsurlarından biri olan ve felsefenin ana damarlarından birini adadığı etik konusunda bir sistem ortaya çıkaramayacaktır. Herhangi bir eyleme yol açmak, sadece doğru bir uyaran bulma problemi ise, insanlar yaptıkları her şeyi tek kelime ile ödül kazanmak veya cezadan kaçınmak için yapma durumuna indirgenmiş olmaktadır (Marinoff, 2004: 37-38).

Psikoloji ile felsefenin disiplinlerinden olan mantık ve bilgi kuramı arasında çok yakın ilişkiler vardır. Bu ilişki göz ardı edilir veya yanlış yorumlanırsa ya felsefe psikolojiye ya da psikoloji felsefeye indirgenmiş olur. Bu tür özdeşlik iki alanın birbirine yakın olmasından değil, felsefe ve psikolojinin alanlarının ve yöntemlerinin tam olarak belirlenmemesinden kaynaklanmaktadır. Psikoloji insanın bilgi elde etme yönlerini beyin denilen bir organa dayandırırken, felsefe bilgiyi zihinsel bir düşünme etkinliği olarak tanımlamaktadır. Özetle zihin ve beyin iki farklı olgudur. Sonuç olarak, psikoloji bilimi, insanı birey olarak ele alıp incelemektedir. İnsana bakışı ve yöntemleri felsefeden farklı olsa da ortak nokta insandır. Psikolojinin sunduğu bilgiler felsefeye katkı yaptığı gibi, felsefi bilgiler de psikolojiye katkı yapmaktadır (Çüçen, 2013: 39-40).

Felsefe ve psikoloji arasındaki evliliği bu kadar değerli kılan, gerçeklere ve değerlere ilişkin meselelerin uyumlu beraberliğine imkân vermesiydi. Felsefe aklın, sağlam iddianın ve güçlü çıkarımın ilkelerini ifade etmektedir. Bunlar akılcılığın gerçekleridir ama insanların nasıl düşündüğüne dair olgular değildir. O zaman felsefe bu ilkelerin değerini teyit ederek, bütün alanlarda değilse de birçok alanda böyle akıl yürütmek için çaba göstermemiz gerektiğinde ısrar etmektedir. Buna karşılık, psikoloji bize aklın nasıl işlediğine dair sayısız bilgi vermiştir ve böylelikle insan aklının nadiren mantıksal metotları kullanarak sonuçlara vardığını göstermiştir. Beyin her türlü hızlı ve aşağılık kestirme yolu kullanmaktadır. Kestirme yollar doğru sonuca varma işini çabucak görmektedir ve genellikle bizim yaşamayı sürdürmemiz için yeterlidir, fakat sağlam mantıksal görüşlerden uzaktır. İnsan akli meselesi akli yeteneklerimizi nasıl en iyi şekilde değerlendirilmesi bağlamında ele alınacak olursa nasıl akıl işletileceğine dair bir ideale; önyargıları, aklın kullandığı numaraları ve kestirme yolları anlamaya; bir çıkarımın geçerli olup olmadığını kontrol edecek kurallara ihtiyaç vardır. Doğru şekilde yaşama üzerine felsefi savlar insan doğasıyla ilgili inançlara dayandığı oranda

felsefenin psikolojiye ihtiyacı vardır, ona başvurmazsa boş safsata olmaktan kurtulması mümkün değildir. Bir şeyin gerçekten ne olduğunu bilinmezse onun nasıl olması gerektiğine dair argüman ciddiye alınmamaktadır (Baggini ve Macaro, 2014: 198-199).

Marx, filozofların dünyayı ancak konu onu değiştirmek olduğunda yorumladıklarını gözlemlemiştir. Görünüşe göre psikolojinin sorunu da, ana görevi dünyayı anlamakken, onu değiştirmek için çabalamasıdır. Fakat psikolojideki araştırmalardan nasıl yaşanılacağına dair sonuçlar çıkarmak tehlikeli iş olsa da aklın bilimsel, deneysel incelenmesinden elde edilen anlayışların görmezden gelinmesi pek de akılcı olmamaktadır. Araştırmalar, abartıya kaçılmadan kullanılmalıdır. Sadece araştırma bulgularına dayanarak bir doğru yaşama modeli oluşturmak mümkün değildir ama doğru yaşamaya dair bütün modellerin en azından insan düşünce ve davranışına dair bildiklerimizle uyuşması gerekmektedir. İyi hayatın, psikolojinin insana söyledikleriyle uyumlu olması gerekir; fakat psikoloji, insana iyi hayatın ne olduğunu söyleyememektedir (Baggini ve Macaro, 2014: 209-210).

Marinoff felsefe ve psikoloji arasındaki bağı şu şekilde ifade etmektedir:

Filozoflar her zaman insan doğasının gözlemcileri olmuşlardır; bu, kulağa sanki bir psikoloğun görev tanımımış gibi gelebilir. Ancak herhangi bir insanlık felsefesi, psikolojik kavrayış olmaksızın noksan kalır. Psikoloji de aynı şekilde felsefi kavrayıştan yoksun bırakıldığında görevini tam olarak başaramaz ve böylesine ikiye ayrılmış olmaları yüzünden her iki alan da daha zayıf hale gelmiştir. Felsefenin, mantık gibi kimi alanları psikolojiden fazlasıyla uzak konumdadır. Ancak felsefe çoğunlukla gözleme, duyu verilerine, algıya ve izlenimlere dayanır ki bunların hepsi de psikolojinin alanına girerler. Dünyaya baktığımızda, önümüzde duran şeyi muhakkak apaçık göremeyiz -fizyolojik özellikler ve öznel yorumlar- hemen hemen her zaman belli bir rol oynar. Fark yaratan bu etki -nesne ile deneyim arasındaki fark- psikolojidir ve hiçbir felsefi görüş açısı bunsuz ayakta durması mümkün değildir (Marinoff, 2004: 36-37).

Psikoloji ile felsefe zayıflayan bağlarını güçlendirme yolunda bir adım atılması gerekmektedir. Böylece psikolojinin, doğa bilimleri ile felsefe arasına sıkışan konumunu, felsefe tarafında belirginleştirmesi sağlanabilir. Ancak böyle bir tavır bilim olma yolunda yüzyılı aşkıncıdır mücadeleye veren psikolojiye ne kazandıracığı tartışmalıdır. Psikolojiyi olduğu biçimi ile kabul etmek, alanını ve ona uygun yöntemleri belirginleştirerek, farklı ve layık olduğu konumunu vermeye çalışmak en doğru yol olabilir. Felsefe ile psikoloji arasında bir tür iş birliği oluşturulabilir (Gökalp, 2010: 142).

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### FELSEFİ DANIŞMANLIK

#### 4.1. Felsefi Danışmanlığın Kısa Tarihi

##### 4.1.1. İlk Çağ'da Felsefi Danışmanlık

Koşulları değerlendirmek, hayatın anlamlarını, amaçlarını ve değerlerini anlayabilmek için biriyle konuşmaya ihtiyaç varsa bir filozof insanlar için doğru yardımcı olabilir. Filozoflar eski çağlarda ve tarih boyunca hayat kaygıları hakkında rehberlik görevini yürütmüşlerdir (Marinoff, 2007: 21). Felsefi danışmanlığın arka planına bakıldığında, tarihsel ve çağdaş felsefenin amaçlarını izlediği ve bu amaçlardan bazılarında Antik Yunan filozoflarının uygulamalarını kullandığı görülebilir. Muhtemelen her büyük filozof felsefenin pratik değerini savunmuştur. Birçok Antikçağ filozofu düşüncenin uyarıcıları, düşüncenin gebelik/doğum danışmanı ve felsefenin pratik bir disiplin olduğunu düşünmüştür (Savage, 1997: 40-41).

İlk felsefi danışmanlık uygulamaları olarak nitelendirebilecek örnekler Eskiçağ felsefesinde vardır, en belirgin olanları ise eski Yunan ve Roma felsefelerinde karşımıza çıkmaktadır. Kinikler, Stoacılar veya Epikuroşular gibi Eskiçağ felsefesinin birçok felsefe okulu felsefeyi soyut kuramlar bütünü olmak yerine, yaşama sanatının öğretilmesi olarak görmüşlerdir. Eskiçağda felsefe insanlara bir yaşam biçimi önermekteydi; ancak günümüzde felsefi söylem bir sistem kurmak ya da bilgi vermek yerine, insanlara acıdan kurtulup mutlu olacakları bir yaşamın yollarını anlatmayı hedeflemektedir. Eskiçağ filozoflarının öncelikli yapmayı amaçladıkları, gerçekliğin teorisini kurmak olmamıştır. Onların asıl amaçladıkları, insanlara gerek düşünmelerinde gerek yaşamlarında rehberlik edecek bir yöntem öğretmektir. Bu çerçevede bireyleri doğru bir yaşam biçimine yönlendirmek ve onların kişisel kaygılarını ortadan kaldırmayı amaç edinen Eskiçağ felsefe okulları, felsefi danışmanlık uygulamalarının ilk örnekleri olarak ele alınabilir (akt. Altunbaşak, 2015: 1-2).

Sokrates dünyanın yapısı ile şeylerin fiziksel doğasının bilinemeyeceğini ifade eder; ona göre insan yalnızca kendini tanıyabilmektedir. Onun bilginin nesnesiyle ilgili bu görüşü, "kendini tanı" kelimeleri ile dile getirmiştir. Bilgi, ona göre düşünce, kâinat ise kavramdır. Kavramlar, tanımlar aracılığıyla ortaya konulmakta ve endüksiyon yöntemiyle bir araya getirilmektedir. O, etik kavramlarla ilgili tanımlamalar ve genelleştirici örneklemeler vermiştir. Bir kavramın tanımlanmasından önce diyalog bulunur, bu diyalog sırasında sorular, konuşmacıların düşüncelerindeki çelişkileri bulmasını sağlamaktadır.



Çelişkilerin bulunmasıyla, yüzeysel bilgi bir kenara bırakılmakta, bu sırada, zihinde doğan huzursuzluk durumu, hakikati aramaya neden olmaktadır (Frolov, 1997: 429). Onun felsefi danışmanlara, onların yararlı buldukları sayısız başka katkı ile birlikte, bıraktığı diğer büyük katkı, “Sokrates Yöntemi” adı verilen, nihai bir cevaba ulaşmak için bir dizi soru sorma yöntemidir. Sokrates’in ünlü “Sorgulanmamış bir hayat yaşanmaya değer değildir.” özdeyişi onun nitelikli bir hayat sürmenin en önemli şey olduğu ve bunu öncelikle felsefi bir sorgulama yoluyla yapabileceğimiz yolundaki kanısını özetlemektedir (Marinoff, 2004: 76).

Platon, saf ama soyut biçimlerin varlığına ve maddesel nesnelerin bunların kusurlu kopyaları olduğuna inanmaktaydı. Bu biçimler değişmezdirler, ancak insanlar yer değiştiren bir görünüm dünyasında yaşamaktadır ve bu biçimlere ancak zihniyle ulaşabilmektedirler. Uygun bir eğitim sayesinde bu zihinsel dünyaya (fikirler dünyasına) girebilir, adalet, güzellik ve gerçekliğin saf biçimlerini anlaşılabilir ve içinde yaşanılan gerçek dünyada böylece onların daha iyi kopyalarını yapılabildi. O, en yüce uğraşın, bu yolla şeylerin özünü aramak olduğunu düşünürdü. Bu fikir, felsefi danışmanlıkta da yankı bulmaktadır; çünkü “Bir şeyin (mutluluk, tatmin, ahlak vb.) özünü tanımamaktaysa, onun bulunup bulunmadığını nasıl fark edilebilir?”. Felsefi danışmanlık, bu gibi kavramlar konusunda insanın kendi anlayışını keskinleştirmede, kendi hayatında nerede durduğu konusunda felsefi bir bakış açısı kazandırmayı sağlamaktadır (Marinoff, 2004: 76-77).

Davranışların kökleri çocukluk yaşantılarına kadar gitse de, kişiliği oluşturmak insanın kendi işidir. Fakat bu değişimlere insan nasıl tesir edebilir? Öncelikle alışkanlık edinerek, Aristoteles bunu “İnşa ederek inşaatçı, lir çalarak lir çalıcı olur.” ifade etmektedir. “Öyleyse, adil davranışlarda bulunarak adil, ölçülü davranışlarla ölçülü, cesur davranışlarla da cesur olunur.” Bir kere daha, Aristoteles’in antik sezgisi, çağdaş psikoloji araştırmalarıyla doğrulanmaktadır. Çeşitli tarzda davranış terapileri, sırf yapılan şeyi değiştirmek düşünce ve duyguları etkileyebildiği için işe yaramaktadır (Baggini ve Macaro, 2014: 16). Aristoteles, eleştirel düşünüşün saygınlığını ve kullanımlarını geliştirerek yüzyılların felsefi araştırması için sahneyi kurmuştur. O, birçok pozitif bilime ve sosyal bilime öncülük etti; ancak hiç uygulama içermediği ve tamamen kuram aşamasında kaldığı için bugün bunların pek azı bilimsel anlamda kullanılabilir durumdadır, hiç deney yapmadı ve kanıtlara pek meraklı değildi. O, mantık ilmini de icat etmiştir. Sorunları, eleştirel düşünme konusunda hatalar içeren danışanlar için, basit biçimiyle mantık çok yararlı olmaktadır. Onun ahlak kuramı da son derece önemlidir. Onun iyiliği bütün mantıklı yaratıkların erişmeye çabaladığı erdem olarak tanımlamaktaydı. Felsefe danışmanlığında, danışan kendi kavramlarını geliştirmeye çalışırken,

onun iyi bir yaşamın bütün bu unsurları konusundaki düşünceleri çok yararlıdır (Marinoff, 2004: 77).

Epiküros'a göre felsefenin en önemli fonksiyonu problemlerin gizli kalan sebeplerini, isteklerin esas kaynaklarını bulup onları yorumlanmasına yardım etmek ve mutlu olmak amacıyla yanlış yollara girilmesine engel teşkil etmektir. İlk düşünülen şeyi yapmak yerine, öncelikle isteklerin akılcı olup olmadığını değerlendirmektir; Epiküros'tan yaklaşık yüzyıl önce yaşayan Sokrates'in ahlaki tanımlarını ele almak için onun kullandığı gibi bir metot kullanması gerekmektedir. Epiküros'a göre, felsefe insana, içgüdülerde var olan iyileşme metotlarıyla ara sıra zıt olan metotlar sunacak, bu nedenle de insanı kendisi için çok daha iyi tedaviler aramaya sevk edecek, gerçek mutluluğun bulunmasına yardımcı olacaktır (Bottom, 2010: 72).

Seneca'nın eserlerinde egemen olan görüşe göre insanın olması muhtemel, kendini hazırladığı ve sebeplerini anladığı düş kırıklıklarına daha kolay katlanır: En büyük acıları ise hiç beklenilmeyen ve başa çıkılması zor olan düş kırıklıkları karşısında yaşamaktadır. Felsefe insanı hakikatle barıştırmayı gerektirmektedir; bunun sonucu olarak, düş kırıklığının kendisi olmasa bile yanında getirdiği zararlı duyguları ortadan kaldırmalıdır. Felsefenin görevi, insan hakikatin yıkılmaz duvarını aşmaya uğraşırken, arzularımızın mümkün olan en yumuşak biçimde yere inmesini sağlamaktır (Bottom, 2010: 102).

#### **4.1.2. Yeni Çağ'da ve Yakın Çağ'da Felsefi Danışmanlık**

##### **4.1.2.1. Descartes**

Descartes'in felsefi danışmanlığa önemli katkılarından biri zihin ile maddenin bir arada varoluşu konusundaki ünlü ve açık ifadesidir. Zihnin, beyinden farklı olarak, soruları, kuşku, yanlış bilgileri, sakat yorumları ve tutarsızlıkları olabilir ama bir hastalığı olması mümkün değildir. Hastalık bedensel bir sorundur; bu yüzden, gerçekten beyinden kaynaklanan bir sorun varsa veya olduğunu sanılıyorsa bir doktora gidilmesi gerekmektedir. Düşünceler ve inançlar, yalnızca bedensel ya da hiç bedensel olmayıp, zihinsel durumlardır; bu nedenle felsefi bir danışman, bedenleri tedavi etmek yerine zihinleri geliştirmeye yer açmak için Descartes'in zihin ile maddenin bir arada varoluşu konusundaki ayırımına dayanmaktadır (Marinoff, 2004: 81-82).

Skolastik düşünce söylenenler ile metinleri otorite olarak kabul edilirken, Descartes buna karşı çıkar ve bilginin başkalarının ne düşündüğünü araştırarak değil apaçık sezgilerle, kesin çıkarımlarla elde edilebileceğini savunmaktadır. Descartes'in bilgi anlayışını özü, "ben" in (ego) bilginin temeli olarak seçilmesidir (Güçlü ve ark., 2008: 357). O, sadece akli temel alarak kendi felsefi sistemini kurmuştur. Bu sisteminde mutlak doğruya ulaşmak için

açık ve seçik bir şekilde bilinmeyen hiçbir şeyi doğru olarak kabul edilmemesi kuralı uyarınca, her şeyden şüphe duymaya, yanlış veya şüpheli, yanlış veya şüpheli olmasının olası olduğunu düşündüğü her şeyi reddetmeye karar vermiştir. Şüpheyi son sınırına kadar götürmüş, en son aşamada, şüphe duyabilmek için önce var olması gerektiği sonucuna varmıştır (Cevizci, 2005: 462).

Descartes'in, gerçekliğinden tek bir kuşku dahi kalmaksızın emin olana değin herhangi bir şeyin gerçek olduğunu asla kabul etmemeyi kendisine ilke edinmiştir. O, gerçek inançları kuşkulu ya da sahte olanlardan ayırt etmek için bilinen veya bilinen sanılan her şeyi dikkatle gözden geçirilmesine gerekliliğine inanmaktaydı. O, öğretmenlerden ya da duyulardan gelen en küçük bilgiyi dahi kabul etmek istemez ve dikkatli bir incelemeye dayanıp dayanmadığını görmek için her şeyi eleştirinin ışığında sınırdı. Descartes'in "Düşünüyorum, öyleyse varım." özdeyişi ile neyin gerçek ve doğru olduğunun bulunması konusundaki sorumluluğu birinci şahsa kaydırmaktadır. Bu görüş, kavrayış anahtarı olarak duylara ve duyguya değil, düşünceye prim vermekle felsefi danışmanlığın temelini de oluşturmaktadır. Düşünceler ve inançlar, yalnızca bedensel ya da hiç bedensel olmayıp, zihinsel durumlardır; bu nedenle felsefi bir danışman, bedenleri tedavi etmek yerine zihinleri geliştirmeye yer açmak için Descartes'in zihin ile maddenin bir arada varoluşu konusundaki ayırımına dayanmaktadır (Marinoff, 2004: 82).

#### 4.1.2.2. Hobbes

Hobbes, devleti insanların korunmaları amacıyla sözleşmeyle oluşturulmuş yapay bir yaratık olduğunu ifade etmektedir. İnsanların doğal hayatını sürdürürken esasında altın bir çağda değil cehennem hayatı içinde bulduklarını iddia etmektedir, bu süreç içerisinde eşit ve özgür olan insanların kendi aralarında bir mücadele içinde bulduklarını ileri sürmektedir, bu durumda ise gelişme ve medeniyetin ilerlemesinin olmayacağını ifade etmektedir. Bundan tek çıkış yolu, devlet lehine, insanların bir sözleşmeyle kendi sınırsız özgürlüklerine son vermeleridir. Ona göre, sözleşme aracılığıyla meydana getirilen bu yapay devlet (ejderha) onları temsil ederek yönetecektir. O, bu yüce hâkim güç devletin insanların yaptıkları sözleşme ile bağlı olmadığını belirtmiştir. Topluma karşı hiçbir yükümlülüğü bulunmayan devletin son derece geniş yetkileri bulunmaktadır. İnsan, hukuk, din, mülkiyet vb. bütün konularda sınırsız yetkilerle donatılmış bu üstün güce bağlı olması gerekmektedir. Ona göre, hâkim ve üstün gücün iradesi, hukukun tek kaynağıdır (Cevizci, 2005: 845). O, eğer insanlar ortak bir güçlü otoriteyi kabul ederlerse, bu otoritenin sözünü dinleyeceklerini ve birbirleriyle iyi geçineceklerini yazmıştı. Herkesin uyduğu hudutlar anlaşmazlıkları

sınırlandıracaktır. Yine, böyle bir otoritenin ve üzerinde anlaşılması sınırların yokluğunda ise anlaşmazlık daima kızışacaktır. O, iç savaş hakkında yazmaktaydı, ama bu fikir daha kişisel savaş alanları içinde geçerlidir. İlişkilerdeki anlaşmazlıkları sınırlandıran dış otorite dini, medeni veya felsefi olabilir (Marinoff, 2004: 127-128).

#### 4.1.2.3. Hegel

Varlık(evren) bir ilkenin, bir ilk-temelin kendisini açması, belirli bir ereğe doğru gelişmesidir. Tüm var olanların, tüm varlık türlerinin ardında ve temelinde bulunan bu ilkeye Hegel, yerine göre, “ide”, “akıl”, “söz” veya “tin”(Geist) demektedir; isimlerinden de anlaşılacağı gibi bu ilke manevi özelliktedir. Evren olarak gelişen “ide”nin ereği, en sonunda kendi kendini bulması, kendinin bilinç ve özgürlüğüne ulaşmasıdır. Bu hedefe doğru gelişmesinde ide üç aşamadan geçmektedir. İde(tin) ilk olarak “kendi içinde”dir, “kendi kendine”dir. Bu aşamada ide yalnızca bir olanaklar ülkesidir; saklı olan gücünü daha gerçekleştirmemiştir, fakat kendini bilmesi, tanınması için kendine bir hakikat kazandırması gerekmektedir. Bu erekle ide kendini ilk olarak doğada gerçekleştirir. Fakat doğada ide artık kendi kendinde değildir, kendinden farklı bir şey olmuştur, özüne karşı düşmüş, kendine yabancılaşmıştır, kendi özü ile çelişik bir hale gelmiştir. Bu çelişme, idenin gelişmesindeki üçüncü aşama gerçekleşen tinin dünyasında ortadan kalkmaktadır. Bununla da ide tekrardan kendini bulmaktadır, ancak bu durumda da bilincine, bunun sonucu olarak özgürlüğüne ulaşmış durumdadır. Çünkü doğada idenin yasası zorunluluktur; kültür dünyasının yasası ise özgürlüktür. Fakat bu sübjektif değil, objektif olan, genele, yasaya bağlanma ile meydana gelebilen bir özgürlüktür (Gökberk, 2008: 388-389).

Hegel’in felsefi danışmanlığa miraslarından biri de aşma fikridir; aşmak hem “reddetmek” hem de “korumak” demektir. Kişilik ortak merkezli bir dizi çember gibidir. En içte kişisel varlık vardır ve daha sonra aile, sonra sosyal çevre, sonra insanın kendi, kasaba veya kent, sonra eyalet, sonra ülke, sonra gezegen vd. gelir. Eylemler her düzeyin kapsanmasını veya dışlanmasını teşvik etmektedir. Eğer insan sosyal çevresine hizmet ediyorsa, ailesine de hizmet etmektedir ve böylece bu düzeyi kapsamayı sürdürmüştür. Aileyi aşmış ama hem onlara hem insan kendisine hizmet etmiştir. Benzer şekilde, ülkesine hizmet ettiği zaman kenti aşmakta ve insanlığa hizmet ettiğinde de ülkesini aşmaktadır (Marinoff, 2004: 90).

#### 4.1.2.4. Heidegger

Heidegger “düşünme” kavramını şu şekilde ele alır:

“Kaygı verici”, kendini bize düşünülmesi gereken bir şey olarak sunandır. Şimdi bu cümleyi iyice mülâhaza edelim ve kelimeye kendi ağırlığını koruması için izin verelim. Öyle şeyler vardır ki bize kendisini, kendiliğinden, adeta kendi evinden düşünülmesi gereken olarak sunar. Yine öyle şeyler vardır ki, bize hitap ederek, kendisini muhakeme etmemizi düşünerek kendisine yönelmemizi ve onu düşünmemizi ister. Kendisini bize düşünülmesi gereken olarak sunan kaygı uyandıran şey, bu durumda asla bizim tarafımızdan tespit edilen, ilk defa bizim tarafımızdan tesis ve tekmil edilen yahut sadece hayal olarak kurduğumuz bir şey değildir. Sözü edilen iddiaya göre, kendisini en fazla, düşünülmesi gereken olarak sunan en kaygı verici şey, bizim hala düşünmememizdir. Hala düşünmememiz, asla insanın, özünde düşünülmesi gereken olarak kaldığı için kendi bulunduğu yer itibariyle düşünülmeyi isteyene yeterince yönelmemiş olmasından kaynaklanmamaktadır. Bizim hala düşünmememiz, esasen daha çok, bu düşünülmesi gereken şeyin kendisinin insandan yüz çevirmesinden, çoktandır yüz çevirmiş olmasından kaynaklanmaktadır (Heidegger, 2009: 4-5).

Heidegger’e göre; “Felsefe bir tür yatkinliktir, bu yatkinlik var olanı, var olan olarak ne olduğu bakımından görmeyi olanaklı kılar.” Böylece sorun yaşayan kişi felsefi danışmanlıktan faydalanarak “eden (HEP) ben” sorusu yerine olanı öncelikle kabul edip bunun devamında zihinsel bir süreç ile “Ben ne yapabilirim?” ya da “Ne düşünmeliyim?” sorularını koyup çözüme yaklaşmasını sağlamaktadır. Problemlerine kısa dönemde yüzeysel de olsa, hemen çözüm bulma beklentisi içinde olanlar felsefenin alttan alta işleyen mekanizmasını fark etme konusunda maalesef kör ve sağır kalmaktadırlar. Diğer yandan felsefeden yapabileceğinden fazlasını beklemek veya onu tamamen işe yaramaz şeklinde nitелеmek de aslında doğru değildir. Bunun sonucu olarak her şeyden önce bizzat felsefe üzerine düşünmek, felsefeden ne beklenip ne bekleyemeyeceğimiz konusunu netleştirecektir. İşte felsefenin bu problemlere somut çözümler bulma yolundaki yürüyüşünde ona kol kanat veren felsefi danışmanlık olacaktır (akt. Şimşek, 2014: 65-66).

#### 4.1.2.5. Camus

Camus’nün *Veba* ve *Yabancı* romanlarında kahramanlar bütün her şey çökmekteyken bile hep doğru olanı yapmaya çalışmaktadırlar. Onlar, çok acı çektikleri halde iyi insandırlar; uyuşmuşlardır ama yine de iyi olanı yapmaya çabalamaktadırlar. 1957 Nobel Edebiyat Ödülü’nü kazanan Camus, anlamsız varoluş duygusunu anlatmak için kullandığı “absürt” (saçma) kavramına özellikle meraklıydı. Bulunan semptom, absürtlük bağlamında ortaya çıkan varoluşsal bunalımlar, felsefi danışmanların genelde karşılaşılan sorunlardır (Marinoff, 2004: 97).

Camus'un felsefesinin ana teması insanoğlunun varoluşunun anlamıdır. O, bürokratik burjuva toplum içinde yoğrulan çağdaş bireyin incelenişi ile kendi varoluşuyla ilgili hiçbir yanılması olmayan aydının zihinsel dünyasında var olan çelişkilerin çözümlenişinden yola çıkmış, insanın varoluşunun saçma olduğu sonucuna varmış saçma kategorisini kendi felsefesinin ana ilkesi yapmıştır. Ona göre, insanoğlu yaşamının anlamsızlığı, sonsuza kadar hep yeni baştan aşağı yuvarlanan ağır bir taşı yukarıya doğru itmeye mahkûm edilmiş, mitolojik "Sisyphos" imgesinde cisimleşmektedir. Bu anlamsızlığı taşıyamayan insan, "başkaldırır": insanın içinde bulunduğu bu Sisyphos durumundan kendiliğinden bir çıkış yolu bulmaya çalıştığı sürekli başkaldırma ve devinimler buradan ileri gelmektedir. O, örgütlü, hazırlıklı bir devrimi kendi anlayışına karşı bulduğu kadar devrimi insanın içinde bulunduğu durumdan bir çıkış yolu olarak gören bütün umutları da yanıltıcı olarak bulmaktadır. Onun düşüncesi, saçma bir dünya içinde yalnızlıktan kurtulma umudu olmadan yaşayan insan düşüncesi olup bu düşünce, aslında, modern kapitalist toplumdaki insanlık dışı durumun kendine özgü biçimde ifade edilmesidir (Frolov, 1997: 76).

Camus'ye göre saçmalığın derinden derine farkına varılmasını sağlayan dört farklı insani durum vardır: (1) İlk olarak insanlardan büyük bir bölümünün modern kitle toplumunun gerekliliklerine uyumlu bir biçimde sürdürülen yaşamın mekanikliği ve sıradanlığı bir gün insana var oluşlarının değerini ve hedefini sordurtmaktadır. (2) Ona göre zamanın geçmeye devam etmesinin deneyimlenmesi, zamanın tinsel anlamda öldürücü bir süreç biçiminde hissedilmesidir. İnsan, zamanın ağır ağır geçmesiyle geleceği değiştiremeyeceğinin, kendisinin zamana ait bir mal ya da köle olduğunun farkına varmaktadır. (3) İnsanlardan büyük bir bölümünün değişik düzeylerde duyduğu, yabancı bir dünyada tek başına bırakılmışlık hissidir. Ona göre dünyanın yoğunluğunu ve yabancılığını içten içe hisseden insan, başka bir taraftan da dünyanın kendine düşman olduğunu düşünmeye başlamaktadır, onun kendinin ölümlü olmasıyla alay ettiğini anlamaktadır. İnsan sadece nesnelere ve dünyaya değil ama kendine ve başka insanlara da yabancısıdır. (4) Ona göre saçma duygusunun asıl kaynağı ölüm ve ona ilişkin düşüncelerdir. Kendisinden başka bir alinyazısının olmadığı, tek gerçek ve yazgısının insanı götüreceği son aşama ölüm, yalnızca yaşamın yararsızlığını ve anlamsızlığını ortaya koymaktadır (Cevizci, 2009: 1170-1172).

#### 4.1.2.6. Sartre

Sartre’ın, *Bulantı* adlı romanında ve *Çıkış Yok* adlı oyununda kahramanlar tüm her şey çökmekteyken bile yine de doğru olanı yapmaya çalışmaktadırlar. Onlar çok acı çekmelerine karşın yine de iyi insandırlar; uyuşmuşlardır fakat yine de iyi olanı yapmaya uğraşmaktadırlar. Var olan semptom “bulantı” bağlamında ortaya çıkan varoluşsal bunalımlar, felsefi danışmanlık alanında sıklıkla karşılaşılan problemlerdir (Marinoff, 2004: 97).

İnsanların bilincine, insanları kendinde varlıklardan ayrı kılan boşluğa gönderimde bulunan olguda ortaya çıkan içsel hiçliktir. Bu anlamda hiçlik, insanın kendisindeki hiçlik, onda var olan ve eylemleri, düşünceleri algılarıyla doldurmaya çalıştığı boşluk olarak ortaya çıkmaktadır. Eylem biçimini hayal kurulan bir geleceğe gönderimle belirleyen bir kendisi için varlığın dünyayı gerek algılamasını gerek dünyada eylemde bulunmasını imkân veren şey, içsel hiçliktir. O, insanın doğasındaki içsel boşluğu seçtiği eylem biçimleriyle doldurmak açısından tamamıyla özgür olduğunu belirtir. Hiçliğin insani varoluşun en temel yönü olduğunu, insanın hiçlik yardımıyla kendisiyle dünya arasında olan farklılığı gördüğünü ifade eden Sartre’a göre kişinin kendisine “Ben böyle böyle değilim.” diyebilme gücünün kaynağı bilinçteki hiçliğin ürettiği boşluğun bir sonucu olması gerekmektedir. İçsel hiçlik, bilinci meydana getiren şeydir, o olmadığında bir insan algıya veya kendini belirlemeye yeterli gücü olmayan katı ve masif bir şey olup çıkar (Cevizci, 2009: 1158-1159).

J. P. Sartre *Bulantı* adlı kitabında yaşadığı bu durumu şöyle dile getirir:

Demek ki bulantı bu: göz kamaştırıcı apaçıklık. Üzerine kafa patlattım. Yazılar yazdım. Şimdi biliyorum. Varım (dünya da var) ve dünyanın var olduğunu biliyorum. Hepsi bu. Benim için önemli değil. Benim için hiçbir şeyin önemli olmaması çok acayip korkuyorum bundan (Sartre, 2010: 167).

#### 4.1.3. Felsefi Danışmanlığın Ortaya Çıkması

Felsefi danışmanlık hareketi, zamanın ruhu gibi görünmektedir. Tüm dünyada insanlar, beyin dalgaları yerine “birdenbire” güçlü bir şekilde felsefe ile ilgilenmeye, “Niçin günlük yaşantımızda felsefeye başvurmak olmasın?” şeklinde düşünmeye başladılar (Tillmanns, 2013: 133). Modern zamanlarda filozoflar, felsefeyi insan yaşamındaki koşulları değerlendirmek, anlamları, amaçları ve değerleri anlayabilmek konuları karşısında gitgide daha yararsız, ulaşılmaz ve ilgisiz bir konuma getirmişlerdir. İnsanlar filozofların verebileceği türden tavsiyelere ve sunabilecekleri çeşitli bakış açılarına hasret kalmıştır. Bu yüzden yaklaşık son otuz yıldır felsefe alanında ciddi bir yeniden doğuş yaşanmaktadır. Filozoflar bireysel ya da kurumsal danışmanlar ve gruplar için rehberler olarak yeniden ortaya çıkmaktadır (Marinoff, 2007: 21).

1970'lerin sonları ve 1980'lerin başında birkaç bağımsız organizasyon, "Felsefi Rönesans" akımı olarak ilan edildi. 1979 yılında P. Sharkey, belediye hastanesinde "Filozof Rezidansta" (Philosopher in Residence) olarak belirlenmiş ve profesyonel yardım olarak felsefenin süresini uzatma şeklinde adlandırılan yazılar yazdı. 1980'lerde S. Hersh *Counselling Philosopher* adlı kitap yayımlandı. 1981 yılında G. Achenbach Felsefi Pratik Alman Topluluğu'nu kurdu ve Bergisch Gladbach'de onun danışmanlık tabelasını astı (Marinoff, 2002: 68). Topluluğun dergisi Agora ise 1987 yılında yayın hayatına başladı. Dernek halen Avusturya, Hollanda, İsviçre, Norveç, İtalya, Kanada, İsrail ve Güney Afrika'dan yaklaşık 150 üye ile etkinliğini devam ettirmektedir. Almanya'daki çalışmalar çok geçmeden Hollanda'da ilgi çekmiş, 1984 yılında Amsterdam Üniversitesi'nde okuyan bir grup felsefe öğrencisi, Achenbach'ın da etkisiyle kendilerini felsefi danışmanlık konusunda geliştirerek, felsefi danışmanlıkla ilgili çeşitli kuramsal konuları tartışmaya başlamışlardır. 1987 yılında grubun da üyesi olan A. Hoogendijk Hollanda'daki ilk felsefi danışmanlık çalışmalarını başlatmıştır. 1987 yılında Hotel de Filosoof (Filozof Oteli) Amsterdam'da açılmıştır. I. Jongsma burada grup etkinliklerini başlatmıştır (Altunbaşak, 2015: 6-7). Diğer felsefeciler, özellikle de Amerika'da olanlar, pratik veya ciddi olarak pratik hakkında teoriler üretmeye zaten başlamıştı. J. M. Russell, M. Friedman, M. Lipman, P. Koestenbaum, P. Grimes ve diğer isimler bu gelişim döneminde yolunu bulmuşlardır. Onları destekleyecek bir ortam yoktu, onların hizmet vermeleri için ortamda danışmanlığa talepler inişli çıkışlı bir durumdaydı (Marinoff, 2002: 68).

Felsefi danışmanlık, 1990'larda da Kuzey Amerika'da gelişmeye başladı (Marinoff, 2004: 20). 1992 yılında "American Society For Philosophy, Counseling, Psychotherapy" (Felsefe, Danışmanlık ve Psikoterapi İçin Amerikan Topluluğu) (ASPCP) kurulmuştur. Bu topluluğun kuruluş amacı üç disiplini bir araya toplamak ve felsefe ile diğer danışmanlık meslekleri arasında bir bağ kurmaktır (Şimşek, 2014: 61). İlk uluslararası felsefi danışmanlık konferansı 1994 yılında Kanada'da British Columbia Üniversitesi'nde yapılmıştır (Altunbaşak, 2015: 7).

1995 yılından itibaren ise ASPCP üyeleri, kötü uygulamalar, lisans ve sertifikaların verilmesi gibi konularla yakından ilgilenmişlerdir. Topluluk bir etik yasası ve sertifikasyon standartları geliştirmiş, 1996 yılından beri, felsefi danışmanlık alanında belge vermeye de başlamıştır. 1998'de ASPCP'nin müdürü olan Marinoff topluluktan ayrılarak "American Philosophical Practitioners Association" (Amerikan Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (APPA) topluluğunu kurmuştur (Şimşek, 2014: 61). Günümüzde "Swedish Society for Philosophical Practice" (İsveç Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (SPP),



“The Society for Philosophy in Practice” (Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (SPP), “The Norwegian Society for Philosophical Practice” (Norveç Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (NSPF), “The Danish Society for Philosophical Practice” (Danimarka Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (DSFP), “Philosophical Practice in Finland” (Finlandiya Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (FIP), “The National Philosophical Counseling Association” (Ulusal Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (NPCA), “Canadian Society for Philosophical Practice” (Kanada Felsefe Uygulayıcıları Birliği) (CSPP)<sup>1</sup> ve APPA toplulukları faaliyetlerine devam etmektedir.

21. yy.’a gelindiğinde felsefe, kendini tekrar yapılandırmaya ve insanla olan bağı tekrar kurmaya yönelmiştir. Bunun en somut haliyle biçimlendirdiği alan ise felsefi danışmanlık yaklaşımıdır. 1980’lerden bu dönemlere kadar bu yaklaşım, alternatif bir danışma türü olarak dünyada birçok yerde kullanılmaktadır (Şimşek, 2014:5). Sadece Almanca konuşulan ülkelerde bile yüzden fazla felsefi klinik bulunmaktadır. Bu düşünce Fransa’da, “Felsefi Kafe” şeklinde uygulanma imkânı bulmuştur. 1990’lı yılların başında Amerika’da kurulmaya başlanan ilk felsefi klinikler gittikçe artarak kapsamlı psikoterapinin çok boyutlu çalışmalarına alternatif bir alan olarak gelişmiştir (Mussenbrock, 2013: 16). Günümüzde Almanya, Fransa, Hollanda, İngiltere ve Amerika’da felsefi danışmanlık kuruluşları etkinliklerini sürdürmektedirler. Bununla birlikte Norveç, İsrail, Kanada ve Güney Afrika’da felsefi danışmanlar bireysel olarak çalışmalarına devam etmektedirler (Altunbaşak, 2015: 7). Felsefi danışmanlık, felsefenin nispeten yeni fakat hızla gelişen bir alanıdır (Marinoff, 2004: 20).

#### 4.2. Felsefi Danışmanlık Olanaklı mıdır?

Felsefi çalışmalar, hemen her çeşitten kavramın ve faaliyetin açıklığa kavuşturulması amacına yönelik olabilmektedir. Bu sebeple felsefe bir “öğreti” biçiminde değil bir “entelektüel etkinlik” süreci biçiminde görülmesi gerekmektedir. Bununla birlikte genel felsefi etkinliğin kendisi de yine farklı bir felsefi araştırma alanının konusunu oluşturmaktadır (Bozer, 2009: 27-28).

Felsefe, önceleri fiziksel dünyayı ele almaktaydı ve insan doğasının iç işleyiş tarzını incelemekteydi. Ancak bu alanları, bilim ele geçirdikten sonra, “Felsefeye yapacak ne kaldı?” sorusunun yanıtı, az çok insanın kendi yaklaşım tarzınıza bağlıdır. Antik Çağ’lardan bu zamana kadar felsefenin temel sorunları olan, nasıl eleştirel düşünüleceği ve nasıl daha iyi bir yaşam sürülebileceği konuları son on yıllarda neredeyse genel gündemden çıkarılmıştır (Marinoff, 2004: 97-98).

<sup>1</sup> <http://www.rentaphilosopher.se/english/practice.html> (erişim tarihi: 01.07.2019).

1980’li yılların ortalarında uygulamalı ahlakbilimin doğuşuyla, değişim çarkı yeniden dönmeye başlamıştır. Biyoloji, tıp, bilgisayar, ticaret ve çevre etiği konuları, halen gerçek yaşamdaki sorunları tahlil etmekte, felsefi araçların kullanıldığı en iyi bilinen alanlardır. Bu gittikçe büyüyen sanayi, bugünün bazı sorunları konusunda felsefeyi işe koşmaktadır. Bu sorunlar, bilimsel ve teknolojik değişimler ya da ötanazi, yasadışı göçmen çalıştırma, internette nefret dolu fikirleri ifade özgürlüğü konularında, ister zehirli atıklardan kurtulma konusunda olsun insanları mevcut yasaları yeniden düşünmeye ve düzenlemeye zorladıkları için gün yüzüne çıkmaktadır. Yasaları değiştirmeden veya yenilerini çıkarmadan önce felsefi görüşlerin açıklığa kavuşturması gerekmektedir (Marinoff, 2004: 99).

“Felsefe bir terapi olabilir mi?” sorusuna iyileştirici etkisi olması nedeniyle evet yanıtı verilebilir. Fakat bu durum felsefenin kendini tanıma süreci biçiminde anlaşılması ile mümkün olabilmektedir (Mussenbrock, 2013: 237). Marinoff’a göre zihin ile beden arasındaki bölünmenin ve karmaşık karşılıklı ilişkilerinin kabulü, felsefi danışmanlığı mümkün kılan şeydir (Marinoff, 2004: 81-82).

Felsefe pratiğinin varoluşunun çok önemli üç ilkesi olduğu düşünülmektedir, bu ilkeler felsefi danışmanlar tarafından oy birliğiyle olmasa da oldukça geniş bir biçimde kabul görmektedir. Bunlar: (1) Danışan özerktir. (2) Felsefi danışmanlık psikolojik danışmanlıktan farklıdır. (3) Felsefi danışmanlık çıkmazların çözümünde faydalıdır (Amir, 2013: 45).

### 4.3. Felsefi Danışmanlık Teoriden Pratiğe

M. Arnold *Culture and Anarchy* adlı eserinde Helenizm<sup>2</sup> ve Hebraizm<sup>3</sup> kutupsallaşması olduğunu belirtmektedir; bunun Batı düşüncesindeki iki temel eğilim arasındaki gerilim olduğunu söylemektedir. Gerçi o, bunun Batı düşüncesindeki iki temel eğilim arasındaki gerilim olduğunu söylemektedir. Esasında her eğilimin amacı insanlığı mükemmelere ulaştırmaktır, fakat takip ettikleri yol çok farklıdır; hatta biri ötekinin yerine geçememektedir. Hakikatte, insan bilgisinin “pratik”le ve “öteki”yle olan ilişkisiyle kopmaz bağından kaynaklanmakta ve teori-pratik karşıtlığına kadar girmektedir. Aklın pratikle bağlantısı Aristoteles’in “phronesis”inden Marx’a kadar tüm Batı düşüncesini derinden etkilemiştir. Aristoteles’e göre en genel anlamda teori, pratiğin antitezi; pratik ise teorinin bir uygulama alanı değildir; insanın zihinsel seçim yapabilme yetisi ve bu seçimlerinin iyi ile ilişkisinin bilincinde olmasıyla kopmaz bağlar içermektedir. Teorik konum, tüm diğer canlılar arasında yalnızca insanın sahip olduğu bir veridir (Göka, 2008: 21-22).

<sup>2</sup> Helenizm, insan doğasının entelektüel tarafına yani teoriye değer vermektedir ve doğru düşüncüyü, gerçeği vurgulamaktadır (Göka, 2008: 21).

<sup>3</sup> Hebraizm, moral tarafına yani pratiğe değer vermektedir ve doğru davranışı vurgulamaktadır (Göka, 2008: 21).

Günümüzde Kant'tan iki yüzyıl sonra radikal bir şekilde değişen koşullarda “Ne bilebilirim?”, “Ne yapmalıyım?”, “Ne umabilirim?”, “İnsan nedir?” soruları sorulsa bile bunlara en son verilebilecek yanıtlar bulunamayacağı olasılığını göz önünde tutmak gerçekçi bir yaklaşım olur. Çünkü insanın temelini anlamayı amaçlayan problemlerin soruların tek ve en son cevaplarının olmadığı görüşü de toprağından sökülmiş olan zamanımızın bir anlatımıdır. Son yıllarda felsefenin pratikleşmesini ve uygulanabilir olmasını isteyen bazı filozofların felsefeyi geleneksel üniversitelerin fildişi kulelerinden çıkartıp gündelik yaşama sokma yöneliminde oldukları belirgin biçimde hissedilmektedir. Onlara göre düşünmek, aynı şekilde insanların ilgi alanına anlaşılır biçimde giren ve güncel olana açık bir olay olması gerekmektedir (Mussenbrock, 2013: 15).

#### 4.4. Felsefi Danışmanlık ve Uygulamalı Felsefe Ayrımı

A. K. Çüçen'in *Felsefeye Giriş* adlı eserinde belirttiği gibi “Uygulamalı felsefe insanın doğadaki yerine, kişiliğın doğasına, bilimsel ve teknolojik gelişmenin toplumsal sonuçlarına vb. ilişkin felsefe incelemelerinin bütünü olarak tanımlanabilir.” (akt. Cevizci, 2005: 1672). Felsefe ve uygulama her ne kadar pek çok insana birbiriyle bağı kurulamayacak iki kelime gibi gelse de felsefe daima insanlara günlük yaşamlarında kullanabilecekleri araçlar sağlamıştır. Felsefe dendiğinde muhtemelen akla gelen şey teknik aslında çözümleyici felsefedir; akademik anlamda tanımlanmış olan alan budur. Bu tür felsefe genellikle soyuttur, kendi kendine göndermelerle doludur ve dünya hakkında söyleyecek pek az şeyi vardır; ender olarak hayata uygulanabilir niteliktedir; bu yaklaşım üniversiteler için oldukça uygundur. Temel felsefe dersi, her genel eğilimin bir parçası olmalıdır; felsefe bölümü olmayan bir üniversite başsız bir gövdeye benzemektedir. Ancak akademik öğretimin saf bir araştırma dalı olan çoğu alanında ayrıca bir de uygulamalı dal olmaktadır. Saf veya uygulamalı matematik ya da saf veya deneysel bilimler okunabilmektedir. Kuramsal sınırlarını genişletmek öğrenim alan herkes için zorunlu olmakla birlikte, akademik felsefe son zamanlarda kuramsal yönünü, uygulamanın aleyhine gereğinden fazla vurgulamıştır (Marinoff, 2004: 20-21).

Felsefi danışmanlık uygulamalı felsefe değildir. Uygulamalı felsefe, oldukça büyük akademik çabaların kalıplaşmış formüllerin eklentilerini, çözümleri, doğru düşünme prensipleri ve eylemden kuramsala, büyük çoğunlukla da ahlakı, ikilemleri kapsamaktadır. Felsefi danışmanlık ise anlamlı ve yararlı içgörüler geliştirmek, içgörülerini önemli gerçek yaşam konuları olan sıkıntı ve karmaşayı azaltma amacına yönelik çabalar olarak kullanmayı amaçlayan etkinlik veya süreçtir. O, iki kişi veya bazen de birkaç bireyden oluşan grup üzerinde

uzlaşmaya varılmış araştırma ortamı kurmak için ilk aşamada, kişisel endişe ve problemlerin hemen çözülmesine yol göstermektir (Raabe, 2001; Raabe, 2002: 14-15).

#### 4.5. Felsefi Danışmanlıktaki Felsefe

Felsefe, her şeye ilişkin bir düşünüş olabilir; çünkü felsefe, yapısı gereği yöneldiği her şeyi felsefileştirir (Çotuksöken, 2012: 18). Her kişisel sorunun bir ruh hastalığı olduğu fikrinin kendisi nerdeyse ruhsal bir hastalıktır. Buna sebep olan, aslında düşüncesizliktir ve tedavisi de esasen düşünceliliktir. Felsefenin işin içine girdiği yer de burasıdır (Marinoff, 2004: 53).

Sıradan bir insana büyük bir yardım etmenin dışında felsefi danışman, profesyonel psikoterapistlere göre ayrıca yüksek bir değer verir. Buna karşın, felsefe kurulduktan sonra tüm diğer alanların düşüncesi gelişti. Felsefi bilgi kaynağının iletimi, bu kadar basit bir şekilde değildir; o sürekli genişleyen düşünme ve irdeleme vasıtasıyla derinlemesine birini anlamayı sağlayan bir harekettir. Felsefi danışmanlık, terimi bundan dolayı gerek hem resmi kimliği ile pratik farklılığın adı gerekse diğer danışma metodolojilerinin altında yatan eğilimler ve yetenekler gibi doğru yorumlanmalıdır. Felsefeciler, kullandıkları teorik perspektifte olağanüstü zengin bir dağarcığa sahiptirler ve sadece danışanların problemlerin yeteneklerini görmede özellikle yetenekli değildirlere, terapilerin varsayımların arkasındaki teoriler konusunda da onlara rehberlik etmektedirler ve farklı psikolojik terapilerin tümüne önerilerde bulunmaktadır (Raabe, 2002: 19-20).

Felsefe, romantik sesler eşliğinde bir yaşam yolu gibi insanı büyülemektedirken veya akademik yaşam ile geçim kaynağı olarak tehlikeli bir şekilde karşılaştırılması yapılırken; felsefe aslında bütün potansiyel zorlukları ve riskleri taşımaktadır. Antikçağda yaşayan Sokrates, Buddha, Konfüçyüs ve Seneca; modern zamanlarda yaşayan Hobbes, Hume, Russell ve Sartre; kendi çağlarında gerçeklerinin görülmesini sağlamışlar, üstelik yoksunlukların ve tehlikeli süreçlerin üstesinden gelerek, birbirlerine benzer şekilde yaşamlarını yitirmişlerdir. Bazıları iyi tanımlanan politik sonlarına karşı felsefeye başvurmuş, örneğin Gandhi ve King amaçlarına ulaşmalarına rağmen yine de suikasta uğramışlardır. Yaşamları Diogenes gibi şiiresel eksantrik (ayrıkısı) olarak karakterize edilmelerine neden olsa da Spinoza gibi haksız bir zulme, Schopenhauer gibi psikolojik bir eziyete veya Nietzsche gibi kâhine benzer bir deli (prophetic madness) yerine konulsalar da kendi felsefelerinin sosyal varoluşlarının en uçta olması nedeniyle sürgüne gönderilmiş olsalar dahi bu filozoflar kendi felsefelerine bağlı kalmışlardır. Uygulayıcıların birçoğu yaşamlarını geliştirme ve soruşturmanın yolu olarak felsefeyi tercih etmektedir; fakat onlar felsefi düşüncelerinin bilincinde olarak kalmalıdır (Marinoff, 2002: 24-25).

#### 4.6. Felsefi Danışmanlık Nedir?

S. Schuster'e göre felsefi danışmanlık, psikolojik danışmanlık kaynaklı değildir; o, ne önceki psikologların ve terapistlerin uygulamalarını kullanır ne de psikoloji-felsefe yaklaşımlarına ait melez bir daldır (akt. Raabe, 1999: 14). Felsefi pratik veya danışmanlık, günlük problemlerin ve çıkmazların felsefe aracılığıyla tedavisi için oluşturulmuş yöntemler kümesi olarak tanımlanabilir (Amir, 2013: 45). Felsefi danışmanlık, yaşama ilişkin birtakım problemlerini teorik değil pratik olarak çözmektir (Marinoff, 2005: 15). Felsefi danışmanlık, bir bilimden çok bir sanattır ve her farklı birey için benzersiz bir biçimde yürütülmektedir. Tıpkı psikoterapinin sayısız farklı biçimi gibi felsefi danışmanlığın da en az mevcut pratisyen sayısı kadar farklı versiyonu vardır (Marinoff, 2004: 54). M. W. Martin'e göre felsefi danışmanlık, bireylerin eleştirel düşünme ve diğer felsefi kaynakları kullanarak, yaşamın anlamını arayışlarında ve sorunları ile başa çıkmalarına yardım eden etik bir uygulamadır (akt. Başara, 2008: 102). R. Lahav'a göre ise felsefi danışmanlık, felsefi bilgi, kavram analizi ve mantıksal akıl yürütmenin insanların günlük yaşamda karşılaştıkları belirli ikilem ve zorluklara uygulanmasıdır (akt. Başara, 2008: 29).

Birçok araştırmacı, felsefi danışmanlığın insanın kendi amaçları doğrultusunda felsefi olarak kendini sorgulama (self-examination) ve felsefe eğitimi almış profesyonel bir danışman vasıtasıyla yaşamı anlama olduğu görüşüne katılmaktadır. Ancak araştırmacıların bir bölümü özel hedefler, amaçlar veya felsefi danışmanlığın hedefleri olduğuna katılmaktadır; danışanlara yönelik seans odaklı psikoterapiden kapsam bakımından tamamen ayrılmaktadır. Felsefi danışmanlara göre felsefi danışmanlık, danışanın kendi yaşamına ilişkin olarak tekrar tekrar sorduğu sorular üzerine devamlı olarak düşündüğü bir yaşam soruşturmasıdır, bu soruları keşfetmesi, özgün olarak açığa çıkartması; bu sorulara anlam bulmasıdır. Jon Mills'e göre felsefi soruşturmada yaşamın sırları için uygun cevaplar gerçekten bulunmamaktadır ve felsefi soruşturma danışanın yaşamına ilişkin belirsizliklere nasıl tahammül edebileceğini öğrenmesine ve benzer belirsizlikleri nasıl çözebileceği konusunda yardımcı olmaktadır (Mills, 2013: 101).

APPA'nın misyonunda felsefe pratiği, bir dizi felsefeye dayalı faaliyet olarak tanımlanmıştır; bu faaliyetin danışanın yararına olduğu belirtilmiştir. APPA'nın görüşüne göre, felsefi danışmanlık, tıbbi değildir ne felsefi danışman doktordur ne de danışan bir hastadır. Bununla birlikte felsefi danışmanlığın ne psikoloji ne de psikiyatri ile ortak bir noktası vardır; her biri birbirinden bağımsız birer daldır ve birliktelikleri bulunmamaktadır (Şimşek, 2014: 61-62).

#### 4.7. Felsefi Danışmanlık Akademik Felsefeden Neden Farklıdır?

Felsefi danışmanlığı tanımlamadan önce geleneksel felsefe pratiğine kısaca bakmak daha yararlı olabilir. Elbette, diğer taraftan felsefi tanımı yapmanın oldukça zor olduğu ortadadır. Bununla birlikte yapılan girişimler felsefedeki terapötik terimleri tanımlamayı nadiren başarmıştır, tanımlamalarda en çok felsefe metotlarının sonuçlarından ziyade “özdüşünümsel” (self-reflective) belirli bilgi türleri gibi felsefe metotlarına daha az odaklanılmıştır. Bu gibi bilgi merkezli tanımlamalar, tam olarak modern dünyada felsefe pratiğinin yansımasıdır; bu nedenle profesyonel felsefecilerin büyük çoğunluğu iki şeyi yapar: Araştırmalar ve ders verirler; bilgilerin yansımalarının belirli türlerini keşfederler ve yayarlar (Padin, 2013: 23-24).

Felsefi danışmanlık, sistematik analitik inceleme, tarihsel kökenlerin tartışması, metafiziğin gelişimi, epistemolojik, etik, din veya politik düşünce değildir. Felsefi danışmanlık, “saf” felsefenin pratiği değildir; o, basit bir şekilde “düşünme hakkında düşünme” değildir; o, akademik felsefenin basmakalıp ve umutsuzca belirsiz “sevginin bilgeliği” değildir; o, “doğrunun peşinde” (doğa felsefesi veya bilim) olma faaliyetinde değildir; o, herhangi ayrı bir gözlemcinin duruşunu alamaz; o, sosyal ve kültürel bağlamdan uzaklaşmamıştır; temel kaynak metinlerin (yorum) içeriğindeki incelemesine odaklanmamıştır ve onların “doğru” çevirisi (yorumbilim) değildir. O, literatürde bulunan çalışmalarındaki felsefi başvuru metinleri gibi değildir, fakat bu metinler çeşitli konularda farklı perspektifler için kaynak gibi oldukça yaygın kullanılmaktadır; sadece antik metinlerden bilgelik öğrenmek için başvuru kaynağı değildir. O, felsefe yapmanın pratiğidir, felsefi sorgunun çeşitli metotlarını kullanarak, onların başvurduğu konularda ve sorunlarında bilgelik gelişimi konusunda yardım etmektir. O, ne akademik olarak diyalektik parçalara ayırma (dialectical dismantling) içinde hâkim olan rekabetçi yaklaşım gibi hareket etmektedir ne de sadece eleştiri niteliğindedir. O, hem yapıcı (constructive) hem de geleceğe yöneliktir (proactive). O, akademik felsefenin yerine henüz geçmemiştir: bunu yerine o sınıfta ne öğrenildiğini kanıtlarla desteklemektedir. O, iş birliğine dayalı, iki kişi arasındaki yaratıcı (maieutic) diyalogdur. Bu diyalogda yer alan iki kişiden biri hem felsefe tarihi hem de felsefe pratiği konusunda oldukça iyi eğitilmiş danışmandır; diğeri ise uzman görüşü almak isteyen ve yaşamında ilerleme arzusunda olan danışandır (Raabe, 2002: 14).

İlk bakışta, felsefi danışmanlık akademik felsefedeki ana akımdan ayrılmış gözükmektedir. Felsefi danışmanlar, kendi ofisini açarken ve müşteri talep ederken; akademik felsefeciler genel olarak fildişi kulelerdedirler, sadece gecenin geç saatlerine doğru seyirci gözüyle Public Broadcasting Service (PBS) özel programlarına katılmakta ve entelektüel

magazin dergilerinde yazı yazmaktadırlar. Felsefi danışmanlar, danışmanlarına yardım etmekle meşguldürler; akademik felsefeciler ise bireylerin özel problemlerine odaklanmazlar çünkü daha soyut konularla meşguldürler. Buna ek olarak, belki felsefi danışmanları en çok rahatsız eden şey, akademik felsefecilerin, felsefi danışmanları çoğu kez bütünüyle “asıl” (real) içinde olmayan fakat daha çok sosyal çalışma alanı veya deneyimsiz (unsophisticated) psikoterapi türü olarak görmeleridir (Taylor, 2013: 72).

Sıradan bir akademik felsefe profesörü eğitim verir; fakat uygulama yaptırmamaktadır, yalnızca ahlaki olarak yol göstermektedir. Felsefe profesörü, Aristoteles’in, Kant’ın veya Nietzsche’nin ahlak teorisinin ne olduğu ile ilgili eğitim verir; fakat felsefe profesörü, onlara ilişkin anlayışları, kendinize ait, problemleri kavrama konusunda uygulamaya yardımcı olmamaktadır. Bu nedenle, A. J. Ayer’e göre akademi profesörleri yalnızca teorik eğitim verirler. Felsefe profesörleri, felsefi düşünce tarihini oldukça iyi bilirler fakat felsefi düşüncelerin günlük yaşamla ilgili konulara uygulama işlemini yorumlamazlar. Bunu felsefe pratisyenleri yapar. Felsefe pratisyenleri, buna öncülük eden nesil olarak, eskiden kalma akademik pratik deneyimlerini veya okul yaşantılarını, gelecek nesil pratisyenlere uygulama deneyimlerini aktarmaya kendilerine amaç edinmiştir. Akademi profesörlerinin o çok korudukları akademi, sonsuza kadar kuşatma içinde kalan kulelerde, tıkanmış hendeklerde ve siperlerin gerisinde dağılmakta, kendi kendine su alıp batmaktadır (Marinoff, 2002: 13).

Günümüzdeki bazı felsefi danışmanlar, düzenli olarak felsefe çalışmayı istedikleri için günlük yaşantılarına gerçekliği naklettiler ve onlar akademik felsefenin var olan gerçekliği saf felsefe olarak görmesi nedeniyle hayal kırıklığına uğramıştır. Akademik felsefe, sadece akademik olarak görünmektedir. Bugün “Sokrates’in felsefesi, pazaryeri felsefesi nereye gitti?” sorusu sorulmaktadır. Felsefi danışmanlık hareketi ardındaki düşünce, felsefeyi fildişi kulelerden çıkarmalı ve dünyada günlük hayatın içinde yaşatmalıdır (Tillmanns, 2013: 133).

#### **4.8. Felsefi Danışman Kimdir?**

Kant’a göre filozoflar sınıfı için ilkeleri şu şekilde değerlendirir: “Filozoflar sınıfı için şu ilkeler değişmez yasa yapılmalıdır; Birincisi: Kendini düşünmek. İkincisi: İnsanlarla ilişki halinde, kendini herkesin yerine koyarak düşünmek. Üçüncüsü: Her zaman kendiyile tam uyum halinde düşünmek” (Kant, 2010: 33). Bir felsefi danışmanın özelliklerinin ne olması gerektiği konusu da felsefi danışmanlığın cevaplama gereken önemli bir soru olarak ortaya çıkmaktadır: “Her filozof danışman olabilir mi?”, “Felsefi danışmanlık için gerekli beceriler nelerdir?”, “Üniversite öğretimi felsefi danışmanlık için yeterli midir?” gibi sıklıkla sorulan

soruların yanında iki konu felsefi danışmanların özelliklerinin belirlenmesi açısından önem taşımaktadır. Bunlardan birincisi, Jongmsma'ya göre teorik felsefe eğitiminin yanı sıra danışmanın sahip olması gereken dinleme becerisi, iletişim kapasitesi, deneyim ve zengin bir yaşam perspektifi gibi ek becerilerdir (akt. Altunbaşak, 2015: 89).

Stoacılar ve Epiküros insanlara danışmanlık yapmışlardır ve onların düşünceleri günümüzde de hala insanlara danışmanlık yapmaya devam etmektedir. Seneca, Aurelius, Augustine, Kierkegaard, Hume, Montaigne, Descartes, Spinoza, Nietzsche ve Foucault entelektüel çabalarının pratikteki mükemmelliğini insanlara bildirme yeteneklerine hayran kalınmıştır. Ancak bu düşünürlerin felsefi uygulamayı, profesyonel bir biçimde danışmanlık yaklaşımı olarak gördüklerini söylemek yanlış olur. Bu filozofların seslerinin, hayatın pratik alanında ne kadar yüksek çıktığına hayran kalınabilir; ancak gerçek yadsınamaz. Bu filozofların hiçbiri kimseye danışmanlık yapmamıştır (Başara, 2008: 45).

Felsefeyle tedavinin temeli kendini keşfetmektir; kendini keşfetmek için filozof olmak gerekmemektedir. Kişinin kendisi kendini keşfedecek en yetkin kişidir; fakat bu keşfi kolaylaştıracak olan iki bin beş yüzyıllık felsefe birikimi mevcuttur; bunu kullanarak insanlara kendi felsefe yorumlarını sağlayacak olan kişi de felsefi danışmandır (Şimşek, 2014: 69).

Felsefi danışman, müşavir felsefeci (consultant philosopher) değildir. Müşavir felsefeciler genel olarak dünya ticareti, endüstri ve devlet adına, kâr odaklı kurumlar veya kâr amacı gütmeyen okul ve hastane gibi kuruluşları ayırt etmeksizin çalışmaktadırlar. Müşavir felsefecilerin hedefi işletme veya kuruluşun işletme parametrelerini, hedef tanımlarındaki biçimlere, etik sistemin kodları veya duruma bağlı ortaya çıkan geleneklerine göre oluşturmak iken, felsefi danışman bireysel danışanların kişisel ve sıklıkla çok mahrem ve bireysel sorunlar konusunda rahatlatma ve tekrar ortaya çıkmasını önleme ile çalışmaktadırlar. Müşavir felsefeciler, danışanla ilgili konuda genellikle yalnızca kendi fikirlerini temel alarak (monologically) sorunu ele alırken; felsefi danışmanlar ise her zaman en az iki kişi arasında diyalog içindeki çabasına dayalıdır (Raabe, 2002: 15).

#### **4.9. Felsefi Danışmanlık Disiplin midir?**

Günümüzde yapılan çalışmalarda, farklı disiplinlere ilişkin tanımlamalar ortaya konulmaktadır. Felsefi danışmanlık açık bir şekilde disiplin ise kavramsal olarak diğer yakın ilişkili adı geçen tartışılmış disiplinlerden ayrılmış olduğunun fark edilmesi gerekmektedir. Bunun için en iyi yol, felsefi danışmanlığın geleneksel felsefe pratiğinden ayırt edilmesi ile işe başlamaktır. Bu iki disiplin arasındaki belli başlı farkları tartışılabilir. Danışmanlığın türleri gibi, felsefi danışmanlık genel felsefe tüm olgun insanların



“yetiştirilmesi” (edification) gibi görünmemektedir, özgün felsefi içgörülerden (insights) ziyade bireysel veya kurumsal özel yaşam problemleri için yardım olarak üstesinden gelmek, danışman aracılığıyla kişiyi yaşama kazandırmak daha yararlı yöntem gibi görünmektedir. Başka bir ifadeyle, felsefi danışmanların hedefi, danışanların düşüncelerinde var olan eleştirel yansımalarla ve dünya görüşleriyle ilgili olarak özel pratik yaşamlarına ilişkin olaylarla ilgili sorunlarda felsefi yöntemleri kullanmak olmalıdır (Padin, 2013: 23-24).

Felsefe disiplinine bakıldığında “Meslek hakkında ne denilebilir?” sorusuna verilebilecek yanıt şaşırtıcı görünebilir: Felsefe hiçbir zaman meslek olmamıştır. Hemen herkes kendisini Platon, Descartes veya Bentham gibi felsefeci veya filozof olduğunu iddia edebilir; fakat bu kişiler, şu veya bu şekilde felsefeden hayatını para kazanarak sağlayan herhangi bir kişidir. Örneğin Hobbes özel öğretmendi; Spinoza mercekk öğreticiydi, Leibniz maden ocağı işletmecisiydi; Mill yöneticiydi. Filozofların çoğu yaşamlarının okul öğretmeni (akademi, lise, üniversite vb.) olarak kazanması doğaldır; çünkü çoğu insan tarafından böyle yapılmaktaydı. Felsefe, yaşamı kazanmanın belirgin bir yolu olarak bir meslek değildir ve asla olmayacaktır. Felsefe, lisanslı veya değil, bu bağlamda, felsefede bir profesyonel olma imkânı bulunmamaktadır (Davis, 2013: 238-239).

Geçen yirmi yıl boyunca Avrupa’da ve son on yıldır da Amerika’da felsefi danışmanlık, felsefe uygulamasının önemini artırmaya başladı. Uygulamalı ahlakbilim meslekler boyunca uzanmakta ve bazen bireyleri önemli sorunlarla uğraştırmaktadır. Uygulamalı ahlakbilimciler aynı zamanda danışman veya müşavirdirler; böylece onlar da felsefe pratisyenleridir. Fakat uygulamalı ahlakbilim, kişisel sorunlardan çok, büyük meseleleri ele alır. Felsefi danışmanlar, bunun tersine, bireysel müşterilerle çalışmaktadır. Felsefe uygulaması “akımı” şimdi dünya çapında bir patlama halinde bir kamuoyu farkındalığı kazanmaktadır. Danışmanların sorunlarını çözme veya yönetme konusunda yardımcı olan felsefi yönlerde yol göstermek için, felsefi danışmanlar, çağların kolektif bilgeliğinden yararlanmaktadır. Modern ve postmodern hayatın yaşamayı böylesine zor, karmaşık fakat sonunda zahmete değer ve tatmin edici kılan bütün konularını ele alınmaktadır. Felsefi danışmanlar, insanların sorgulanmış bir yaşam sürmelerine yardımcı olmaktadır. Platon’a yapılan özel göndermede, felsefeye karanlık bir şey olarak değil, canlı bir gelenek olarak yeni bir şekil vermeye yardımcı olacağı beklenmektedir. Felsefe pratisyenleri geçen iki bin beş yüzyılın birikmiş bilgeliği ile yeni bin yılın taze uygulamalara duyduğu büyük ihtiyaç arasında köprüler kurmaya çabalamaktadır. Felsefe uygulaması çok eski bir fikirdir; yeniden vakti gelen bir meslek, belki de dünyanın ikinci en eski mesleğidir (Marinoff, 2004: 99-100).

#### 4.10. Felsefi Danışmanlık ve İnsan Kavramı

Yunan felsefesinin ilk evrelerinde, “Sokrates-öncesi” (pre-Sokratik) diye anılan düşünürlerde yalnızca fizik evrenle ilgilenildiği, kozmolojinin diğer felsefi araştırmalara belirgin bir üstünlük sağladığı görülmektedir. Onlar arasında Herakleitos, kozmolojinin yanında ilk kez antropolojik sorular sormaya, insanın kendisini anlamadan doğayı anlayamayacağını düşünmeye başlayan filozoftur. Sokrates ise felsefi düşüncede dışadönüklükten içedönüklüğe doğru olan dönüşümün tam kavşak noktasındadır. Sokrates’te Yunan doğa felsefesinin ve metafiziğinin tüm soruları ortadan kalkmış, ortada “İnsan nedir?” sorusundan başka bir soru kalmamıştır; ama Sokrates, insana doğrudan bir tanım getirmemiş, “kendini anlama” boyutuna diğer insanlarla diyalog boyutunu da katmış, insanı anlamak için bizatihi insanın sürdürdüğü “ilişki”nin bağlamsallığının anlaşılması gerektiğini ileri sürmüştür (Göka, 2008: 55). Sokrates’in düşüncesinin temel sorunu “İnsan nedir!” sorusudur. Bu soru, onu kendinden önceki felsefelerden ayıran en temel sorudur. Sokrates için insan, felsefenin en temel araştırma konusudur. Temel amacı ve hedefi insanlığın ahlaken geliştirilmesidir. Bu doğrultuda bütün bir enerjisini bu sorunun çözümüne vermiştir. Ancak o, insan sorununu teorik boyuttan ziyade pratik boyutuyla ele alarak, sorunu kişisel ilişki ve insanları kendi üzerlerinde düşünme ve çalışmaya yönlendirmeye çözümlemeye çalışmaktadır (Akdemir, 2016: 56).

19. yy. Avrupa’sı duyguların giderek çalışma tutkusuna ve katı ahlak kurallarına kanalize edilmesi ile kişiliklerin de birbirine yabancılaşmış bölümlere ayrılmasına sebep olmuştur. Zaman ilerledikçe olması gerekeni yaşayan bir dünya meydana gelmiştir. Kişiliklerdeki bölünmeler, endüstrileşme ile neden-sonuç bakımından karşılıklı olarak birbirlerini etkileyerek bugüne kadar gelmişti. Mantık ise yeni bir tür tekniğe indirgenmişti. Olması gereken yapılmalı denilirken olmakta olanı yaşayamayan insanlar topluluğu ortaya çıkmıştı. Bütün bunların neticesinde bilimde de benzer bir bölümlenme oldu. Özellikle insanı ele alanlar ortak ilkelere bağlı olmaksızın gelişti, bunun neticesinde meydana gelen kargaşa insanı anlaşılabilmesini daha da güçleştirmiştir. Ancak insanın kendisini yöneten sistemler ağına isyan etmekle yetinmesi, yaşamakta olduğu yabancılaşmaya çözüm getirememektedir. İnsan ve geliştirmiş olduğu sistemler arasındaki iki yönlü etkileşim nedeniyle, bireye de içinde bulunduğu koşullara rağmen kendini var etmeye çalışma sorumluluğu düşmektedir (Geçtan, 2007: 36-37).

Düşünen varlık olarak insan, herhangi bir var olanı konu edindiği; onu, diğer var olanlardan farklı yönleriyle sınırlandırdığı zaman, o var olanı bir nesne haline getirmiş demektir. Öyleyse, nesne özneye karşılık gelen bir yapıdır; özne ve nesne birbirlerini karşılıklı

olarak var kılan yapılardır. Nerede nesne varsa, orada bir özne vardır demektir. Nerede özne varsa, orada da bir nesne var. İnsan da bilen ve eyleyen öznedir. Öyleyse insanın bilen bir varlık olarak, eyleyen bir varlık olarak kendi üstüne eğilmesi, var olanlara anlam vermesinin başlangıç noktasıdır (Çotuksöken, 2012: 16). Çevresine soru dolu bakışlarla yönelen, hazır düşüncelerle yetinmeyen, kendisini kuşatan varlıkların ortak bileşenini aramaya, anlamaya koyulan özne, felsefi düşünüş biçiminin ilk taşıyıcısıdır denebilir. Böyle bir insan, özne olan insan, bakış açısına göre, başka türden düşünsel etkinliklerin de öznesi olabilir. Böyle bir insan sanat da bilim de yapabilir. Olup bitenlerin, her türlü var olanın temel yapısını anlama çabası içine girenlerin evrendeki her türlü oluşumu anlamada öze, daha doğru bir deyişle özgül ayrımlara yönelenlerin yaptığı işe felsefe ve kendilerine de filozof olarak adlandırılabilir. Bu noktada da felsefeyi, insanın, kendi ele içinde olmak üzere her türlü var olanı yapısı, ilkeleri ve işlevleri bakımından anlamaya çalışması olarak değerlendirebilir (Çotuksöken, 2012: 26).

Kendini tanıma, önceden hesaplanabilen garantili neticeler vermemektedir. O, yalnızca insanı genelde çıkmaz sokaklara götüren bilindik yollardan ayrılıp yürünmeye başlanılan yeni bir yoldur. Bu yol, insana olağanüstü kazanımlar da sağlayabilecek olan büyük bir risk taşımaktadır (Mussenbrock, 2013: 13). Son elli yıl içinde felsefe insana, onun varlık yapısında ortaya çıkan sorunlara ve kozmostaki yerine yönelmiştir. Öteden beri bilim ve felsefe ile çalışan bütün alanlarda inceden inceye araştırmalar yapan insan, kendisini unutmuş benzemektedir. Çağımızda insan ilk kez kendine, kendi sorunlarına ve olgularına dönmüş, kendi kendini özel bir felsefe dalının araştırma alanı yapmıştır (Mengüşoğlu, 2017: 19). İnsan felsefesi “İnsan nedir?” sorusu etrafında oluşan felsefi temellendirmeleri kendisine çıkış noktası olarak almıştır. Bu soru insan var oluşundan bu yana onun zihnini meşgul eden sorular arasında yer almaktadır. İster mitolojik ister dini ister felsefi isterse bilimsel temeli olsun bütün bilgi biçimlerinde insan kendisini merkeze alır. İnsanı tanıma açısından bu önemli bir çıkış noktasıdır. Zira insandan hareket edilmesi gerektiğini vurgulamayan neredeyse hiçbir düşünce biçimi yoktur (Akdemir, 2016: 129).

Felsefi danışmanlık anlayışına göre insan ne iyi ne de kötüdür; insan olanaklar varlığıdır. Bilişsel danışma görüşü gibi felsefi danışmanlık anlayışı da insanların hem akılcı hem de mantıksız ya da hatalı düşünme potansiyeli ile doğdukları varsayımına dayanmaktadır. Özetle, insan disharmonik bir yapıya sahiptir; ancak insan bir hayvan değildir, ondan farklı biçimde algılama araçlarıyla dışardan duyum alan ve bunu bilgi olarak işleyen, beyinde insan olmanın niteliği olan anlama yetisi ile bilgiye biçim veren ve bu bilgiyi yorumlayan, buna bağlı olarak da tepki veren bir varlık olduğuna inanmaktadır (Başara, 2008: 74).

Delfi'deki Apollon Tapınağı'nın giriş kapısı üzerinde "Kendini tanı..." diye yazmaktadır. O dönemin filozofları, bu şekilde bir uğraş içindeydiler. Bu ilke, o zamandan şimdiye kadar felsefenin başlıca amacı olarak kabul edilmektedir. Bunun sonucu olarak kendini tanıma hedefi taşıyan her çeşitten düşünme felsefedir. Bu bakımdan her insan, kendi ve dünyadaki varoluşu üstüne düşünmeye başladığı andan itibaren filozoftur (Mussenbrock, 2013: 11).

#### 4.11. Felsefi Danışmanlık Konuları

Felsefi danışmanlık psikoterapi alanında geleneksel olarak ele alınan evlilik danışmanlığı, kendi kendini yaralama davranışları, stresli yaşam koşulları vb. konularla ilgilenir (Savage,1997: 41). Felsefi danışmanlık, felsefe ile aracılığıyla, zorluklardan kaynaklı hatalı düşünme, değerlerin çatışması, inançlar ve deneyimler arasındaki uyumsuzluklar, mantık ve duygular arasındaki çatışmalar, anlam krizleri (crises of meaning), kişisel kimlik ile ilgili sorunlar, kaybetme, anlaşmazlık veya değişim gibi durumların sonuçlarına odaklanır (akt. Sivil, 2009: 200).

Marinoff'a göre felsefi danışmanlıkta ele alınabilecek konular şunlardır: ahlaki ikilemler, etik mesleki anlaşmazlıklar, inançlarımızla deneyiminizi uzlaştırma güçlüğü, duygu-mantık çatışması, anlam, amaç ve değer krizleri, kişisel kimlik arayışları, ebeveynlik sorunları, kariyer değiştirme konusunda kaygılar, gayelerinize ulaşmada yetersizlik, orta yaş değişimleri, insanlar arası ilişki sorunları, sevilen birinin ölümü ve kendi ölümlülüğünüz gibi (Marinoff, 2004: 25).

Felsefi danışmanlık için uygun konular tartışılmakla birlikte örneğin evlilik danışmanlığı, yas danışmanlığı, kırsal alanda çalışma (pastoral work), akademik yönlendirme ve bu konuda sorunları azaltma, kariyer planlama ve yönetim danışmanlığı, özsaygı gelişimi, öz kimliğe ilişkin konular ve sorunlar, dinsel ve manevi konular, yaşamın anlamına/varoluşa ilişkin sorular, kültürel uyum problemleri, yaşam evreleri ve/veya orta yaş bunalımı, sosyal/politik konular, kişilerarası sorunlar, ailevi problemler, kuşak çatışmaları, her iki grup arasında ve yüz yüze yaşanan durumlar, suçluluk duyguları ile birlikte yaşanan ilişkiler, depresyon, utanma, öfke ve benzeri ile ilişkilendirilmiş veya yukarıdaki saydıklarımızdan herhangi birinden de kaynaklanabilir (akt. Raabe, 1999: 16).

Felsefi danışmanlar varoluşsal, ahlaki, politik ve mantıksal problemlerle ilgili yetki tartışmalardan çok danışmanların ve terapistlerin öncelikli olarak psikoloji alanındaki eğitime mesafeli durmaktadır. Bazı felsefi danışmanlıklarda araştırma amaçlı olarak tek bir filozofun akıl yürütmesini veya felsefi sistemini kullanmayı tercih edebilir. Bununla birlikte

en fazla seçmeli (eclectic) yaklaşımlar daha fazla tercih edilmektedir, danışmanın işlevsel olarak felsefe sınırlarındaki alanlardan birinde uzmanlaştığı zaman, onun danışana yönelik gereksinimlerini ve ilgilerini zamanla değiştirebilmektedir. Felsefi danışmanlık, danışan merkezli ve açık uçlu doğasında, bazı belirli felsefelerdeki gibi “Doğruyu Söyle!” ifadesini danışana kabul ettirmek amacıyla olmadan, danışanın düşüncelerini değiştirmeden etkinliği sürdürme genel olarak onun anahtarıdır. Felsefi danışmanların amaçları, danışanına mantıksal olarak ulaşmak ve manevi açıdan izin verildiği ölçüde danışanın kendi hedefleri doğrultusunda yardım etmektir (Raabe, 2002: 19).

#### 4.11.1. Felsefi Danışmanlık ve Değerler

Felsefede değer problemi esasında değerlendirme ve değerler sorunu şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bunun nedeni, “İyi nedir?”, “Güzel nedir?”, “Faydalı nedir?”, “Doğru nedir?” vb. sorular sorulması, değerlendirme etkinliğini belirli bakımlardan sorun durumuna getirmektir; adalet, eşitlik, saygı, dürüstlük vb. kişilerarası ilişkilerin temelinde yatan anlama ilişkin sorular sorulması ya da bilim, sanat, moral gibi insan başarılarının niteliklerini araştırmaksa, değişik türden değerleri sorun durumuna getirmektedir (Kuçuradi, 2016: 8). Değerler yalnızca kişiye, kişisel eylemi için bir kopya oluşturmakla kalmaz, aynı zamanda bireyin grup içinde var olmasını mümkün kılar. C. Kluckholm, “Değerler olmaksızın, toplumsal hayat olanaksız olurdu... Değerler toplumsal hayata bir önceden tahmin edilebilirlik unsuru katarlar.” şeklinde ifade etmektedir (Yalom, 2001: 729-730).

Özellikle 19. yy.’ın ortalarında ahlak felsefesinin, varlık felsefesinden ayrılmasıyla sonucunda açık bir biçimde değerler kuramından söz edilmeye başlanması kuşkusuz bir tesadüf değildi. Aydınlanma ve modernizmle birlikte insanın sadece düşünen bir varlık olarak konumlanması, Hegel düşüncesinde zirveye çıkmıştır. Buna karşın söz konusu düşüncenin, özellikle pozitivizm ve materyalizmin eğilimleriyle eleştirilmesiyle birlikte, doğa ve insan yorumları, mekanik bilim ve materyalist varlık felsefesinin kontrolüne bırakılmıştır. Etik alanı psikoloji, biyoloji ve sosyolojide olan herhangi bir konu şeklinde değerlendirilmiştir. Her var olan değer bir olguya, her norm bir hakikate, her düşünce bir ideolojiye dönüştürülmüştür. Bu durumda filozoflar, insan saygınlığının ve varlığın anlamının dayandığı hakikatteki değer boyutunu sorgulamaya başlamışlardır. Bu nedenle de onlar değerler öğretisi olarak adlandırılan bir metot geliştirmişlerdir. Sonuç olarak kuramsal olduğu kadar pratik de olan bu değerler, bir devamlılığa sahiptirler (Çınar, 2013: 103).

İnsanın yapıp-eden bir varlık olması için onun aktif-olması ve yapıp-ettiklerini bilmesi gerekmektedir. Ne yapacağını bilmeyen bir insan hareket edememekte, edilgin olarak kalmaktadır. Aslında insan yaşamı duraklama ve dinme imkânı olmayan bir süreçtir. Yaşamın birlikte getirdiği yapılacak o kadar çok şey bulunmaktadır ki onların hepsinin birden yapılmasına olanak yoktur. Bunun nedenle insanın yapacaklarını sıralaması, onlar arasında bir seçim yapması ve buna göre davranması gerekmektedir. Bunu insana sağlayan, onun yapıp-etmelerini yöneten değer-duygusudur. Değer-duygusu, insanın kendi hareketleri arasında bir “seçme” yapmasını sağlamaktadır; “öne alınacak” eylemlerle sonraya bırakılacak eylemler arasında ayırım yapmaktadır (Mengüşoğlu, 2017: 20).

Değerler ve sağlık birbirinden ayıramamaktadır; çünkü kişinin değerlerinin farkında olması, onun zihinsel ve ruhsal sağlığını olumlu anlamda etkilemektedir. Kişiler farkında olmasalar bile, değer duygularına göre davranırlar. Kişilerin sağlıklı kararlar almaları, değerlerinin farkında olmaları ile doğru orantılıdır. Bu sebeple ahlak ve terapi ayırımı gerçekçi değildir. Sağlıklı akıl yürütme yetisi bireyde etkili değerlerin varlığına işaretir. İnsanoğlunun algıları değerlerle doludur ve olayları da bu doğrultuda yorumlamaktadır. Değerler davranışları ve hayattaki seçimleri etkilediğine göre öncelikle değerlerin farkına varmak ve bunlarla hesaplaşmak gerekir. İşte felsefi düşünmeyi öğrenmek demek, değerle hesaplaşmak, hazır felsefelere takılmadan felsefe yapmak demektir. Kendi değerlerini üreterek düşünsel keşifler sonucu doğru davranışlar göstermektir (Şimşek, 2014: 68).

#### **4.11.2. Felsefi Danışmanlık ve Ahlak**

Felsefi danışmanlık, soyut kavramlar ile günlük hayat arasında sağlam bir bağ kurarak, düşüncelerin mantık açısından incelenmesi bakımından, bilindiği haliyle terapiden ayrıldığı iddiasındadır. Bir kural olarak psikoterapistler, ahlaki çıkmazlar ya da farklı hayat anlayışları konusunda insanlara çözüm yolu gösterecek ne yetkiye ne de felsefi gereçlere sahiptirler. Örneğin kürtaj yaptırmayı düşünen bir kadına felsefi danışmanın yardımcı olabilmesi için temel ahlaki savlara dair bir fikri olmalıdır yoksa içinden geleni yapmasını da savunulabilir ve bu son derece kötü sonuçlanabilir. Terapist sözde bir ahlaki görelilik engeliyle de karşılaşabilir ve bu alanda bu az rastlanılan bir şey değildir (Baggini ve Macaro, 2014: 224).

Genel olarak kişisel mutsuzluk, grup çatışmaları, tahammül edilmez kabalıklar, ahlakdışı rasgele cinsel ilişki, suç salgını, cinsel taşkınlık içeren şiddet, zihinsel bakımdan hasta olan bir toplumun ürünleri değildir; ileri görüşlü devlet adamlığı ve felsefi erdem yoksunluğu, toplumun ahlaki bakımdan bozulmasına imkân veren ve özendirilen bir sistemin sonuçlarıdır.

Felsefi danışmanlar, toplumun ahlaki düzeninin ve bununla birlikte ruhsal sağlığının onarılmasına yardımcı olabilirler (Marinoff, 2004: 35).

#### 4.11.3. Felsefi Danışmanlık ve İnançlar

“İnsan inançlı bir varlık olmasaydı, onun gerçek durumu nasıl olacaktı?”, “İnanmayan bir varlık; nasıl çalışabilirdi, yapıp-etmelerini nasıl ideleştirebilirdi, nasıl kendini yapıp-etmelerine verebilirdi, nasıl devlet kurabilirdi, nasıl kendini eğitebilirdi?” bu sorulara şu cevap verilebilir: İnanma, insanın önemli bir varlık-koşuludur. Bilgi fenomeninde bile bir inanma payı vardır; çünkü hem inanma bilgiyi hem de bilgi inanmayı etkiler (Mengüşoğlu, 2017: 23). İnanma olgusu, insan yaşamının diğer olguları gibi temelini insanın varlık-yapısında bulmaktadır. İnsan inanma olgusuyla günlük yaşamının tüm yapıp-etmelerinde karşılaşmaktadır. İnanma ile ilişkisi olan yaşam olguları insana oldukça doğal ve açık görünmektedir ki, günlük yaşamda onlar üstünde özel olarak durmaya gereksinim duyulmamaktadır. İnsan, tüm yapıp etmelerinde herhangi bir refleksiyona ihtiyaç hissetmeden diğer insanlara inanmaktadır. İnanma, insan yaşamının, insanın yapıp-etmelerinin taşıyıcısıdır. İnanma olmadan insanın yapıp etmeleri durur; varlığı tehlikeye girer (Mengüşoğlu, 2017: 308-309).

Yalom inanç konusunu şu şekilde ele alır:

Belirli bir kültüre ait olanlar “ne” ile ilgili ortak bir kavrama sahip olurlar ve bu kavramdan hareketle “yapılması gereken şey” hakkında paylaşılmış bir inanç sistemi geliştirirler. Toplumsal normlar, bir anlam şemasından doğarlar ve toplumsal güven ve uyum için gerekli olan tahmin edilebilirliği sağlarlar. Paylaşılan inanç sistemi bireye yalnızca ne yapması gerektiğini değil, diğerlerinin büyük bir olasılıkla ne yapacağını da söyler (Yalom, 2001: 730).

Filozoflar inanç sistemleriyle yakından ilgilidirler. Platon’dan W. James’e çoğu filozof, inançlarımızın yaşantımızda iyi ya da kötü yönde rol oynadığını söylemektedir. Hobbes’a göre insan dünyası görüşler tarafından yönetilmektedir. Görüşler ilgilenmekten geri durmadığımız konular hakkındaki prematüre inançlardan başka bir şey değildir. Bir inanç sisteminin felsefi açıdan incelenmesi, sadece insanların neye inandığını değil, nasıl ve neden buna inandıklarının, inançlarının hayatlarını nasıl etkilediğini ve inançlarının rahatlık, kaygı ya da hastalıklarının ne ölçüde kaynağı olduğunu anlamaya çalışmayı gerektirmektedir. İnsanlarda inançla ilgili hayret verici bir nokta; kimin neye inandığı önemli olmaksızın, her zaman tam tersine ya da farklı bir görüşe inanan birilerinin olmasıdır. Bu da yine zıt ve farklı insan davranışlarına yol açabilmektedir. İnançların ve inançlarla ilgili inançların insanların hayatını nasıl daha iyi ya da daha kötü hale getirdiğini anlamak da felsefenin görevidir (Marinoff, 2007: 23-24).

#### 4.12. Felsefi Danışmanlıktaki Amaç

Achenbach'ın felsefi danışmanlık düşüncesi anti-psikiyatri hareketi olarak ortaya çıkmıştır; felsefi danışmanlık kavramının oluşmasında, insanların yaşam öykülerinin yeterince dinlemeden psikiyatrik semptomları keşfetmenin tek amaç olması etkili olmuştur. Kendi kendine çok sınırlı olan bu psikiyatrik yaklaşıma göre kişinin yaşam öyküsünde bir şeyleri gerektiği gibi yaptığı zamanda bile hatalar ortaya çıkmaktadır. Tersine, felsefi danışmanlar insanların yaşam öyküleriyle büyük resimdeki düşüncüyü düzeltmekle ilgilenmektedirler. Belki, büyük resimde değerler etrafındaki yaşam ikilemleri, bağlılık duyguları, güven vb. unsurlara dikkat edilmesi gerekmektedir (Tillmanns, 2013: 133).

Yaşam, hastalık değildir. Geçmiş yaşantılarımız değiştirilememektedir, felsefi danışmanlık buradan başlar ve insanların dünyaya verimli bir bakış biçimi ve böylece hayat içinde geniş kapsamlı bir günlük davranış planı geliştirmeleri konusunda onlara yardımcı olma yönünde ilerlemektedir (Marinoff, 2004: 33). Felsefi danışmanlık, yaşamın bütün önemli güçlükleri konusundaki düşüncelerinizi açmaya ve inandığımız ilkeleri, bunlara göre davranabilmek üzere düzenlemeye yardımcı olarak işe yaramaktadır. Eğer felsefi bir çatıyı paylaşılıyorsa veya -ister bir din veya insanın kendi icadı bir kurallar dizisi, ister mevcut sistemlerin bir birleşimi olsun- böyle bir çatı bulunabilirse, ilişki boyunca bu çatı, etkili bir amortisör vazifesi görecektir. İnsanların çoğu, şeylerin neden ve nasıl, oldukları gibi oldukları konusunda değerli kişisel felsefeler ve derin sezgilere sahiptir ama bu bilgiyi sistematik, kesin ve açık olarak ifade etmemişlerdir ve bu yüzden ona uygun olarak davranmamaktadırlar (Marinoff, 2004: 121-122). Mevcut kişisel bir soruna kalıcı, gerçek bir çözüm yolu bulmanın tek yolu, bu sorun üzerinde çalışmak, onu ortadan kaldırmak, bundan dersler çıkarmak ve öğrenilenleri geleceğe uygulamaktır. Felsefi danışmanlığın odak noktası da budur ve felsefi danışmanlık bu özelliği ile sayısız terapi türünden ayrılmaktadır (Marinoff, 2004: 49).

İnsanlar felsefi danışmanlığı sorunların kaynağı ortaya çıkarmak ve farklı ihtiyaçlarını gidermek, anlam arayışlarını içeren yaşam krizlerini yönetmek veya baş etmek; geçmişteki yaraları iyileştirme, değişimi sürdürme; karar verme, yaşam becerileri geliştirme olarak düşünülebilir. Bu doğrultuda danışmanlığın hedefleri danışanın becerilerinin geliştirerek üretken doyum aldığı yaşama ulaşmasını sağlamak, ilişkilerini sürdürmek ve yeni ilişkiler kurmasını sağlamak, sorunlarla başa çıkabilmesini sağlamak, karar verme becerisini geliştirmek ve danışanın potansiyel olarak gelişimine olanak sağlamaktır (akt. Sivil, 2009: 201).



#### 4.12.1. Felsefi Danışmanlık ve Bilgelik Arayışı

Aristoteles soyut mantık ve metafizik meseleleri üzerine felsefedeki temel metinlerin bazılarını yazmış ve biyoloji, drama ve insan ilişkileri konularına da eğilmiştir. Soyuttan somuta sorunsuzca geçebilme becerisi en çok ahlak üzerine yazılarında kendini göstermektedir ve onun iyi bir insan hayatının merkezine yerleştirdiği bir düşüncede yatmaktadır: Pratik bilgelik (doğru bilgi), “phronesis”tir; buna sahip olunursa farklı durumlarda nasıl davranacağımız konusunda en doğru kararları verilebilir (Baggini ve Macaro, 2014: 13).

Pratik bilgelik, “insanlar için iyi olan” şeylerin ne olduğunu bilmeyi gerekli kılmaktadır. İnsan için iyinin ölçütü “en iyi”nin gösterimi ile olanaklıdır. Aristoteles’e göre iyi olabilmek için iyinin ne olduğunun bilinmesi ve pratik bilgeliğe sahip olabilmek için de iyi olmak gerekmektedir. Ona göre, “Kişi iyi olmadıkça pratik bilgeliğe sahip olması mümkün değildir.” (Çınar, 2013: 80). Pratik bilgelik, bir anlamda hedefi gerçekleştirmeye yönelik akıl yürütme biçimidir; en genel anlatımıyla, “içinde bulunulan ortamda ahlaki ve siyasi bakımdan doğruyu görme” olarak ifade edilebilir (Çınar, 2013: 91). Pratik bilgelik, bütünüyle iyi yaşama ile alakalı olan iyi ve faydalı olan şeyi yerinde ve zamanında düşünebilme becerisidir. Herhangi bir durum veya olay karşısında erdemli akıl yürütmeye “basiret” olarak adlandırılmasının sebebi budur. Bunun sonucunda iyi düşünme ile bilgelik aynı doğrultuda işlemektedir. Pratik bilgelik, insan için iyi olanı, akılla yol almayı ve pratik bir yön ya da huyu ifade etmektedir. Pratik bilgelik, bir anlamda ölçülülüktür. Bu sebeple o, insanı iyiler ile ilgili, akıl ile yol alan, doğru ve pratik bir huy ve erdemdir. Ölçülülük ve erdem olan pratik bilgelik akılla yol almasına karşın ilkelere bağlı değildir. Çünkü pratik bilgelik, neyi, neden yaptığını dolaysız biçimde anlamadır (Çınar, 2013: 95).

Hiçbir terapi insanı hayatın acılarından kurtaramamaktadır. Fakat hayattaki sorunlar yok edilemiyorsa da en azından insanın kendi kendine çıkardığı sıkıntıları kontrol etmesi ve kaçınılmaz olanlarla daha iyi idare etmeyi öğrenmesi mümkün olabilmektedir. Bu esasında, hepimizin sahip olması gereken bir bilgelik arayışıdır. Fakat hangi çarelere başvurulması gerekir? Büyük filozofların eserlerini mi okunmalı, terapiye mi gidilmeli yoksa ikisini birden mi yapılmalı? Hayatın zorlu aşamalarından geçerken yardıma veya rehberliğe ihtiyaç duyulduğunda psikiyatriste mi yoksa filozofa mı başvurulması gerekir? (Baggini ve Macaro, 2014: 214).

Pratik bilgeliği geliştirmek o kadar kolay değildir ama Aristoteles’te bunu düşünmek için faydalı bir araç vardı; bunun adı ise “Orta Yol” dur. Buradaki ana fikir, mesela iddialı yahut çekingen, cesur yahut korkak, hazcı yahut sofu olmayı seçmek için zorunluluk yoktur.

İki uç arasındaki kendimize uygun yeri ve içinde bulunulan durumun bulunması gerekir. İşte bu yere Orta Yol, denilmektedir (Baggini ve Macaro, 2014: 14).

Aristoteles Orta Yol'u şöyle ifade etmektedir:

Mesela, korku, güven, iştah, öfke, merhamet ve genel olarak haz ve acı çok az yahut çok fazla duyulabilir ve ikisi de iyi değildir. Ama bunları doğru şeylere, doğru insanlara, doğru amaçlar için doğru zamanda taşımak orta yoldur ve en iyisidir; buna ise erdem denir. Keza, hareketlerde de bir aşırı, bir noksan, bir de orta yol vardır (akt. Baggini ve Macaro, 2014: 14-15).

Orta Yol, herkes için basit bir ölçülülük anlamına gelmemektedir. Her zaman ölçülü bir öfkeyi hedeflenmemelidir: Bazı durumlarda öfke büyük olmalıdır, bazı durumlarda ise hiç olmamalıdır. O, kendi özel koşullarımıza göre ayarlanmalıdır. Aristoteles bunu çok açık olarak insan davranışı için orta yolun bir matematiksel ortalama benzemediğini ifade etmiştir. Hayattaki birçok şeyde olduğu gibi bunda da ortayı hesaplanabilecek bir formül bulunmamaktadır (Baggini ve Macaro, 2014: 15).

Erdem, tercih hakkı olan bir şahsa bağlıdır ve Aristoteles, erdemli tercihin Orta Yol veya aşırı uçların arasındaki mutlu ortam olduğu kanısındaydı. Örneğin cüret ile korkaklık arasında duran Orta Yol, cesarettir. Aristoteles erdem ile iyiliğin sonucunun mutluluk olacağını düşünürdü ve önemli insani sorunlar olarak görev, yükümlülük ve kişilik gelişiminin altını çizmiştir. Onun anlayışını kazandıran kişi, aşırılığa kaçmamayı ve ılımlılığı yüce ahlaki değerler olarak görmektedir (Marinoff, 2004: 77).

### **4.13. Felsefi Danışmanlık Yöntem**

#### **4.13.1. Felsefi Danışmanlık Yardım Etme ve İyileştirme**

Bilimin de dinin de bütün soruları cevaplandıramadığını keşfedilmiştir; felsefi psikoterapist V. Frankl, sıradan insanların bu durumun içinden çıkmak için yeni bir yaşam yoluna gereksinim duydukları bir “varoluşsal boşluğa” yol açtığını gördü (Marinoff, 2004: 28).

Frankl varoluşsal boşluğu şöyle ifade etmektedir:

Bir içsel boşluktan, yaşamlarının mutlak anlamsızlığı duygusundan şikâyet eden, gittikçe artan sayıda hasta kliniklerimizi ve danışma odalarımızı dolduruyor. Bu varoluşsal boşluğu, insandaki en temel motivasyon gücü sayabileceğimiz, ... ve anlam istemi olarak adlandırabileceğimiz şeyin hüsrana uğraması olarak tanımlayabiliriz (akt. Marinoff, 2004: 28).

Frankl, psikolojinin iki temel fikrine, Adler'in "güçlü olma istemi" kavramı ile Freud'un "haz istemi" kavramına koşutluk kurmak için "anlam istemi" deyimini kullanmıştır. Fakat Frankl'ın da öngördüğü gibi, çoğu insanın ana sorununun özünde daha da derin bir şey vardı ve bunu gidermek için, mevcut tıbbi, psikolojik ve ruhsal tedaviler yeterli olmayacaktı. Bir zamanlar anlam ve ahlak konularındaki sorularımızı geleneksel bir kaynağa yöneltirdi, ancak bu kaynaklar artık paramparça oldular. Artık pek çok insan, anlaşılabilir bir tanrısal varlığın dogmatik buyruklarını veya kesin olmayan bir sosyal bilimin gayri şahsi istatistiklerini edilgin olarak kabullenmekten hoşnut değildir. En ciddi sorular yanıtsız kalmaktadır, daha kötüsü inançlar sorgulanmadan uçup gitmektedir (Marinoff, 2004: 28-29).

Başarılı bir yönetici, yirmi yıllık eşinden boşanıp boşanmama konusunda karar vermemektedir. Bir kadınla eşiyse mutlu bir hayatı var ancak içlerinden sadece biri çocuk istemektedir. Hayatta istediği her şeye, iyi bir eş, çocuk, büyük bir ev, kariyer gibi ulaştığını düşünen bir kadın anlamsızlık duygusuyla mücadele ediyor; kendi yaşamına dönüp baktığında "Hepsi bu mu?" şeklinde düşünmektedir. Bu insanların hepsi, bu problemlere çözüm üretmek için profesyonel destek aramışlardır. Farklı durumlarda, akıl hastalığına çare için kendilerini bir evlilik danışmanı, psikolog, psikiyatrist ve üstelik aile doktoru yolunda bulabilirlerdi ya da ahlaki bilgi ve rehberlik arayışıyla dine yönelebilir ve bir psikolojik danışmandan tavsiye alabilirlerdi. Bunlardan bazıları fayda da sağlayabilirdi. Bununla birlikte, çocuklukları ile ilgili bitmeyen tartışmalara, davranış kalıpları hakkında analizlere, psikiyatrik ilaçlara, günahkâr doğaları ya da Tanrı'nın bağışlayıcı ile ilgili argümanlara sabır göstermeye mecbur olabilirlerdi ve bu çözümlerden hiçbirisi onların problemlerinin can alıcı noktalarına ulaşamayabilirdi. Rahatsızlıkları alınması gereken bir ur ya da ilaçla kontrol altına alınabilecek bir semptommuş gibi tanı amaçlı bir sürü bitmeyen testlere maruz kalabilirlerdi. Ancak psikolojik ve psikiyatrik tedavilerden pek de hoşlanmayan veya bu metotların karşısında olanlar için günümüzde farklı bir alternatif vardır: felsefi danışmanlık (Marinoff, 2004: 15-16).

Felsefe, bir ilaç değildir. Filozof, danışanın şikâyetine göre Platon veya Pascal yazan bir hekim değildir. Filozofun danışanla gerçekleştirdiği görüşmede rolü sohbet anlamında, doğuma destek olmayla sınırlıdır (Mussenbrock, 2013: 237). Felsefi danışman normal olarak danışana ne yapması gerektiğini söylememektedir veya onun için ahlaki kararlar vermemektedir. Felsefi danışman soruşturma yaparak danışana gerçekten yardım etmektedir, önerilen eylemi tutarlı veya tutarsız olduğunu bakmaksızın danışanın kendi inanç sistemine veya dünya görüşüne saygı duyarak ve ahlaki ikilem vakasında, danışana bilinçli bir şekilde yardım eder. Felsefi danışman ikilemleri sabitlenmiş ahlaki veya değer sistemi arka planına hatalı seçime karşı etki altına almadan özenli bir şekilde yapılandırarak çözmektedir,

bunun sonucu olarak her yöne çekilebilir arka plana karşı daha fazla mükemmel seçimler için yapılandırılmaktadır. Bu tür ahlaki danışmanlık, bundan dolayı meta-etik görelilik (relativism) türü tarafından çıkış noktası oluşurken, o danışanın “düşünce felci” (decision-paralysis) durumunu hafifletmesine ve kendi kendine birinci dereceden ahlaki muhakeme yapmasına imkân vermektedir (Marinoff, 2002: 13).

#### **4.13.2. Felsefi Danışmanlıktan Faydalanmak İçin Ne Kadar Felsefe Bilmek Gerekir?**

Çağların bilgeliğinden yararlanmak asla bir felsefe doktorası yapmış olmaya veya benzer herhangi bir şeye bağlı değildir. Ne de olsa yürüyüş yapmak için biyofizik, çadır kurmak için mühendislik veya herhangi bir iş bulmak için iktisat okumuş olmak gerekmemektedir. Benzer şekilde, daha iyi bir yaşam sürmek için de felsefe öğrenimi almak gerekmemektedir ancak felsefi uygulama gerekebilir. Felsefe konusundaki gizli gerçek, onu çoğu insanın yapabildiğidir. Felsefi araştırma için diplomalı veya sertifikalı bir felsefeci gerekli değildir; gereken tek şey konuya felsefi açıdan yaklaşma istekliliğidir. Her ne kadar bir profesyonelle birlikte yaşanacak süreç insan için keyifli ve öğretici olabileceksede gidip birine bir ücret ödemek de gerekmemektedir. Çünkü bunu istekli bir yol arkadaşı ile birlikte ve hatta insan kendi başına bile becerebilmekte, evinde veya bir kahvede ya da bir alışveriş merkezinde bile yapabilmektedir (Marinoff, 2004: 21-22).

Felsefi danışmanlık, danışman ve danışan arasında ortaya çıkmaktadır, her iki kişinin de yardımla ilgili olarak birbirini anlaması olarak düşünülmekte, böyle olmakla birlikte, danışan zorlu süreçlere katlanmakta, bu yolla danışan ve danışman birlikte düşünmekte ve değişimi hissetmektedir (akt. Sivil, 2009: 201). Bazı insanlar açıkça felsefeye pek yatkın değildirler, bu nedenle başka türden danışmanlara başvurmaları daha iyi olabileceği düşünülebilir. Pek çok insan psikolojik anlayıştan fayda sağlayabilir; ancak gerçek kavrayış burada son bulmamaktadır. Eğer insan kendini tanımıyorsa, yapılması en isabetli olan şeyi nasıl bilebilir? Kendini tanımanın bir bölümü bedensel olduğu kadar, esas bölümü psikolojiktir; fakat insanın özünü keşfetmesi eninde sonunda felsefi bir iştir (Marinoff, 2004: 50-51).

#### **4.13.3. Felsefi Danışmanlık Bilgi Aktarımı Değil**

Felsefi danışmanlık, öğretim değildir ve insanların felsefe tarihini öğrenmeleriyle ilgilenmemektedir; fakat bazen öğretimi kapsayabilmekte ve öğretim yapabilmektedir. Bir derslikte konuları öğretmekten farklı olan felsefi danışmanlık, bilen/anlayan kimseden bilgi arayışında olan kimseye kadar, deneyimsiz kişiden uzman kişiye kadar bilginin doğrudan yayılmasıyla temel olarak ilgilenmemektedir. Fakat zaman zaman danışan, farklı konularda

ünlü filozofların ne düşündükleri, ahlaka uygun kararların nasıl alındığı gibi konularda felsefi danışmanlardan eleştirel ve yaratıcı düşünme becerileri gibi bazı şeyleri öğrenmek isteyebilmektedir. Felsefi danışmanlık, danışan kişisel olarak gerçekten, gelişme arzusuyla (entwicklungsdrang), öğrenmek amacıyla sorular sorduğu zaman ve danışmanlık için ilişki olduğu zaman, bilgi ve becerilerin değişmesine isteyerek üzerine odaklandığı zaman eğitim (pedagogy) haline gelir. Felsefi danışmanlık, hem danışanın hem danışmanın olağanüstü çabasıyla onların ortak düşünceyle gerçek içgörü (diyalektik sentez) yaratıldığı zaman amacına ulaşmaktadır (Raabe, 2002: 14).

Felsefi danışma sürecinin, felsefi bilgi aktarma olmadığı bilinmektedir; fakat danışan zaman zaman yaşamını anlamlandırmada yön çizecek bir filozofun yaşam felsefesini etik ile ilgili düşüncelerini danışmanından öğrenmek isteyebilmektedir. Felsefi danışmandan edindiği bilgi ile kendi durumu arasında bağlantı kurmakta, analizler yapmakta ve eldeki bilgi ile sonuçlara ulaşabilmektedir (Şimşek, 2014: 70).

#### **4.13.4. Felsefi Danışmanlık, Terapötik İlişki ve Diyalog**

Hastaların büyük çoğunluğu içtenlik alanında çatışma yaşamaktadır ve terapide yalnızca terapistle içten bir ilişki yaşayarak yardım almaktadır. Bazıları içtenlikten korkmaktadır, çünkü temelde kabul edilemeyen, iğrenç ve affedilmeyen bir yanı olduğuna inanılmaktadır. Bu durum göz önüne alınırsa kendini bir başkasına tamamen açma ve buna rağmen yine de kabul edilme eylemi terapötik yardımın en önemli aracı olmaktadır. Bazıları sömürülmekten, bağımlılıktan ya da terk edilmekten korktukları için içtenlikten kaçmaktadır; onlar için de beklenen felaketin gerçekleşmediği, içtenliğin ve ilginin var olduğu terapötik ilişki onarıcı bir duygusal deneyim haline gelmektedir (Yalom, 2002: 29).

Hangi türden olursa olsun iyi bir terapist, sempati, empati (duygudaşlık) ve moral destek sağlamaktadır; bunlar da iyileşme yolunda çok yararlı olmaktadır. Şefkatli bir başka insanla diyalog gibi basit bir şey çoğu vaka için sızıyı dindiren merhem olmaktadır. İnsanı iyi bir danışman yapan şey uzmanlık değildir; hatta bunun için uzmanlık gerekli bile değildir. Başka bir kişinin söylediğini dinleme, empati gösterme, anlama yeteneği, anlatılana yeni bir bakış tarzı önerebilmek ve çözüm yolları veya umut sunabilme çok daha önemlidir. Tedavide tepki verilen şeyin büyük bölümü terapistin üslubudur. İyi bir kişisel ilişki kurabilen, kavrayışları hoşça giden ve insana anlamlı gelen bir örnek oluşturabilen biri, terapi sırasında birlikte ilerleme sağlanacak kişi olacaktır (Marinoff, 2004: 52).

Yalom hasta terapist ilişkisini şu şekilde ele alır:

Kabule, güvene dayalı terapist-hasta ilişkisi değişim süreci için çok önemlidir. Terapistin ilgisinin ve koşulsuz saygısının bir sonucu olarak hastanın öz sevgisi ve öz saygısı kademeli olarak artar. Öz saygı, insanın istemek ve eyleme geçme hakkı bulunduğuna dair inanca neden olur. Hastanın istenci terapist tarafından kabul edilip pekiştirildiği terapötik arenada ilk defa kullanılır. Hastanın, insanın istencinin yıkıcı olduğuna ilişkin inancı terapötik ortamda yalanlandığında kişi diğer alanlarda etkin olarak istencini kullanabilecektir (Yalom, 2001: 536-537).

Belirli bir durumda kişinin bir psikiyatrin, psikoloğun ya da bir filozofun yardımına ihtiyacı olduğu kendini açıkça belli edebilmektedir. Bazen birden fazla uzmanlık alanının yardımı alınabilmektedir. Bazı durumlar, bu uzmanlık alanları arasındaki ortak alana denk düşebilmektedir. Bu durumda ampirik ve pragmatik açıdan en uygun yardımı bulmak hastaya ya da danışana düşmektedir. Her disiplinin kendine özgü ilgi alanları olduğu gibi diğerleriyle çakışan ilgi alanları da bulunmaktadır. Aynı zamanda hepsi için ortak olan bir nokta da vardır. En iyi psikiyatrik, psikolojik ve felsefi danışmanların ortak noktası, hastaları ya da danışanlarıyla ve birbirleriyle, hayatın anlam, amaç ve değeriyle ilgili konularda etkili diyalog kurabilme yetenekleridir. Kimi zaman tek bir bilge özdeyiş karmaşık bir sorunu kesip atabilirse de gerçek bir felsefi danışmanlık seansı, sorunları felsefe yazınından sağlam parçalarla karşılaştırmaktan daha fazlasını içermemektedir. Tedavi edici olan şey, diyalogun kendisi, yani fikir alışverişidir (Marinoff, 2004: 22-23).

Peter B. Raabe'ye göre felsefi danışmanlık, iki kişi arasındaki yaratıcı konuşmadır; bunlardan biri danışmandır: Felsefe tarihi ve uygulaması alanında yetişmiş kişidir; diğeri ise danışandır. Felsefi danışmanlık, bu alanda bilgilenmek isteyen danışan ile danışman arasında, danışanın yaşamını geliştirmek amacıyla yapılan bir diyalogdur (akt. Başara, 2008: 31).

Yerleşik dinsel kurumların giderek artan sayıda insan üzerinde otoritelerini yitirmeleri, psikoloji ve psikiyatrinin insan yaşamında var olan yararlılık sınırını aşmaları üstelik yarardan daha fazla zarar vermeye başlamaları nedeniyle artık pek çok insan felsefe uzmanlığının, mantık, ahlaki değerler, anlam, ussallık gibi konuları, karar almayı ve insan hayatının tüm büyük karmaşalarını kapsadığının farkına varmaktadır. Bu gibi durumlarla karşılaşan insanların, kendi kaygılarına hitap edecek derinlikte ve genişlikte bir açıdan konuşmaya ihtiyaçları vardır. Bu insanlar kişisel yaşam felsefeleri konusunda bazen geçmişin büyük düşünürlerinin yardımıyla yeni bir kavrayış elde ederek, karşılaştıkları şeyi idare edebilmelerini ve bir sonraki konuma ruhsal ve felsefi bütünlük içinde, yere daha sağlam basarak geçmelerini sağlayacak bir çerçeve inşa edebilirler. Bu insanların ihtiyaçları ise teşhis değil diyalogdur (Marinoff, 2004: 16).

#### 4.13.5. Felsefi Danışmanlık ve Danışmanın Rolü

Yalom terapistin görevini şu şekilde ifade eder:

Her insan hayatının bir döneminde başka bir şeye dikkat edemeyecek şekilde “düşünceye dalar” ve güçlü varoluşçu kaygılar yaşar. İstenen şey resmi bir açıklama değildir: filozofun ve ayrıca terapistin de görevi, insanın baştan beri bildiği bastırılmış bir şeyi yüzeye çıkarmak, kişinin yeniden tanınmasını sağlamaktır. Pek çok önde gelen varoluşçu düşünürün (örneğin, Sartre, Camus, Unamuno, Buber) resmi felsefi tartışmalar yerine edebi ifadeleri tercih etmelerinin nedeni tam olarak budur. Her şeyden öte, bir filozof ve terapist insanı kendi içine bakmaya ve varoluşuyla ilgili duruma kulak vermeye cesaretlendirmelidir (Yalom, 2001: 31).

Felsefi bir danışmanın, işinin danışanın ne düşündüğünü anlayıp o dünya görüşünü daha açık seçik ifade etmiş olan filozoflarla eşleştirmek olduğunu söylemek çok kafa karıştırıcı olabilmektedir. İnsanın kendi görüşüne en uygun filozofları seçmesi felsefenin ruhuna aykırı görünmektedir. Bunun yerine bir gözlemin başlangıcı olarak danışanın düşüncesi ile felsefe ilkeleri arasındaki bağlantı noktası alınabilir; ancak felsefi düşünce ve metinleri sırf iyi hissedilmesi için kullanılması felsefe yapma olmamaktadır. Felsefi düşünceler insana kendini nasıl hissettirdiğine bakılmadan izlenmelidir. Varmak istenilen bir sonuçtan yola çıkarak felsefi düşünce oluşturulmamaktadır. Felsefe danışmanlık, bir tur değil keşiftir. Felsefi danışmanlık iyi yapıldığında bu açıdan bir keşiftir, hayat meseleleriyle felsefe arasında sürekli olarak bağlantı kurar ama onları ne pahasına olursa olsun felsefeyle çözmeye çalışmamaktadır (Baggini ve Macaro, 2014: 201).

Her insan, kendini tanıma sürecinde kendi hakikatini ortaya koymaktadır; bu süreç filozofun görevini net bir biçimde değiştirmiştir. Asıl amaç kişinin kendi hakikatini ortaya koymasına filozof kendi hakikatini danışanın keşfedeceği şeyler için esas alamama durumundadır. Görüşme esnasında, o ve danışan, beraber güvenli limanlardan ayrılırlar ve bilinmeyen amaçlara doğru bir yolculuğa çıkarlar. Filozof danışana gideceği yolu önceden göstermemekte, ona yalnızca eşlik edebilmekte ve ilk fırtınada gemiye atlayıp onu yeniden güvenli bir limana çekeceğinin güvencesini vermektedir (Mussenbrock, 2013: 238).

Felsefeciler, insanın en berrak şekilde, çoğunlukla yalnızken düşünebilmesi anlamında, neredeyse her zaman yalnız çalışırlar; fakat insan düşüncesinin iki bin beş yüzyıllık çeşitli felsefe geleneklerinin önemli kavrayışları tarafından şekillendirilmiş oldukları düşünülür ise felsefeciler neredeyse hiçbir zaman yalnız çalışmamaktadır. Felsefi danışmanlar çöpçatanlara benzerler; danışanlarının kendileri ve durumları konusunda, bir ömür boyu birlikte yaşayıp gelişebilecekleri felsefi bir yorum bulmalarına yardım etmektedirler (Marinoff, 2004: 68-69).

Felsefi danışmanlık uygulamaları içinde “bakım”(care) şöyle özetlenebilir: Danışan kendini yaşantısında “doğal yaşam akışına engel olan zihin çatışmaları veya gerginliklerin kontrolünde” bulduğu zaman, danışman ve danışan arasında empatik yaklaşımın olduğu ve danışmanın liderliğinde “koruyucu bir liman” önermesidir. Bu güvenli yerde danışman, değer ve “yaşam öyküsü yapılarında” (life-narrative constructions) olan sınırlılıkların veya “dünya görüşü”nün danışanı nereye çağırdığı konusunda keşif yapmak için cesaretlendirir (akt. Raabe, 1999: 31).

İnsan büyük bir sorunla boğuşmaktaysa, bu durumda ihtiyaç duyabilecek şey, insanın kendi bilgeliğini ortaya çıkarmak için onla birlikte çalışacak bir çeşit felsefi ebedir. İnsanın sahip olmadığı uzmanlaşmış bilgiye sahip oldukları için yardımına başvurulması doktorlardan ve avukatlardan farklı olarak felsefi danışmanlar, mutlaka özel uzmanlıklarına değil, bir araştırmayı yönetme konusundaki genel yeteneklerine güvenmektedirler. Felsefi danışmanların yaptığı, danışanlar cevap vermek değil, yararlı sorular sormasına yardımcı olmaktır. Felsefi danışmanlar, danışana hiç bilmediği bilgileri açıklayan bir otorite görevi görmek yerine, birçok insanın kendini sorgulama araçlarını unuttukları veya önemsemedikleri için ihtiyaç duyduğu rehberliği sağlamaktadır (Marinoff, 2004: 76).

#### **4.13.6. Felsefi Danışmanlık ve Danışanın Rolü**

Kendiyle ilişkisinde kişinin kendini değerlendirmesi, kişi-birey-insan olarak kendine dair “Ben nasıl bir insanım?”, “Ben kimim?”, “Benim bu dünyada yerim ne?” gibi sorulara verdiği cevaplar, kendine değer biçme ve değer atfetme şeklinde veya doğru değerlendirmeler şeklinde de karşımıza çıkabilmektedir. Kişinin kendine dair deneyimleri, kendine karşı tutumu ve kendine yaptığı muamele, kendine ilişkin yaptığı doğru-yanlış ya da ezbere değerlendirmesi sonunda kendini nasıl gördüğüne -kendi gözünde nasıl bir insan olduğuna- sıkı sıkıya bağlıdır. Kişinin kendiyle “arası” buna bağlı görünmektedir. Kişinin kendine ilişkin bu yaşantılarının özelliği, doğrudan doğruya yaşanmayıp refleksiyon ürünü olmalarında, bu değerlendirmeler sonucu oluşmalarında, yani kişinin kendi tasarımına, bilincine ya da bilgisine dayanmalarında bulunmaktadır. Kişinin kendine ilişkin bu değerlilik-değersizlik yaşantıları, kişi bunlara felsefi değer bilgisiyse bakmazsa, değerce farklılaştırılmayacağı -varoluşsal bakımdan eşdeğer olan- yaşantılardır: bu yaşantılar ona sadece huzursuzluk veya huzur verirler (Kuçuradi, 1988: 164). Felsefeyi uygulamak demek, kendi iç evreninizi araştırmak demektir. İnsanın kendini keşif gezisine çıkaracak en nitelikli kişi yine insanın kendidir; bununla birlikte bazen benzer yolları yürümüş filozofların yol göstericiliğinden de faydalanabilmektedirler (Marinoff, 2004: 68).



Bir kişinin doğal bilme becerilerinin geliştirilmesi esas olarak temel eğitimiyle alakalıdır. Etik değerlendirme ve değerler hakkında eğitim almasıysa insan ilişkilerine dair tecrübe kazanmasıdır. Bu tecrübenin kaynaklarından biri kişinin, kendinin ve yakınlarının insanlarla ilişkileri üstünde kuramlardan yola çıkmadan, düşünmesidir: İnsanların insanlarla ilişkilerinde birbirini takip etmesi, kendine ayrıcalık göstermeden fakat aldatmadan da kendini sorgulaması -kendini gözden geçirmesi ve soru sorması ve bunları da kendini aldatma endişesi olmadan aldatmaksızın cevaplaması- şeklindedir. Diğer bir kaynağı ise kişilerarası ilişkileri esaslarıyla bir arada anlatan eserlerin dikkatli bir şekilde okunmasıdır. Çünkü değerler bilgisinin, direkt olarak kaynağını bulduğu yer, yaşanan insanlar arası ilişkilerdir; dolaylı olanlardan biri de bunları anlatan eserlerdir (Kuçuradi, 1988: 22).

Danışanın belirli felsefeleri bilmesi beklenmez, bu felsefi danışmanın görevidir; danışanın görevi ise, sorunu ve felsefi araştırma istekliliğini ortaya koymasındır. Bunun sonucunda ortaya çıkacak -iç ve dış- diyalog, danışanın ne sorunu varsa onu yorumlaması, çözmesi veya kontrol altında tutması konusunda danışana yararlı olacaktır. Danışman, ölmüş filozoflarla temas kurulmasını sağlayacak bir medyum değildir ama danışanı onların fikirlerine, sistemlerine ve kavrayışlarına götüren bir rehberdir. Onlarla bir kez tanıştıktan sonra, danışanın yoluna çıkan her şeyle başa çıkmak konusunda onlar yardımcı olmaları beklenmektedir (Marinoff, 2004: 28).

#### 4.13.7. Felsefi Danışmanlık Uygulamalar

Felsefi uygulama deyimiyle üç tür mesleki etkinlik kastedilmektedir: Bunlar bireysel danışmanlık, çeşitli türden grup çalışmalarının kolaylaştırılması ve belirli türden kuruluşlara verilen danışmanlık hizmetleridir. Dolayısıyla felsefi danışman, bu tiplerde birindeki bir felsefe uygulayıcısıdır. Bazı pratisyenler bir tek uygulama türünde uzmanlaşırlar, diğerleri birden fazla alanda çalışmaktadır. Gruplar halinde çalışan bireyler bu tür görüşmelerden kişisel yarar sağlayabilmektedir, kuruluşlar da aynı türden bir kendini sorgulama ve felsefi aydınlanmadan bireyler ve gruplar gibi yararlanabilmektedir (Marinoff, 2004: 26-27).

Hümanistlik yaklaşımın taraftarlarından birçoğu ve bu yaklaşımın uygulayıcıları, felsefi danışmanlık başlığını hümanistlik yaklaşım altında değerlendirmişlerdir. Bununla birlikte, felsefi danışmanlık hizmeti alanlar olgunlaşmaya eğilimlidirler ve felsefi danışmanlık, bireysel danışmanlıkta olduğu gibi grupla danışmanlık uygulamalarını da sıklıkla yapmaktadır (Savage, 1997: 41).

Felsefe pratisyeniyle yapılan bir seans üç farklı yoldan yürütülebilmektedir: (1) Sorunu, belirli bir felsefeyi veya felsefeciyi hiçbir şekilde anmadan, genel deyimlerle

tartılabilmektedir. Bu, daha çok arkadaşlarla, iş ortağıyla, aileyle, bir barmenle veya taksi şoförüyle yapılacak türden bir sohbetir ve bazen en iyi yaklaşım budur. İnsan kendisi için düşünmekte, eleştirel analitik yetenekleri ve içgörüyü kullanmaktadır ve bilinçli olarak felsefe yapmaya çalışılmadan felsefi anlamda konuşulmaktadır. (2) Danışanın özel olarak felsefi bazı bilgiler istemesidir. Bu durumda, felsefi bir çarkı yeni baştan keşfedilmiş olabilir ve başka birinin bu alanı daha önce iyice inceleyip ayrıntılarıyla planladığını bilmek onun endişelerini giderebilmektedir. Tüm temel kurallarını danışmanın bulup çıkarmadığı benzer bir durumda, bu yolu danışandan önce yürüyenlerden çok şey öğrenebilmektedir. Şekillenmiş düşünce okulunu biraz anlama, insanın kendi noktalarını birleştirmesine ve boşlukları doldurmasına yardımcı olabilmektedir; ancak danışman bu durumda danışana, danışan böyle bir şey istemedikçe, genellikle her konuda ayrıntılı bir inceleme vermemektir. (3) Daha çetin olan diğer bir seçenek ise sorunları bu şekilde incelemiş olup, daha fazla merakı olanlar içindir. Bu yöntem daha karmaşıktır ve danışanın başka bir pratisyene gönderilmesi veya okumayla tedaviyi (bibliyoterapi), yani bazı felsefe metinleri üzerinde çalışmaya yönlendirilmesi anlamına gelebilmektedir. Bu tür bir çalışma gelecekte karşılaşılabilecek sorunlarla başa çıkmaya iyice hazır olunması konusunda danışana, belirli bir sorun üzerinde çalışmaktan daha fazla yardımcı olmakta; ancak bu yol sadece seçeneklerden biridir ve herkes için uygun değildir (Marinoff, 2004: 27-28).

Felsefi danışmanlık, sıradan (casual) bir görüşme ve kişinin bir arkadaşı ile kendiliğinden olan görüşme türlerinden biri değildir. Felsefi danışmanlık, tartışmalı olduğuna göre var olan düşünme biçimlerinin veya sağduyu denilen eleştirel soruşturmalarda içinde yer almaktadır. Felsefi danışmanlık, eğitilmiş ve iyi yetişmiş felsefeci ile danışman arasında, danışmanın rehberliğinde hem son derece hoşgörüyü ve saygıya dayalı konuşmaları içeren hem de her zaman danışmanın kişisel koşullarının geliştirilmesine ve yaşamının iyileştirmesine yönelik diyaloga odaklanmaktadır. Felsefi danışmanlık, bundan dolayı kişisel gelişim için katalizördür (hızlandırıcı), sosyal özgürlükçü potansiyeli ile sosyal eleştiri için alandır. Bununla birlikte felsefi danışmanlıkta diyalog, akademik alanda sıklıkla bulunan şiddet içeren sözel saldırılar veya anlaşılabilir bir dili içermemektedir, danışmanın felsefede olan geçmiş deneyimleri ve eğitimiyle her zaman her bir soruyu nezaketle yanıtlamakta ve her açıklamasında danışanın bilgilendirmesini sağlamaktadır (Raabe, 2002: 17).

#### 4.7.13.1. Bireysel Felsefi Danışmanlık

Marinoff, felsefi danışmanlıkla ilgili uygulamalarında birçok vakanın beş basamaklı Peace (Huzur) yaklaşımıyla uyumlu olduğunu keşfetmiştir ve bu yaklaşımla iyi sonuçlar elde ettiğini belirtmektedir. Ona göre bu yaklaşım izlenmesi kolay ve felsefi danışmanlığı diğer konuşma terapilerden ayıran özellikleri de açıklamaktadır. Bu yaklaşımda bulunan Peace sözcüğü, beş İngilizce olan sözcüğün baş harfleri alınarak oluşturulmuş, danışanın geçeceği beş aşamayı simgeleyen yapay bir sözcüktür: sırasıyla sorun (problem), duygu (emotion), tahlil (analysis), tefekkür (contemplation) ve denge (equilibrium). İlk iki basamak danışanın sorunun temelini ifade etmekte ve çoğu insan bu aşamaları doğal bir biçimde geçmektedir. Bu bazen geri dönülmesi ve geliştirilmesi gereken bir aşama olmakla beraber, bu insanların sorunu kendileri için veya kendileriyle birlikte teşhis edecek birine ihtiyaçları yoktur. Sonraki iki basamakta sorun daha ileri düzeyde tetkik edilmekte ve her ne kadar birçok insan bunu kendi başına yapabilirse de yeni alanları keşfetmek için bir ortak veya yol göstericiye sahip olmak faydalı olabilmektedir. Üçüncü basamağın kendisi insanı psikoloji ve psikiyatrinin ötesine geçirmektedir ve dördüncü basamak da doğruca felsefe krallığına götürmektedir. Yalnızca ussal olan yaklaşımlar, nasıl kullanılacağı bilinmedikçe kullanışlı olamadığı için, son basamak ilk dört aşamanın her birinde öğrendiklerinizi yaşamınızın bir parçası haline getirmenizi sağlamaktadır (Marinoff, 2004: 54-55).

Bazı danışanlar bu beş boyutun hepsini bir tek danışma seansında işleyip, bitirebilmektedir; bazıları için ise bu süreç haftalar veya aylar boyunca sürebilmektedir. İster kendi başına çalışılsın ister bir arkadaş, bir ortak veya eğitilmiş bir pratisyen ile çalışılsın, mutlaka insanın kendi doğal hızıyla ilerlemesi gerekmektedir (Marinoff, 2004: 57). Danışan bu sürecin belli bir basamağına takılıp kalırsa, bir sonraki aşamaya geçmek için yardıma ihtiyaç duyabilmektedir. Bazıları karşısına çıkan sorunu kolayca teşhis edemeyip, birinci basamağına takılıp kalmaktadır. Doğru mizacın bulunup kabullenilmesi kimi zaman sadece birkaç dakikada gerçekleşebilmekle birlikte, aylar hatta bazen yıllar da gerektirebilmektedir; ama bu süreç danışanı dengeye getirdiğinde, çabasına değerlidir (Marinoff, 2004: 69).

#### 4.7.13.2. Gruplarla Felsefi Danışmanlık

##### 4.7.13.2.1. Felsefe Kahveleri

Felsefe kahveleri, felsefeyi insanlara günlük yaşamlarında kullanabilecekleri düşünce gıdasını sağlama ve onları daha fazla sorgulanmış bir hayat sürmeye özendirme yolundaki ilk amacına geri getirmektedir. Sokrates her geleni kabul eden, her şeyi her zaman herkesle tartışmaya hazır bir pazaryeri filozofuydu; felsefe kahveleri bu geleneği yaşatmaktadır (Marinoff, 2004: 298). Anlam, ahlak, iman ve adalet gibi temel kavramlar da dâhil olmak üzere her türlü konu ele alınmaktadır. Açık bir toplantıdan genel bir mutabakat çıkmasını beklenmemektedir; fakat ortaya çıkan bu başkalarının görüşlerine karşı çıkmama, kendi görüşlerinize meydan okunmasına izin verme ve zıt görüşleri uzlaştırmayı veya hoş görmeyi öğrenme fırsatı da aynı derecede yararlı olmaktadır (Marinoff, 2004: 299).

Marinoff kendi felsefe forumlarında, en ateşli ifade ile mantığı birlikte kullanılmasına yardımcı olan temel kurallara uyulduğu sürece, hiçbir sansür uygulaması ve hiçbir tabu olmadığını ifade etmektedir (Marinoff, 2004:300). İnsanlar kendi büyük sorunlarını bu forumlarda taşıyabilmektedir. Örnek olarak şu konular oraya taşınabilir: “Toplumsal hoşgörünün bir sınırı olmalı mı?”, “Eğitimin amacı nedir?”, “Çocuk yetiştirme için en iyi yolu nedir?”, “Medya çok mu fazla güç kullanıyor?”, “Kültürümüz çöküşe mi geçti?”, “Görsel aktarımın yazılı anlatımın yerini almasının sonuçları nelerdir?”, “İyi bir yaşam sürmek ne demektir?”, “Doğru ile yanlış nasıl ayırt ederiz?”, “Neyin iyi, neyin kötü olduğuna karar vermenin nesnel bir yolu var mı?”, “Anlam ve amaç diye bir şey var mı?”, “Ahlak biyolojiye indirgenebilir mi?”, “Ahlak insan icadı mı?”, “Güzellik nedir?”, “Hakikat nedir?” (Marinoff, 2004: 301).

Felsefe Kahveler’inde fakülte dışındaki felsefi tartışmanın konusu, başka birinin yaptığı düşünme kariyeri ile değil, katılımcının ve gruptaki diğer insanların düşündükleriyle ilgilidir. Deneyim kazanmak ve kendi adına düşünmek için felsefe doktorası yapmış olunması gerekmemektedir (Marinoff, 2004: 299).

##### 4.13.7.2.2. Sokratesçi Diyalog

Sokratesçi Yöntem ile bir akrabalığı olsa da karıştırılmaması gereken Sokratesçi Diyalog, bazı büyük soruları yanıtlamak için düzenlenmiş bir yöntemdir. Bu yöntemin ana hatlarını 20 yy.’ın başlarında L. Nelson çizmiştir. Marinoff’a göre bu yönteme Alman, Hollandalı ve yakınlarda Amerikalı pratisyenler giderek daha çok incelik kazandırmışlardır. Sokratesçi Yöntem, günün sonunda, adaletin veya başka bir konunun belli bir sayıda işe yaramaz tanımını açığa çıkaracak ama işe yarar tek bir tanım gösteremeyecektir.

Bu yöntem, bunun tersine, doğrudan doğruya bir şeyin ne olduğuna yönelmektedir. Ele alınan şeyin hem açık hem de tam bir evrensel tanımını bulmak için kişisel deneyimi temel olarak kullanılmaktadır (Marinoff, 2004: 302).

Sokratesçi Diyaloglar beş ile on arasında katılımcıyla en iyi sonucu vermektedir. Bu sayı, yeterli kişisel deneyim çeşidi ve herkesin katılmasına yeterli zaman sağlamaktadır; gerçek bir oybirliğine varma imkânı vermektedir. Bu yöntemde ilk adım, yanıtlanacak sorunun kararlaştırılmasıdır; bu genellikle önceden yapılmaktadır; fakat sürecin bu kısmı bile kapsamlı bir eğitici girişim olabilmektedir. İkinci adımda her katılımcı kendi yaşam deneyiminden X'i kapsayan bir örnek düşünmektedir; bu örnek, nesnel olarak ve gerekirse ayrıntılarıyla anlatılabilecek kadar duygusallıktan uzak, sona ermiş, basit bir örnek olmalıdır. Herkes kendi örneğini gruba kısaca takdim eder, sonrasında grup üzerinde derinlemesine düşünmek üzere oybirliğiyle bir örnek seçmektedir. Bir tanıma varmanın öncelikli aracı bu örnek olabilmektedir; fakat hangi örneği seçilirse seçilsin bir cevap bulunabilmektedir. Sonrasında grup hep birlikte, hikâyeyi bileşiminde bulunan en küçük parçalara ayırmaktadır (Marinoff, 2004: 302-303).

Sokratesçi Diyalog katılımcıları, Batı'da hemen hemen hiç bilinmeyen bir şeyi, yani görüş birliğiyle ortak kararlara varmayı keşfetmektedir. Bu yöntem, herkesin hayatında en az bir kere yaşaması gerektiğine inanılan, canlı bir bilgelikle karşılaşmadır. Böyle bir şeye kişisel olarak hazır olana dek bu tür bir girişimden hoşlanılması beklenilmemektedir fakat insan yaşamının temelini oluşturan en karmaşık sorunlara yaklaşmanın bundan daha iyi bir yolu bulunmamaktadır. Bu yöntemin her aşamasında gruba yol göstermek ve bir sonraki aşamaya geçmeden önce her aşamada, gerçek bir fikir birliğine varılmasını temin etmek grup rehberinin görevidir. Grup rehberi, müziğin bütününde sesi duyulmayan ama herkesin birlikte, güzel ve gerektiği gibi çalmasını sağlayan bir orkestra şefi gibi çalışmaktadır. Bu yöntemde grup sorunun kaynağına, özüne kadar inmektedir. Kararlar yöntemli biçimde ölçüp biçilmekte ve dengelenmektedir. Burada uzlaşma değil görüş birliği vardır. Cılasız gerçeği ya ele geçirilmekte ya da bu yapılmaya çalışırken vakit tükenmektedir (Marinoff, 2004: 308-309).

#### 4.13.7.3. Kurum Filozofu

Geçmişe bakıldığında sanayi psikoloğunun, kurumsal filozofun ilkel bir habercisi olduğunu görülmektedir. Eskiden yaşamsal bir bağlantı, insan vücudu ile katı makine arasındaydı ve pratik soru şuydu: “İnsan becerisi en iyi biçimde nasıl makineleştirilir?” Bu sorunun yanıtı: “Bir sanayi psikoloğu tut, o nasıl yapılacağını söylesin!” Günümüzde yaşamsal bir bağlantı anlamı değişti; insan zihni ile siber uzay gibi akışkan ve sınırları belli

olmayan yapılar arasındaki bağlantı önem kazanmaktadır. Böylece edimsel soru “İnsan becerisi en iyi biçimde nasıl sistemleştirilir?” olmaktadır. Bu sorunun yanıtı ise: “Bir kurumsal filozof tut, o nasıl yapılacağını söylesin!”. Kuzey Amerika, İngiltere, Avrupa ve diğer yerlerde felsefeciler hükümetlere, sanayicilere, iş-kollarına danışman olarak, her türlü mevkide, çalışmaktalar. Güç durum eğitimi, bütünsellik eğitimi ve kısa Sokratesçi Diyaloglar hükümet dairelerine, şirketlere ve meslek örgütlerine pazarlanmaktadır. Çalışanların soyut etik ilkelerin uygulanışını kavramaları için ve kişisel ahlak anlayışları ile profesyonel yönetim kuralları arasında çıkması muhtemel çelişkileri önceden tahmin edip bunları çözebilmeleri için somut etik alıştırmalarına katılmaları gerekmektedir. Felsefe danışmanları bu ve başka konularda hizmet vermektedir (Marinoff, 2004: 310-311).

Tamgün çalışan bir felsefe danışmanı, çalışanlara işlerini yapmalarını engelleyen sorunları çözme konusunda tek tek danışmanlık yapmakta, servis sağlayıcı ekipler veya yöneticiler için çalışmalarını güçlendirecek atölyeler düzenler ve en üst yönetim kademeleriyle, şirket etiğini ve dinamiklerini iyileştirmek için görüşmeler yapmaktadır (Marinoff, 2004: 312). Kurumsal felsefe danışmanlarının 21. yy. kuruluşlarının kadrolu demirbaş elemanları haline gelecekleri söylenebilir (Marinoff, 2004: 297).

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### FELSEFİ DANIŞMANLIK, PSİKİYATRİ, PSİKOLOJİ VE PSİKOTERAPİ

#### 5.1. Beden-Ruh Sorunu

Stoacıların logos öğretisine dayanan fizyoloji ve psikolojisine göre insan, beden ve ruhun bileşimidir, ruhun özü de akıldır. İnsanda hem beden hem de ruh doğaya uymayan, doğaya aykırı bir şey değildir. Ancak insanın gerçek doğası ne beden ne de ruhtur, insanın gerçek değişmez doğası akıldır. Beden insanın en bitkisel doğasıyken ruh ise daha yüksek hayvansal doğasıdır, buna karşılık akıl ise en yüksek doğasıdır. İnsanda bu üç doğa birbirlerinden ayrılamazdır. İnsan ancak akıl, ruh ve bedenle biçim ve anlam kazanabilmektedir. Beden, ruh ve akıl hem yapı hem de derece itibarıyla birbirlerinden ayrıdır. Beden ve ruh cisimsel olmasına karşın akıl tinseldir. Ayrıca beden ile ruh cisimsel olmasına karşın beden ruhtan daha az değerlidir. Çünkü beden kaba maddeden yapılmış bileşik bir varlıkken ruh ise ince maddeden yapılmış basit bir maddedir. Bedenin hazları onun bir hareketi ve doğaya karşı bir durum olmasına karşın doğanın gerçek amacı değildir. İnsan doğasının gerçek amacı akılsal edimlerdir. Böylelikle Stoa felsefesi beden, ruh ve aklı insanda birbirlerine indirgemeyerek tinsel bir doğada son bulabilecek bir antropolojinin yolunu açmış olmaktadır. Bu yüzden onların felsefesinde böyle üçlü bir yapıyla biçimlenen insanda hiçbir şey doğaya aykırı değildir (akt. Akdemir, 2016: 71-72).

Ruh-beden ikileminin felsefi düşüncedeki ilerleyişi oldukça güçlüdür. İyonya ve Elea Okullarında ruh hakkında tartışmalar devam ederken Platon tarafından “ruh kavrayışı” felsefenin temel konularından biri olmaktadır. Aristoteles, bedenden bağımsız bir “ruh” görüşünü kabul etmeyerek ve tartışmaya yeni bir kapı açmaktadır. Bu iki gelenek Batı felsefesinde halen devam etmektedir (Aksu, 2006: 50). Psikoloji biliminin doğmasına yol açan tartışma olarak gösterilen ruh-beden ikilemi tartışmasının kökleri belki de Antik Çağ’da var olan bu inanca veya mitolojilere kadar da uzanmaktadır. T. Tuğcu’nun *Batı Felsefesi Tarihi* eserinde de ifade ettiği gibi, Antik Çağ felsefesinde Aristoteles’in, “ruhu form”, “bedeni ise madde” kabul ederek, ruh-beden problemi üzerine ilk kez detaylı bir şekilde görüş üreten filozof olduğunu belirtmektedir. Bununla birlikte Aristoteles, ruhun en üst basamağını akıl (nous) olduğunu; bedenince kendiliğinden hareket etme ve istek ile ilişkili olduğunu savunmuştur (akt. Korkman, 2017: 17).

Yunanların “psykhe”si (ruh), Latin Stoacıların “anima”sı şeklini almadan evvel, hekimlerle filozoflar arasındaki tartışmadan faydalanarak benzersiz şekillere dönüşmüştür.

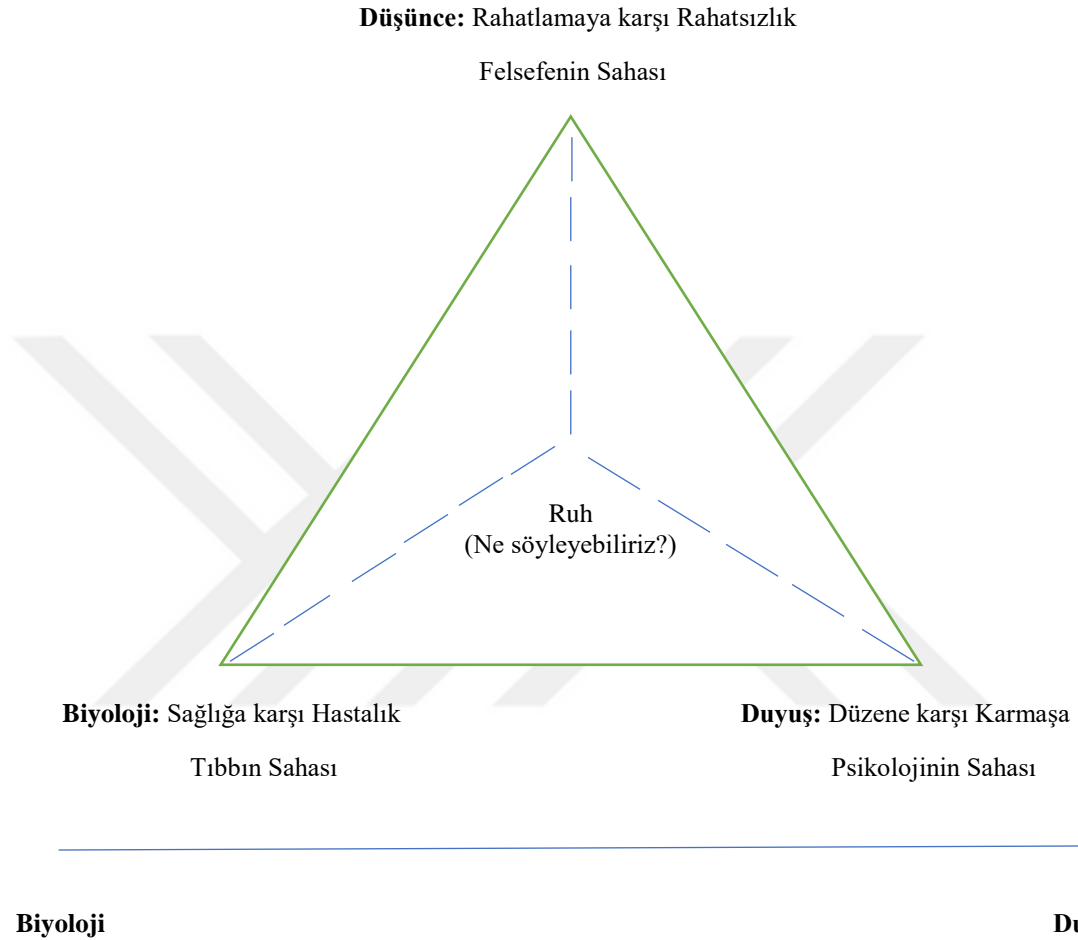
Antik Çağ'daki doktorlar beden arasındaki metafizik ayrımı tekrar gündeme getirerek, modern psikiyatrinin habercisi olan gerçek bir benzeşim meydana getirmişlerdir: Bedensel hastalıklarla kıyaslanabilir “ruh hastalıkları” olabileceğini ima etmişlerdir. Bunun sonucu olarak üzüntüden mutluluğa ve üstelik deliliğe varan bütün tutkular ruh hastalıkları kapsamında olacaktır. Bedensel ile ruhsal arasında kurulan bu paralellik, kimilerini insan varlığını “tekçi” bir açıdan kavramsallaştırmaya yönelmektedir. Ancak bu çağdaki pek çok kişi için psişik ile bedensel gibi birbirinden farklı iki alan arasındaki bir birlikte-mevcutluk veya eş biçimlilik düşüncesi, esasında bu iki alanın radikal değişikliklerini ortaya koymaktadır. İkilikler Antik Çağ'dan bu zamana kadar kazanmaktadır, kimileri psişe ile bedeni birbirini bütünleyen akış dinamikleri olarak kabul etmekten kimileri bunları sorunlu zıtlıklar olarak yorumlamaktadır. “Kalpte mi?”, “Beden sıvılarında mı?”, “Beyinde mi?” gibi sorularla nerede konumlanacağı gereksiz bir biçimde aranan psişeyi bedende çözüldürmeyi deneyen bilimsel gelişmelerin daha ilerisinde, çözümlenemez bir ikilem olarak varlığını devam ettirmektedir (Kristeva, 2007: 11-12).

Beden ile ruhun iki farklı cevher olduğu düşüncesine dayanan beden-ruh problemi, her ne kadar 17. yy.'dan itibaren etkisini arttırmışsa da aslında beden ile ruhun birbirlerinden farklı oldukları inancı İlk Çağ'dan itibaren filozofların kabul ettikleri bir düşünce olmuştur. İlk kez Anaxagoras'ın, bitkiler ve hayvanlardan farklı olarak insanın nous ve maddi organizmanın birleşiminden meydana geldiğini iddia etmesi, bu düşünceye bir örnek teşkil etmektedir. Diğer taraftan Platon'un beden ile ruhun temelde farklı olduklarını ifade etmesi de bu ayrımın daha açık ve sistematik bir şekilde dile getirilmesidir. O, ruhu immateryal ve âlemi anlamaya muktedir olan olarak görmüştür. Ölümsüz olan ruh beden ölümünden sonra da yaşamaktadır. Beden ise maddi ve ölümlü olandır. İşte beden ile ruhun iki farklı cevher olduğu böyle bir düşünce düalizm olarak bilinmektedir. Düalizm kavramı, değişik şekillerde anlamlandırılmakla birlikte aslında beden ile zihin arasında dikotomi (ikileşim) olan bütün düalist felsefeler için kullanılmaktadır. 17. yy.'da Descartes ile etkisini arttıran bu düşünce 18. yy. boyunca da devam etmiştir (Gökalp, 2010: 21-22). T. Tuğcu *Batı Felsefesi Tarihi* eserinde belirtilen ruh-beden problemini Descartes'in felsefe dünyasına soktuğunu ifade etmiştir (akt. Korkman, 2017: 17).

Ruhsal süreçlerle beden arasındaki ilişki iki yönlüdür. Bedensel, özellikle sinir sistemine ait değişikliklerin ruhsal yansımaları, ruhsal süreçlerin de bedensel izdüşümleri vardır. Örneğin beyindeki bir tümör, yerleştiği bölgeye göre kişinin tamamen farklı bir karaktere bürünmesine neden olabilmektedir. Bedensel değişikliğin ruha yansımaları; korku, sinir sisteminde adrenalin salgılanmasını artırarak, çarpıntıya neden olmaktadır (Güveli,



2003: 197). 19. yy.'ın en büyük başarısı insan ruhunu bütün derinliğiyle ve toplumsal yaşamı bütün genişliğiyle ortaya koymuş olması, bireysellikle toplumsallığı üst bir düzeyde bir bütünde bir araya getirmiş olmasıdır. Bundan böyle ruh sorunu inançtan çok bilimi ilgilendirmektedir (Timuçin, 2006: 75).



20. yy. insanı bunu azalttı. Onların felsefesi ve maneviyatı benzer olarak çöktü, insancıl değerleri hemen hemen ortadan yok oldu.

**Şekil 5.1.** Tepe Noktaları ve İnsan Problematiği

**Kaynak:** Marinoff, 2002: 96

Akıl-beyin çifttir, fakat üç çiftten biridir; üçgen şeklinde model, burada bağlantılı ve sürdürülebilir olarak verilmiştir. Üçgenin tepe noktalarından birinde biyoloji; ikincisinde duyuş; üçüncüsünde, düşünce yer almıştır. Her biri kendisi ile ilişkilidir ve diğer çiftler, karşılıklı yollardadır. Bu üçgen içerisinde onlar ikili çiftlerdir; bunların yerleri saptanarak felsefi danışmanlığın işlevleri daha iyi kavranılabilir (Marinoff, 2002: 96).

Bilimdeki ruh ile felsefedeki ruh birbirinden tamamen farklıdır; her şey bu kadar açık ve netse, bir masada bilimcilerle felsefeciler neden birlikte oturmaktadır? Bunun iki nedeni vardır: Bunlardan birincisi, felsefenin neyin bilim olduğuna müdahil olma hakkını elinde bulundurmasıdır. Elbette bilimin var olabilmek için felsefeye ihtiyacı yoktur ve bilimciler felsefeyle hiç ilgilenmeksizin bilimsel pratiklerini sürdürüp gitmektedir. Fakat bilimciler, bilimlerini yaparlarken, onlarda kendiliğinden bir biçimde zaten var olan bir filozof yanları tarafından yönlendirilmektedir. Bilimcilerin bu filozof yanlarını, yani bilimin nasıl işlemesi gerektiğini, dönemin egemen felsefesi; felsefedeki egemenliği ise pratik yaşamdaki mücadele belirlemektedir. Bilimcilerle felsefecileri bir masada birleştiren diğer neden ise doğrudan doğruya işlenen konu ile ilgilidir. Bilimciler kendi bilim nesnesini yani “ruh”u nasıl tanımlarsa tanımlasın ruh denildiğinde felsefedeki madde gibi temel bir tözün bireydeki açılım alanına girilmesi gerçeğiyle karşı karşıya kalmaktadır (akt. Göka, 2008: 39-40).

Psikolojide gözlem nesnesi, insan ruhundan ibarettir. “Bir ruh nasıl gözlenebilir?”, “Ruh nedir?” soruları sorulabilir. Buna karşılık nöropsikoloji, en azından bir dereceye kadar ölçülebilir niteliği olan beyni gözlemektedir; fakat genel psikoloji, zihni gözlemektedir. Zihin veya ruh, fiziksel özelliklere sahip olmadığı için bütün gözlemler dolaylıdır ve bütün sonuçlar pozitif bilimlerde olduğundan daha öznel ve daha az kesindir. Doğrudan gözlem yapma üstünlüğüne sahip olunan pozitif bilimlerde bile bilgiler eksiktir. Zihin konusunda ne kadar çok yanıtlanamamış soru varsa, elle tutulabilir, tartılabilir ve parçalara ayrılabilir nitelikteki, beyin hakkında da neredeyse o kadar cevaplanmamış soru vardır. Bu durumda, bütün meselenin daha soyut olduğu ve gözlenecek somut hiçbir şeyin bulunmadığı psikoloji gibi sosyal bilimlerde hedeften uzaklaşmanın ne kadar kolay olduğunun düşünülmesi gerekmektedir (Marinoff, 2004: 39).

Psikoloji, ruh (psyche/soul/mind) kavramıyla ilgili alanda çalışmaktadır; fakat ruh kavramı orijinal olarak felsefenin dalı olarak kabul edilmektedir. Platon, Aristoteles, Epikür, Stoacılar ruh kavramı ile ilgili teorilerle düşüncelerini ortaya koymuşlardır. 19. yy.’ın ortalarında deneysel araştırmalar psikoloji alanında uygulanmaya başladığı zaman bağımsız bilimsel disiplinler ruh kavramını dikkate almaya başlamışlardır. Sonuç itibariyle üzerinde durulan konular metafizik alandan içinde davranışla birlikte algı, biliş, duygu ve kişilik gibi zihinsel işlevlere doğru kaymıştır (akt. Sivil, 2009: 201).

## 5.2. Felsefi Danışmanlık ve Psikiyatri

### 5.2.1. Psikiyatriye Eleştirel Bir Bakış

Pozitivizmin egemenlik yılları olan 20. yy.'ın başında, psikiyatri yine zamanın tam tersi bir yönde ilerlemekteydi; adeta pozitivizme meydan okurcasına, psikodinamik, varoluşçu ve hümanistlik (insancıl) yaklaşımlar psikiyatride egemendi. Psikiyatrinin bilgi ve bilim tarihine bu ters işleyişinin onun esas işlevi olduğunu düşünülmektedir: Psikiyatri, dünyanın işleyişinde eksik olan ne ise onu tamamlamaktadır, bu nedenle de tabiatında var olan kaçınılmaz karşıtlıklardan insanı ve insanlığı kurtarmaktadır. Günümüzde tıpkı biyolojik psikiyatri gibi psikanaliz de kendini yeni durumun ihtiyaçlarına göre yeniden inşa etmektedir: “İd” ve “ego” (benlik) psikolojisinden, postmodern insanın ilişki ve kimlik sorunlarını çözmeye çalışmak için nesne (object) ilişkilerine ve kendilik (self) psikolojisine yönelmektedir. Psikiyatrinin bu eksik tamamlama işlevi, onun bilim olmak kuruluşunun temelinde bulunmaktadır. Diğer beşerî bilimlerin ve tıbbın gizlemeye çalıştıkları, insanın doğasının çelişkili yapısıyla uğraşma görevi sanki psikiyatriye verilmiş gibidir, bunun sonucu olarak diğer beşerî bilimler ve tıp, psikiyatrinin bu görevi nedeniyle çelişkilerini gizleyip kendilerini başarılı gösterebilmektedir. İnsanın çelişkili doğasıyla uğraşma görevi nedeniyle psikiyatri, birçok kutupsallığın içinde boğuşmak zorunda kalmaktadır (Göka, 2008: 12-13).

Modern psikiyatrideki egemen paradigma da Heleniktir; yalnızca doğru bilgiyi vurgulamaktadır. Helenizm'in evrenselci perspektifinden, insan davranışının biyolojik ve kültürel belirlenim ve etkilenim arasında olduğu, nörobilimden psikanalitik teoriye herkesin üzerinde anlaştığı bir durumdur; fakat bu uzlaşma, insan psikolojisiyle ve psikopatolojiyle ilgili devasa bilgi birikimimize rağmen, bireylerin “Ben kimim?”, “Ne yapmalıyım?”, “Nasıl bir yaşama yolu tercih etmeliyim?” sorunlarına yanıtları mecburi kılan varoluşsal tercihlerine bir çözüm getirmemektedir. Ancak psikanalitik uygulamanın da içinde yer aldığı psikoterapi, psikiyatrik rahatsızlıkların tedavisinde bir çözüm önermesinin yanı sıra ve üstelik daha çok kendi-üzerine düşünme fırsatı hazırlayarak, bu tikel-bireysel varoluşsal sorunların ve soruların çözümüyle ilgilidir. İnsanlığı her zaman etkisi altında tutmuş olan ve siyaset felsefesinin varlık nedenini oluşturan “iyi hayat” sorununa çözüm aramak, bugünün felsefesiz dünyasında artık neredeyse tamamen psikoterapinin omuzlarına yıkılmıştır. Modern bilginin tüm alanlarından dışlansa da oldukça insani olan bir olgu, psikoterapiye temel özgünlük noktalarından birini vermektedir. Bu durumda psikoterapist, kendisine başvuran kimseyle diyalogunda, nerede Hebraik nerede Helenik olacağını çok ince bir tarzda ayarlamak zorundadır. Felsefi yorumsamanın “anlam”ı pratikle bağlantılandıran, “anlama”nın insanın ilksel bir var olma biçimi olduğunu keşfeden ve hakikati bir yöntem sorunu olmaktan

çıkaran bakışı, bu konuda psikoterapiye büyük bir dayanak sağlayabileceği düşünülebilir (Göka, 2008: 24-25).

Psikiyatryi bekleyen muhtemel değişimler şunlardı: a) Psikiyatri, anlatsal bilginin postmodern durumda kazandığı prestij nedeniyle, pozitivizmin cenderesinden çıkabileceği; b) Biyolojik paradigma egemenliğini yitirecek, çok paradigmalı bir döneme girilebileceği; c) Kros-kültürel psikiyatrinin önemi artacağı; d) Psikiyatrik bilginin üretiminde üniversiteler merkezi niteliklerini yitirecekler, psikiyatrik bilgi merkezsiz, çok parçalı bir nitelik kazanabileceği; e) Ruhsal rahatsızlıkların APA, tarafından hazırlanan “The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders” (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı) (DSM) ve “World Health Organization” (Dünya Sağlık Örgütü) (WHO) tarafından hazırlanan “International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems” (Hastalıkların ve Sağlık Problemlerinin Uluslararası Sınıflama Sistemi) (ICD) adlı genel sınıflandırılma girişimleri, fiyaskoyla sonuçlanabileceği; f) Önceden toplumsal, ahlaki diye bilinen sorunların psikiyatrik hastalık kapsamına katılma süreci olarak adlandırılan “psikiyatrizasyon” hızlanarak sürecek, psikiyatri yepyeni işlevler üstlenebileceği; g) Enformasyon teknolojilerinin gelişimine paralel olarak, psikiyatrik hizmetlerde klinikten eve doğru bir kayma olabileceği düşünülebilir (Göka, 2008: 11-12).

### 5.2.2. Felsefi Danışmanlık ve Anormallik

Normal olanın tanımlanması, anormal olanın tanımlanmasından daha güçtür; fakat pek çok psikolog duygusal olarak normal olanın göstergesi olarak şu özellikleri kabul etmektedir: (1) Gerçeğin uygun bir şekilde algılanması: Normal olan bireyler, kendi tepkilerini ve yeteneklerini değerlendirirken ve dünyada neler olduğunu değerlendirirken oldukça gerçekçidirler. Bu bireyler, diğerlerinin ifade ettiklerini ve eylemlerini devamlı olarak hatalı algılamamaktadır, kendi becerilerini devamlı olarak büyütmemektedirler, başarabileceklerinden daha fazlasını yapmaya kalkışmamaktadır, kendi becerilerini küçümsememektedirler ve zor görevlerden yılmamaktadırlar. (2) Davranış üzerinde gönüllü denetim kurma yeteneği: Normal olan bireyler, davranışlarını kontrol etme becerilerine dair kendilerine fazlasıyla güvenmektedirler. Bazen içgüdüsel şekilde davranabilmekte fakat gerekli durumlarda cinsel ve saldırgan içgüdülerini durdurabilmektedirler. Toplumsal kurallara uymada başarısız olabilmekte; fakat bu biçimde davranma kararları, kontrol edilemeyen içgüdülerinden daha ziyade gönüllü bir biçimdedir. (3) Özgüven ve benimseme: Uyumlu bireyler, kendi özgüvenlerinin farkındadırlar ve çevrelerindeki bireylerin bunu kabul ettiklerini hissetmektedirler. Bunlar diğer insanlarla birlikteyken rahat davranırlar ve

toplumsal koşullarda kendiliğinden tepki verebilmektedirler. Aynı zamanda, kendi fikirlerini grubun fikirlerine tamamıyla tabi kılmak zorunda hissetmemektedirler. Değersizlik, yabancılaşma ve reddedilme duyguları, anormal tanısı konulan bireylerde daha yaygındır. (4) Sevgi ilişkileri kurma isteği: Normal olan bireyler, diğer insanlarla sıcak ve haz aldıkları ilişkiler kurabilmektedirler. Bunlar diğerlerinin duygusal yaşantılarıyla ilgi hassasiyet gösterirler ve kendi ihtiyaçlarını için diğerlerinden karşılanamayacak isteklerde bulunmamaktadırlar. Genel olarak akıl sağlığı bozuk olan bireyler, kendi güvenliklerini sağlamakla fazlasıyla ilgilidirler ve oldukça benmerkezcidirler. Kendi duygularıyla ve uğraşlarıyla dolu olan kişiler de mutluluk ararlar; fakat bunu karşılıklı olarak gerçekleştiremezler. Geçmiş ilişkileri yıkıcı olması nedeniyle bunlar bazen yakınlık kurmaktan korkmaktadırlar. (5) Üretkenlik: Uyumlu kişiler, becerilerini üretken faaliyetlere yönlendirebilmektedirler. Bunlar hayata karşı coşku içindedirler ve kendilerini günlük yapılacak işler için yönlendirme ihtiyacı hissetmezler. Kronik bir enerji açığı ve yorgunluğa fazla duyarlılık, genelde çözümlenmemiş sorunlardan kaynaklanan psikolojik gerilimlerin belirtirleridir (Smith vd., 2003: 529).

Psikiyatrik problemler kalıtsal ve genetik yatkınlığı olan kişilerde bazı çocukluk yaşantılarının zemin hazırlamasıyla, genellikle psiko-sosyal bir stres karşısında ortaya çıkmaktadır. Başka bir ifadeyle psikiyatrik bir hastalığın ortaya çıkması için kişide, genellikle hastalığa biyolojik bir yatkınlığın bulunması gereklidir; aynı stres karşısında farklı problemlerin ortaya çıkmasının bir nedeni budur. Genellikle bu yatkınlığın üzerinde çocukluk döneminde meydana gelen yaşantılar, ruhsal travmalar, ebeveyn ilişkileri psikiyatrik rahatsızlığın zeminini oluşturmaktadır. Bu farklı zemin nedeniyle ileriki dönemde hayatında insanlar, yaşadıkları olaylara farklı tepkiler vermektedir. Bu durum, bir bitkinin veriminin ekilen tohum, yetiştirildiği toprak, maruz kaldığı hava ve su şartlarına bağlı olması gibidir. Bütün bu faktörlerin ortak etkisiyle, kişinin beynindeki bazı salgı sistemlerinde düzensizlik olmaktadır. Serotonin, adrenalin, dopamin gibi maddelerin belli beyin merkezlerinde salgılanmaları artmakta, azalmakta ya da hücrelerin bu maddeleri algılamasını sağlayan alıcılar (reseptörler) düzensiz çalışmaktadır (Güveli, 2003: 196).

İnsan düşüncesinin, duygusunun ya da davranışın sınırlarını çizmek, normal olan ile patolojik olanın ayrımını yapmak hemen her zaman bilimin, felsefenin ve daha birçok disiplinin yanıt bekleyen sorularından biri olmuştur. Her bir dönemde egemen olan paradigmanın sağladığı olanaklar çerçevesinde vücut bulan bu sorunun yanıtı, kimliğini tam olarak kazanmamış durumdadır. Biyolojik açıklamalardan insanın bilinç dışı dünyasının derinliklerinde gezen psikolojik modellere uzanan, insanın kısa tarihindeki uzun gezide normal

olanın ve anormal olanın onlarca tanımı yapılmıştır. Normal dışı davranışlar tarihte, edebiyata, siyasette çoğu kez adam öldürme, öz kıyım, isyan etme gibi toplumun egemen kurallarından ve genel beklentilerinden sapma gösteren örneklerle yer almaktadır. Toplumda görülen ruhsal bozuklukların bugünde varlığını sürdüren hemen her zaman toplum dışı ve tehlikeli davranışlara yol açtığı inancı çok uzun yıllar egemenliğini sürmüştür. Normal ve anormalin keskin sınırlarla birbirinden ayrılabilirdiği sanısı da aynı biçimde uzun yıllar geçerliliğini taşımıştır. Günümüzde de birçok model kendisini bu sanı üzerinden tarif etmektedir. Bu bağlamda ürettiği kavramlarla ruhsal bozukluklarını sınıflama çabası içindedir. Esneklik gösteren ve birçok boyutu aynı anda değerlendirmeye çalışan bir çerçeve oluşturmaya çalışsa da tanımlayıcı bir yaklaşımın etkisi altında matematiksel bir temelde bozuklukların sınırlarını daha çok belirleme eğilimindedir. Normalin kesin sınırlarının olmadığı, normalin aslında bir spektrum (çeşitlilik) olduğu düşüncesi uzun süre geçerli olmamıştır. Normal ve normal dışının ayrımını yaparken kullanılacak belirli bir ölçütten söz etmek olanaklı gözükmemektedir (Kaya, 2006: 183-184).

DSM-IV'te yer aldığı biçimiyle 100 üzerinden belirlenen işlevsellik göz önünde bulundurulduğunda eğer işlevsellik 90 ise başka bir ifade ile tarife tam uyulmuyorsa; neden yorgun, bakımsız, sinirli, huysuz, çekingen, üzüntülü vb. ne olursa olsun, bir durum var ise üstelik klinisyenin tepkileri değerlendirmekte zorlanacağı farklı kültürel bir yapı bulunuyorsa kişiye uygun düşecek bir rahatsızlık bulunma ihtimali azımsanmayacak bir düzeyde tespit edilebilecektir. Bu bağlamda Anti-psikiyatristlerin çekingenliğin "asosyal kişilik", doğal kabul edilebilecek üzüntülerin "uyum bozukluğu" vb. olarak tarif edildiği eleştirilerine verilecek açık cevaplar bulunamayacaktır (Ünlügedik, 2006: 208)

Zihinde canlandırılabilir her çeşit davranış, varsayılan bir ruhsal hastalığın belirtisi olarak test edildiğinde DSM kriterlerinde kendine yer bulabilmektedir. DSM'de bulunduğu varsayılan ruhsal hastalıkların birçoğunun bir beyin hastalıklarından birinden kaynaklandığı herhangi bir şekilde gösterilemese de ilaç endüstrisi ve bunların ilaçlarını reçetelere yazmayı alışkanlık haline getiren psikiyatristler kendilerini olabildiğince çok sayıda ruh hastalığı saptamaya adanmışlardır. 1952 yılında DSM-I'de 112, 1968 yılında DSM-II'de 163, 1980 yılında DSM-III'te 224 ve 1994 yılında DSM-IV'te ise 374 hastalık sıralamaktadır (Marinoff, 2004: 35). 2013 yılında APA tarafından yayımlanan DSM-V'te ise 246 hastalık bulunmaktadır; 2016 yılında DSM-V'in güncellemesi yapılmıştır.<sup>4</sup>

<sup>4</sup> <https://dsm.psychiatryonline.org/pb-assets/dsm/update/DSM5Update2016.pdf#page=7> (erişim tarihi: 04.07.2019)

Günümüzde yeniden biyolojik yaklaşıma heyecanlı bir dönüş söz konusudur. DSM sistemi de kategorik yaklaşımın yeniden önem kazandığının, hatta baskın bir sistem olduğunun en tartışılmaz kanıtıdır. Ortak dil yaratmak, tüm toplumlarda geçerli tanımlayıcı bir kılavuz elde etmek amacıyla çıkan bu belge, normal ve anormalin sınırlarını çizme konusundaki tutumuyla damgalayıcılığın-stigmatizasyonun modern bir yorumunun canlanmasına da olanak vermektedir (Kaya, 2006: 186).

Eskiden sadece hayat meseleleri olarak görülen sorunlar, bugün artık hastalık olarak adlandırılmaktadır. Süreç APA'nın DSM aracılığıyla devam etmektedir. Bu süreçte birtakım normalliklerin hastalıklaştırıldıkları görülmektedir. Örneğin sunulan yeni ölçütlere göre bir kişinin bir yakınına kaybettikten sonraki üzüntü belirtiler iki haftadan uzun sürerse o kişiye ağır depresyon tanısı konulabilmektedir. Bu ise kaçınılmaz olarak insanın üzüntü algısını değiştirerek, kayıplarını kabullenirken geçirdikleri, kültürün ve birey olmanın şekillendirdiği normal süreci bir hastalığa çevirmektedir. Var olan sıkıntıya bir ad koyabilmenin ve bu sıkıntıyla yalnız olunmadığını bilmenin garip tesellisine karşı hassas varlıklar olarak tuhaf bir şekilde teşhislerle insanlar rahatlamaktadır. İnsan yalnızca utangaç olduğunu sanırken, sosyal kaygı bozukluğundan mustarip olduğunu öğrenmek rahatlatıcı olabilmektedir, kabahat insanın kendisinde değil, insanın kendi beyin kimyasındadır (Baggini ve Macaro, 2014: 213-214).

Tıbbi modelde, “hastalık” ve “sağlık” kavramları hedeflerin tanımlanmasında ve psikoterapi uygulamalarında merkezi rolü oynamaktadır. Hastalık, kavramı C. Culver ve B. Gert tarafından geniş bir biçimde analiz edilerek ilk kez formülize edilmiştir, “hastalıklar” (maladies) öğeleri tarafından geniş bir biçimde sınıflandırılmış, bu sınıfta yaralanmalar, engellilikler ve ölümün kendisi dahi yer almaktadır. Bütün bu hastalıkların ortak yanı, onlar kötülüklerin özel tipleri olarak görülebilmektedir, fark edilebilmektedir; onlar tarafından yaşamımızdaki riskler veya ağrı eşliğinde olabilen “kapasite yitimi”ne (loss of capacity) neden olarak görülebilmektedir (akt. Padin, 2013: 18-19).

Peter B. Raabe'ye göre tıbbi tanı koymak için başvurulduğunda, birçok kendine özgü problemler ışığında veya psikoterapinin bir parçası olarak neyin “rahatsızlığı etiketleme” olarak adlandırılması daha uygun olabilir, fakat böyle tanılama hiçbir zaman felsefi danışmanlığın bir parçası olmadı. Bu argüman, anlamlarla ilgili bazı karmaşıklıklar içermektedir: (1) Tıbbi sağlık çalışanları, bu alanda hastalıklara ilişkin tanıyla ilgili eğitimi almışlardır, metotları kullanmaları, hastalarının semptomları altında yatan somut (ilişkili ve fark edilemeyen) nedenleri en iyi açıklayan deneysel kanıtları toplamayı amaçlar. (2) Tıbbi sağlık çalışanları gibi akıl sağlığı çalışanları, akıl sağlığı hastalıklarına ilişkin tanı

koymak için eğitim almışlardır, benzer yöntemleri hastalarının semptomları altında yatan somut (ilişkili ve fark edilemeyen) nedenleri en iyi açıklayan deneysel kanıtları toplamayı amaçlar. (3) Raabe iddiasına göre, tıbbi sağlık çalışanları çok benzer yöntemleri hastalarının semptomları altında yatan somut (ilişkili ve fark edilemeyen nedenleri) en iyi açıklayan deneysel kanıtları toplamayı sağlamak için kullanmalarına rağmen, akıl sağlığı endüstrisi, tıbbi sağlık endüstrisindeki gibi deneysel kanıtlar ortaya koymakta ve büyük oranda başarısız olmaktadır. (4) Bundan dolayı, akıl sağlığı endüstrisi, akıl sağlığı hastalarının semptomlarının altında yatan somut fiziksel nedenlere başvurarak hastalarına tanı koyma girişiminde bulunamamaktadır. (5) Gelişmelerin ışığında değerlendirildiğinde felsefi yaklaşımların bazılarında danışma, felsefi danışmanlığın akıl sağlığı endüstrisi içinde yer alan psikoterapilerin sayısı ile rekabet edebileceği düşünülebilmektedir. Bundan dolayı, felsefi danışmanlar akıl sağlığı hastalarının semptomlarının altında yatan somut fiziksel nedenlere başvurarak hastalarına tanı koyma girişiminde bulunamamaktadır (Zinaich, 2013: 205-206).

Felsefi danışmanlık, ne danışanı akıl hastalığı olan kişi olarak tanımlamaktadır ne de yetişkinlik döneminde olan kişileri çocukluk dönemi yaşantılarına derin bir şekilde saplanmış olarak görmektedir. O, düşünce ve duyguları, semptomlar olarak yorumlamamaktadır. O, bütün kaygı, depresyon, üzüntü ve kafa karışıklığını beynin bazı anormal semptomları olarak veya zihinde gizli kalmış herhangi bir tatmin edilmemiş cinsel fantezi olarak varsaymamaktadır (akt. Raabe, 2002: 15-16).

Felsefi danışmanlık, P. March'ın deyişiyle "Akıllılar için tedavidir". Bu düşünceye göre bu tanım hemen hemen herkesi kapsamaktadır. Psikoloji ve psikiyatri alanlarında çalışanların çoğunluğu görünürdeki herkesi ve her şeyi hastalıklılaştırmaya yönelmiştir ve kapıdan giren herkese tanı koymaya, problemlere yol açan belirtilerin ya da bozuklukların sebeplerini araştırmaktadırlar. Genellikle, insanlar taşıdığımız farklı mizaç ve kusurlarına karşın kabul görmeyi beklemektedir ve kusurlu olmanın herhangi bir şekilde anormal olduğunun düşünülmesi için hiçbir neden olmamakla birlikte, asıl anormal olan kusursuzluktur, değişimin insanların kendi imkânları dışında olduğunu düşünmeleri için de hiçbir neden yoktur. İnsanın sorunlarının olması normaldir ve duygusal problemlerin olması da kesin olarak bir hastalık olduğu anlamına gelmemektedir. Sürekli olarak karmaşıklaşan bir dünyayı izlemenin ve yönetmenin bir yolunu arayan insanlar, gerçekte, kendilerini daha doyurucu bir yaşama götüren, zamanın onurlandırdığı bir hayat yolunu yürümeye çalıştıklarında onlara hasta damgası vurmamak gerekmektedir (Marinoff, 2004: 24-25).



### 5.2.3. Felsefi Danışmanlık ve İlaç Tedavisi

Ruh ve beden, dinamik bir etkileşim içinde bulunmaktadır. Ruhsal süreçler çayın, şekerin içinde erimesi gibi sinir sistemine, ondan ayrılmayacak bir biçimde kaynaşmıştır. Dolayısıyla ruhsal problemlerin ilaç gibi maddi yollarla düzeltilebilmesine şaşırılmaması gerekmektedir. Ruhsal hastalıklar, kalıtsal yatkınlığı olan insanlarda sosyal ve psikolojik etkiler sonucunda beyin fonksiyonlarının bozulmasıyla ortaya çıkmaktadır. Bu hastalıkların düzelmesi için gereken çarenin, ilgili beyin fonksiyonlarını düzeltmesi gerekmektedir. Kendi doğal seyirlerinde yıllarca sürebilen davranışsal yöntemler, psikoterapiyle aylar hatta yıllar içinde tedavi edilebilen bazı ruhsal hastalıklar, ilaçlarla haftalar içinde kolay bir şekilde düzeltilebilmektedir (Güveli, 2003: 197-199).

Ruhsal süreçler ve beden birbirinden kopuk şeyler değildir; dinamik bir etkileşim içinde birbirine kaynaşmış, birbirinin uzantısı olarak iş görmektedir. Ruhsal problemleri, ilaçla tedaviye çalışmak, insanın diğer boyutunu inkâr anlamına gelmemektedir. Bu ince işleyişi anlayabilmek için konuyla ilgili azami önyargılardan sıyrılmamız gerekmektedir. Psikiyatrik hastalıkların mekanizması, ilaçların ne olduğu ve ne olmadığı konularında yeterli bilgiye sahip olmak, psikiyatrik tedavilerden yararlanma şansını artırabilmektedir. Psikiyatrik problemler, mikrobik hastalıklardan sonra toplumda en yaygın karşılaşılan rahatsızlıklardır. WHO'nun verilerine göre toplumda en önemli sosyal ve ekonomik kayıp nedenidir (Güveli, 2003: 204).

Bilimsel ve teknolojik yöntemlerin, araştırma araçlarının gelişmesi ve bilimsel bilgi birikiminin artması ile de eş zamanlı olarak moleküler biyoloji alanındaki araştırma bulguları biyolojik indirgeyici yaklaşımlara ivme kazandıran en temel süreçleri oluşturmuştur. Kapitalist ekonominin gereksinimleri ışığında ilaç endüstrisinin anormallik kavramı üzerinden elde etmek istediği kazanç, bilim gündemini belirlemesine ve yönlendirmesine olanak vermektedir. Heterojen ve çok etkenli tüm psikiyatrik bozuklukları biyolojik bir son ortak yolda buluşturma, biyolojik belirteçler (marker) keşfetme, ilaç biçiminde sunulan bir girişim ile bu biyolojik anormalliği düzeltme perspektifi, sağlık ve hastalık kavramlarının biyolojik bir içeriğe ve biyolojik indirgemeci bir sınıra doğru sürüklenmesine neden olmaktadır. Bu bağlamda şizofreni, tüm psikososyal nedenselliğinden arınık bir biçimde serotonin ya da dopamin düzensizliği sonucu oluşmaktadır. Depresyon, HPA ekseninin bir bozukluğudur. Tüm bunlar ilaç endüstrisinin yarattığı matriks<sup>5</sup> içinde yaşanmaya zorlanan yabancılaşmış bir bilgi, bilimci ve insan topluluğu anlamına gelmektedir (Kaya, 2006: 189)

<sup>5</sup> İçinde birçok biyolojik olayın meydana geldiği, akıcılığı az, cansız bir sıvı ortam <http://sozluk.gov.tr/> (erişim tarihi: 30.06.2019).

Ruhsal bozuklukların kimyasal yoldan tedavisini tanımlayan psikofarmakoloji, tıbbın farmakoloji dalının konusu, dolayısıyla psikiyatri mozağının yalnızca bir parçasıdır. Fakat günümüzde psikiyatrinin hareket etmeye başladığı doğrultunun temel belirleyicileri, tıp bilimlerinden çok, biyoloji ve hatta onun da ötesinde fizik kökenlidir. Dolayısıyla psikiyatri remedikalize edilirken, onu kendisine dar gelecek bir giysinin içine sokma yanılığısına düşmemek gerekmektedir. Tıbbın diğer dalları organlar ve organ sistemlerinin bozukluklarıyla ilgilenmektedir. Ancak fiziğin süreç bilimine dönüştüğü bir dönemin anlayışıyla değerlendirildiğinde, beyin bir organ değil, bir süreçtir, bu nedenle onu diğer organ sistemleriyle aynı potaya koyarak değerlendirilmemektedir (Geçtan, 2007: 22).

Freud, nevroz ve psikoz adını verdiği, bütün ruhsal sorunları eninde sonunda fiziksel bakımdan açıklanabileceği yolunda bir psikiyatri felsefesine sahipti. Başka bir deyişle, her ruhsal hastalığın bir beyin rahatsızlığından kaynaklandığına inanmaktaydı. Çağdaş psikiyatrinin vardığı yer de günümüzde aynen budur (Marinoff, 2004: 35).

Psikiyatri de herkesin üzerinde konuşmak istediği günlük sorunları yeterince iyi bir biçimde ele alamamaktadır. Freud sonrasında zihinsel ve duygusal belirtileri olan biyolojik temelli hastalıklara yapılan vurgu, bunları kontrol altına alabilen reçeteli ilaçlar, psikiyatryi halkın çok küçük bir parçasıyla ilgili hale getirmektedir. Tamamen denetim dışında bir fiziksel hastalık nedeniyle işlev bozukluğu bulunanları, örneğin manik-depresiflere, ilaçların faydası olmaktadır. Bu durumda, bir sorunu ele almak için ilk adım bir psikiyatr muayenesi olmalıdır; ancak sorun kimlik, değerler veya etik konusundaysa, birisinin insanda ruhsal bir hastalık somutsamasına ve reçete yazmasına izin vermek, seçilebilecek en kötü yoldur. İnsanın kendisini bulmasını, hedeflerinize varmayı ya da doğru olanı yapmasını sağlayacak bir ilaç yoktur (Marinoff, 2004: 48).

Marinoff'a göre psikiyatrik ilaçları şu şekilde değerlendirir:

İlaçlar dış dünyayı değiştiremezler; Prozac tarafından yumuşatılmış bir ruh haliyle bile hala sadist bir patronla, dolandırıcı bir ortakla veya müşterilerini bürokratik işlemlerle boğan bir bankayla başa çıkmak zorunda olacaksınız. Doğru yanıtlar bir hap şişesinde değiller, asla da orada olmayacaklar. Orada bulabileceğiniz tek şey, en iyi ihtimalle geçici bir rahattır. Hastaların -ilaçları faydalı bulduklarında dahi- ilaç almayı sürdürmede çektikleri güçlüğü'n nedenlerinden biri, ilaç aldıkları sırada kendilerini kendileri gibi hissedememelerinden kaynaklanır. Bu bizi var olan en temel felsefi sorunun ortasına götürür "Kimim?" İlaç almakta iken kendinizi yeniden keşfetmeniz gerekebilir. Bu da "Beni ben yapan nedir?", "Ben fiziksel gövdemden başka neyim?" gibi felsefecilerin ekmek kapısı olan sorulara yol açar (Marinoff, 2004: 51).

Psikolojik rahatsızlıkları tıbbileştirmenin rahatlığının da bir bedeli vardır; bu durumun çok az fayda sağlamakla beraber zararlı yan etkileri bulunan ilaca muhtemel bağımlılıktan başka basit bir tedavi yanılmasıyla, pasifliğe ve sorumluluk inkârına yol açabilir. Bir hekim yahut terapistin, ilaçla yahut sihirli bir değnekle sorunları çözmesini beklenirse gelişme kaydetmek için üzerinize düşeni yapma konusunda çaba gösterme isteği azalabilmektedir (Baggini ve Macaro, 2014: 214).

#### 5.2.4. Plasebo Etkisi

Latince bir sözcük olan plasebo “Hoşnut edeceğim.” anlamına gelmektedir, ilaç olarak veya çare bulmak amacıyla alınan bir şeyin sübjektif bir şekilde olumlu etkisini ima etmektedir. Onun tam zıttı ise “nocebo”dur, “Zarar vereceğim.” manasına gelmektedir ve olumsuz bir sübjektif yaşantıya işaret eder (akt. Göka, 2008: 145). Plasebo aktif bir ilaç gibi görünen, aslında bir şeker hâpı, etkisiz, hiçbir farmokolojik etkisi olmadığı bilinen bir maddedir (Atkinson vd., 2008: 594). Psikologlar zihnin, bedeni ne şekilde etkilediğiyle örneğin, plasebo alındığında ne olduğuyla ilgilenmektedir. Plasebo ilaç yutulması, iğne vurulması ve ameliyat olunması gibi tıbbi tedaviye benzemekte ancak tıbbi bir etkisi olmayan müdahaledir. Plasebo etkisi ise tıbbi müdahaleye değil de gerçekte olmayan bir tedavi sonucunda bireyin hastalığında ortaya çıkan iyi veya kötü değişimdir (Plotnik, 2009: 31).

İlaç araştırmacıların çoğu araştırma hatalarını ortadan kaldırmak için bazı deneklerin ilacı, bazılarının ise plasebo olarak adlandırılan nötr veya aktif olmayan (etkisiz) bir maddeyi aldıkları çift körlemesine işlem uygulamaktadırlar. Ne araştırmacı ne de denekler kimin ilaç kimin plasebo aldığını bilmemektedir. Veriler toplandıktan sonra araştırmacı gerçekten ilaç alan deneklerin davranışlarını, bilmeden plasebo alan deneklerin davranışlarıyla karşılaştırmaktadır. Daha sonra, eğer grupların davranışları farklılaşırsa bunun nedeni muhtemelen ilacın içerisindeki etken maddedir (Morris, 2002: 173). J. Forrester, plasebo etkisinin ortaya çıkması için hastanın kendine müdahalelerden bilgisi olmaması nedeniyle bunun “hile”, “aldatma” ve “yalan” ile ilişkili olduğunu ifade eder bunun sonucu olarak “Hastanın aldatılmasını mecbur kılan herhangi bir tıbbi tedavi şekli haklı olabilir mi?” problemini ortaya atar (Göka, 2008: 146).

Psikiyatrik ilaçların duygu, düşünce ve davranış üzerinde psikolojik etkilerinin bütünüyle bilinmemesi, bilinenlerin de metot açısından yanlış bilgiler taşımalarına dair yapılan eleştiriler de psikiyatride plasebonun neden daha da önem kazandığının nedenlerinden biridir (akt. Göka, 2008: 149). Plasebo ilaç araştırmalarında (a) Hastaların aldıkları ilaçların kendilerini daha iyi sağlayacağı beklentilerini, (b) Araştırmacıların ilaçların etkili olduğu

inançlarını, (c) Bir araştırma deneği olmaktan kaynaklanan hemşirelerle diğer hastane personelinden gelen fazladan ilginin yararlı etkilerini kontrol etmek için kullanılmaktadır. Aktüel ilaç etkileri temelinde açıklanamayan bütün tepkilerin bilinmeyen ve farmakolojik olmayan nedenlerden kaynaklanan plasebo tepkileri olduğu düşünülmektedir. Bu türden bilinmeyen nedenlerin psikolojik olduğu varsayılmaktadır (Atkinson vd., 2008: 594).

Psikolojik bozuklukların tedavisinde plasebolar genellikle ilaçlar kadar etkilidir. Örneğin, depresyon nedeniyle yapılan ilaç tedavileri ve psikoterapötik tedaviler üzerine yapılan kapsamlı bir araştırma, hastaların bir plasebo kapsülüne neredeyse antidepresan ilaçlar ya da psikoterapiye olduğu kadar iyi tepki gösterdiklerini ortaya koymuştur. Araştırmacılar, hastaların %35 ile %75'inin çeşitli rahatsızlıklara (ağrı, depresyon, baş ağrısı, sigil) karşı plasebo kullanımından faydalandığını tahmin etmektedir. Örneğin, deneğin beyindeki nöral tepkilerin resmi çekilerek (MRI) plasebonun gerçek antidepresan ve ağrı kesicilerle karşılaştırılması yapılmıştır ve bu çalışmada plasebo aldıkları halde rahatlama yaşadıklarının belirten deneklerin beyinlerinde gerçek antidepresan ve ağrı kesicilerin uyaracağı bölgeleri (düşünceleri ile) uyardıkları tespit edilmiştir, bu durum da gerçek bir rahatlama yol açmaktadır. Sonuç olarak plasebo; bireyin inanış veya düşünceleri, gerçek ilacın uyaracağı bölgeleri uyaracak kadar güçlü olduğu için işe yarayabilmektedir (akt. Plotnik, 2009: 31). Şaşırtıcı araştırma bulgularından bir tanesi de şeker hapları ya da plasebonun, kendimizi daha iyi hissetmemizi sağlayacak şekilde insanları nasıl kandırabildiğidir. Çoğu kişi, ilaç almanın faydalı olduğuna inandığı için nüfusun neredeyse üçte biri, plasebonun olduğunu bilmeden aldıkları bir haftan sonra bile kendisini daha iyi hissetmeye başladığını söylemektedir. Örneğin, insanlar baş ağrısına karşı bir hap alırsa ve bu hapın ağrılarını azaltacağına inanır veya böyle bir sonuç beklerse %30-60 kadarı plasebo aldıktan sonra gerçekten daha az ağrı hissedecektir. Araştırmacıların plasebo etkilerine dayalı olarak vardıkları sonuçlar şunlardır: (1) Ağrıları azaltmak, gripten kurtulmak veya tıbbi uygulamalardan sonra daha hızlı iyileşmek gibi çok güçlü plasebo etkileri gereğinden çok küçümsenmiştir. (2) Hem ilaç (hap ve enjeksiyon) hem de sahte ameliyatlar %15 ile %98 arasında değişen ciddi plasebo etkileri yaratabilmektedir. (3) Psikologları en çok ilgilendiren bir nokta ise plasebonun zihnin bedeninin üstesinden geldiği güçlü bir etkileşimin var olduğunu göstermesidir. Bu zihin-beden etkileşimi insanların etkisi kanıtlanmamış bitkisel ilaçlar gibi farklı türlerde plasebodan olumlu sonuçlar almasını açıklamaktadır. Araştırmacılar plasebonun kaygı ve stresi azaltan olumlu beklenti ve inançlar yaratarak etkili olduğunu düşünmektedir. Kaygının azalması, ağrıların azalmasına yol açmaktadır. Stresin azalması ise bağışıklık sisteminin işleyişini iyileştirmekte, böylece vücut toksinlere karşı daha iyi savaşabilmekte ve

daha hızlı iyileşmektedir. Sonuç olarak zihnimizin vücudumuzun üzerinde güçlü bir etkisi olduğu değerlendirilebilir (akt. Plotnik, 2009: 111).

J. Frank, bütün tedavi türlerinin hastalığa neden olan özgül süreçleri düzeltme ve hastalıkların özgül olmayan moral bozucu etkilerine karşı etki gösterme şeklinde plasebo ve psikoterapi olarak iki boyutu olduğunu öne sürmüştür: a) Yardımda bulunan biriyle bir güven ilişkisine bağlı duygusal boşalım b) Bir sağlık kuruluşu c) Akılcı, kavramsal bir şema ya da söylence (mit) d) Törenselleşmiş (ritualistic) etkenlerini bir araya getirerek ikinci fonksiyon üzerinden tedaviye katkıda sağlamaktadırlar. Bu sebeple o, hastanın iyileşme ümitlerini beslemekte olan plasebonun, simgesel iletişim aracılığıyla moral bozucu etkilerle mücadeleye katıldığını ve bir psikoterapi çeşidi şeklinde kabul edilmesi gerektiğini ifade eder. O, plasebo ve psikoterapide iyileşmeyi sağlayan gücün “anlam dönüşümü” olduğu görüşündedir. Ona göre, bu da Meyer’in insan bilincinin temel fonksiyonu olarak “simgeleştirme” yardımıyla yapılmaktadır. Plasebo, bedenimizdeki haz sistemini faaliyete geçirecek biçimde yorumlanmış olan bütün anlamlı uyarımları, ilacın biçiminden hekimin alakasına, tedavi görülen kurumun gücünden hastanın ümidine değin iyileşme adına olumlu yorumlanan bütün etkenleri içermektedir. Plasebo etkisi, bedende hoşnutluğa neden olmakta, bunun sonucu olarak son analizde, aynı bir ilacın etkisi şeklinde, bedendeki maddesel mekanizmalar vasıtasıyla kendini göstermektedir (Göka, 2008: 151-152). Bazı klinisyenler plasebo tepkisinin psikoterapinin neden etkili olduğunu gösterdiğini öne sürmüşlerdir. Bu görüşe göre neredeyse her psikoterapi yönteminin, hasta bu yöntemin etkili olacağına inanmaktaysa, olumlu sonuç vermesi gerekmektedir. Bu doğruysa, hastaya tedavi yönteminin başarılı olacağı kanaatini aktarmak, terapist için önemli hale gelmektedir (akt. Atkinson vd., 2008: 594). Terapinin plasebo etkilerinin terapötik etkileşimin önemli bir bölümünü oluşturmasına karşın terapistler kendi terapi uygulamalarının plasebo terapisinden daha etkili olmasını beklemektedirler (akt. Gerring& Zimbardo, 2016: 500).

Plasebo tepkilerine neden olan mekanizma bilinmemektedir. Sayısız varsayım öne sürülmüş, ancak bunların çok azı ampirik olarak doğrulanmıştır. Bir grup açıklama “sosyal etki” üzerinde yoğunlaşmaktadır. Hastalar hekimleri ve terapistleri sosyal bakımdan güçlü kişiler olarak görme eğilimi taşıdıkları için, bu türden otoritelerin etkisine açık olabilirler ve yararlı sonuçlar konusunda kolayca ikna edilebilirler. Ayrıca, hastanın rolü bazı öngörülmüş davranışları gerektirir. İyileşen bir hasta, terapistin başlangıçtaki düşüncesini haklı çıkaran hastadır. Diğer açıklamalar, kişinin beklentileri üzerinde yoğunlaşır. Tedaviyi yöneten kişi, önceden belirlenen ya da belirlenmemiş araçlarla, tedavinin etkileri hakkındaki beklentileri iletebilir. Hastalar önceki deneyimleri temelinde belirli beklentiler de ulaşırlar. Kişinin iyileşeceğine ilişkin beklentileri ve güçlü bir iyileşme arzusu, umudun başlıca unsurlarıdır.

Umut, duygularımız ve bedensel süreçlerimiz üzerinde güçlü bir etki yaratabilir (Atkinson vd., 2008: 595).

### 5.3. Felsefi Danışmanlık ve Psikoterapi

#### 5.3.1. Psikoterapi Nedir?

Psikoterapiyle ilgili çalışmaların insanlık kadar eski olduğu düşünülmektedir. Eski çağlarda tedavi vazifesini üstlenen din adamları, şamanlar ve diğer ilkel hekim çeşitlerinin uyguladıkları metotlar hastalığın esas sebebine dair fizyolojik müdahalelerin bulunmamasına karşın pek çok hastalığa deva bulmasını yardımcı olmaktaydılar. Tıp tarihi temel alındığında eski çağlarda kullanılmış, bugünde yaşayan birtakım ilkel toplulukların kullanmakta olduğu bu tür metotlar psikoterapi uygulamalarının ilk örnekleri olarak görülürler (Geçtan, 2007: 51).

Psikoterapi denildiği zaman akla sayısız farklı türü gelmektedir ve bugün çağrıştırdığı tıbbi yan anlamına rağmen psikoterapi sözcüğünün tıp ile hiçbir ilişkisi olmayan iki Yunanca sözcükten gelmektedir: “therapeuein” bir şeye “mukayyet olmak”, “...ile meşgul olmak, ilgilenmek; -e hizmet, dikkat, yardım etmek” demektir, “psukhe” ise “ruh” veya “nefes” veya “karakter” demektir. O halde psikoterapi ruhla ilgilenmek anlamına gelebilir ki, bu da papazı veya hahamı psikoterapist haline getirmektedir. Aynı zamanda nefesle ilgilenmek anlamına da gelebilir ki, bu da yoga ve flüt öğretmenini veya meditasyon ustasını birer psikoterapist yapmaktadır. Karakterle ilgilenmek anlamına da gelebilir ve bu da felsefi danışmanınızı bir psikoterapist yapmaktadır (Marinoff, 2004: 53).

Psikoterapi, eğitilmiş ruh sağlığı uzmanları tarafından verilen ve profesyonel ilişki sınırları içinde danışana psikolojik sorunlarının üstesinden gelmesinde yardım sunan bir tedavidir. Herkesi tatmin eden bir psikoterapi tanımı bulunmamasına rağmen, bu tanım, psikoterapinin danışan ve terapist tarafından, temel çerçevesini profesyonel ilişkinin olarak belirlendiği ve temel amacının çekilen sıkıntının azaltılmasını olduğu ifade etmektedir. Ancak bu tanım daha çok resmi bir tanımdır ve muhtemelen pek çok insanın psikoterapi kelimesini duyduğunda aklına gelen şey değildir (Kramer vd., 2009: 267-268).

Davranış bozukluklarıyla tıbbi bir problem olarak uğraşan tedavilere karşın psikolojik tedavi metotları, anormal davranışlara psikolojik problemler olarak yaklaşır ve bunlara toplu biçimde psikoterapi adı verilmektedir (Morgan, 1998: 349). Psikoterapi, insan sorunlarını hafifletmeyi ve toplumda etkin işleyişi sağlama hedefini taşıyan farklı psikolojik müdahaleleri kapsamaktadır (Smith vd., 2003: 574). Psikoterapi, akıl hastalıkları, ruhsal rahatsızlıklar, davranış bozuklukları vb. tedavisi ya da belirtilerinin azaltılması için kullanılan her türden davranışsal, bilişsel, yöntem olarak adlandırılabilir (Budak, 2005: 620).

Psikoterapi, hastalıkları iyileştirmek için kullanılan ruhbilimdir; hekimin hastasını iyileştirmek için kullandığı ruhbilimsel yöntemlerin tümünü dile getirmektedir. Fransız hekimi P. Janet, onu ruhbilimsel hekimlik olarak tanımlamıştır. Psikiyatri ile karıştırılmamalıdır: Ruh, psikiyatride hekimliğin bakım konusu, psikoterapideyse bakım için kullandığı araçtır (Haçerlioğlu, 2012: 283).

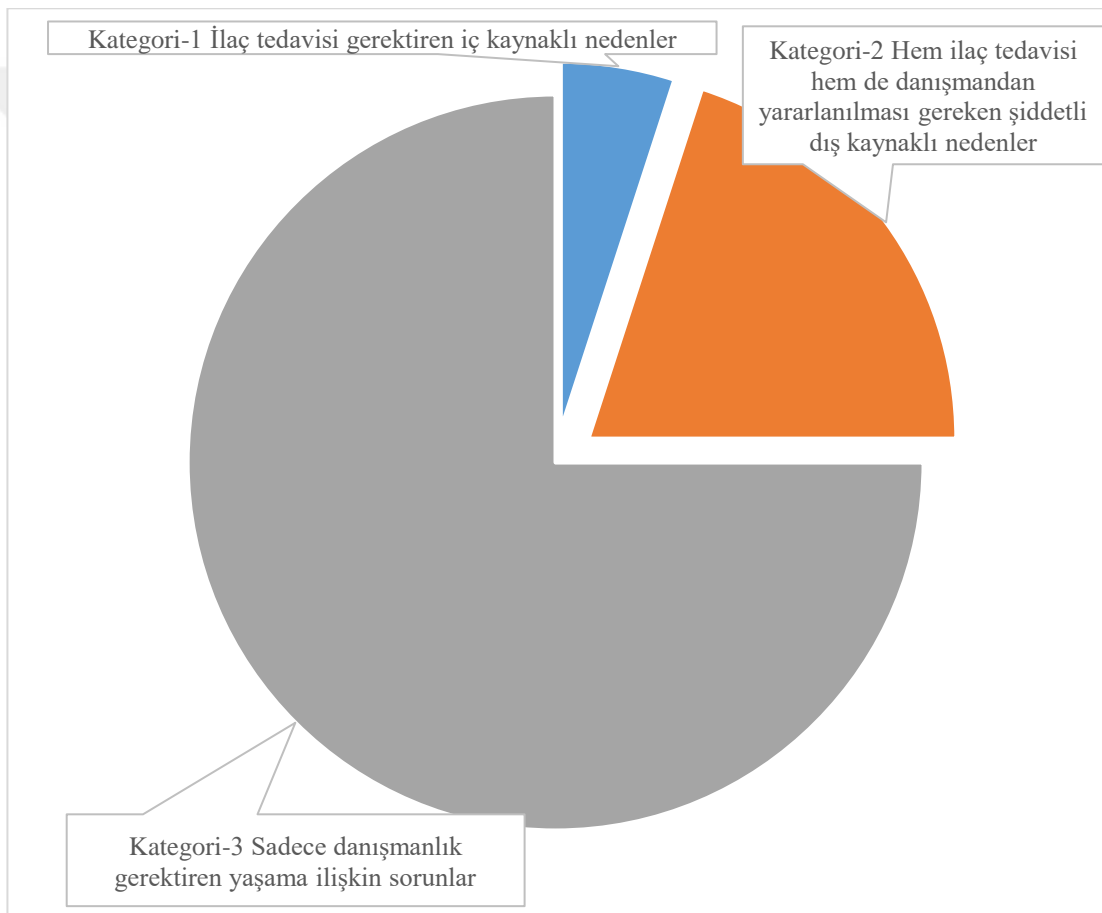
Psikoterapinin hedefleri ve ortak yaklaşımı, danışan ve danışman arasındaki ilk seansta belirlenir fakat terapi boyunca bu hedefler değiştirilebilmektedir. Terapist birtakım bilgi kaynaklarından faydalanarak tedavide neye ulaşabileceği ve neye ihtiyacı olduğuyla ilgili öngörü sahibi olabilmektedir. Kaynaklardan biri danışan ve onun yakınlarından alınan danışanın kişisel yaşantılarıdır; diğer bir kaynak ise fizik muayenesidir. Üçüncü kaynak ise kişinin kişilik, ilgi, zekâ gibi testleri kapsayan psikolojik muayenedir. En son olarak da danışman, danışan ve eş, ana-baba, çocuklar, işveren gibi kişilerden profesyonel destek almaya yönelten sebepleri detaylı bir biçimde paylaşımlarını talep edebilmektedir (Morgan, 1998: 349-350).

Geleneksel psikoterapiyi tanımlamanın zorluğu gerçekte kendine ait varsayımları, yöntemleri ve hedefleri olan çok farklı psikoterapi türlerinin bir arada olmasından kaynaklanmaktadır. Bununla birlikte psikoterapi tarihine bakıldığında ortada olan bu kaos görülebilmektedir. Psikoterapi duruma bağlı olarak başarılı tıp mesleği içinde göreceli bir biçimde kendisini geliştirmektedir, 19 yy.'in sonlarına geldiği yıllarda, bireyleri bilimsel olarak anlamayı tedavilerde temel almaya başlamıştır. Bunun sonucunda, geleneksel psikoterapi, bunu neden olarak kabul ederek kendine görev kabul etmiştir ve akıl hastalığının bilimsel açıklamasıyla tıbbi tedaviyi, tıbbi uygulamaları kendisine model almıştır. Bu görüşe göre, akıl sağlığı ile ilgili bilimsel açıklamalar, nedensel psikolojik yasalara göre ortaya konan terimlere göre oluştu ve bu yasalara dolayısıyla da çok önemli diğer bilimlerdeki deneysel araştırmalara göre deneysel araştırmalarının birisi aracılığıyla keşfetti. Buna ek olarak, hastalıkların tedavisi, doktorların veya psikoterapistlerin rol aldığı hastalarına yardım etmeyi sürdürme veya sağlığına kavuşturma hastalıkların bilimi “tıbbi model” olarak adlandırılan bilimsel çabaların temel alındığı görünmektedir (akt. Padin, 2013: 18-19).

### **5.3.2. Psikoterapide Tedaviye İlişkin Konular ve Kaynaklar**

Felsefi danışmanlığın akıl hastalıkları hakkındaki temelsiz veya anlamsız söylemlerin tümünün bırakılması gerektiğini fark etmesi önemlidir. “Akıl Hastalıkları”nın en az üç farklı nedensel faktöre işaret eden kapsamlı bir terim olduğuna ve eşit derece önemli olduğunun, bunu anlamının önemli olduğu değerlendirilmektedir: (1) İçsel nedenler, iç nörolojik işlev

bozukluklarının neden olduğu, doğuştan gelen bozukluklar, rahatsızlıklar, çevresel toksinler, ciddi yaralanma veya normal bilişsel ve duyuşsal (düşünme ve hissetme) fonksiyonlarını içeren ilaç istismarıdır. (2) Şiddetli dış kaynaklı nedenler, çocuk istismarı, travmatik deneyimler ve normal yaşamda ortaya çıkan kaygı ile çatışma durumunda olan uzun süreli stres, depresyon ve vb. gibi dış kaynaklı faktörlerin neden olduğu ve bunlar uzun bir zaman periyodunda değiştirilmemişse, nöral yollarda kalıcı “izler” saplantılı ve antisosyal davranışlara neden olabilmektedir. (3) Üzüntü ve kafa karmaşıklığı, çözülmemiş günlük yaşam sorunlarının “sonuçları” ve “nedenler”den, “gerekçeler” den daha iyi belirlenmesi ile ilgili mağduriyettir (Raabe, 2002: 17).



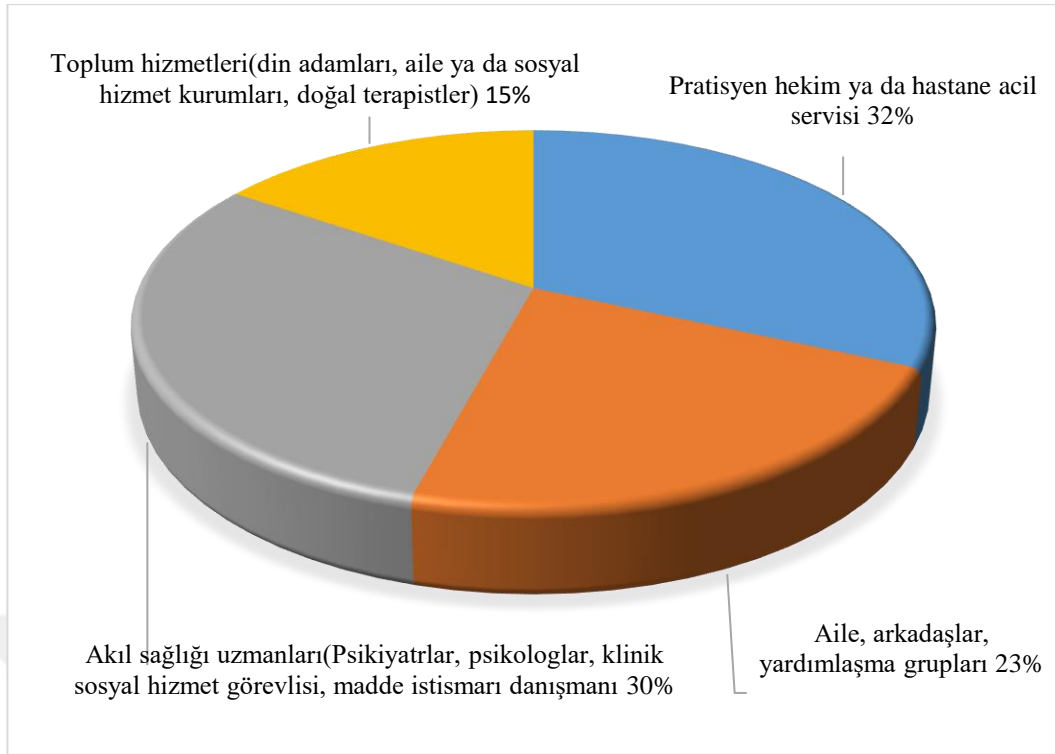
**Grafik 5.1.** Akıl Hastalıklarına İlişkin Tanımlayıcı Oranlar

**Kaynak:** Raabe, 2002: 17

Felsefi danışmanlık, Kategori-1’de yer alan tanımlanmış akıl hastalığı türlerinden mustarip bireylerden tamamen ayrılmamıştır. Bu kategoride yer alan bireyler arasında yeterli olmayan akılcı düşünme ve yetişkin düzeyinde anlaşmazlıklar olabilmektedir, bir kuruluşa ait uzun dönemli bakım ve işlevselliği sağlamak için kapsamlı bir farmakolojik müdahale



gerekebilmektedir. Kategori-3'te yer alan tanımlanan akıl hastalığı türlerine sahip olan bireyler felsefi danışmanlığa en uygundur ve bazen en az sayıda seansta felsefi danışmanlıktan en fazla faydayı görmektedir. Kategoride-2'de yer alan bireyler için uzmanlar arasında halen çok sayıda anlaşmazlık ve uyuşmazlık vardır. Psikoterapistler, Kategori-1'de yer alan bireyler için sıklıkla dış kaynaklı stresörlere bağlı olarak fazlasıyla tanı koymaya eğilimlidir. İlaç tedavisi, bu kategoride yer alan kişilere ait üzüntülerin olası sebepleri araştırmak için çaba göstermeden önce sıklıkla kuralları belirlenmiş ve sınıflandırılmış akıl hastalıkları varsayımlarına göre tedavi edilmesidir. Danışanlar tarafından düşünce kalıpları ve davranışlarında sergilenen sözde semptomlar, Kategori-1'de yer alan bireyler için beyindeki işlev bozukluklarının türlerine çok kolaylıkla kanıt olarak kabul edilmektedir. Aslında Kategori-3'te yer alan günlük yaşam sorunları ile uğraşan bireyler ilaçla tedavi olmadan önce bazen yeterli düzeyde dinleme ile kendi kendilerine sorunlarına çözüm bulabilmektedir. Felsefi danışmanlara göre Kategori-2'de yer alan danışanlar daha çok zorluk içermektedir. Örneğin, çocukken kötü ebeveyn nedeniyle birçok birey mağdur olurken tamamen normal yetişkinler gibi büyümüş olacaklar, diğerleri ise psikoterapistler tarafından şizofreni gibi tanılar konularak ve sorunlarla ilişkili olarak gelişimini tamamlayacaktır. Bu kategoride bulunan bazı bireyler, tamamen akılcı görüşmelerle (rational discussion) devam edebilmektedir. Diğerleri sadece bunu yapabilirken, onlar günlük rutin işlerinin bir parçası olarak düzenlenmiş reçeteli ilaçlarını düzenli bir şekilde almaktadır. Felsefi danışmanlık, bu danışan türleri için var olan ilaç terapilerini tamamlayıcı/destekleyici olabilmektedir. Kategori-2'de yer alan bireyler, danışmanlığın erken aşamalarında akli dengesi yerinde gibi görünebilmektedir; fakat onlar ilaçla uyarılmanın etkisiyle veya nöral yollardaki izlere ilişkin anormal düşünmenin sonucu olarak sonradan tekrarlayıcı konuşmalar gibi, konuya odaklanmada ve danışmanlığa ilişkin görüşmeye yoğunlaşmada yetersizlik, düzensiz ve tuhaf düşünce örüntüleri, tutarsız ve anlamsız sesler çıkarma, mantıklı şekilde düşünme ve konuşmaya ilişkin yetersizlik vb. problemleri davranışlar gösterebilmektedir. Bu tür bir danışan, felsefi danışmanlıktan herhangi bir fayda almamaktadır; çünkü onlara entelektüel ve duyuşsal tepkileri anlamlı ve faydalı bir felsefi diyaloga olanak sağlaması için uygun değildirler. Felsefi danışman, bireyi kabul ederken Kategori-2'deki gibi danışan olup olmadığını farkında olup bu durumu iyice düşünmelidir ve ondan danışmanlık için ücret alıp almayacağını, aslında etik olarak değerlendirmelidir. Görüşmelerin ve güncel felsefi danışmanlık literatüründe, akıl hastalıkları hakkında bilgilerin yetersiz geldiği göz önünde tutulursa bunun kolay bir görev olmadığı açıktır (Raabe, 2002: 17-18).



**Grafik 5.2.** Psikolojik Bozuklukları Olan Kişiler İçin Tedavi Kaynakları

**Kaynak:** (akt. Smith vd., 2003: 596).

İnsanlar akıl sağlığı uzmanı dâhil çeşitli kaynaklardan akıl sağlığı tedavisi almaktadır. Psikolojik bozukluk nedeniyle tedavi görmek isteyen insanların çoğu hastaneye yatırılmaktadır. Bu kişiler genellikle özel çalışan psikologlar, psikiyatrlar ya da pratisyen hekimler yardımıyla tedavi almaktadır (akt. Smith vd., 2003: 596).

### 5.3.3. Psikoterapide Farklı Yaklaşımlar

E. Spinelli, “Terapi insanın ıstırapı için hem özel hem de lüzumlu bir tedavi ve terapistler ... bu tedavinin nitelikli araçlarıdır.” şeklindeki yaygın olan anlayışı açıkça sorgulamaktadır. O, psikoterapinin amacının tutum yahut davranışlara ölçülebilir değişiklikler getirmek olduğu görüşünü reddetmekte ve bunun yerine psikoterapinin görevini hastanın var olma şeklini, “Benim için var olmak nedir ve nasıldır?” deneyimini izah etmek olarak görmektedir. Bu girişim değişikliklere de yol açabilmektedir fakat bunlar terapist tarafından yönlendirilmemektedir. Bugünkü durumda psikoterapi iki şapkayı da takmakta, kimliği garip bir şekilde bilim ve sanat arasında, hayatın akışına mâni olabilen kaygı ve depresyon gibi güçlüklerde yardımcı olan teknoloji, hayat ve ahlak üzerine bir diyalog olarak gidip gelmektedir. Yaygın bir varsayıma göre terapi ya bir tarafa ya diğerine ait olmalıdır.

Fakat bizim bu ihtiyacı karşılayan terapi anlayışımıza uysun ya da uymasın her iki türlü faaliyete de hem yer hem ihtiyaç var gibi görünmektedir (Baggini ve Macaro, 2014: 217).

Psikoterapi yaklaşımlarının temeli “İnsan nedir?”, “İnsan nasıl ve niçin düşünür?” gibi sorularına verilen yanıtlarda bulunmaktadır. Doğa bilimlerinde üstünde araştırma yapılan olayın özelliği, neredeyse tüm bilim insanları tarafından birbirine yakın şekilde tanımlanır. Psikolojinin çalışma alanı insan davranışlarıdır ve insansa evreninin en karmaşık varlığıdır. Bu sebeple psikoloji alanında tanımlamalar üzerinde ortak bir karara varmak güçtür. Bununla birlikte psikolojinin diğer doğa bilimlerinden temel ayırıcı özelliklerinden biri araştırma konusu yapılan kişi ile araştırmayı yapan kişi arasındaki ilişkidir: Bu süreçte insan kendini inceleyerek anlamaya çalışmaktadır. Bu sebeple psikologlar arasında yaklaşım farklılıkları olması normaldir; bu durum psikolojinin güçsüzlüğünü değil zenginliğini ve gücünü göstermektedir. İnsan kişiliğini açıklamaya uğraşan temel psikolojik yaklaşımların her birinin kendine özgü bir psikoterapi anlayışı bulunmaktadır (Cüceloğlu, 2000: 475-476).

Günümüzde dünyada kullanılan psikoterapi olarak adlandırılan bir kısmı birbirine benzer, diğerleri ise birbirleri ile bütünüyle karşıt olan yüzlerce değişik terapi metodu uygulanmaktadır. Terapistin yetiştiği ekole, benimsediği yaklaşıma ve bireysel eğilimlerine göre psikoterapi de değişik tanımlar, değişik içerikler kazanmaktadır (Budak, 2005: 620). Bazı araştırmacılar, “markalaşmış” dört yüz kadar terapi çeşidi saptamıştır. Ancak, bu farklı çeşitlerin pek çoğunun arasında önemli benzerlikler bulunmaktadır ve diğerleri de klinisyenler tarafından çok nadir kullanılır, hatta pek bilinmemektedir. A. S. Gurman ve S. B. Messer, aslında modern klinik uygulamaların özünü, sadece bir düzine “temel” psikoterapinin şekillendirdiğini sürmektedirler. Özetle, gerçekte kaç tane psikoterapi çeşidinin olduğunu kimse bilmemekte, onların nasıl gruplandığına göre yanıt değişmektedir. Eğer onları kişilik gelişimi, bozukluğun oluşmasındaki ve psikoterapi teknikleri hakkındaki temel varsayımlarına göre düzenlenirse, bir avuç kadar ana yaklaşım kalmaktadır. Psikoterapi alanında beş temel ekol ya da yaklaşımın baskın olmaktadır: psikodinamik, insancıl, davranışçı, bilişsel ve grup/sistemler. Burada bu listeye alternatif ve bütüncül yaklaşımları eklenebilmektedir. Bu terapiler daha eski ve oturmuş yaklaşımların bileşenleri kadar diğer kategorilere yerleştirilemeyen tedavi tekniklerini de bir araya getiren terapilerdir (akt. Kramer vd., 2009: 270).

Psikanaliz ve danışandan hız alan terapi, alanda uzun süre baskın olmalarına rağmen her zaman için psikoterapide başka yaklaşımlar olmuştur. Sıklıkla terapist sayısınınca psikoterapi çeşidi olduğu söylenmektedir. Çünkü her terapistin neye inanırsa inansın, kendine özgü bir yaklaşımı bulunmaktadır. Bunun bir sonucu olarak bir psikoterapi ekolünün farklı üyeleri

hastalara farklı yaklaşımlarda bulunmaktadır. Psikoterapide birçok da moda akımlar mevcuttur. Farklı yaklaşımlar, ünlü kişilerin liderliği altında gözde olmaktadır sonra da sönmektedir (Morgan, 1998: 353). Psikoterapi bir uzmanlık alanı değildir; bir uzmanlık alanı olsa da olmasa da kesinlikle bir tane değildir. Psikoterapi daha ziyade, bir arada bulunması çok zor, tamamıyla farklı varsayım ve yöntemlere dayanan, benzeşmeyen yaklaşımlardan oluşan gürültücü bir kalabalıktır. Bazıları türlü uygulamaları kapsayan, sayılmaya kalkılsa sayfalara sığmayacak kadar birçok çeşidi bulunmaktadır (Baggini ve Macaro, 2014: 214).

#### **5.3.4. Felsefi Danışmanlık Psikoterapi midir?**

Geleneksel profesyonel terapötik uygulayıcıların danışanın tedavisi için önemsedikleri, danışana özgü rastlantısal veya dolaylı olarak inşa edilen, asıl sorunu danışanın hastalık veya rahatsızlığın tedavisidir. Bu, şu anlama gelmektedir: Birçok psikoterapi alanında çalışan uygulayıcılardan herhangi biri, hastaları tedavi etmemekte, aksine terapötik yaklaşımlarında odaklanmanın yerleşik olduğu ortadadır, psikanaliz tedavisi rahatsızlığa odaklanmakta; felsefe danışmanlıktaki (ve diğer psikoterapötik yaklaşımlarda) tedavide danışanın ne söylediğine odaklanmaktadır. Diğer taraftan, bu şu anlama gelmemektedir: felsefi danışman, danışanın problemi ile ilgilenmemektedir, uygulayıcının danışanı zor durumunu sorgulamaktan daha çok empatik olarak yaklaştığı fark edilmektedir. Felsefi danışmanlıkta, empatik olarak anlamamanın, medikal yöntemlerle yer değiştirdiği söylenmektedir, genellikle psikoanalizde kullanılan ve bazı yaklaşım biçimleri olan, hastasının problemlerinin uzman tarafından teşhis edilmesinde ve tedavi için reçete yazılması veya ilaç verilmesidir (akt. Raabe, 1999: 29).

Psikoterapik “kurgu”, “sağlıklı” terapist, karşı tarafta ise “rahatsız” hasta durumu ortaya bir hâkimiyet ve bağımlılık yapısı koymaktadır; felsefi terapi ise bu kurgunun tam olarak karşısında durmaktadır. Kendini tanımaya ilişkin bir arayış hastalık değildir ve bu nedenle onu tedavi edecek veya kökünü kazıyacak bir hekime veya terapistte gereksinim duyulmamaktadır. Felsefi terapi, insan olmanın harika bir yoludur ve kişiyi önceden belirlenmiş bir amaca yönlendirmek, bu anlamda bir insansızlaştırma eylemi olarak ifade edilebilmektedir (Mussenbrock, 2013: 239).

Psikolojik danışmanlık, sorun karşısındaki duygusal tepkilerinizi araştırmanın ve kabullenmenin bir yoludur, bu iyi bir başlangıç noktasıdır. Felsefi danışmanlık ise sorununuzun kendisini araştırmanın ve onu kabullenmenin bir yoludur, bu da iyi bir bitiş noktasıdır. İkinci yaklaşım açıkça daha dolaysızdır, karşı karşıya olduğunuz herhangi bir sorunun üstesinden gelme konusuna yoğunlaşmakta, kişisel felsefenizle tutarlı önlemleri bulup almanızı ve öğrendiklerinizi hayatınızda ilerlerken kullanmanızı sağlamaktadır (Marinoff, 2004: 52).

Bir pratik bilgeliğe ait takım çantasında hem psikoterapi hem de felsefe kaynakları yer almaktadır; ama beklenildiği gibi çıkmayabilmektedir. Özellikle hem psikoterapi hem felsefenin esasen en derin noktaları açığa çıkarmakla ilgili olduklarına dair bir yaygın görüş vardır. Felsefe görünürde olanın peçesini kaldırarak dünyanın gerçek yüzünü göstermekte, psikoterapi de genel olarak bilinçaltının ortaya çıkarılmasıdır. Bazı gerçeklerin derinlerde gömülü olduğu ve bazı şeylerin görüldüğü gibi olmadıkları doğru olsa da görünenden daha fazla, sistemli bir şekilde, görünmeyene odaklanmanın da gereği yoktur. Örneğin terapide insanların davranışları için öne sürdükleri sebepler, farkında olmayabilecekleri sebepler hakkındaki tahminlerden daha aydınlatıcıdır (Baggini ve Macaro, 2014: 10).

Mevcut kişisel bir soruna kalıcı, gerçek bir çözüm bulmanın tek yolu, bu sorun üzerinde çalışmak, onu ortadan kaldırmak, bundan dersler çıkarmak ve öğrenilenleri geleceğe uygulamaktır. Felsefi danışmanlığın odak noktası da budur ve felsefi danışmanlık bu özelliğiyle mevcut sayısız terapi türünden ayrılmaktadır (Marinoff, 2004: 49).

Üç ilişkili ilkenin felsefi pratiğinin varlığı için çok önemli olduğu düşünülmektedir, felsefi danışmanlar aynı görüşte olmasalar bile yaygın bir biçimde kabul edilmektedir: (1) Danışan özerktir. (2) Felsefi danışmanlık psikolojik danışmanlıktan farklıdır. (3) Felsefi danışmanlık yaşama ilişkin çıkmazları çözmeye faydalıdır (Amir, 2013: 45). Felsefi danışmanlık, geleneksel psikoterapi gibi daha çok geçmişe odaklanmak yerine, şimdi ve geleceğe bakış üzerine yoğunlaşmaktadır. Psikoterapiyle felsefi danışmanlık arasındaki bir başka fark da felsefi danışmanlığın genellikle daha kısa süreli olmasındadır (Marinoff, 2004: 22).

Psikoloji ve felsefenin uygulamaları, genel zihin süreçleri kapsayan kavramlar, değerler ile standartlar ve özellikle felsefeyi içine alan danışmanlık yaklaşımları (Akılcı Duygusal Terapi, Varoluşçu Psikoloji ve Danışan-Merkezli Terapi) geniş bir alanda örtüşme var olmasına rağmen farklılaşmıştır. Felsefi danışmanlığın ortaya koydukları, danışmanlık uygulamalarının felsefecilerin profesyonel olarak kararlar alması daha ileri aşamaya geçeceğinin göstergesidir (akt. Sivil, 2009: 201).

Felsefi danışmanlık tartışmalı disiplindir. O, bununla birlikte felsefi kendini sorgulamaya (self-investigation) karşı rehberlik, müdahale ve sıklıkla akıl hastalığı uzmanları tarafından tedavi edilen yaşamla ilgili sorunlar olarak ele alınan bireysel uyum sağlama gibi konularda pek çok rekabetçi yaklaşım sunmaktadır. Geleneksel olarak var olan terapilerin sistemleri benzersiz ve farklı şeyler iddia ettiği için tartışmalıdır, test edilmiş uygulamalara göre teorik önermeler büyük ölçüde temellendirilmiştir, herhangi bir eğitim kriteri

tanımlanmamıştır, (yeterlilik ile) potansiyel ve etik olarak sorgulanabilecek olan bazı bağlamları taşımaktadır; bireysel deneyimlerle sınırlı birkaç vaka dışında, deneysel olarak desteklenip doğrulanacak etkililiğe sahip değildir (Mills, 2013: 100).

Sorunlar ve ikilemler hakkında felsefi açıdan düşünmek konusunda yardım isteyen bir kişiyse nispeten felsefi danışmanlık işinize yarayabilmektedir. Psikoterapi gibi felsefi danışmanlıktan da ayrı ayrı bahsetmek yanlış olur. Bazı canlı örnekler terapiyle akrabalık iddiasında bulunurken, bazıları tek başlarına olmakla övünmektedir ama hepsi felsefeyi gerçekleştirmeyi amaçlamaktadır. Bazı felsefi danışmanlar, belirli felsefi teorilere dayanmalarına rağmen, ders vermekten, seminer vermekten veya bir çeşit seküler vaaz vermekten felsefi danışmanlık çok farklıdır. Bu düşünceden faydalanma, ilgileri ortaya çıkarıp geliştirme, değerleri ve kavramsal ağları keşfetme, insanlara davranışlarının sebep ve sonuçlarını açıklamada yardımcı olmayı kapsamaktadır. Felsefi danışmanların psikoterapiden öğrenecekleri şeyler de olabilmektedir: Kişilerarası dinamikleri iyi kullanmalı, şartlara ve vücut diline hassasiyet göstermelidir. Terapi ilişkisi içinde bir kişinin dışarıdaki gerçek dünyada nasıl etkileştiğine dair ipuçları vardır ve bunlardan öğrenilecek çok şey olabilmektedir. İnsanlara değişim konusunda, terapiye bağlı olarak az çok faydalı olabilen, yardım için teknikler vardır. Meraklı, düşünceli insanlar için terapi iki geleneğin en iyi özelliklerinin birlikteliği olabilmektedir (Baggini ve Macaro, 2014: 223-224).

Psikolojik danışma ve psikoterapi ekseninden, danışman doğru tanı koyma becerisine sahip olmalı ve uygun tedavi yöntemini izlemelidir. Felsefi danışmanlıkta, bununla birlikte bu tür genel bir tanısal kategorilendirme, danışanın kendi kendine açıklığa kavuşmuş anlamlandırmalarının aracılığıyla ve felsefi danışmanın yardımı ile iyice irdelenerek anlamalarını sağlamıştır. Danışanların tereddüt ederek anladıkları “felsefi kendi kendine tanı koyma” olarak adlandırdıkları bir sonuçtur. Felsefi danışmanlıkta kelime tanıları, tıbbi algıda kullanılmamaktadır, fakat bu kelimesi kelimesine algıdır: “belirlemek veya doğrulamak, problemin doğası veya nedeni gibi.” Diğer felsefi danışmanlar, çalışmalarında henüz “felsefi kendi kendine tanı koyma” kavramını kullandıkları görünmemektedir; fakat felsefi ve psikolojik danışmanlık arasında açık olarak bu ikiliğin gösterilmesi yararlı olabilmektedir (Schuster, 2013: 126).

Felsefi danışmanlığın terapi olup olmadığı sorusu veya oldukça örtüşmekte olan felsefe ve psikoloji arasında geniş kapsamlı karşılaştırmalar ve çelişkiler üzerinde tartışılması şaşırtıcı değildir. Problemler terapide rahatsızlıklar ve hastalıklar sınıflandırılabilir olarak dikkate alınmamaktadır ve terapide uzmanın bilgisi, hastayı tedavideki uygulamalar için talimatlar için hazır bulundurması, psikolojik bozuklukların oluşturduğu sınıflandırılabilir

rahatsızlıklar ve hastalıkların psikolojide problematik olarak ele alınmadan var olan iki danışmanlık arasında bölünmüş gözükmektedir. Felsefi danışmanlığın terapi olup olmadığı sorusuna verilecek cevap veya tamamıyla yazarların tanımlamalarında veya en azından kullanımlarında, literatürde “terapi” kelimesi çok fazla olması nedeniyle dayanak bulunmamaktadır. Tıpkı zorlu birçok tartışmada olduğu gibi felsefi danışmanlığın terapi olduğu gibi olmadığı da tartışmalıdır (akt. Raabe, 1999: 47).

Felsefi danışmanlık, tıbbi duyularla ilgili olarak profesyonel uzmanlar tarafından akıl sağlığı bozuk olanlarda yapılan incelemelerde, beynin nörobiyolojik hastalıklarında hiçbir şekilde sınıflanmamış/etiketlenmemiş, bazı tedavi kılavuzlarına göre zihnin psikolojik sendromları ve önceden belirlenmiş iyileştirici tedavinin yönetildiği bir terapi değildir. Başka bir ifadeyle, sorunların bazı yaygın olmayan değerlendirmelerine göre felsefi danışmanlık nörobiyolojik hastalıkların teşhislerindeki bilimsel paradigmalardan ve onların önceden belirlenmiş tedavinin dışında meydana gelmektedir. Felsefi danışmanlık, kişilerarası çatışmalar ve ahlaki ikilemler hastalık değildir. Felsefi danışmanlık ne sıra dışı insanları anormal gibi tanımlar ne de sıradan insanlar gibi hasta, zarar görmüş, kötü muamele görmüş veya olağandışı deneyimleri travmatik durumdan sonra devam eden bir süreç olarak tanımlamaktadır. Felsefi danışmanlık, bireysel güce ve şimdiki zamana vurgu yapmaktadır, zayıflık ve geçmiş üzerinde durmamaktadır. Danışanın sözleşmeye bağlı olarak önceden belirlenmiş kısa bir süreye veya danışmanın sınırlı sayıda seanslarına göre talepte bulunmamaktadır. Felsefi danışman amacına ulaşırken semptomatik rahatlamayı dikkate almamaktadır, o iyileştirici olabilmektedir ve açık bir biçimde terapötik etki gösterebilmektedir (akt. Raabe, 2002: 15).

Felsefi danışmanlık, psikolojik kuramlar ve klinik alanında keşiflerden haberdar iken, o bilinçdışı bilinç yapma, yasaklanmış çocukluk dönemi arzularının açığa çıkmasıyla, aktarım veya karşı-aktarım, yansıtma veya içe yansıtma, direnç veya inkâr, gerileme veya bastırma, okunulardan serbest çağrışımlarla (akıl okuma) anlam çıkarma veya sözde akıldışı ve gizili iç ruhsal çatışmalarla ilgili ilişkili değildir. Felsefi danışmanlık, varsayımsal olarak analiz edilememektedir. Felsefi danışman, herhangi bir ekolü veya metodu takip ederek sınırlandırmamaktadır; felsefi soruşturma genellikle psikoterapiden çok daha geniş bir faaliyet alanına sahiptir. Felsefi danışman kendilerini, kendini her şeyi bilen kimi uzmanlar gibi danışanlarda zekâyla ve duygulara sürekli olarak bağlı kalarak durumu değerlendirmemektedir. Bunu yerine, felsefi danışmanlar, danışanlara felsefi yetenekleri ve gelecekte olabilecek sorunları önlemesi ve sorunlardan kaçınması konusunda onlara yardım edecek önerileri öğretmeyi hedeflemektedir (akt. Raabe, 2002:16).

## 5.4. Psikoterapi Olmadan İyileşmeler

### 5.4.1. Kendiliğinden (Spontane) İyileşmeler

İnsanların birbirlerine çok çeşitli şekillerde yardım edebileceği düşünüldüğünde, profesyonel müdahale olmadan da değişimin çok sık yaşanması şaşırtıcı değildir. Ayrıca depresif epizotlar ya da kısa süreli psikotik bozukluk gibi bazı psikopatoloji biçimleri tedavi olsun olmasın oldukça kısa süreli yaşanmaktadır. Bazı durumlarda da sorunu olan birey zamanla ve bilinmeyen nedenlerle iyileşme sergilemektedir (Butcher vd., 2013: 248-249). Bu tür iyileşmelere şu örnekler verilebilir: (1) Yaşam koşulları; örneğin, ağır bağımlı kişilik özellikleri taşıyan biri kendine iyi davranan bir “baba” patron bulduğunda zayıflık ve yalnızlık duyguları azalabilmektedir. (2) Hasta edici ortamdan uzaklaşma; söz gelimi aşırı koruma ve kollama davranışı gösteren bir ana babadan ayrılan ve bağımsız yaşamaya başlayan biri yaşamını anlamlı bulmaya başlamaktadır. Bazen bir tatil ve dinlenme de aynı işlevi görebilmektedir. (3) Çatışmaya yol açan savunmaların daha olgun savunmalarla yer değiştirmesi; örneğin ağır suçluluk duyguları ile dolu bir nevrotik, koruyucu bir otorite grubu içine girdiğinde bu suçluluk duygularından kurtularak rahatlamaktadır. Bazı durumlarda terapistle tek bir görüşme içgörü sağlamaya yeterli olabilmektedir, bu vakalar da kendiliğinden iyileşme örnekleri olarak kabul edilebilir (Tangör, 1997: 33-34).

### 5.4.2. Bazı Yardım Durumlarında İyileşmeler

Bazı yardım durumlarında gerilim hızla azalarak iyileşme sağlanabilmektedir. Örneğin, avukatlar, pratisyenler, öğretmenler, sosyal hizmet uzmanları, yakın arkadaşlar ve dostların yardımları bu yönde etkili olabilmektedir. (1) Plasebo etkide (bk. s. 96) hangi mekanizmayla iyileştirici etki sağladığı tam bilinmemekle birlikte, özellikle hastanın umut beklentisinin bazı kimyasal değişimlere yol açtığı sanılmaktadır. Bu etkide uygulayıcının karizmatik kişiliği ve etkisi de önem taşıyabilmektedir. (2) İlişki özellikleri, terapist ve hasta arasındaki ilişkinin özelliği iyileştirici etki oluşturabilmektedir. Terapist kabul edici, cezalandırmayan, koruyucu vb. bir anlamda idealize edici ebeveyn imgesi gibi burada yeni bir otorite biçimi oluşturmaktadır. (3) Katarsis (boşalma), utanma, çekinme gibi duygular nedeniyle dışa vurulamayan duyguların rahatlıkla dışa vurulabilmesinin getirdiği rahatlama önemli iyileştirici etki sağlamaktadır. Katarsis yalnızca terapilerde değil, bazı dostluk ortamlarında, avukat, öğretmen, din adamı gibi kişilerle de sağlanabilmektedir. (4) Telkin, otorite aracılığıyla verilen bir telkinin iyileştirici etkisi bilinmektedir. Dinamik psikoterapiler dışında telkinin tedavi edici işlevinden yararlanılmaktadır. Bununla birlikte dinamik psikoterapilerde bile verbal (sözlü) olmasa da bazı telkinler



kullanılmaktadır. Örneğin, mimiklerle, baş sallamayla, el ve kol işaretleriyle yapılan geri bildirimlerin tedavi edici etkinliği çok önemli bulunmaktadır. (5) Grup dinamikleri, grup içinde yer alan insanlar üzerinde daima etkin bir güç oluşturmuştur. Ait olma, paylaşma, ortaklık, güven duyma, dayanışma gibi duygular grupla bütünleşmeyle birlikte gittiğinden iyileştirici etki göstermektedir (Tangör, 1997: 34-36).

### 5.4.3. Kendi Kendine Yardım

Profesyonel yardımın dışında insanın kendi psikolojik durumunu iyileştirebilmesi için kullanabileceği birçok yöntem vardır. Kendi duygu ve davranışlarını gözlemleyerek, kendisine acı veren ya da zor duruma düşüren eylem ve durumların türü ile kendisi için yararlı olan türleri belirleyebilmektedir. Kendi güdü ve yeteneklerini çözümleyerek onları edilgen biçimde kabullenme yerine, yaşama etkin biçimde katılma kapasitesini geliştirebilmektedir. İnsanların yüz yüze geldikleri sorunlar çok çeşitlidir ve psikolojik olarak sağlıklı kalmayı sağlayan evrensel rehberler yoktur. Fakat terapistlerin deneyimlerinden birkaç genel önerme çıkarılmıştır: (1) Duygularınızı Kabullenin: Hoş olmayan duygular, birçok durumda normal tepkilerdir. Sıla özlemi duyunca utanmak, kayak yapmayı öğrenirken korkuya kapılmak ya da bizi düş kırıklığına uğratan birine öfkelenmekten utanmak için bir neden yoktur. Bu duygular doğaldır ve bunları inkâr etmektense kabul etmek daha iyidir. Duygular doğrudan ifade edilemediğinde, gerilimi azaltmak için uygun bir yol bulmak yararlı olmaktadır. (2) İncinebileceğiniz Noktaları Bilin: Rahatsızlığın nedenini bulmaya çalışmak, durumu yeni bir bakış açısından görmenizi sağlamaktadır. Durumu yeniden yorumlama da denenebilir. Yapılacak işleri dikkatlice planlama ve tarihlere yayma, son dakikada sıkışma duygusundan kaçınmaya yardımcı olmaktadır. (3) Yeteneklerinizi ve İlgilerinizi Geliştirin: Genelde bir konuyu ne kadar çok bilinirse, o konu ve yaşam o kadar ilgi çekici olmaktadır. Ayrıca, becerileri geliştirmenin kazandırdığı yeterli olma duygusunun, benlik değerini desteklemede önemli bir rolü vardır. (4) Başkalarıyla Olan İlişkilerinizi Geliştirin: Soyutlanma ve yalnızlık duyguları, birçok duygusal bozukluğun özünü oluşturmaktadır. İnsan sosyal varlık olarak başkalarının sağladığı desteğe, rahatlığa ve rahatlatmaya gereksinme duyulmaktadır. (5) Ne Zaman Yardım İsteyeceğinizi Bilin: Bir sorunu denetleme konusunda az yol kat edildiği hissedildiğinde, bir danışman ya da klinik psikologdan, psikiyatrdan ya da eğitilmiş başka bir terapistten profesyonel yardım isteme zamanı gelmiş demektir (Atkinson vd., 2008: 601-603).

## 5.5. Psikoloji-Duygular Sahası ve Felsefi Danışmanlık-Düşünce Sahası Kullanımı

### 5.5.1. Psikoloji ve Duygular Sahası

Duygular, insan yaşantılarının temel taşlarıdır; bu nedenle onlar insanlarla ve doğayla ilişkilerinde zenginlik, anılarını da anlam katmaktadır (Gerring ve Zimbardo, 2016: 370). Duyguların insan olma deneyimi ve başarılı sosyal ilişkiler kurmak için önemli olduğu açıktır (akt. Smith vd., 2003: 389). İnsanların yaşamını düzenleyen, ideal şartlarda en önemli kararları almaya ve yaşamdaki eylemlerine yönlendiren şey duygulardır. Belki, bir mesleğe yakınlık duyulurken öteki ihtimaller sıkıcı bulunmaktadır. Duygular kişinin kiminle yaşayacağını seçmekte ve seçimi veri aldığı anda nerede yaşanılacağını belirlemede önemli bir rol oynamaktadır; arkadaşların kimler olacağını ve onlarla hangi etkinliklere öncelik verileceğini belirlemektedir (Billington, 2011: 128).

1884 yılında W. James, “Duygu nedir?” sorusu ile bir anlamda felsefi bir soru sormuş ama bir asır boyunca bu soru psikolojide yeterince etkili olamamıştır. Aslında felsefi karakterli bu sorunun tarihi, felsefe tarihi kadar eskidir. Dolayısıyla duygu, felsefe ve psikolojinin ortak konusu olmaktadır (Gökalp, 2010: 135). Günümüzün psikologları duyguyu, hisleri, bilişsel süreçleri, fizyolojik uyarılmayı gözle görülebilir ve bireysel olarak önemli görülen bir koşula yanıt olarak gösterilen belli davranışsal tepkileri kapsayan bedensel ve zihinsel farklılaşmaların kompleks bir biçimi olarak tanımlamaktadır (Gerring ve Zimbardo, 2016: 370). N. Frijda’ya göre ise duygular, biyolojik ve bilişsel süreçlerin ortasında yer almaktadır. Korku gibi duygular doğuştan ya da içseldir; bu tür duyguları insanlar, hayvanlarla paylaşmaktadır; öteki tür duygularsa düşüncelerimizin neticesinde meydana gelmektedir, bu nedenle onlar bütünüyle bilişsel kaynaklıdır. Utanma ve gücenme gibi duygular ise kültürel faktörlerle biçimlenmektedir (Atkinson ve Tomley, 2014: 325)

İnsanların, uyarıcıların sağlıklarına karşı iyi veya kötü olduğunu değerlendirebilme becerisi, dört eşsiz özelliği olan duyguların önemli bir işlevidir. (1) Birçok durumun aksine duygular, stereotipik yüz ifadeleri ile ifade edilmektedir; örneğin korkmuş bir ifade (açık bir ağız, kalkık kaşlar) ve beraberinde belirgin fizyolojik tepkiler görülmektedir (korku ile beraber hızlı kalp atışı, hızlı ve kesik nefes alma, terli avuçlar). (2) Duygular istediğimizden daha az kontrol edilebilir ve mantığa karşılık vermemektedir. Örneğin, birisine “sakin ol” veya “kendine hâkim ol” demenin pek bir faydası olmayabilmektedir. (3) Duyguların karar vermek, kişisel ilişkilerin oluşturulması ve hedef belirlemek gibi birçok bilişsel süreç üzerinde etkisi vardır. Bunun sebebi, iki beyne sahip olmamızdır: duyguları düzenleyen limbik sistem denilen daha yaşlı ilkel beyin, diğer adıyla hayvan beyni ile limbik sistemi etkileyebilen ancak tamamen kontrol edilemeyen, daha yeni, gelişmiş ön beyindir. (4) Bazı duygular beyinde yerleşiktir.

Bu nedenle bebeklerin dikkat çekmek için veya temel ihtiyaçlarını ifade etmek için ağlamayı ya da mutluluğu belirtmek, anne babalarıyla sosyal bağlar kurmak için gülümsemeyi öğrenmesine gerek yoktur (akt. Plotnik, 2009: 362).

Frijda temel duyguları, insanın kendini daha kapsamlı bir biçimde tanıması için bir şans olarak görmektedir. Duygulara, onları fark edilmesini sağlayan biyolojik uyarımlar eşlik etmektedir ve bu nedenle insanlar hislerinin daha fazla farkına varmaktadır. Bu durum onları yapılan tercihlere göre bölümlenmesine ve dürüstçe düşünülerek öz farkındalığın derinleşmesine izin vermektedir; O, temel duyguları üzüntü, öfke, utanç, sevinç ve korkuyla sınırlamaktadır. Kıskançlık ve suçluluk vb. duygular ise benzer biyolojik bir kaçınılmazlığa sahip değildir. O, duyguların hangi kurallarla ilişkili olarak işlediğini ifade ederken öngörülebilir biçimde oluşup büyüdüklarini ve ortadan kalktıklarını göstermiştir. Mantık, ruhsal sağlığı koruma amacıyla duyguları barometreye benzer biçimde ölçmektedir. Ona göre: “Duygusal ve mantıklı benliklerimiz birbirinden bağımsız bölümler değildir; tam tersine birbirlerine ilk bakışta görünenden çok daha fazla bağlıdır” (Atkinson ve Tomley, 2014: 325).

Tek başına düşünmenin duyguları meydana getirebildiği hakikati, bilişsel faktörlerin önemine vurgu yapmaktadır. Günümüzdeki bilişsel duygu teorileri S. Schacter ve J. Singer’in 1962 yılında yaptıkları çalışmalarına dayanmaktadır. Onların bilişsel teorisi, olayları yorumlamak gibi bilişsel faktörlerin duygusal hisleri etkileyebildiğini gösteren ilk teoriydi. Düşünme ile bir durumun yorumlanması ya da değerlendirmesi gibi bilişsel duyguları tetikleyebildiği yönündeki onların bulgusu, bugünkü “Duyguların Bilişsel Değerlendirmesi” teorisinin temelini oluşturmaktadır. Bilişsel değerlendirme kuramına göre önce düşünce gelir sonra duygu gelir. Kibir, imrenme veya merhamet hissedilen koşullarda düşünme ya da değerlendirme duygudan önce gelmektedir. Bilinçli düşünce olmadan duygu şöyle açıklanabilir: örneğin doğa yürüyüşüne çıktığımızı ve birden karşınıza bir yılan çıktığını düşünün. Böyle bir durumda bilinçli bir düşünce veya değerlendirme olmadan korku duygusu anında gerçekleşir; esasında “Bu tehlikeli bir yılan, dikkatli olmalıyım!” diye düşünmemize gerek yoktur. Bazı durumlarda; örneğin kişisel ilişkiler, işteki sorunlarla, güzel aile anılarıyla veya korkunç trajedilerle ilgili olan durumlarda düşünceler, duygusal hislerden önce gelmektedir (akt. Plotnik, 2009: 361).

Güncel duygu araştırmalarında kritik soru, duygunun her bir bileşeninin ayrıntılı doğası ve bunların birbirini etkilediği karışık mekanizma ile ilgilidir. Örneğin, soruların bir kısmı bileşenlerin fonksiyonuyla ilgilidir: “Duygular öznel deneyimi nasıl renkli bir hale getirir?”, “Neden fiziksel değişikliklere yol açar?”, “Neden yüzümüzde belirir?”. Soruların diğer bir

kısmı, farklı bileşenlere gösterilen tepkilerin, deneyimlenen duygunun şiddetini nasıl etkilediği ile ilgilidir: “Otonom sinir sistemi tarafından uyarıldığınızda daha mı öfkeli hissedersiniz?”, “Otonom olarak uyarılmasaydınız, öfkeli hissetmeniz mümkün olur muydu?”, “Aynı şekilde, öfkenizin şiddeti, belirli bir düşünceye veya belirli bir yüz ifadesine sahip olmanıza bağlı mıdır?” (Smith vd., 2003: 391). Evrimsel psikologlar duygularla ilgili şu soruları sormaktadır: “Duyguların niyeti nedir?”, “Nasıl kurtulur veya başarırız?” (Atkinson ve Tomley, 2014: 324). Duygunun şiddeti ile ilgili soruların tersine, hangi duygu bileşenlerinin, farklı duyguların farklı hissedilmesinden sorumlu olduğu ile ilgili sorular da mevcuttur. Şiddet soruları ve farklılaşma soruları arasındaki farkı anlamak için otonom uyarılmanın duyguların şiddetini önemli bir şekilde artırdığını; fakat farklı duygular için uyarılma örüntüsünün kabaca aynı olduğu ihtimalini düşünülebilir. Bu durumda, otonom uyarılma duygular arasında ayırım yapamamaktadır (Smith vd., 2003: 391).

Duyguların araştırılması son zamanlarda ciddi beyin lezyonu veya psikiyatrik ve nörolojik bozuklukları olan hastaları inceleyen nörobilimin en çok ilgi gören konularından biri haline gelmiştir. Nörobilimciler canlı beyin içindeki yapıları veya hareketlilikleri tanımlamak için, beyin tarama ve beyin görüntüleme tekniklerinden faydalanmaktadır. Bu durum, duyguların anlaşılmasına yönelik yeni duygusal nörobilimi yaklaşımına katkıda bulunmaktadır (akt. Plotnik, 2009: 361).

Genel olarak kabul edilen şey duyguların davranışları organize edip yönlendirdiği hem duygunun hem de motivasyonun insanın önemli bir özelliği olup onu bir makine olmaktan kurtardığıdır. Böyle bir kabulde bilimsel açıklamaların yetersizliği sebebiyle metafiziğe yönelmenin de etkisi olduğunu ve bu durumda da felsefe ile psikolojinin sahasının çakıştığını görülmektedir. Özetle psikolojide duygu eyleme göre tanımlanmakta, eylemin de ya sosyal çevre ya da içsel durumlar tarafından şekillendirildiği kabul edilerek bunun bilimsel incelemesini yapılmaya çalışılmaktadır. Felsefe de ise duygu ya ahlak alanında zevk, acı, sevinç, üzüntü, heyecan gibi kavramların analizi ile bunun insanın pratik yaşamındaki etkisinin incelenmesinde, ya ruh-beden düalizminde, ruhun tutkuları olarak ya da insan felsefesinde insanın varlık koşullarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Gökalp, 2010: 135-136).

Duygu alanı, felsefenin bize nasıl bir yol gösterme işlevi üstleneceği hakkında iyi bir örnektir. Günümüzde modern psikiyatri, bu alanda sağlam bir bilgiye sahip değildir. Duyguların biyolojik olarak korteks-altı sistemlerle daha fazla ilişkili oldukları bilinmektedir. Duyguların ortak ifadesi “duygu”, ruhsal durum muayenesinde ruh sağlığı uzmanının o anda başvuran kişide tespit ettiği duruma “duygulanım”, danışanın yakın zamanlarda kendisini nasıl hissettiği hakkında ifade ettiklerine ise “duygudurum”, “mizaç” (mood) olarak

adlandırılmaktadır; dikkat daha fazla duygulanım ve duygudurumun niceliksel bozukluklarına ve uygunsuzluklarına çevrilmektedir. Bu alandaki pek çok bozukluk tanımlanmış ve tedavi edilmekte olsa bile psikiyatride pek bilinmeyen ve bilimsel açıdan zayıf bir alanıdır; daha kavramsal düzeyde problemler dahi giderilememiştir, üstelik pek çok bilim insanı tarafından fark bile edilmemiştir. Bu sebeple bu alandaki en sağlam ve sıkı bilimselliğe sahipmiş şekilde görünen biyolojik yaklaşım taraftarları dahi, amaçları neye varmak olursa olsun, bilimsellikten oldukça uzak bir yere doğru sürüklenmektedirler (Göka, 2008: 156-157).

Duygular, bazen zorluk çıkarmalarına ve kontrol altında tutulmalarının gerekliliğine rağmen, mantıklı karar vermeyi engellemedikleri aksine bunun tamamlayıcı bir parçası oldukları artık ortadadır (Baggini ve Macaro, 2014: 220). İnsanların beyin kimyasının doğru işleyişini de kapsayan fiziksel sağlıklarını koruyabilmeleri için kendilerini tıbben tanımaları gerekmektedir. Bu amaçla psikiyatrlar da dâhil olmak üzere doktora başvurmak geçerli bir yöntemdir. Benzer şekilde, insanların duygusal sağlıklarını koruyabilmeleri için kendilerini psikolojik anlamda tanımaları gerekmektedir. Bir bireyin kişiliğini, alışkanlıklarını, seçimlerini, heveslerini, değerlendirmelerini etkileyen ve belirleyen güçleri anlamak kişisel gelişim için gereklidir. Bu süreçte yardımcı olmak için çok sayıda psikolog bulunmaktadır; fakat kişinin tıbben sağlıklı, duygusal olarak kontrollü olduğu halde kafasına takılan bir soruyla ilgili kaygıları varsa ne yapması gerekmektedir? (Marinoff, 2007: 22).

### 5.5.2. Felsefi Danışmanlık-Düşünce Sahası

Hem kendini hem de öteki bütün yetenekleri tasarlayabilecek yetenek, insanda var mıdır? Bu soruya Epiktetos'un yanıtı evettir. İnsanın ihtiyaç duyduğu bu yetenek, düşünebilme yeteneğidir; çünkü bize verileri yetenekler arasında sadece düşünme yeteneği kendisini sınavabilmektedir, ne olduğunu bilebilmektedir, sahip olduğu gücü fark edebilmektedir, karar verebilmektedir ve aynı zamanda diğer yetenekleri deneyebilmektedir (akt. Akdemir, 2016: 112). Parmenides'i bu kadar önemli kılan şey onun, doğa felsefesinde olduğu gibi fiziksel dünyadan değil, "düşünme"nin kendisinden hareket etmesidir. O, gerçeği kavrayabilmenin biricik yolunun salt düşünceden hareket etme olduğunu savunmuştur (Korkman, 2017: 27).

Hegel'e göre "felsefi düşünme" herhangi bir şey üzerinde düşünme olmayıp kavramlar sistemini yapıcı ve yaratıcı biçimde geliştirmeyi ifade etmektedir. Burada düşünme metotlu olarak ilerleyerek objelerin kavramlarını birbirinden türete sonunda "kavramlar zincirini" ortaya koymaktadır. Bu aşamanın son halkası "evren kavramı" dır; diğer tüm kavramlar bunun altında toplanmaktadırlar, bunun içinde yer almaktadırlar, buna bağlıdırlar; bu nedenle de

felsefe, varlığın kendi kendini düşünmesidir. Bunun sonucu olarak felsefi düşünmede dışarıdan gelecek bir araca ihtiyaç yoktur; bu düşünme kendi kendisinden beslenmektedir; kendi kendisini işlemektedir; maddeyi de formu da kendisinde bulmaktadır (Gökberk, 2008: 387).

Heidegger ise düşünmeyi şöyle ifade eder:

Düşünmeye muktedir olarak için, öğrenmenin ne olduğunu öğrenmemiz gerekir. İnsan, eylemini ve eylemeyi terk edişini, her defasında kendisine verilen en asli olana ilişkin teselliye uygun kıldığı sürece öğrenir. Düşünmeyi ancak, kendisi hakkında düşünülmesi gerekene özenle dikkat kesildiğimiz takdirde öğrenebiliriz (Heidegger, 2009: 2).

İnsan düşünen bir varlıktır, düşünme ise her zaman bir şeye ilişkin olarak ortaya çıkmaktadır. Fakat düşünmenin kendine yönelmesi, kendi üzerine adeta kıvrılarak, dönerek kendini araştırması; neyi, nasıl düşündüğünün hesabını vermesi de yine önceden beri insanoğlunun gerçekleştirdiği bir faaliyettir. Bu nedenle hep bir şeyleri düşünen, düşünme eylemini gerçekleştiren insanın bu faaliyet üstüne düşünmesi tam da insana yakışan bir iştir; insani bir faaliyettir. Her insan bu çeşitten bir düşüncü kendi yöneliminin gücü doğrultusunda, öteki bilgiler ile olan bağlantısı oranında gerçekleştirecektir (Çotuksöken, 2012: 15-16).

Duygu alanında günümüzde teorik olarak bilgi düzeyi oldukça ileri olmasına karşın teorik anlamda yoksulluk düşünce alanındadır ve bilişsel gelişimsel yaklaşımın ve bilişsel psikoterapinin sunduklarıyla sınırlıdır. Düşüncenin ne olduğu ve fenomenolojisi hakkındaki bilgi yoksulluğumuzu nörobilimde olan gelişmelere umut bağlayarak ve felsefi bilgiyi küçümseyerek meşrulaştırmaya çalışılmaktadır. Oysa felsefi bilgi etkinliğinin diğer tüm yararlarını ve vazgeçilmezliğini bir kenara bırakılsa bile, felsefe tarihinin bizatihi kendisi, düşüncenin fenomenolojisi hakkında önemli ipuçları sunacaktır (Göka, 2008: 15-16).

Beynin fotoğrafı, zihnin ya da bilincin fotoğrafı değildir. Zihnin bir fotoğrafı yoktur; çünkü fiziksel bir şey değildir. Büyük olasılıkla zihinden kaynaklandıkları ve sadece beyinde yansıma buldukları için isteklerin, niyetlerin, tavırların, inançların, bağlılığın, sadakatsizliğin, düşüncelerin, anlamların, algıların, neşelerin ve üzüntülerin fotoğraflarını çekilememektedir. Zihin, beyinden ortaya çıkmasına rağmen ondan bağımsız özellikleri bulunmaktadır. Beyin durumu kısmen belirleyen kişinin iradesi, yeni bilincinin odak noktasıdır. Bir beyin belirli bölgelerinde aydınlandığını gösteren ve bunun “Samadhi” (Tanrı ile Birleşme)’yi açıkladığını iddia eden bir fotoğraf, bazı dalları ışıklandırılmış bir ağaç fotoğrafı gösterip Noel’i açıkladığını söylemek gibidir. Bu nedenle düşünmeyi sağlayan beyni değil, bilinçtir. Zihin, bilincin yerel kaynağıdır. Düşünce, zihnin ışmasıdır. Işıma enerjisinin fiziksel

formları gibi düşüncenin de çokluk, sıklık, yoğunluk gibi özellikleri vardır. Işıma enerjisinin fiziksel formlarından farklı olarak düşüncenin ayrıca bağlılık, hassasiyet, yargılama gibi özellikleri de bulunmaktadır. Toplamda bilinç, düşünmeyi sağlayan kaynaktır ve aynı zamanda düşünce için sınırsız miktarda besin tüketmektedir. Bazıları ötekilerinden daha zehirli olan her tür besini tüketir: önyargılar, niyetler, tutkular, istekler, esinler, fikirler gibi. Net bir düşünceye sahip olma isteniyorsa zihni olabilecek en sağlıklı besinlerle yani felsefe ile beslenmesi gerekmektedir (Marinoff, 2007: 28).

Psikoterapi esnasında “temelde... anlamaya çalışmakta ve bireysel olarak duygusal güçleri değiştirmektedir.” Felsefi danışmanlar ise kaygı, depresyon ve diğer duygusal durumları tamamıyla ayırarak farkına varırlar, hem mantıksal hem de akla uygundur, yaşamsal durumlarda çeşitli dikkate değer tepkiler vermektedir. Felsefi danışmanlara göre meditasyon bazen yararlı olabilmektedir, tüm olumsuz duygusal durumlar içsel kaynaklı nedenlerden ortaya çıkmaktadır, genellikle ilaç kullanımı veya psikoanalitik yaklaşım/müdahale gerekmektedir; fakat sıklıkla dış kaynaklı nedenler bireysel stres, örneğin düşmanca politik atmosferde aileye ait veya sosyokültürel kısıtlamalar kişi özgürlükleri, yoksulluk, ırkçılık, cinsel ayrımcılık, eşcinsellik korkusu (homofobi), yobazlık ve buna benzer şeyler ortaya çıkabilmektedir, bunun için en uygun felsefi irdeleme, hem yaşamsal stratejiler hem de düzeltici siyasal eylemi belirlemesinin amaçlanmasıdır (akt. Raabe, 2002: 16). Felsefi danışmanlık, düşünce sahası ile ilgilenirken, psikolojik danışmanlık daha ziyade duygular sahası ile ilgilenmektedir (akt. Şimşek, 2014: 71).

## 5.6. Psikoterapi Alanında Yaşanan Sorunlar

Yüksek düzeyli psikolojik danışmanlık ve psikiyatrik tedavi birçok farklı türden kişisel karmaşa konusunda değerli katkılar ve uygulanabilir çözümler sağlayabilmektedir; fakat bu alanların her ikisi de kapsam ve olanak bakımından sınırlıdır ve bu nedenle herkese eksiksiz ya da kalıcı sonuçlar almalarını sağlayamamaktadırlar. Bu metotlardan ilk aşamada önemli yararlar elde etseler dahi sonraki aşamalarda bunlar yeterli olmamaktadır (Marinoff, 2004: 31).

Psikoterapi dünyası hem en temel kuramsal sorunlar hem de uygun terapötik önlemler konusunda dikkat çeken bir uyuşmazlık gösteren birçok ekole bölünmüş durumdadır. Bu yalnızca davranışçı koşullanmanın kaldırılması ve psikoanaliz gibi apriori uyuşmaz felsefi ve bilimsel varsayımlara dayanan tedavi yöntemleri için değil, aynı zamanda Freud’un özgün çalışmalarından esinlenen pek çok derinlik psikolojisi ekolü için de geçerlidir. Özellikle psişenin motive edici güçleri ve psikopatolojinin gelişiminden sorumlu olan faktörler konusunda anlaşmazlık içindedirler. Sonuç olarak, psikoterapi stratejisi ve terapötik

müdahalenin doğasıyla ilgili görüşlerinde farklılık göstermektedir. Bu koşullar altında, terapistin etkinlikleri ve müdahaleleri kaçınılmaz olarak az çok keyfi olmaktadır; çünkü bunlar hem terapistin temel eğitiminden hem de kendi felsefesinden etkilenmektedir (Grof, 2002: 250).

Felsefi danışmanlara giden insanların birçoğu daha önce terapi görmüş olup da sonunda bunu en azından bazı bakımlardan tatmin edici bulmayan kişilerdir. Eğer sorununun kökeni felsefiyse ve gittiği doktor veya psikoterapist bunu fark edemezse, psikolojik veya psikiyatrik tedavi insana zarar verebilmektedir. Kişi kendini dinlemedikleri için veya iyi anlamadıkları için hiç kimsenin sorununun çözümünde yardım edemeyeceğini düşünmeye başlamaktadır sonuçta da umutsuzluk duygusu baş gösterebilmektedir. Uygun olmayan terapi, en azından zamanı boşa harcamakta ve sorunu daha kötü hale de getirebilmektedir (Marinoff, 2004: 23). Psikoterapinin sonuçları keskin ya nötr (etkisiz) ya da olumlu değildir. Bazı danışanlar psikoterapistlerle görüşmelerden zarar da görebilmektedir; bir tahmine göre danışanların %5 ila %10'unda tedavi sırasında kötüleşme görülmektedir (akt. Butcher vd., 2013: 249).

Terapist bir psikolog ise, “Bu insan nasıl işlemekte?”, “Bu yaptığını neden yapmakta?” diye sormaktadır. Terapist, sonuçları kaygı, depresyon vb. olarak görüyor ise sebepleri de bir eşle olumsuz bir ilişki, alkolik ebeveyn vb. olarak aramaktadır. Bu, şeylere bakmanın bilimsel yolu olabilir, ancak bir bireye uygulandığında psikolojik terapi iki büyük sorunla karşılaşmaktadır: (1) Sebep ve Sonuç: Felsefecilerin “post hoc ergo propter hoc” diye adlandırdıkları bir mantık hatasıdır. Eğer bir olay diğerinden önce meydana geldi ise, ilk olay sonrakine sebep olmuştur. Kişinin var olan sıkıntının sebeplerini aramak için geriye bakıp, hayatındaki olayları gözden geçirmek sıkıntısını daha da derinleştirebilmektedir, çünkü olaylar arasında kendisinin göremediği ilişkiler de bulunabilmektedir. Üstelik bellek mükemmel değildir, bu yüzden bazı önemli gerçekler unutulmakta ve birçok ilgisiz ayrıntı hatırlanmaktadır. En iyi ihtimalle, sonunda hedefe varılsa bile, birçok ilgisiz konu ve yanlış yolda bir sürü vakit kaybedilmektedir. (2) Tıbbi Model: Psikiyatrlar ve psikologlar “ruh hastalıklarını” tedavi etmek üzere eğitilmektedir. Tıbbi sorunlar çoğu kez “sendrom” diye adlandırılmaktadır. Bir sürü sendrom gözlenmiş, belgelenmiş, araştırılmış ve anlaşılmıştır. Tıbbi anlamda, bedensel olarak, ters bir şey varsa bile, bir şeye sendrom adının verilmiş olması neden bahsedildiğinin mutlaka bilindiği anlamına gelmemektedir. Bu tür bir yaklaşımı bilimsel saymak konusundaki sorun, bu sözde bozuklukların hiçbir bilimsel ölçüte göre sınanmamış olmalarıdır. Herhangi bir şeyin varlığını, bunu destekleyecek delil olmadan ilan veya kabul etmek felsefecilerin “somutsama(?)” dedikleri şeydir. Psikiyatrlar ve psikologlar, sendrom ve bozuklukları somutsamakta uzmandırlar: Bunları hayallerinde yaratırlar, insanlarda bunların



belirtilerini bulup bu belirtileri hastalığın varlığı konusunda delil saymaktadırlar. Bu gibi belirtileri sınıflandırmanın ne tür bir yararı olursa olsun, bunun çok büyük bir sakıncası da vardır: Sahip olmadığımız yanıtlara sahip olduğumuzu sanmamıza yol açarak, sorgulama güçlerini zayıflatmaktadır (Marinoff, 2004: 41-47).

Heidegger insanın varlığının kurtuluşu yönelik psikoloji ve psikoterapinin yapabileceklerini şöyle ifade eder:

İnsan varlığının kurtuluşu gayesine yönelik olarak psikolojinin ve psikoterapinin kendi başına yapabileceği bir şey yok. Şayet insan daha önce varlıkla arasında farklı bir temel nispet kurmaya muvaffak olamazsa, eğer insan kendiliğinden, tabii bu kendi inisiyatifine bırakılabilirse, varlık ona sarahaten(açıkça) teselli verse de yahut onu sancısızlaştırmak suretiyle dilsizleştirirse de özünü varlığın asli nispetlerine açık tutmak üzere yola çıkmazsa, o zaman ahlak sadece bir ve talep olarak hiçbir şeye muktedir olamaz (Heidegger, 2009: 54).

Yalom psikoterapi alanında yaşanan sorunları şu şekilde ifade eder:

Yeni kuşak psikoterapistlere rehberlik etmek ve ilham vermek bugün son derece sorunlu bir konu, çünkü sahamız bir kriz içinde. Ekonomik güdümlü sağlık-bakım sistemleri psikolojik tedavide köklü bir değişikliği dayatıyor ve psikoterapi artık basitleştirilmek zorunda yani her şeyden öte, ucuz, zorunlu, kısa, yüzeysel ve zayıf olmalı. Gelecek kuşağın etkin psikoterapistlerinin nerede eğitileceği konusunda endişe duyuyorum. Psikiyatri eğitim programlarında olmayacağı kesin. Psikiyatri, psikoterapi sahasını terk etmenin eşiğinde. Genç psikiyatristler psikofarmakolojide uzmanlaşmaya zorlanıyor, çünkü parayı ödeyen üçüncü taraflar artık psikoterapiyi ancak düşük ücretli (başka bir deyişle en az eğitimi almış) pratisyenler tarafından verildiği takdirde karşılıyorlar. Hem dinamik psikoterapi hem de farmakoloji eğitimi almış olan mevcut psikiyatrik klinisyen kuşağının tehlike altındaki türler olduğu kesin görünüyor (Yalom, 2002: 10).

Psikolojik terapiler tahlilden daha öteye gitmemektedir; oraya da varabilmeleri de şüphelidir. Birçoğu oraya da varamamaktadır; çamura saplanmış gibi durmadan duyguları “tasdik etmeye” takılıp kalmaktadırlar. Psikiyatrlar insanı bir sorunu mantıkla incelemekten caydırma eğilimindedirler ve bunun yerine kişiyi çocukluğuna götürmek için duygular üzerine yoğunlaşmaktadırlar. Bu tür bir çalışmayı kişi yıllarca sürdürüp, kendini asla daha iyi hissetmeyebilmektedir (Marinoff, 2004: 59-60).

Psikoterapinin anlatısı diğer anlatı türlerinden farklıdır ve en çok bilimsel anlatıya yakındır. Psikoterapi, bugün için bilimsel yönelimler barındırmakla birlikte, tıbbın ve psikiyatrinin genel bilgi kalitesinden daha düşük bir düzeye sahip bir bilgi yumağıdır. Psikoterapinin bilimsel kalite düşüklüğü, bugün en çok sorunların felsefeleştirilmesiyle,

sözde (kanıtlanmamış) tedavi başarılarına dayanılarak ya da “Psikoterapi sanattır.” gibi açıklamalara sığınarak aşılmaya çalışılmaktadır (Göka, 2008: 77). Psikoterapinin bilimsel kalitesinin artırılması, içinde taşıdığı bilimsel yönelimin güçlenmesiyle ve yöntem bilimsel sorunların aşılmasıyla mümkün olacaktır. Bugün psikoterapi alanı, çok sayıda ekölüyle kaotik bir görünüm arz etmektedir. Bu görünümü bilim lehine değiştirebilmenin yolu, psikoterapi bilimsel yöntem bilgisini tartışmaya, uygulamaya, bilim-dışı yanları tasfiye etmeye istekli olmalı; teori, pratik ve uygulama arasındaki farkları saptamaya çalışmalıdır (Göka, 2008: 80).

Psikoterapiler ve ilaç tedavileri, duygusal sorunların tedavisinde henüz ümit verici olsalar da henüz hiç kimse zihinsel bozukluklar karşısında kesin bir başarı kazanamamıştır. Var olan bazı tedaviler kısmen etkilidir; bazıları ise sadece sınırlı sayıda insana yardımcı olabilmektedir. Gelecekteki başarı, sadece yeni tedavilerin yaratılmasına değil, psikolojik sorunların nedenlerinin daha iyi anlaşılabilmesine de bağlıdır. Eğer bilimciler zihinsel bozuklukların nedenlerini ortaya çıkartabilirlerse, bunların tedavisinde, hatta bunlardan korunmada daha iyi bir noktada olabileceği düşünülebilmektedir (Morris, 2002: 603).

### **5.7. Psikoterapi Yerine Neden Felsefi Danışmanlık?**

Bir şeyin sadece nasıl olduğunu anlayarak nasıl olması gerektiğine dair herhangi bir doğrudan sonuca varılması beklenmemektedir. Bu, insan aklına dair araştırmanın gerçek kısmını ayıran ve değerleri unutan psikolojinin içine düştüğü sıkıntıdır ve bu da zamanla daha belirgin hale gelmektedir. Pozitif psikoloji, psikolojinin zihni bozan şeylere yönelik geleneksel ağırlık noktası ile zihni düzelten şeylere ilgiyle dengelemeye yönelik övgüye değer bir girişimdir. Fakat bunu yapmaya çalışılırken bir şeyin düzgün olmasının ne anlam taşıdığı bilindiği farz edilmektedir. Pozitif psikologlar, insanları neyin mutlu ettiği üzerine birçok araştırma yapmışlardır; fakat mutluluğun hayatta isabetli bir hedef olup olmadığını söyleyememektedirler. Özetle psikoloji, doğru yaşamaya dair savlarını neyin iyi olduğuna dair inançlara dayandırdığı oranda felsefeye ihtiyaç duymaktadır, aksi halde tanım ve kuralı, gerçekleri değerlerle karıştırmaya mahkûmdur. Bir şeyin nasıl olması gerektiğine dair iddia, bu şeyin sadece nasıl olduğunu anlıyorsa, ciddiye alınması beklenmemektedir. Psikolojinin tedavi edici dalı söz konusuysa, bu olan/olması gereken ayırımı daha da önemlidir fakat aynı zamanda daha karmaşıktır. Psikoterapi gerçekler ile değerlerin arasındaki arka planda çalışmaktadır. Pratikte psikoterapi ile felsefe arasında bir gerilim bir de gayeler çatışması olduğu anlamına gelmektedir. Gerilim, felsefenin değerleri mümkün olduğu kadar sorgulamak isterken, terapinin değerlere mümkün olduğu kadar karışmamak istemesidir. Çatışma ise terapinin insanı tam

anlamıyla işler duruma getirmeyi hedeflerken, felsefenin hedefinin gerçeği bulmak olmasından doğmaktadır (Baggini ve Macaro, 2014: 199-201).

Felsefi danışmanlara gelen danışanlar sıklıkla diğer danışmanlık türlerinden tatmin olmayıp gelenlerden oluşmaktadır. Felsefi danışman, düşüncesi karmaşık ve engellenmiş biçimde olan aklından sesler çıkaran bireyler görmektedir. O, daha çok bireysel yaşantıların birçoğu unutulmuş olan ve sıklıkla incelenmemiş (tercihen bilinçdışı) varsayımları, kafa karıştırıcı düşünce ve davranışları, üzüntü verici yolların oluşturduğu değerleri yorumlamaktadır. O, ayrıca bireyin çocukluk dönemine anıları ve deneyimleri hakkında bilgi sahibidir fakat onlar tarafından bireyin düşüncelerinin bunlar tarafından belirlenmediğini farkındadır. O, diyaloglar zinciri aracılığıyla gizli kalmış önyargılarının farkına varması, açığa vurulmamış varsayımlar ve alternatif perspektiflerle sorgulama ile sorunlarda rahatlama, değerler çatışması önlenmesi ile ilgili danışana yardım etmektedir. Fakat onun hedefi, danışanın acil problemlerini basit bir şekilde çözmekle ilgili değildir ve ayrıca danışanı kendi tarafına doğru yönlendirmek değildir. O, ayrıca danışana daha etkili düşünme yollarını öğrenmeyi önerebilmektedir; böylece buna benzer bir problem ortaya çıkarsa danışan onunla kendi başına daha iyi başa çıkabilmektedir (Raabe, 2002: 19).

Psikoterapiden hiç yardım almak istemeyen pek çok insan, düşünceleri ve yaşam felsefeleri ilgili olarak herhangi kişiyle konuşma düşüncesini hem cazip hem de kabul edilebilir bulmaktadır. Meraklı, teorik düşünceye eğilimli, analitik ve fikirlerini açık bir şekilde açıklayabilen insanlar için psikoterapi bir atlama tahtası olsa da olmasa da felsefi danışmanlıktan olabildiğince fayda sağlayabilmektedir. Araştırmacı zihin yapısına sahip olan herkes, filozofların birleştirici amaçları olarak kabul ettikleri, dikkatle gözden geçirilmiş, sorgulanmış bir hayat için hazırdır (Marinoff, 2004: 24). Hangi yaklaşımı seçtiğinize bağlı olarak psikoterapi değerleri, kişinin günlük hayatında ortaya çıkan çıkmazları ve varoluş meselelerini inceleyebileceği bir alan olabilmektedir. Fakat bu meselelerde iyi rehberlik alıp alınmaması büyük oranda terapistte bağlıdır. Kişinin istediği bu türlü bir keşifse terapi kişiyi ancak oraya kadar götürmekte ya da bambaşka bir yöne de götürebilmektedir. O zaman bir de aklın ustalarına başvurulsa, felsefe kişiye daha mı iyi gelir? (Baggini ve Macaro, 2014: 218).

İnsanlara yararı dokunuyorsa, kuramlara bel bağlamakta kendiliğinden gelen bir sakınca yoktur -ne de olsa felsefi danışmanların da yaptıkları budur- ama bunu bilim adına yapmak yanıltıcıdır. Terapi ya da danışmanlık, her şeyden önce bir sanattır. Bunların büyük kısmı, laboratuvar biliminin nesnel dünyasına yerleştirilmek için fazlasıyla özneldir. Ayrıca sırf duygusal, zihinsel, psikolojik -ve hatta felsefi- bir güçlük karşılı karşıya olduğumuz için, sendrom veya hastalık damgası taşımamız mı gerekmektedir? (Marinoff, 2004: 48).

### 5.8. Felsefe, Psikoloji ve Psikiyatri Ortak Çalışması

Ruh sağlığı hizmetlerini yürüten psikiyatristler, klinik psikologlar ve psikolojik danışmanlar hastane ortamında kliniklerde, eğitim ortamında okullarda ve danışma merkezlerinde nerede olursa olsun, psikoterapinin çeşitli teknik ve yöntemlerinden yararlanmaktadır. Psikiyatristler tıp, psikologlar ve danışmanlar psikoloji kökenli uzmanlardır. Uzmanların çeşitli psikoterapi yöntemlerinden yararlanma tercihleri, gördükleri öğrenime, uğraştıkları problemin türlerine ve derecesine, bireye yapacakları yardımın içerik, nitelik ve amacına, çalıştıkları ortam ve kendilerinin mesleki eğitime göre değişmektedir. Bazı durumlarda psikoterapiye eşlik eden ilaç ve sakinleştirici kullanmak, elektroşok ve organik nedenlerle ilgili ameliyat gibi bazı teknik ve yöntemleri, mesleki eğitimleri yönünden yalnız hekim olanlar ve psikiyatristler kullanabilmektedir. Aynı akademik programı izlemiş olanların bile, uygulama ve tercihlerinde aynı psikoterapi yaklaşımlarını ve yöntemlerini uygulayacağı beklenmemektedir (Özguven, 2007: 177-178).

Birçok iyi psikolog oldukça iyi felsefecidir; en iyi felsefeciler de aynı zamanda iyi psikologdurlar (Marinoff, 2004: 53). Nasıl yaşamak gerektiğini düşünmek istiyorsanız felsefe, psikoloji ve psikoterapi, hepsi insanlara bir şeyler sunabilir ve hep beraber daha faydalı olmaktadır. Ne istediğinizi ve neyin mümkün olduğunu, nasıl olduğunuzu ve nasıl olmak istediğinizi, neyin gerçek olduğunu ve neyin daha iyi bir hayat yaşamanızı sağlayacağını, düşünsel kavrayışı ve pratik aklı düşünmelidir. Bu soruların üç farklı disiplinin ihtisas alanlarına bölünmesi düşünsel tarihte bir tür kazadır (Baggini ve Macaro, 2014: 201-202).

Felsefe, psikoloji ve psikiyatri disiplinleri insanın içsel durumunu önemli ölçüde aydınlatır ama bunu çok farklı bakış açılarıyla yapmaktadır. İnsanoğluna yardım etmek söz konusu olduğunda her birinin kendine özgü yöntemleri vardır ve kaygılarınıza ya da hastalıklarınıza bağlı olarak bazen bunlardan biri en uygunu olabilmektedir. En uygun yöntemi bulmanın, yardım arayan kişiye bağlıdır. Bazen yapılacak şey bellidir; örneğin dişiniz ağrıyorsa diş doktoruna gidersiniz, ama hayat kaygıları her zaman bu kadar belirgin olmamaktadır. Eğer kaygı yaşıyorsanız en uygun yardımcının bir psikiyatrist mi, psikolog mu yoksa bir filozof mu; ya da inanılıyorsa bir astrolog mu, aromaterapist mi ya da bir astral yolculuk rehberi mi olduğunu nasıl anlaşılabilir? Bazen bir konu hakkında kime danışması gerektiği önceden bilinmemektedir ve deneme-yanılma yoluna gitmek gerekmektedir. Felsefi açıdan bu kişiyi bir ampirist yapmaktadır; önemli dersleri deneyim ve yaşantı yoluyla öğrenmek gerekmektedir. Fikirleri yardımcı olan bir disiplin bulunursa, büyük ihtimalle ona inanılıp arkadaşlara tavsiye edilmektedir. Felsefi açıdan bu kişiyi bir pragmatist yapmaktadır; bir şeye pratikte işe yaradığı için inanılmaktadır (Marinoff, 2007: 20-21).

Felsefe, psikolojiden asla ayrılamayacak; çünkü felsefe, psikolojik bir aktivitedir. Birçok teorik yenilikler tarafından temsil edilen Aristoteles'den Hegel'e ve Freud'a kadar arzudan meydana gelen büyük doğal gelişme akıldır: akıl, ahlaki öz bilinç (self-consciousness) ilkel zihinsel süreçlerinden daha yeni oluşan ruhtan inşa edilen gelişimsel bir başarı erdemidir. Kant'tan, Fichte'ye ve Hegel'e kadar zekâ, ayırt etme ve sentez oluşturma becerisi, temsiller ve kavramlarda anlamlı bir bütün oluşturma gerektiren sistematik psikolojik organizasyondur. Bu nedenle, örneğin Hegel "ruh"un kendine bütünüyle eklenmiş zirvesine felsefeyi koymaktadır. Böylece felsefi akıl yürütme, değerler felsefesi ve zihinsel faaliyetlerle ilgili olan gelişim süreçleri psikolojik aktivitenin ta kendisidir. Felsefe, sadece insan psikolojisi ve insan olmanın ne anlama geldiğinin doğasıyla ilgilenmemektedir; psikoloji, felsefi soruların içine nüfuz eder hale gelmektedir. Bununla birlikte, danışmanın kişilerarası bağlam içinde, sadece psikolojik fenomenler tartışılmamaktadır, psikolojik süreçler harekete geçmekte ve dolmakta, kendi kendini terapötik yüzleşmede ayrılmaz bir şekilde ortaya çıkarmaktadır. Aslında felsefi danışmanlık felsefi-psikolojik süreçlerin iki veya daha fazla insanın sayısız bilinçli etkileri ve bilinçdışı zihinsel güçler, bilişsel durumlar, duygusal koşullar, öznel ve öznel arası algılar, kanaatler, telkine yatkınlık, yorumlamalar ve çarpıtmalar, açık ve gizli beklentiler, umutlar, korkular, endişe duygusu, hayal kırıklıkları, karmaşalar ve kaygıları bazı destekleyen dinamiklerin içine işlemiş olarak meydana gelmesidir (Mills, 2013: 102).

### **5.9. Felsefi Danışmanlık Danışmanlıkta Alternatif Bir Yaklaşım ve Yaşam Felsefesi Oluşturma**

Davranışlarımızın biyolojik olarak sabitlenmiş kişilik özelliklerinden, edinilen alışkanlıklara, dayatılan şartlara ve güçlü duygulara kadar pek çok sebebi vardır. Ama aynı zamanda mantığınıza, inançlarınıza, ilkelerinize ve görevlerinize, diğer bir deyişle yaşam felsefenize göre davranılmaktadır. Her ne kadar çoğu durumda peşinden gittikleri fikir açık değilse de herkesin bir yaşam felsefesi vardır. Herkes felsefesini gerektiği gibi ifade edememektedir. Önemli olan yaşam felsefenizin işinize yarayıp yaramadığı ya da size zarar verip vermediğidir. Bir doktorun vücudunuzu, psikoloğun ruhunuzu, muhasebecinizin hesaplarınızı ya da tamircinin otomobilinizi incelediği gibi filozoflar da yaşamınızı incelemektedir. Genel fiziksel muayenesini kişi kendi başınıza yapamayacağı gibi, kendi yaşam felsefesini aralıklarla gözden geçirmesi mümkün olmakla beraber tavsiye edilmektedir. Üzeri kapalı fikirler açığa vurulduğunda, bu sorgulanmış yaşamı sürdürmek daha kolay olması beklenir. Bundan sonra kişi kendi yaşam felsefesine tercüman olabilmekte ve bu felsefeye ne kadar uyduğunu ölçebilmektedir. Başkalarıyla kişi kendi yaklaşımlarını kıyaslanabilmekte,

yaklaşımlarını geliştirebilmekte ya da değiştirebilmektedir. Edinilen yeni yaşam tecrübelerine göre kişi kendi felsefesini uyarlayabilmektedir (Marinoff, 2007: 351-352).

Epiktetos, insan ile yaşamı arasındaki ilişkiyi şu cümlesiyle özetlemektedir: “Nasıl bir marangozun malzemesi ağaç ise, heykeltıraşın malzemesi bakır ise yaşamak sonatının malzemesi de kendi yaşamıdır.” (akt. Akdemir, 2016: 111). Kierkegaard, hakikati “çaktırmadan” göstermek için seçtiği bu şiirsel, dolaylı tarz için “varoluş duyurusu” söylemini yaratmıştır. Varoluş duyurusu, olanakların gösterilmesi olup okur bir karar alarak bunları kendi yaşamının gerçekliğine dönüştürmek zorundadır. Filozof, bir tiyatro eseri yazan gibi, yaşama ilişkin çeşitli tutumları çeşitli rollere dağıtabilmektedir. Bu rollerin nasıl oynanacağını okura gösterebilmektedir ve böylece okura alacağı kararlar için bir temel sağlayabilmektedir. Kierkegaard’ın *Ya - Ya Da* eseri tam da böyle bir şeyi; çeşitli yaşam biçimlerinin parçası olmayı ve böylelikle, nasıl yaşamak istediğimize karar vermek için bir temel oluşturmayı amaçlamaktadır (Zimmer, 2008: 148).

Krizler esnasında genellikle insan kendi varlığının sorumluluğunu gerek maddi gerekse de manevi olarak devlet, din, partiler, dernekler gibi dış güvencelere bırakma gereksinimi duymakta, acil yaşamsal problemlerine onların cevap vermesini beklemektedir. Varoluşa bilinçli bir savaşa girmek, ara vermek ve varoluşun alanını tanımak ve orada yaşamak anlamına gelmektedir. Bu biçimde yaşanan varoluş, kendi sınırlarını bilmekte ve her çeşit sınırı ortadan kaldırma girişimine karşılık belirli bir karşı-çizgi çekmektedir. Kendi kendini tanımak gerekmektedir. Sıklıkla ifade edilen kendi kendinin sorumluluğunu alma anlamında, kendi varoluşuna gerçekten de kendine ait bir cevap verebilme ortamını yaratabilmenin ön koşullarından biridir. Kendini tanıma, kişiyi kendi kendini keşfetmeye götürmektedir ve dışarıdan gelen bozucu beslenmeye, kendi kendini yetkilendirme faydasının karşı duran bir öz bilincin gelişmesini sağlamaktadır. Kendini tanıma, insana kendini tutmayı ve kendini olumlama sürecinde kendi sınırlarını tanımayı öğretmektedir (Mussenbrock, 2013: 13).

İnsan varoluşa fırlatılmıştır; ancak, vicdanın ona borcunu hatırlatan çağrısı, insanı pasif kalmayıp varoluşun meydan okumasına kendi tasarımıyla cevap vermeye, yani insan varoluşunu gerçek bir varoluş yapmaya sevk etmektedir. Kararlılık, bu meydan okumayı göğüslemekte yatmaktadır. Heidegger “kararlılık” durumu şöyle ifade etmektedir: “Borçlu olduğun en özgün varlığı ortaya çıkartmaya izin vermek.” Ona göre insan yüzleşmelidir. İnsan ancak ve ancak, zamanın bilincinde olarak yaşadığı, geçmişinin bilincinde, bugününe hâkim olarak ve gelecekteki olanaklarını dikkate alarak yaşadığı takdirde varlıkla bir ilişki, bağımsız bir sahici varoluş sürdürebilmektedir. Man’ın diktasına boyun eğen ise,

geçmişini unuttur ve gündelik “tedarikler” içerisinde kendini kaybetmektedir (Zimmer, 2008: 225).

Çağrılmayan kişi, yaşamının bağlantısız bir çeşit hayal gibi görüldüğünü söylemektedir. Bağlantıyı ya da düğümü atacak olan “çağrı” veya “seslenme”dir. Bunu duyan insan, bağlantısız heyula (korkunç hayal) bir sürecinden, yaşama ve kendine adım atmaktadır. Çağırma ve bunun duyulması insanı eşiğe getirmektedir; fakat eşiğe uzak olan ve bağlantısız heyula sözde bir yaşamda salınmakta olan kişinin gerçek yaşama karşı koyma gücü yoktur. İşte çağrı tam da bu sözünü edilen dayanak işlevini görmek için önemli bir kaldıraçtır. Heyula yaşam çok ağırdır; ancak çağrının kanatları bu ağırlığı hafifletme işlevini üstlenmektedir (Çınar, 2013: 353).

İnsan kendini, ardı arkası bitmeyen farklı ilişkiler, olaylar ve kaygılar içinde bulunmaktadır. İnsan yaşamını devam ettirebilmek için onlarla hesaplaşmalı, onların içinden sıyrılıp çıkmak durumundadır. Bu da insanın aktif, yapıp-eden bir varlık olmasını gerektirmektedir. Ancak insan ilgili bu şekilde bir düşünce, gelenekle insana kadar gelen felsefenin insana ilişkin düşüncesinin tam tersidir. Bu nedenle felsefe uzun dönemler boyunca insanı yalnızca bir bilgi süjesi biçiminde görmüştür (Mengüşoğlu, 2017: 144).

Güzel, tatminkâr bir yaşamın bir sırrı, sihirli formülü, sistemi yoktur. Ama nesiller boyu biriktirilmiş hikmetlerinde, dünyaya gelme ayrıcalığının devredilemez bedeli olarak gelen yaşam dertleriyle başa çıkmada bize yardımcı olabilecek fikir ve pratik bulunmaktadır. Eğer onlar iyi kullanılabilirse bir pratik bilgelik geliştirebilmektedir: bu da kendi adına düşünme ve nasıl yaşayacağına dair daha iyi seçimler yapma becerisidir (Baggini ve Macaro, 2014: 9). İyi zamanlarda herkes kendine pay çıkarmak, kötü zamanlarda ise birilerini suçlamak ister. Kimse iyi zamanları sorgulamamaktadır, kötü zamanlarda herkes filozof kesilmektedir. Bazı kötü zamanların yaşanması kaçınılmaz olduğuna göre, hazırda bir felsefenin olması yararlıdır. Felsefe bir can yeleği ya da can simidi gibi, gemi battığında yüzmeyi sağlamaktadır, iyi zamanların da tadını en iyi şekilde çıkarılmasına yardımcı olmaktadır (Marinoff, 2007: 353).

Kendini ifade etme ve kendini gerçekleştirmeyle ilgili aşırı kaygının gerçek anlamı bozduğu görüşü Frankl’a aittir. O, sıklıkla hedefi şaşırduğunda yalnızca onu atan kişiye geri dönen bumerang örneğini vermektedir; insanoğlu da aynı şekilde yaşamın kendisi için sunduğu anlamı kaçırdığında kendisiyle meşguliyete dönmektedir. Aynı noktayı, ancak kendisi dışındaki bir şeyi göremediğinde kendisini veya içindeki bir şeyi gören insan gözü metaforuyla aydınlatmaktadır (Yalom, 2001: 689).

İnsan olmanın anlamının esas parçası kendimiz için bilinçli kararlar vermek ve seçimler yapmaktır. Kimse, kişiye ne yapacağı konusunda kolay cevaplar verememektedir. Kişiye gerekli olan ve Aristoteles'in ona sunduğu şey, onu kendi seçimlerini yapma sorumluluğundan kurtaran reçeteler değil, daha iyi seçimler yapması için ona bir taslak sunan bir yaşam felsefesidir (Baggini ve Macaro, 2014: 21).

Herkesin bir yaşam felsefesi vardır; fakat çok az insan oturup kafa yorarak en ince noktaları çözebilme ayrıcalığına ve bunun için gerekli olan boş zamana sahiptir. İnsan, felsefesini hayatı yaşarken oluşturma eğilimindedir. Deneyim mükemmel bir öğretmendir ama deneyimler hakkında düşünme de gereklidir. Yaşam içinde insan yolunu oluşturmak için, eleştirel biçimde, modeller arayarak ve her şeyi genel bir görüntü içinde birleştirerek düşünmesi gereklidir. Kendi felsefesini anlama, birçok sorunun ortaya çıkmasını önlemesine, sorunları çözmeye veya kontrol altında tutulmasına yarayabilmektedir; çünkü kişisel felsefe bazen yaşanan sorunların nedeni de olabilir; bu yüzden, insana karşı değil insan için çalışan bir dünya görüşü geliştirmek için, inanılan fikirlerin gözden geçirilmesi gerekmektedir (Marinoff, 2004: 17). İçinde bulunulan şartlar her zaman değiştirilememektedir ama onları algılama biçimi her zaman değiştirebilmektedir. İçinde bulunulan şartları nasıl değerlendirildiği, kişinin kendi yaşam felsefesidir. O, zarar veriyorsa bu pek de iyi değil, ama yararlı hale getirebilmektedir; bir işe yaramıyorsa düzeltip çalışır duruma getirebilmektedir (Marinoff, 2007: 20).

Lahav'ın "dünya görüşü yorumlaması"na göre, yaptığımız her şey, seçimlerimiz, ümitlerimiz, planlarımız, tepkilerimiz, duygularımız, kendimize ve dünyaya dair bir felsefeyi ifade etmektedir. Bu hiçbir şekilde tam ve tutarlı bir yaşam felsefesi olamamaktadır, daha çok nelerin önemli, nelerin hedeflenmeye değer olduğuna, başkalarından ne beklemek gerektiğine dair bir dizi örtülü, belki tartışmalı görüşlerdir. Bu felsefeyi, içinde saklı anlamlarını, yan dallarını keşfetmek ve birtakım varsayımları ortaya çıkarmak suretiyle soruşturarak, günlük sorunlar aydınlatılabilmektedir (akt. Baggini ve Macaro, 2014: 223).

Kişi kendini felsefi olarak keşfetmeye başlanırsa, bunun sonucu olarak yaşamı değişebilmektedir. Bazen bu değişim tedirgin edici olabilmektedir ve değişimi sonuna kadar götürmek için cesaret ve kararlılığa ihtiyaç olmaktadır. Böyle bir felsefi gelişme, felsefi anlamda insanın kendisine güven sağlamaktadır ve onun kendisine sadık kalmasına imkân veren şey budur (Marinoff, 2004: 145). Düşünülebilecek her türlü kavrayışı ve bunlardan sadece biri olan psikolojik kavrayış da dâhil, tutarlı, işe yarar bir yaşama bakış ve yaklaşım tarzı ile bütünleştirmek için ihtiyaç olan asıl şey felsefedir: kişisel bir felsefe (Marinoff, 2004: 47-48).



Kişinin kendi kaygısı için neyin en iyi olduğu da kendine bağlıdır. Eğer kişi Doktor TV tarafından teşhisin koyulmasından memnunsaydı, bu kendisinin bileceği bir iştir; hatta bu durum ilaç endüstrisinin de işine gelmektedir. Ama kişi kendi yaşamını gerçekten önemsiyorsa önemli olayları beklerken ve hazırlanırken biraz kaygı duymaya mecburdur. Bu da bir hastalık değil; bir fırsattır. Bütün bu aldatmaca kişinin kendisine bağlıdır. Eğer kaygı ve hastalık arasındaki farkı ayırt edebilirse, hayatın normal zorluklarıyla baş etmek için ilaçlara ihtiyacı olmayacaktır. Kişinin ilaçlar yerine, bir yaşam felsefesine ihtiyacı vardır. Yaşam, bir hastalık değildir. Bazen kaygı duyulmasına yol açan dertler ve sıkıntılar da hastalık semptomları değildir (Marinoff, 2007: 19).

Marinoff, insanın kendi yaşamını değiştirme sürecini şu şekilde ifade eder:

Önce Prozac ya da Paxil almak istiyorsanız, tercih sizin. “Büyük Soru” ortadan kalkmayacak. Bir gününüzü felsefi düşünceye ayırmadan önce birkaç yıl psikoterapiye ya da yıllarca sürececek bir psikanalize ihtiyaç duyuyorsanız, bu da mümkün, Tabii vaktiniz varsa. “Büyük Soru” bekliyor olacak. Yaşam her zaman sizi değiştirmeye hazırdır. Siz ne zaman yaşamınızı değiştirmeye hazır olacaksınız? (Marinoff, 2007: 33).

### 5.10. Felsefi Danışmanlık Etkililiği

Felsefe, günümüzdeki kötü ününe rağmen yıldırıcı, sıkıcı veya anlaşılmaz olmak zorunda değildir. Bu konuda uzun yıllar boyunca yazılanlar gerçekten ya sıkıcı ya da anlaşılmaz olmuşlardır ama can damarında felsefe hepimizin sorduğu soruları incelemektedir: “İyi bir yaşam nasıl yaşanır?”, “İyi nedir?”, “Yaşamın konusu nedir?”, “Neden buradayım?”, “Neden doğru olanı yapmalıyım?”, “Doğru olan nedir?” gibi sorulara yanıt vermek kolay değildir ve bunlara verilecek kolay yanıtlar da mevcut da değildir. Aksi takdirde hala bu sorulara kafa patlatılıyor olunmazdı. Bu konularda kendiliklerinden aynı sonuçlara ulaşan iki farklı kişi bulunması mümkün değildir. Ancak, bilincine varılsa da varılmasa da birer birer sayılabilir de sayılamasa da herkesin yola çıktığı bir dizi eylem ilkesi vardır. Kişisel bir sorun üzerinde felsefi anlamda derinlemesine çalışıldığında elde edilecek şey hem ve hem de gelecekte kişinin yoluna çıkacak her şeye açık fikirli, derinlemesine yerleşmiş, kalıcı bir bakış yöntemidir. Böyle bir gerçek kafa huzuruna ilaçlarla değil, düşünceyle ulaşılabilmektedir; prozac yerine Platon. Bu, açık ve net düşünmeyi gerektirmektedir, ama kişinin kendisinin üstesinden gelemeyeceği bir şey değildir (Marinoff, 2004: 17-19).

Gittikçe yalnızlaşan insana toplum karşısındaki sorunlarını giderecek çözümler gerekmektedir; bu ihtiyaçları bilim ve felsefe karşılayamadığı zaman en başta “ruh anlayışı” olmak üzere pek çok gizemli yapıyı karşılamayı sürdürecektir (Aksu, 2006: 50).

Felsefe, bilgi üreten bir etkinlik değildir. Özellikle son dönemlerde hâkim olan görüşe göre felsefenin öncelikli hedefi bilgi elde etmek değil, farklı yollarla elde edilen bilgiyi analiz ve eleştiri yoluyla anlaşılır hale getirmektir. Felsefede bu hedefe, mantıksal analiz ve kavramsal düşünme aracılığıyla ulaşılmaya çalışılmaktadır. Geleneksel felsefede daha fazla metafizik yapıların inşa edilmesi hedeflenirken yüzyılımızın başından itibaren felsefede güçlenen eğilim dilsel ve mantıksal analiz vasıtasıyla günlük yaşamda ve bilimde kullanılan kavramların aydınlatılması yönündedir (Bozer, 2009: 24).

Felsefi danışmanlık etkili olabilmek için, psikoterapinin, insanla ilgili duygusal, davranışsal, ahlaki vb. birçok sorun alanına değinmesi gerekmektedir. Felsefi danışmanlık yanlılanacak olsa bile, sistematik ya da sistematik olmayan kapsamlı bir kurama dayandırılarak yol almalıdır. Bu kuramın, uygulamasına izin veren bir dizi araç, teknik ve becerilerinin ve de en önemlisi deneysel olarak da geçerliliğinin ispat edilmesi gerekmektedir (Başara, 2008: 80).

Felsefi danışmanlığın kuramsal alt yapısını oluşturma ve bu yeni disipline kuramsal gerekçeler bulma doğrultusunda çalışmalar yapılmış olmakla beraber felsefi danışmanlığın etkisini ve başarısını ölçen deneysel çalışmalar oldukça azdır. Buna yönelik olarak yalnızca Lahav'ın 2001 tarihli çalışması bulunmaktadır. Dolayısıyla, ortaya çıkışından beri yaklaşık 35 yıl geçmiş olan bu alanın etkilerini deneysel olarak gösterebileceği çalışmaların yapılması gerekmektedir (akt. Altunbaşak, 2015: 88).

Felsefenin yararlı fikirlerinin, sıradan insan yaşamının somut problemlerine uygulanması yoluyla kişiler için faydalı sonuçlar doğuracağı temelde iddia etmektedir. Lahav'a göre felsefi danışmanlık, fikirler ve değerler arasındaki ilişkilerin araştırılması olarak, kişilerin farkındalık düzeyini artıracaktır. Lydia B. Amir'e göre ise, felsefi uygulama veya danışmanlık, günlük problemleri ve çıkmazları felsefi anlamda ele alma metotlarının bir kümesi olarak, kişilerin daha anlamlı yaşamalarını sağlayacağı düşünülebilir. Bu aşamada, felsefi danışmanlığın ne olduğunun ve ne yapmayı hedeflediğinin betimlemesi gerekmektedir (akt. Başara, 2008: 28).

Felsefi danışmalar arasında ortak ilkelere biri, yaşam çıkmazlarını çözmeye felsefi danışmanlığın etkililiğidir. Bununla birlikte felsefi danışmanlar tanı veya terapi, hizmeti sunmadan çalışmalarını sürdürmektedirler, bu ilkenin etkililiği, en azından açık sözlü danışanın örtük/gizli varsayımları, danışanın kişisel çıkmazlarının çözülmeye çalışmaya başladığı zaman ortaya çıkmaktadır. Teorik aşamada, felsefi danışmanlığın etkililiğine ilişkin sorular yükselmiştir ve en iyi biçimde cevaplanmıştır, buna karşın hangi temel dayanaklara sahip olduğu açık değildir (akt. Amir, 2013: 50).

Felsefi danışmanların en başta izledikleri, açık bir biçimde değeri olan bireysel “özerlik” (autonomy), özellikle, danışanın özerkliğinin güçlendirilmesi ile ilgili tartışmalar dikkat çekicidir. Bu nedenden dolayı, bu durum apaçık ortadadır. Felsefeciler tarafından, bu eylemlere geniş bir biçimde katılmaktadır, otonomiye saygı ile sahip çıkarlar ya onların isteğiyle ya da onların eylemleriyle, birey bu nedenler üzerine isteğe veya belirli yolu olan eyleme sahip olarak derinlemesine düşünmektedir. Bu kapsamda felsefi danışmanlık, danışanların isteklerinde ve eylemlerinde nedenler üzerinde daha fazla etkili yansımalar için fırsat sunabilir, bunu izleyen süreçte felsefi danışmanlık bireysel özerliği artırma olanağı sunabilir (Taylor, 2013: 75).

Felsefi danışmanlığın gelişmesi önünde hiçbir şey engelleyici değildir, o ilerlemekte fakat zamanında meslek haline gelmeyeceği varsayabilir. Felsefi danışmanlık mesleği olmasına rağmen uygulama standartları, etik standartları kapsamı, sınıflama tanımlamaları dışında ortak uygulamaların parçası olarak danışmanın bundan yaşamını kazanıp kazanamayacağı gibi sorular olabilmektedir. Soruya verilebilecek “evet” yanıtına inanmak için nedenlerin olduğu görülebilmektedir. Felsefi danışmanlık uygulamaların standartları özellikle, mesleki etik kuralları yaygın olarak kabul edilen şekilde gelişmekte olduğu görülebilmektedir. Gelecek tahmini olması dışında felsefi danışmanlık fazlasıyla hazırdır (Davis, 2013: 248-249).

## ALTINCI BÖLÜM

### TÜRKİYE'DE FELSEFİ DANIŞMANLIK ALANINDA YAPILAN ÇALIŞMALAR

#### 6.1. Web Sayfaları

“Felsefi danışmanlık alanının ortaya çıkışı, çalışma alanları, amaçları, işlevleri, felsefeyle terapi aşamaları sorunu tanımlamak duygulara eğilmek analiz etmek derin düşünmek dengeye ulaşmak<sup>6</sup>”, “Felsefi danışmanlar kimdir?”, “Felsefenin mantığını araştıranlar ne yapar?”, “Felsefi danışmanlığın amaçları nedir?<sup>7</sup>”, gibi konularda okuyucular web sayfaları aracılığıyla bilgilendirilmektedir.

#### 6.2. Forumlar

Felsefi danışmanlık alanı ile ilgili olarak felsefenin yaşamla ilişkisi, ne düzeyde yaşamsal destek verebileceği, felsefenin günlük yaşam sorunlarını çözümünde nasıl bir yöntem izlediği, felsefi danışman veya uygulamalı felsefeci olmak için neler gerektiği gibi konularda forumlar aracılığıyla söyleyişler yapılmaktadır.<sup>8</sup>

#### 6.3. Gazeteler

“İşte İlk Felsefi Danışmanımız” adlı haberde Harun Reşit Sungurlu, felsefi danışmanlığın ne olduğunu, kişilerin ve şirketlerin ne işine yaradığı ile ilgili<sup>9</sup>; felsefeyi kişisel gelişim ve problem çözme tekniği olarak uygulayan Riella Morhayim ile farklı kesimlerden farklı yaşlarda kişilere, hatta kurumlara felsefi danışmanlık veren bir danışman olarak röportajlar yapılmıştır.<sup>10</sup>

Akdeniz Üniversitesi Öğr. Üyesi Prof. Dr. Şahin Filiz tarafından “Felsefi Danışmanlık ve Eğitimdeki Rolü-I<sup>11</sup> ve II<sup>12</sup>” konularında gazetede köşe yazıları yazılmıştır.

“Geleceğin Meslekleri Neler?” adlı haberde Kariyer Sitesi “Secretcv” Genel Müdürü Okan Tütüncü, modern çağın en gözde mesleğinin felsefi danışmanlık olacağını belirtmiştir.<sup>13</sup>

<sup>6</sup><http://www.felsefeyleterapi.com/FelsefiDanismanlik.html> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>7</sup> [http://www.yasamustasiolmak.org/?page\\_id=378](http://www.yasamustasiolmak.org/?page_id=378) (erişim tarihi: 16.03.2019).

<sup>8</sup> <https://forum.memurlar.net/konu/1403723/> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>9</sup> [http://www.milliyet.com.tr/ekler/gazete\\_pazar/990523/haber/hab4.html](http://www.milliyet.com.tr/ekler/gazete_pazar/990523/haber/hab4.html) (erişim tarihi: 03.03.2019).

<sup>10</sup> [http://www.salom.com.tr/arsiv/haber-100777-riella\\_morhayim\\_ile\\_felsefi\\_danismanlik.html](http://www.salom.com.tr/arsiv/haber-100777-riella_morhayim_ile_felsefi_danismanlik.html) (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>11</sup> <https://www.aydinlik.com.tr/felsefi-danismanlik-ve-egitimdeki-rolu-i-sahin-filiz-kose-yazilari-kasim-2017> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>12</sup> <https://www.aydinlik.com.tr/felsefi-danismanlik-ve-egitimdeki-rolu-ii-sahin-filiz-kose-yazilari-aralik-2017> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>13</sup> <https://www.karar.com/turkiye-haberleri/gelecegin-meslekleri-neler-ygs-lys-tercih-rehberi> (erişim tarihi: 01.03.2019).

#### 6.4. Felsefi Danışmanlık Atölyesi

Uzman psikoterapistler tarafından üniversitelerde “Felsefi Danışmanlık Atölyesi” çalışmaları ile sınırlılıklardan, yanılsamalardan ve bağımlılıklardan özgürleşme olanakları sunmaya yönelik uygulama çalışmaları yapılmaktadır.<sup>14</sup>

#### 6.5. Dernek Çalışmaları

“Hasta ve Engelliler ile Yakınları Hakları Derneği” bünyesinde Prof. Dr. Şahin Filiz katkılarıyla “Felsefi Danışmanlık ve Terapi” adı altında toplumu zihinsel ve ruhsal olarak iyileştirmek için hasta ve engellilerle birlikte hasta ya da engelli olmayan kişilerde, insani bilince yönelik olarak farkındalık yaratmak ve bu bilincin tüm alanlarda devamlılığını sağlamak hedefiyle felsefi danışmanlık ve terapi oluşturulma faaliyetleri başlatılmıştır.<sup>15</sup>

#### 6.6. Danışmanlık Kurumları

Türkiye’de bazı danışmanlık kurumları, felsefi danışmanlık hizmeti kapsamında çalışmalar yürütmektedir. Bu kurumlardan ilki çalışmalarının amaçlarını; disiplinler arası iş birliğinin önemini kavrayan bir grup uzmanlarla birlikte psikoterapi ve felsefe terapisinden testlere uzanan geniş bir çerçevede bireysel şifa ve kurumsal eğitim-danışmanlık hizmetlerini birlikte sunduklarını belirtmektedirler. Bu kapsamda bireysel ve grupla danışmanlık hizmetlerinde, psikiyatri, psikoloji ve felsefe alanlarının danışmanlık hizmetlerinin tümünü tek bir çatı altında toplayan bu yapılanmada; ihtiyaç duyulan en doğru çözüme, en kısa süreçte ulaşması amaçladıklarını; kurumsal danışmanlık hizmetlerinde ise kurumlara, ihtiyaçları doğrultusunda seminer, eğitim, sosyal sorumluluk proje ve danışmanlık olarak hizmete sundukları ifade edilmektedir.<sup>16</sup> Başka bir danışmanlık kurumu ise felsefi danışmanlık hizmetlerini “Felsefe Yapma” olarak adlandırmaktadır. Bireysel felsefi danışmanlık hizmetleri kapsamında diğer bir kurum danışman ve danışan, danışanın sıkıntılarına, sorunlarına veya ikilemelerine kaynaklık ettiği düşünülen danışana ait dünya ve hayat görüşünü araştırır, ortaya çıkarır; grup çalışmalarında ise insanın varoluşla yüzleşmesinden kaynaklanan çatışmalar (ölüm, özgürlük, yalnızlık ve anlamsızlık vb.), sorunların çözümü için “Hayatımızı yeniden kurmak!”, yaşamın bize sorduğu felsefi sorulara cevap aranır; kurumsal felsefi danışmanlık hizmetlerinde ilgili kurumun sorun olarak gördüğü alanlar üzerine kurum çalışanları ile yapılan bireysel ve grupla seanslarında kurumun dünya ve hayat görüşü yani

<sup>14</sup> <https://www.konferanstakibi.com/felsefi-danismanlik-atolyesi> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>15</sup> <http://www.heyad.org.tr/haber-prof-dr-Sahin-Filiz-Ile-felsefi-danismanlik-hizmeti-66.html> (erişim tarihi: 02.03.2019).

<sup>16</sup> <http://afkdanismanlik.com/danismanlik/> (erişim tarihi: 02.03.2019).

“kültürü” sorgulanır, gizli kalmış anlayışlar eleştirel olarak ele alınır, kurumun “anlayışlar haritası” ortaya konarak bu haritada sorunların izi sürülür şeklinde belirtmektedir.<sup>17</sup> Diğer bir kurum ise felsefi danışmanlık hizmetlerinde yaşamı anlama ve değerlendirme amacıyla sorunların çözümünde kullanılan deneyimli bir felsefecinin özellikle değerler çatışmasında bir sorunların sebeplerinin bulunması bir çıkmaz durumda yinelendiğinde veya yaşamın beklenilmeyen bir biçimde anlamsızlaştığı durumlarda, bireyin düşünmesine yardımcı kapsar şeklinde ifade etmiştir.<sup>18</sup>

### 6.7. Konferanslar ve Paneller

Felsefi danışmanlık alanıyla ilgili olarak Üsküdar Üniversitesi’nde Prof. Dr. Adnan Ömerustaoğlu tarafından panel ve konferanslar düzenlenmiştir: “Dünya Sorunlarının Çözümü İçin Felsefi Danışmanlık” adlı ilk konferansında felsefi terapi ve danışmanlıkla bireylerin kendini keşfetmesi, sorgulaması ve yeni düşünceler arayışında bulunma, felsefe ile hayatı sorgulama, kişinin kendi hayatında çıkarımlarda bulunmasına yardımcı olması konularını ele almıştır.<sup>19</sup> “Felsefi Danışmanlıkla Zihin Eğitimi Sağlanabilir” adlı ikinci konferansında esas sorunun varoluşsal bir problem olduğu, felsefede tükenmişliğin olmadığı, felsefi danışmanlıktan yararlanılması gerektiği, felsefe dünya sorunları için çözüm üretmesi gerektiği, zihinde mutlu olmanın üretebileceği, felsefi danışmanlığın eğitim programlarında yer alması gerektiği ve felsefi danışmanlık-zihin eğitimi konularını ele almıştır.<sup>20</sup> “Felsefi Danışmanlık Nedir, Ne Değildir?” adlı panelinde ise ön yargıların fark edilmesini sağlaması, ikna süreçlerinde bireyi güçlendirmesi, problemlerin çözümünde farkındalık oluşturmaları ve cevap arayışı insanları felsefeye yönlendirmesi konularını ele almıştır.<sup>21</sup>

### 6.8. Üniversiteler

Türkiye’deki üniversitelerde lisans, yüksek lisans ve doktora programlarında felsefi danışmanlık alanıyla ilgili dersler yer almaktadır; bu alanla ilgili tezli yüksek lisans programı bulunmaktadır; bu konuyla ilgili üç adet yüksek lisans tezi ve bir adet doktora tezi bulunmaktadır. Üsküdar Üniversitesi Felsefe Bölümü lisans programı seçmeli derslerde

<sup>17</sup> <http://cozuminsankaynaklari.com/sayfa/Felsefe-Yapma-Hizmetlerimiz.html> (erişim tarihi: 02.03.2019).

<sup>18</sup> <https://www.dbe.com.tr/Yetiskinveaile/tr/psikoterapi-ve-psikolojik-danismanlik-hizmetleri/felsefi-danismanlik/> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>19</sup> <https://npistanbul.com/tr/haber/1105/dunya-sorunlarinin-cozumu-icin-felsefi-danismanlik> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>20</sup> <https://uskudar.edu.tr/tr/icerik/637/felsefi-danismanlikla-zihin-egitimi-saglanabilir> (erişim tarihi: 01.03.2019).

<sup>21</sup> <https://uskudar.edu.tr/tr/icerik/2622/felsefi-danismanlik-nedir-ne-degildir> (erişim tarihi: 02.03.2019).

“Felsefi Danışmanlık” dersi<sup>22</sup>, Akdeniz Üniversitesi, Tezli ve Tezsiz Yüksek Lisans programında “Felsefi Danışmanlık”, “Felsefi Danışmanlık ve Eğitimi I-II” dersleri; Doktora Programında Felsefi Danışmanlık ve Rehberlik I-II dersleri<sup>23</sup> ve Maltepe Üniversitesi’nde “Felsefi Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans” programı<sup>24</sup> bulunmaktadır. Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü’nde Sevilay Şimşek tarafından hazırlanan “Ortaokul Öğrencilerine Rehberlik Etmede Felsefi Danışmanlığın Rolü” adlı Yüksek Lisans Tezi; Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü’nde Fahri Başara tarafından hazırlanan “Felsefi Danışmanlık Yaklaşımının, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anlayışlarının Genel Mantığı İle Birleştirilip, Birleştirilemeyeceği Sorunu” adlı Yüksek Lisans Tezi; Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü’nde Pınar Güler tarafından hazırlanan “Felsefi Antropoloji Açısından Anlam Sorunu ve Felsefi Danışmanlık” adlı Yüksek Lisans Tezi; Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü’nde İlker Altunbaşak tarafından hazırlanan “Felsefi Danışmanlık ve Nermi Uygur’un Felsefi Söylemi” Doktora Tezi yapılan akademik çalışmalar arasında yer almaktadır.<sup>25</sup>

---

<sup>22</sup> <https://uskudar.edu.tr/itbf/tr/sayfa/felsefe-dersler> (erişim tarihi: 16.03.2019).

<sup>23</sup> <http://sosyalbilim.akdeniz.edu.tr/dersler-katalogu/2018-2019-dersler-katalogu/> (erişim tarihi: 27.06.2019).

<sup>24</sup> <https://www.maltepe.edu.tr/sbe/tr/dersler-115> (erişim tarihi: 16.03.2019).

<sup>25</sup> <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> (erişim tarihi: 16.03.2019).

## SONUÇ

Felsefe, insanı tüm genel özellikleriyle ele alıp inceler, insan yaşamını ilgilendiren her şeyi konusu yapar, yaşamın anlamını meydana getiren sorular üzerinde durur ve bu sorulara yanıt arar. Felsefe insanı ele alırken, insanın yaşadığı toplumun kültürel yansımaları olacaktır fakat bu süreç felsefenin bütün insanlara yönelişine engel teşkil etmemektedir. Felsefe, insan için üst bir düşünmedir, eleştireldir, sorgulamaya dayanır, refleksiftir ve insan yaşamını bütün olarak ele alır. İnsan yaşamında bulanık ve kavranılamayan süreçler ortaya çıktığında düşünme yetilerini kullanarak gerçeği aramaya başlar, kendi yaşamına ve çevreye ilişkin yanıtlar arar dolayısıyla da felsefe yapmaya başlar. Heimsoeth'a göre kişisel, "varoluşsal" bir çaba olan felsefe insana yaşadığı, içine düştüğü, algıladığı, özlediği şeylerin değer kazanmasını ve değerlendirilmesini sağlar. Bu yolla insan asıl olan ruhsal hazlara ulaşır ve kendini daha ileriye götürür (Heimsoeth, 2007: 22).

Felsefe yalnızca düşünme etkinliği olarak ele alındığında kendi değerini tam anlamıyla ortaya koyması mümkün olmayabilir. Aslında düşünme/teori etkinliği de bir anlamda bireyi pratiğe/eyleme yönlendirir, düşünme ve pratik arasında güçlü bir bağ vardır. Felsefede teori/düşünme, eylemden/pratikten önce gelmektedir; pratiğin değerlendirmesi de düşünme ile mümkün olmaktadır fakat felsefe de pratiğin olmadığı süreçlerde felsefenin etkileri de sınırlı hale gelmektedir. İnsan yaşamının düşünme boyutu var olmakla birlikte anlamını, değerini pratik olarak ortaya koymaktadır bu anlamda felsefe de pratikle bağlarını güçlendirmesi gerekmektedir.

Felsefe İlk Çağ'da ruh-beden, benlik, algı, zihinsel süreçler, insan davranışları vb. konulara yanıtlar aramıştır; bu konularla ilgili sorulara günümüzde de psikoloji alanı halen yanıtlar aramaktadır. Psikoloji alanı bağımsız bir alan haline geldikten sonra insan davranışları olarak çalışma alanını belirlemiş, hızla kendi kavramlarını oluşturmuş ve deneysel bir bilim olmuştur. Psikoloji alanının da insan zihnini ve davranışlarını altında yatan mekanizmaları bilimsel olarak açıklama çabaları içerisinde bulunan bu dönemde de devam etmektedir. Felsefe ile psikoloji arasında geçmişten gelen güçlü bağlar mevcuttur ve bu bağı kopartılmamalıdır. Psikoloji araştırmalarında diğer doğa bilimlerindeki alanlardan katkı sağlayarak bilimsel yöntemleri kullanabilir, indirgeyici bir tutum sergileyebilir fakat araştırma konusunun yalnızca insan beyni olmadığı algı, bellek vb. kavramlar olduğu bunların temelinde ise düşünce etkinliklerinin yansımaları olduğunu unutmamalıdır.



Felsefi danışmanlık, kökleri Aristoteles, Platon, Epiküros, Seneca gibi İlk Çağ filozoflarına kadar dayanmaktadır. O dönemde de filozoflar insanlara rehberlik görevini üstlenmişlerdir. Daha sonraki dönemlerde Descartes, Hobbes, Hegel, Heidegger, Sartre, Camus gibi filozoflarda da felsefi danışmanlığın izleri görülebilir. Anti psikiyatri hareketi olarak ortaya çıkan felsefi danışmanlığın G. Achenbach kurucusu olarak kabul edilmektedir. Günümüzde ise felsefe ile birlikte birçok farklı çalışma alanlarından Marinoff, Raabe, Lahav, Amir, Mills, Shlomit C. Shuster, Elliot D. Cohen, Ben Mijuskovic, Roger Padin vb. uzmanlar felsefi danışmanlık alanına katkı sağlamaktadır. Felsefi pratiğin düşünme etkinliğine dayanması, bütüncül bakış açısına sahip olması, insana yeni çıkış alanları ortaya koyması ve insanın günlük yaşamdaki yaşamın anlamı, değer çatışması, kimlik arayışı vb. sorunları çözme konusundaki iyileştirici etkisi felsefi danışmanlığı olanaklı hale getirmektedir. Felsefi danışmanlığın arka planında bütün zenginliğiyle akademik felsefe yer alsa da felsefi danışmanlık, akademik felsefeden farklıdır. Çünkü felsefi danışmanlık felsefenin pratik yönünü bireye, gruba veya kuruma özgü sorunları ele alarak çözümler üretmektedir. Felsefi danışman, danışanın özerkliğine saygı duyarak, onun adına kararlar vermeden, danışanla birlikte felsefi soruşturma yaparak, danışanın kendi yaşamına ilişkin açmazları, çatışmaları ve arayışlarını ele alırlar, olumlu yönde değişim önündeki engelleri aşması için danışana imkân sağlar. Bu süreçte danışan da kendi düşüncelerine ilişkin farkındalık geliştirerek aktif bir rol alır.

Ruh-beden ikilemiyle ilgili devam eden tartışmalarda felsefe dışında diğer alanlar ya doğrudan ya da dolaylı olarak bedeni temel alarak ruhu açıklamaya çalışmışlardır. Bu süreçte psikiyatri temelli ortaya çıkan ruh hastalıklarının sınıflandırılması, insanın anormal olarak toplumsal yaşamda olması gerekenden farklı bir yerde bulunması, ilaçla tedavinin çözüm üretmede salt bir yaklaşım olarak benimsenmesi, psikolojik rahatsızlıkların tümünün hatta yaşama ilişkin sorunlarda bile bu yöntemlerle çözüm aranması insanın kendi yaşamını keşfetmesindeki en büyük engeldir. Psikoterapi duygu odaklı sorunları ele alırken felsefi danışmanlık düşünce odaklı ele almaktadır. Psikoterapi de danışan duyguları kabul eder ve psikoterapistle bağımlılık geliştirebilir. Felsefi danışmanlıkta ise danışanın düşünce alanındaki sorunu fark etmesi, çözüm araması ve danışmanla birlikte danışanın kendi yaşamına ilişkin bir keşfe çıkmasıdır. Psikoterapi olmadan bazen bazı yardım durumunda iyileşmeler bazen kendiliğinden iyileşmeler bazen de bireyin kendi kendine yardımla iyileşmeler olabilmektedir. Bu durum insan yaşamına ilişkin birçok sorunun çözümünün aslında düşünce temelli olduğu, merkezde bireyin yer aldığı ve kendine ilişkin yaşam felsefesi oluşturmasının önemini gerekliliği olarak değerlendirilebilir.

Bireyin kendi öznel algılarına ve yaşantılarına bağlı olarak dünya ile bazen sınırlı bazen de sınırsız etkileşim içinde bulunmaktadır. Bu süreçte dünyaya ve kendi yaşantılarına ilişkin anlamlandırmalarda bulunması, sorular sorması ve eylemler gerçekleştirmesi son derece doğaldır; fakat bazen sosyal ilişkiler, sağlık problemleri, geleceğe ilişkin beklentiler vb. çevresel faktörlere bağlı olarak bu etkileşim sağlıklı bir biçime dönüşebilmektedir. Bunun sonucunda düşünce temelli bireye özgü anlamlandırma sorunları olarak başlayan çözümlenemeyen süreç ileriki dönemlerde stres, kaygı, öfke vb. duygu temelli sorunlara sonrasında da inkâr, çatışma, yabancılaşma vb. süreçlere dönüşmektedir. Sonrasında ise psikiyatrik tanı, bazen çevrenin bazen de bireyin kendisini anormal adlandırması ve ilaç tedavisi ile devam eden genelde de donuk, çevreyle ilişkileri sınırlı birey ya da daha da kötüleşen, yakın çevresinin çaresiz biçimde kabul ettiği akıl hastanelerin de geriye dönüşü olmayan iyileşmeye ilişkin çabaları içeren süreçler meydana gelmektedir. Burada ifade edildiği gibi felsefi danışmanlık süreçlerin en başında ve temelinde yer almaktadır. Birey kendi merkezinden uzaklaştıkça, dünya ile ilgili deneyimlerini anlamlandırmakta zorlanmaya başlamaktadır. Doğası gereği bireyin yaşantısı öznel deneyimler içermektedir fakat asıl olan bu deneyimlere ilişkin kavramsal boyutudur. Bu boyutta ancak felsefe ile geliştirilebilir. Birey kendine ve dünyaya ilişkin bir bakış açısı ve yaşam felsefesi oluşturmadıkça iyi bile olsa sıradanlaşmış yaşantısal uykusundan bir gün uyanacaktır; kendine ve yaşamına ilişkin sorular sormaya, ardında anlamlı yanıtlar aramaya başlayacaktır. Bu nokta da birey, bir felsefi danışmandan yardım alabilir. Felsefi danışman, danışanın kendine ve deneyimlerine ilişkin sorularına, danışanın kendine ilişkin yanıtlar bulmasında yol gösterici olacaktır; danışman bu süreçte görece pasif olabileceği düşünülebilir, asıl aktif olanın danışan olabileceği düşünülebilir; danışanın felsefe alanına ilişkin ilgi ve yaşantıları ne kadar zengin ise danışmanlıkta ilerleme süreci o kadar ivme kazanacaktır. Şu da unutulmamalıdır ki, birey kendi yaşantılarının ve dünyanın merkezinde kendisi bulunmaktadır, kendi yaşamına ve dünya ile ilişkin devamlı sorular sormaktadır, bu sorulara ancak yaşadığı dönemin bağlamında yanıtlar bulabilir, zamanla bu yanıtlar zamanla değişebilir, asıl olan ise bireyin bu sorulara yanıtlar aramaya devam etmesidir. Buna bazen felsefi danışman da eşlik edebilir.

Psikoloji alanının kuruluşundan önceki dönemden kaynaklı olarak güçlü bir felsefi temeli vardır; özellikle Descartes'in ruh-beden etkileşimi ile ilgili görüşleri; Locke, Berkeley, Hume, Mill gibi ampiristlerin tüm bilgilerin deneyimlerden geldiği ve bu bilgiyi insan zihninin nasıl elde ettiğine ilişkin görüşleriyle önemli katkılar sağlamışlardır. Felsefi danışmanlık (ykl. 1981) alanının Psikanalitik (ykl. 1900), Gestaltçılık (ykl. 1912), Davranışçılık (ykl. 1913), Logoterapi (ykl. 1920), Hümanistik Yaklaşım (ykl. 1952), Varoluşçu Analiz (ykl. 1958),

Bilişsel Yaklaşım (ykl. 1967) gibi klasik ekollerden kronolojik olarak daha sonra ortaya çıktığı görülmektedir. Bu psikoloji ekolleri, insan kavramını ele almalarına karşın çalışma alanlarında farklı yönelimleri olmaları, belirli noktalara odaklanmaları nedeniyle psikoterapilerde sağladıkları fayda da sınırlı olmuştur. Bu durumda felsefi danışmanlık alanının ortaya çıkışında da etkili olmuştur, felsefi danışmanlık bu ekollerin sağladığı deneyimlerden de faydalanarak, yeni bir yönelim belirleyerek danışmanlık alanına çok daha etkili bir katkı sağlayabileceği değerlendirilebilir.

Felsefi danışmanlık alanının tarihsel art alanına bakıldığında, felsefi danışmanlığın temelleri İlk Çağ'a kadar dayanmaktadır. Felsefi danışmanlığın psikoloji alanındaki Logoterapi, Gestaltçılık, Hümanistlik Yaklaşım, Varoluşçu Analiz gibi ekollerle daha yoğun bir etkileşim içinde olduğu görülebilir. Frankl'ın Logoterapi adını verdiği bu yaklaşıma göre bireylerin yaşamda "anlam sorununu" temel almaktadır, ona göre "Anlamsız bir hayat boştur ve yaşamı anlamsız gören kişi hastalanır." (akt. Tangör, 1997: 180). Bu yaklaşımda bireylerin uğruna yaşamaya değer bir anlam arayışında oldukları ve vicdan, aşk, estetik bilinç, ruhsal boyutun besinleri olduğunu ifade edilmektedir. Varoluşçu yaklaşım, kökenlerini fenomenoloji ve varoluşçuluk felsefelerinden alır. Fenomenolojik yaklaşıma göre o anda yaşanan gerçektir; birey bu gerçeği bazen yakalayabilir bazen de yakalayamayabilir. Burada psikoterapistin tüm teknik ve pozitif bilgilerine rağmen, bazen sezgileri devreye girer; bu nedenle özne-nesne ayrımının üstesinden gelememektedir. Danışanın öznelliği kendisinde kalır; bu nedenle "gözlemlenen gerçek" daima bir soyutlama sonucu oluşan yorumlarına dayanır. Bu yaklaşımın önemli düşünürlerinden Kirkegaard'a göre insanın dünya -içinde- var olması, gerçekleşmeye doğru giden bir "sorumluluk alma" yoludur. Ona göre insanın dünyada iki özgür davranışı vardır: var olma ve var olmama özgürlüğü. Var olmama durumu "bunaltı" (varoluş kaygısı) doğurur, bu anlamda gerçek ve tam sağlıklı insan olması beklenmemektedir. İnsanın var olma ve var olmama durumlarını görece ardı ardına yaşaması doğal ve kaçınılmazdır (Tangör, 1997: 172-174). Felsefi danışmanlık alanı bir boyutu felsefe ile ilişkili iken diğer boyutu ise danışmanlık ilişkilidir. Bu süreçte yer alan felsefi danışman, felsefe eğitimi almış olmakla birlikte danışmanlık formasyona da sahip olması gerekmektedir. Felsefi danışmanlık uygulamalarında danışan ve danışman ilişkisinde, bireyi temelde iyi olarak ele alan onun potansiyelini ortaya çıkarmayı hedefleyen Hümanistlik Yaklaşım'ın "hasta yerine danışan, koşulsuz kabul, kendini gerçekleştirme" kavramlarından yararlanabilir. Gestalt yaklaşımı, her şeyden önce felsefi sorularla düşünme ve öğrenmeyle ilgilenmekteydi. Onlara göre bir bütün, kendisini oluşturan parçaların toplamından farklı olmaktadır. Örneğin bir grup müzik notasını bir araya koyduğumuzda, bu birleşiminden tek tek notalarda olmayan yeni bir

melodinin ortaya çıkması biçimindedir (Schultz ve Schultz, 2002: 458-459). “Gestalt” kelimesinin Almancada anlamı “biçim, bütünleşme, tamamlama” anlamlarını içermektedir. Bu anlam ise psikoterapi de kişinin bütünleşmesini, yaşamının bitmemiş, bir sonuca ulaşmamış yönlerini anlamlı bir biçimde oluşturup tamamlanmasını ifade eder (Cüceloğlu, 2000: 485). Yukarıda belirtilen açıklamalardan da anlaşılabilir gibi psikoterapi yaklaşımların felsefe ile ilişkilendirilmiş, felsefeyi temel alan çözüm arayışları görülebilir fakat bunlar sınırlılıklar içermektedir; bütüncül bakış açısının ancak felsefenin kendisi yani pratikteki uygulaması felsefi danışmanlık olduğu görülebilir.

Ülkemizde ise felsefi danışmanlık çok yeni bir harekettir (bk. s. 129). Bu alanın etkin bir duruma gelmesi için öncelikle yapılandırılması ile mümkündür. Bu süreçte üniversitelerde felsefe bölümlerinde, ilgili akademisyenlerin alanla ilgili yayınları artırması, felsefi danışmanlık alanıyla ilgi yüksek lisans programlarının çoğaltılması, doktora programlarının açılması sonrasında, lisans eğitiminde teorik ve uygulamaya yönelik derslerin konulması, dernek olarak yapılanmaların oluşması, felsefi danışmanlık mesleğinin icra edilebilmesi için sertifika verilmesine ilişkin kriterlerin belirlenmesi gerekmektedir.

Günümüzde gelişen teknoloji birlikte sınırlar kalkmakta, toplumlar birbirine yakınlaşmakta bununla birlikte bu süreçte bir taraftan yaşantısında olan çokluklara ve onların hızına uyum sağlamaya çalışmakta diğer taraftan insan kendi merkezde görmekte, giderek yalnızlaşmakta, kendi yaşamını anlamlandırma da zorlanmakta, kendi yaşamını sorgulamaya başlamakta, kendi yaşamındaki sorunlara ilişkin yanıtlar aramaktadır. İnsan durumu belirli yönleriyle betimlenirken “Felsefe İle İnsanın İlişkisi” ne durumdadır? Felsefe ile insanlar arasında belirli mesafeler bulunmaktadır. Felsefe bulunduğu akademik duvarların içinden çıkıp insanla arasındaki bu mesafeyi yakınlaştırmak için felsefe pratiğini etkili bir biçimde kullanılmalıdır. Bu kapsamda felsefi danışmanlık, 21. yy.’da felsefenin çözülmesi gereken en önemli, en özgün ve kapsamlı problematiklerinden biridir. Bu yönüyle, felsefe pratiğiyle insanın günlük yaşamındaki sorunlara çözüm üretmede, insanın kendini keşif yolculuğundaki felsefe danışmanlık alanının etkililiğinin ortaya konulması gerekmektedir.

## KAYNAKÇA

- Ajdukiewicz, K. (2007). *Felsefeye Giriş*. (Çev. A. Cevizci). Say Yayınları. İstanbul.
- Akboy, R. ve İkiz, E. (2007). *Psikolojik Danışma ve Rehberlikte Çağdaş Bir Anlayış*. Nobel Yayınları. Ankara.
- Akdemir, M. (2016). *İnsan Felsefesi*. Sentez Yayıncılık. İstanbul.
- Aksu, Ş. (2006). “Tarih ve Ruhsallık: İlkel ve Uygur Toplumlarında Ruh Kavrayışı”. A. Timuçin, C. Dindar ve Y. Ertan (Ed.), *Bilim ve Felsefe Açısından Ruhsallık Bilgileri*. Bulut Yayınları. İstanbul. 50-55.
- Altunbaşak, İ. (2015). *Felsefi Danışmanlık ve Nermi Uygur’un Felsefi Söylemi*. Yayımlanmış Doktora Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Amir, L. B. (2013). “Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling”. Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 45-50.
- Arslan, A. (2009). *Felsefeye Giriş*. Adres Yayınları. Ankara.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R.C., Smith, E., Hoeksema, S. N. ve Bem, D. J. (2008). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. Y. Alogan). Arkadaş Yayınları. Ankara.
- Atkinson, S. ve Tomley, S. (2014). *Psikoloji Kitabı*. (Çev. E. Lakşe). Alfa Yayınları. İstanbul.
- Ayten, A. (2012). *Psikoloji ve Din*. İz Yayınları. İstanbul.
- Baggini, J. ve Macaro, A. (2014). *Psikolog ve Filozof*. (Çev. Ö. Çelik). Pegasus Yayınları. İstanbul.
- Başara, F. (2008). *Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Felsefi Danışmanlık Yaklaşımının, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anlayışlarının Genel Mantığı İle Birleştirilip, Birleştirilemeyeceği Sorunu*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Billington, R. (2011). *Felsefeyi Yaşamak*. (Çev. A. Yılmaz). Ayrıntı Yayınları. İstanbul.
- Bochenski, J. M. (1996). *Felsefeye Düşünmenin Yolları*. (Çev. K. Dinçer). Bilim ve Sanat Yayınları. Ankara.
- Botton, A. D. (2010). *Felsefenin Tesellisi*. (Çev. B. T. Altuğ). Sel Yayıncılık. İstanbul.
- Bozer, F. (2009). *Varoluş ve Bilgi*. Akçağ Yayınları. Ankara.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. (3). Bilim ve Sanat Yayınları. Ankara.
- Buhr, M. ve Kosing, A. (1999). *Bilimsel Felsefe Sözlüğü*. (Çev. V. Bildik). (2). Toplumsal Dönüşüm Yayınları. İstanbul.

- Butcher, J. N., Mineka, S. ve Hooley, J. M. (2013). *Anormal Psikoloji*. (Çev. O. Gündüz). Kaknüs Yayınları. İstanbul.
- Cevizci, A. (2005). *Felsefe Sözlüğü*. (5). Paradigma Yayıncılık. İstanbul.
- Cevizci, A. (2009). *Felsefe Tarihi*. Say Yayınları. İstanbul.
- Cornforth, M. (1997). *Yeni Başlayanlar İçin Felsefe*. (Çev. H. Akyol). Yorum Yayınları. İstanbul.
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan ve Davranışı*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Çınar, A. (2013). *Değerler Felsefesi ve Psikolojisi*. Emin Yayınları. Bursa.
- Çüçen, A. K. (2013). *Felsefeye Giriş*. Sentez Yayıncılık. Ankara.
- Çotuksöken, B. (2012). *Radyoda Felsefe*. Notos Kitap Yayınevi. İstanbul.
- Davis, M. (2013). "Licensing, Philosophical Counselors". Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 238-249.
- Frolov, İ. (1997). *Felsefe Sözlüğü*. (Çev. A. Çalışlar). (2). Cem Yayınevi. İstanbul.
- Geçtan, E. (2007). *Varoluş ve Psikiyatri*. Metis Yayınları. İstanbul.
- Gerring, R. J. & Zimbardo, P.G. (2016). *Psikoloji ve Yaşam*. (Çev. G. Sart). Nobel Yayınları. Ankara.
- Göka, E. (2008). *Felsefe ile Psikiyatri*. Hayat Yayınları. İstanbul.
- Gökalp, N. (2010). *Psikoloji Felsefesi*. Ebabil Yayınları. Ankara.
- Gökberk, M. (2008). *Felsefe Tarihi*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Grof, S. (2002). *Geleceğin Psikolojisi*. (Çev. S. Soner). Ege Meta Yayınları. İzmir.
- Güçlü, A., Uzun, E., Uzun, S. ve Yolsal, Ü. H. (2008). *Felsefe Sözlüğü*. (3). Bilim ve Sanat Yayınları. Ankara.
- Güler, P. (2012). *Felsefi Antropoloji Açısından Anlam Sorunu ve Felsefi Danışmanlık*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güveli, M. (2003). *Psikiyatri Penceresi*. Hayat Yayınları. İstanbul.
- Hançerlioğlu, O. (2012). "Psikoterapi". *Felsefe Ansiklopedisi*. Remzi Kitabevi, İstanbul, 5, 283.
- Heidegger, M. (1995). *Nedir Bu – Felsefe?* (Çev. A. Irgat). Afa Yayınları. İstanbul.
- Heidegger, M. (2009). *Düşünmek Ne Demektir?* (Çev. R. Şentürk). Paradigma Yayınları. İstanbul.
- Heimsoeth, H. (2007). *Felsefenin Temel Disiplinleri*. (Çev. T. Mengüşoğlu). Doğu Batı Yayınları. Ankara.
- Höffe, O. (2005). *Felsefenin Kısa Tarihi*. (Çev. O. N. Aytolu). İnkılap Yayınevi. İstanbul.

- Jaspers, K. (1995). *Felsefe Nedir?* (Çev. İ. Z. Eyuboğlu). Say Yayınları. İstanbul.
- Jones, R. N. (2012). *Danışma Psikolojisi Kuramları*. (Çev. F. Akkoyun). Nobel Akademik Yayıncılık. Ankara.
- Kant, I. (2010). *Yaşamın Anlamı*. (Çev. G. Uyanık ve A. Sarı). Birey Yayıncılık. İstanbul.
- Kaya, B. (2006). "Dünya Görüşleri ve Ruhsallık-1: Normalin ve Anormalin Sınırı (Çizilebilir mi?)." A. Timuçin, C. Dindar ve Y. Ertan (Ed.), *Bilim ve Felsefe Açısından Ruhsallık Bilgileri*. Bulut Yayınları. İstanbul. 183-189.
- Korkman, H. (2017). *Psikolojinin Tarihsel Artalanı*. Akademisyen Kitabevi. Ankara.
- Korshunova, L. (2004). *Felsefe Nedir?* (Çev. V. Erenus). Morpha Kültür Yayınları. İstanbul.
- Kramer, G. P., Bernstein, D. ve Phares, V. (2009). *Klinik Psikoloji*. (Çev. İ. Dağ). Mentis Yayınları. Ankara.
- Kristeva, J. (2007). *Ruhun Yeni Hastalıkları*. (Çev. N. Tatal). Ayrıntı Yayınları. İstanbul.
- Kuçuradi, İ. (1988). *Etik*. Türkiye Felsefe Kurumu Yayınları. Ankara.
- Kuçuradi, İ. (2016). *İnsan ve Değerleri*. Türkiye Felsefe Kurumu Yayınları. Ankara.
- Marinoff, L. (2002). *Philosophical Praticce*. Academic Press. New York.
- Marinoof, L. (2004). *Felsefe Terapisi*. (Çev. E. Sökmen). Gendaş Kültür Yayınları. İstanbul.
- Marinoff, L. (2007). *Felsefe Hayatımızı Nasıl Değiştirir?* (Çev. İ. Erdener). Pegasus Yayınları. İstanbul.
- Mengüşoğlu, T. (2000). *Felsefeye Giriş*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Mengüşoğlu, T. (2017). *İnsan Felsefesi*. Doğu Batı Yayınları. Ankara.
- Mills, J. (2013). "Philosophical Counseling as Psychotherapy". Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 100-102.
- Morgan, C. T. (1998). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. S. Karakaş). Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları. Ankara.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi Anlamak*. (Çev. H. B. Ayvaşık ve M. Sayıl). Türk Psikologlar Derneği Yayınları. Ankara.
- Moseley, A. (2010). *A'dan Z'ye Felsefe*. (Çev. A. Süha). NTV Yayınları. İstanbul.
- Mussenbrock. A. (2013). *Felsefeyle Terapi*. (Çev. N. Ermiş). Büyülüdağ Yayınları. İstanbul.
- Özgüven, İ. E. (2007). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik*. PDREM Yayınları. Ankara.
- Padin, R. (2013). "Defining Philosophical Counseling". Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 18-24.
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. T. Geniş). Kaknüs Yayınları. İstanbul.

- Politzer, G. (1997). *Felsefenin Başlangıç İlkeleri*. (Çev. E. AYTEKİN). Sosyal Yayınlar. İstanbul.
- Roukaya, M. N. (2015). *Psikolojik Danışma ve Rehberliğin Tarihsel ve Karşılaştırmalı Temelleri*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Raabe, P. B. (1999). *Philosophy of Philosophical of Counseling*. Yayımlanmış Doktora Tezi. The University of British Columbia. The Faculty of Graduate Studies (Educational Studies), Vancouver, Kanada.
- Raabe, P. B. (2002). *Issues In Philosophical Counseling*. Greenwood Press. London.
- Savage, P. (1997). "Philosophical Counseling". *Nursing Ethics Dergisi*, 4(1): 40-41.
- Schultz, D. P ve Schultz, S. E. (2002). *Modern Psikoloji Tarihi*. (Çev. Y. Aslay). Kaknüs Yayınları. İstanbul.
- Schuster, S. C. (2013). "On Philosophical Self-Diagnosis and Self-Help: A Clarification of the Non-Clinical Practice of Philosophical Counseling". Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 126.
- Sivil, R. C. (2009). "Understanding Philosophical Counseling". *South African Journal Philosophy Dergisi*, 28(2): 200-201.
- Skirbekk, G. ve Gilje, N. (2006). *Felsefe Tarihi*. (Çev. E. Akbaş ve Ş. Mutlu). Kesit Yayınları. İstanbul.
- Smith, E., Hoeksema, S. N., Frederickson, B. L. ve Loftus, G. R. (2003). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. Ö. Öncül ve D. Ferhatoğlu). Arkadaş Yayınları. Ankara.
- Şimşek, S. (2014). *Ortaokul Öğrencilerine Rehberlik Etmede Felsefi Danışmanlığın Rolü*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Tan, H. ve Baloğlu, M. (2011). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik*. Nobel Yayınları. Ankara.
- Tangör, A. (1997). *Psikoterapiler El Kitabı*. Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları. İzmir.
- Taylor, J. S. (2013). "The Central Value of Philosophical Counseling". Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 72-75.
- Tillmanns, M. V. (2013). "Philosophical Counseling: Understanding the Unique Self and Other Through Dialogic Approach". Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 133-135.
- Timuçin, A. (2005). *Felsefeye Giriş*. Bulut Yayınları. İstanbul.



- Timuçin, A. (2006). “Felsefe ve Ruhsallık: Ruh Kavramının Tarihsel Gelişimi.” A. Timuçin, C. Dindar ve Y. Ertan (Ed.), *Bilim ve Felsefe Açısından Ruhsallık Bilgileri*. Bulut Yayınları. İstanbul. 75.
- Topses, G. (2012). “Rehberlik ve Psikolojik Danışma Kuramlarının Felsefi Temelleri”. *Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi Folklor/Edebiyat Dergisi*, 18(70): 93-95.
- Ünlügedik, S. (2006). Dünya Görüşleri ve Ruhsallık-1: Normalliğin Girdabındaki Anormallik. A. Timuçin, C. Dindar ve Y. Ertan (Ed.), *Bilim ve Felsefe Açısından Ruhsallık Bilgileri*. Bulut Yayınları. İstanbul. 208.
- Weber, A. (1998). *Felsefe Tarihi*. (Çev. H. V. Eralp). Sosyal Yayınlar. İstanbul.
- Yalom, I. D. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi*. (Çev. Z. İ. Babayiğit). Kabalcı Yayınları. İstanbul.
- Yalom, I. D. (2002). *Bağışlanan Terapi*. (Çev. Z. İ. Babayiğit). Kabalcı Yayınları. İstanbul.
- Yıldırım, C. (2004). *Çağdaş Felsefe Sözlüğü*. (2). Doruk Yayıncılık. İstanbul.
- Zimmer, R. (2008). *Felsefe Portalı*. (Çev. L. Uslu). Arkadaş Yayınları. Ankara.
- Zinaich, S. (2013). “Diagnosis, Philosophical Counseling, and Culturally Recognizable Mental Illnesses”. Cohen, E. D. ve Zinaich, S. (Ed.), *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Publishing. Newcastle. 205-206.

## İnternet Kaynakları

- <http://afkdanismanlik.com/danismanlik/> (erişim tarihi: 02.03.2019).
- <https://www.aydinlik.com.tr/felsefi-danismanlik-ve-egitimdeki-rolu-i-sahin-filiz-kose-yazilari-kasim-2017> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <https://www.aydinlik.com.tr/felsefi-danismanlik-ve-egitimdeki-rolu-ii-sahin-filiz-kose-yazilari-aralik-2017> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <http://cozuminsankaynaklari.com/sayfa/Felsefe-Yapma-Hizmetlerimiz.html> (erişim tarihi: 02.03.2019).
- <https://www.dbe.com.tr/Yetiskinveaile/tr/psikoterapi-ve-psikolojik-danismanlik-hizmetleri/felsefi-danismanlik/> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <http://www.felsefeyleterapi.com/FelsefiDanismanlik.html> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <https://forum.memurlar.net/konu/1403723/> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <http://www.heyad.org.tr/haber-prof-dr-SahIn-fIIIz-Ile-felsefI-daniSmanlik-hIzmetI-66.html> (erişim tarihi: 02.03.2019).
- <https://dsm.psychiatryonline.org/pb-assets/dsm/update/DSM5Update2016.pdf#page=7> (erişim tarihi: 04.07.2019)

- <https://www.karar.com/turkiye-haberleri/gelecegin-meslekleri-neler-ygs-lys-tercih-rehberi>  
(erişim tarihi: 01.03.2019).
- <https://www.konferanstakibi.com/felsefi-danismanlik-atolyesi> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <https://www.maltepe.edu.tr/sbe/tr/dersler-115> (erişim tarihi: 16.03.2019).
- [http://www.milliyet.com.tr/ekler/gazete\\_pazar/990523/haber/hab4.html](http://www.milliyet.com.tr/ekler/gazete_pazar/990523/haber/hab4.html) (erişim tarihi: 03.03.2019).
- <https://npistanbul.com/tr/haber/1105/dunya-sorunlarinin-cozumu-icin-felsefi-danismanlik>  
(erişim tarihi: 01.03.2019).
- [http://www.salom.com.tr/arsiv/haber-100777-riella\\_morhayim\\_ile\\_felsefi\\_danismanlik.html](http://www.salom.com.tr/arsiv/haber-100777-riella_morhayim_ile_felsefi_danismanlik.html)  
(erişim tarihi: 01.03.2019).
- <http://sosyalbilim.akdeniz.edu.tr/dersler-katalogu/2018-2019-dersler-katalogu/> (erişim tarihi: 16.03.2019).
- <http://sozluk.gov.tr/> (erişim tarihi: 30.06.2019).
- <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> (erişim tarihi: 16.03.2019).
- <https://uskudar.edu.tr/tr/icerik/637/felsefi-danismanlikla-zihin-egitimi-saglanabilir> (erişim tarihi: 01.03.2019).
- <https://uskudar.edu.tr/tr/icerik/2622/felsefi-danismanlik-nedir-ne-degildir> (erişim tarihi: 02.03.2019).
- <https://uskudar.edu.tr/itbf/tr/sayfa/felsefe-dersler> (erişim tarihi: 16.03.2019).
- [http://www.yasamustasiolmak.org/?page\\_id=378](http://www.yasamustasiolmak.org/?page_id=378) (erişim tarihi: 16.03.2019).

**EK 10- Ö Z G E Ç M İ Ş**

<b>Adı ve SOYADI</b>	Abdullah AKSOY
<b>Doğum Yeri - Tarihi</b>	Kayseri - 17.11.1979
<b>EĞİTİM DURUMU</b>	
<b>Mezun Olduğu Lise</b>	Antalya Çağlayan Lisesi
<b>Ön Lisans Diploması</b>	Anadolu Üniversitesi Adalet Bölümü
<b>Lisans Diploması</b>	Mersin Üniversitesi Psikoloji Bölümü Anadolu Üniversitesi Uluslararası İlişkiler Bölümü
<b>Tez Konusu</b>	Felsefi Danışmanlık: Sorunlar ve Yaklaşımlar
<b>Yabancı Dil</b>	İngilizce
<b>İŞ DENEYİMİ</b>	
<b>Çalıştığı Kurumlar</b>	Bizimev Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi – Ankara 2006 Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi- Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlığı-Burdur (2008-2012) Varsak Şelale İlkokulu-Antalya (2012-2014) USO İlkokulu - Burdur (2014- Devam ediyor)
<b>E-Posta</b>	tilsim1@windowlive.com