

Ergenlik Döneminde Maneviyata Genel Bir Bakış

Sabriye Betül YILMAZ

Milli Eğitim Bakanlığı, sabriyebetulyilmaz@gmail.com, ORCID: 0000-0002-3011-5883

Doç. Dr. Ömer Faruk SÖYLEV

Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi, omerfaruk.soylev@dpu.edu.tr
ORCID:0000-0002-1935-1957

Öz

Ergenlik dönemi fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal olarak karmaşık bir süreci içerir. Bu dönemde önemli deneyimler yaşayan ergenlerin sayısı fazla olmakla birlikte yüksek riskli davranışlarda bulunma oranı da fazladır. Ergenlikteki koruyucu faktörler üzerine yapılan son çalışmalar, stresli yaşam olaylarında bazı ergenlerin iyi durumda olduklarına dikkat çektiler. Bu araştırmalarda koruyucu faktör olarak karşımıza maneviyat kavramı çıkmaktadır. Ergenlik döneminde bireyler maneviyatı keşfederek varoluş nedenlerini ararlar. Aynı zamanda ait olma ve hayatta amaç bulma arzusu duyarlar. Genel olarak ergenlik döneminde bireyler manevi keşiflere girme eğiliminde olurlar bu sebeple ergenlik dönemi ruhsal gelişim için önemli ve hassas bir aşama özelliği taşımaktadır. Mevcut çalışmada ergenlik döneminde maneviyatın önemi üzerinde durulmuştur. Bu bağlamda ilk olarak ilgili alanyazında maneviyat hakkında bilgiler sunulmuş daha sonra ergenlik ve maneviyat ilişkisi kavramsal bir çerçeveye ele alınmış ve ergenlik döneminde yapılan manevi danışmanlık rehberlik çalışmalarıyla ilgili bilgiler verilmiştir. Böylelikle mevcut çalışmada ergenlik döneminde maneviyatı araştırmaya yönelik yapılacak çalışmalara yeni bir bakış kazandırılmak amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: ergenlik, maneviyat, manevi danışmanlık ve rehberlik.

A General View on Spirituality in Adolescence

Abstract

Adolescence contains a complex process as physically, psychological, social and emotional. Although the number of adolescents who have important experiences is high, the risk of engaging in high-risk behaviors is also high. Although the number of adolescents who have important experiences is high, the risk of engaging in high-risk behaviors is also high in this period. Recent studies on protective factors in adolescence have noted that some adolescents fare well during stressful life events. In these studies, the concept of spirituality emerges as a protective factor. During adolescence, individuals discover spirituality and search for reasons for existence. They also desire belonging and purpose in life. In general, individuals tend to engage in spiritual exploration during adolescence, therefore adolescence is an important and sensitive phase of spiritual development. The current study focused on the importance of spirituality during adolescence. In this context, firstly, information about spirituality was presented in the relevant literature, then the relationship between adolescence and spirituality was discussed with a conceptual framework and information was given about spiritual counseling and guidance studies carried out during adolescence. Thus, the current study aimed to provide a new perspective on future studies investigating spirituality during adolescence.

Keywords: adolescence, spirituality, spiritual counseling and guidance.

1. Giriş

İnsanın hayat sürecinde gerçekleşen fiziki ve ruhsal değişim ve gelişimler üzerinde maneviyatın ve sahip olduğu dini öğretilerin etkisi olduğu çeşitli psikiyatri, tıp ve psikoloji çalışmalarında yer almaktadır (Ekşi ve Kaya, 2016).

Ergenlik dönemi özellikleri açısından çocukluk ve yetişkinlikten ayrılarak farklı bir dönemi kapsar, ergenlerle iletişim kurulmak istendiğinde tüm bu farklılıkların göz önünde bulundurulması önemlidir. Ergenlik dönemindeki bireylere yönelik gerçekleştirilen psikolojik danışma faaliyetlerinde kullanılan yaklaşımlar ve kuramlar ile uygulanan teknik ve becerilerin ergenlerin duydukları ihtiyaçlara göre düzenlenmesi gerekmektedir (Lines, 2006).

Ergenlik dönemi, çocukluktan erginliğe geçiş olan yalnızca fiziksel gelişimde değil aynı zamanda sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimde de hızlı bir büyümeyle dinamik değişimin olduğu ve bireyin sağlığını yaşamı boyunca etkileyebilecek olayların gerçekleştiği bir dönemdir (Greydanus ve Patel, 2005). Ergenlik dönemi aynı zamanda değişen bedenleriyle yüzleşen bireylerde duygusal değişikliklere ve strese de neden olabilir. Ergenlikteki fizyolojik değişiklikleri tanımak önemli olmakla birlikte, bu dönemde meydana gelebilecek psikososyal ve duygusal değişiklikleri de kabul etmek önemlidir (Derman, 2008). Tüm bunların yanında ergenlik döneminde risk alma davranışları ve duygusal tepkisellik de artar. Bu genellikle sosyal ve okul ortamındaki değişikliklerle, örneğin ebeveynlerle daha az, akranlarıyla daha fazla zaman geçirmenin yanı sıra özerkliğin artmasıyla da örtüşmektedir (Helfert ve Warschburger, 2013).

Ergenlikte bireylerin hedeflerine yönelik davranışlarında değişiklik olmakla birlikte diğer gelişim dönemleriyle karşılaştırıldığında risk alma davranışı potansiyellerinin yüksek olduğu görülmektedir (Arnett, 1992). Örneğin çocuklara ve yetişkinlere göre; ergenler ve genç yetişkinler günlük yaşamda daha fazla risk almaktadır (Yoldaş ve Demircioğlu, 2019). Bu riskli davranışlar; doğrudan olabildiği gibi dolaylı şekilde de olabilmekle birlikte ergenin sağlığını ve iyi oluşunu etkileyen, potansiyelde olumsuz sonuçlara yol açabilecek davranışlardır (Alikaşifoğlu, 2008). Ergenlik dönemindeki bu riskli davranışlardan bazıları; madde, alkol ve sigara kullanımı, yasa dışı davranışlarda bulunma, riskli araç kullanımı ve maneviyatın eksik olmasıdır (Demirbaş, 2017). Bu davranışların her birinde de, çevresel ve bireysel faktörler etkilidir (Essau, 2004; McComb ve Sabiston, 2010).

Ergenlerin risk alma davranışlarında rol oynayan koruyucu faktörler ise sorunlu davranışlara yönelik bireyin kontrolünü eline almasını sağlamaktadır (Siyez ve Aysan, 2007). Diğer bir ifadeyle koruyucu faktörler; ergenler ve olumlu sağlık sonuçları olasılığının artmasını doğrudan etkileyen koşullar veya değişkenlerdir (Hawkins, Cummins ve Marlatt, 2004). Bu koruyucu faktörlerden bazıları; ergenin olumlu kişilik özelliklerine sahip arkadaş topluluğunun içerisinde bulunması (Greydanus ve Patel, 2005), olumlu benlik saygısı ve başa çıkma esnekliği (Henson vd., 2017), umudun varlığı (Hagen, Myers ve Mackintosh, 2005) ve maneviyattır (Chandy, Blum ve Resnick, 1996).

Günlük yaşamdan bağımsız olarak maneviyat yüksek derecede kişinin gerçek özünü yansıtır (Anand, Jones ve Gill, 2013). Riskli davranışlarda azalmanın kaynağı olan maneviyat aynı zamanda ergenlik döneminin olumlu gelişmesinde önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (King ve Benson, 2006). Maneviyatın olumsuz yaşam koşulları ve psikolojik travma karşısında, ergenin ruh sağlığını koruduğu yapılan araştırmalarda görülmüştür (Pargament vd., 2013). Yüksek öfke ve stres düzeyine sahip olan ergenlik dönemindeki bireylerin, öfke ve stresle başa çıkabilmek için daha çok manevi inanca ve bir takım uygulamalara yöneldikleri düşünülmüştür (Carlozzi vd., 2010). Katolik bir kolejde 17- 22 yaş aralığını kapsayan 136 lisans öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada ise, stresin; depresif belirtileri ve negatif duygulanımı anlamlı bir şekilde yordadığı, duygusal iyi oluş ve manevi bütünlüğün ise herhangi bir yönünü yordamadığı görülmektedir (Powers, Cramer ve Grubka, 2007).

Ergenlerle yapılan bir araştırmada, maneviyatın etkileri üzerine teori geliştiren Smith (2003) manevi deneyimlerin ergenler üzerinde doğrudan olumlu etkileri olabileceği sonucuna ulaşmıştır. Buna ek olarak, pek çok çalışma maneviyatın, ergenlik çağındaki alkol, esrar, sigara ve genel madde bağımlılığı ile olumsuz bir ilişkisi olduğunu ortaya koymuştur (Gmel, vd., 2013). Ergen dönemindeki maneviyatın sonraki dönemlerle özellikle beliren yetişkinlik dönemindeki dindarlık ve dini katılımı

önemli ölçüde ilişkili olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle maneviyat, dini gelişmeyi teşvik edebilir (Gunnoe ve Moore, 2002).

Ergenler üzerinde bu denli olumlu etkiye sahip olan maneviyatın, danışmanlık ve rehberlikte kullanılmasında; çocuklar ve ergenler için doğası gereği herhangi bir teorik bilgiyle bağlantısı yoktur. Ancak çocukları ve ergenleri tedavi etmek için farklı teorik temellere dayanarak uyarlanmıştır (Walker ve Hathaway, 2013). Manevi danışmanlık ve rehberlikte ergenlerin sorunlarına yönelik kullanılan yöntemler çoğunlukla yetişkinlere yönelik çalışmalardan uyarlanmıştır (Boynton, 2011). Ergenlere yönelik geliştirilen tedbirlerin eksikliği ve asgari düzeyde niceliksel ve niteliksel araştırmalar ergenlerin maneviyat anlayışında büyük bir boşluğu açıklamaktadır.

Son yıllarda gelişim psikolojisindeki önemli teorik incelemeler, maneviyatın ergenlik döneminde karakter oluşumunda ve karakterin olumlu gelişimde önemli rol oynadığını da ortaya koymuştur (Pargament vd., 2013). Gençlik gelişimi araştırmacıları; anlam ve bağlanma arayışı, farkındalık, hedef belirleme, kendini aşma kapasitesi gibi kavramların maneviyatla ilişkili kavramlar olduğunu da belirtmektedirler (King ve Benson, 2006).

Bu bağlamda maneviyat, ergenlik dönemi ile son derece ilişkilidir. Buna rağmen ülkemiz alanyazınında bu konu hakkında yapılan sınırlı sayıda çalışmaya rastlanılmıştır. Bu nedenle mevcut çalışmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, bu çalışma ergenlerin maneviyatı üzerine şu anda mevcut olan araştırmalara genel bir bakış kazandırmaya yardımcı olacaktır. Araştırmanın ilerleyen bölümlerinde; maneviyata genel bir bakış, ergenliğin maneviyatla ilişkisi, ergenlik döneminde manevi danışmanlık ve rehberlik, başlıklarıyla geniş bir çerçevede çizilerek bilgi verilecektir.

2. Yöntem

Mevcut çalışmanın yöntemi; nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizidir. Doküman analizinde araştırılması planlanan konular ile ilgili yazılı materyaller sistematik ve titizlikle analiz edilmektedir (Şimşek, 2009). Nitel araştırmalarda kullanılan diğer yöntemlerde olduğu gibi doküman analizinde de araştırılan konu ile ilgili bir anlayışla çerçeve oluşturmak, verilerin incelenmesiyle yorumlanmasını gerektirir (Corbin ve Strauss, 2008). Bu yöntem, alanyazınında farklı araştırma yöntemleriyle beraber kullanılmasının yanında ayrı bir yöntem olarak da kullanılır. Son yıllarda sosyal bilimler alanında doküman analizinin sıkça kullanıldığı görülmektedir (Sak vd., 2021).

3. Literatür

3.1. Maneviyata Genel Bir Bakış

Maneviyatı tanımlamaya yönelik girişimlere ilişkin yakın zamanda yapılan bir inceleme, daha fazla açıklığa doğru yavaş yavaş ilerlemesine rağmen, maneviyat çalışma alanının kafa karışıklığıyla dolu olduğunu göstermektedir (King ve Boyatzis, 2015). Bu karışıklık kısmen başlangıçta eşanlamlı olarak kullanılan ve son zamanlarda hem psikoloji araştırmalarında hem de popüler kültürde birbirinden ayrılmaya başlayan maneviyat ve dindarlık kavramlarına atfedilebilir (Koenig, 2012).

Maneviyat; İngilizcede maneviyat kavramının karşılığı olarak kullanılan spirituality kelimesine karşılık maddi olanın tersi, ruhsal karakter, kilise ya da papaza ait hak ve yetki, cisimsiz olma hali tanımlamaları kullanılmıştır (Düzgüner, 2016). Maneviyatın ayrı bir kavram şeklinde ortaya çıkışı batı toplumunda gerçekleşmesi sebebiyle batıda yaşanan Hristiyanlık bu sürece etki etmiş ve maneviyat Hristiyanlıktan ortaya çıkmıştır (Greenstreet, 1999). Spirituality kelimesinin kökeni Latince spiritualitas kelimesinin sıfat şekli spiritualis ve ya spiritus kelimeleridir (Hill, Pargament ve Hood, 2000). Bu kelimelerin hepsi kuvvet, ruh, enerji, cesaret ve nefes gibi birçok anlamı barındırmaktadır. İbranice'de "ruach" Yunanca 'da ise "pneuma" kelimeleri maneviyatın kökünün dayandığı kelimelerdendir.

Maneviyat kelimesi köken itibari ile Arapça bir kelimedir. Mana ve manevi kelimeleri ile ilişkisi mevcuttur. Türk Dil Kurumu maneviyat kelimesini iki şekilde tanımlamaktadır. Bunlardan ilki "maddi olmayan manevi şeyler" ikincisi ise "inanç, ahlak, erdem vb. değerler bütünü." şeklindedir (TDK,

2022). Maneviyat kelimesi üzerinde uzlaşılacak tek bir tanıma indirgenemeyen, çok yönlü bir kavramdır. Bu nedenle kavramın üzerinde çalışılması zorlaşmış ve psikoloji bilimi açısından bir süre tabu haline gelmiştir (Şahin, Sarıkaya ve Baloğlu, 2017).

King ve arkadaşlarına (2009) göre maneviyat, belirli dini inanç ve uygulamalara bağlılığa yol açabilen (ya da açmayabilen) yaşam, anlam ve aşkın güçler hakkındaki temel soruların kişisel bir keşfidir. Maneviyatı kavramsallaştırmak için yapılan bir girişimde dört bileşenden herhangi birinin maneviyatı karşılayabileceği belirtilmiştir. Bunlar; bireyin maddi dünyanın ötesine geçen bir alanda olan inancı, düşünerek dua etmek veya okumak, entelektüel veya duygusal olarak etkilendiğinin farkında olmak, çoğunlukla beklenilmeyen deneyimlere açık olmaktır (King ve Koenig, 2009).

Maneviyat, bireyin yaşamında amaç bulmasını, ölümü anlamlandırmasını ve hayatının maddi olmayan taraflarını ifade eden kutsal bir deneyimdir (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000). Diğer bir ifadeyle maneviyat; bireyin karşılaştığı zorlu yaşam olaylarına karşı bireyi korumakta olup aynı zamanda tampon görevi görmektedir. Bir diğer tanımda maneviyat; kutsal olanı aramayı kolaylaştırmak için tasarlanmış bir dini kurumlarla bağlantı içerebilen veya içermeyebilen bir anlam oluşturma süreci olarak tanımlanmaktadır (Barkin, Miller ve Lutha, 2015).

Maneviyat genellikle insanların hayatlarında derin bir anlam ve amaç duygusu sağlayan aşkın bir gücü onaylama ve onurlandırma derecesi olarak tanımlanır (Donahue ve Benson, 1995). Bu nedenle, maneviyat mutlaka bir yaratıcıya inanmayı veya belirli bir dini mezhebe bağlı olmayı gerektirmezken, dindarlık böyle bir mezhebe bağlılığı ve belirli dini inanç ve uygulamalara bağlılığı içerir. Ancak bu farklılıklara rağmen maneviyat ve dindarlık oldukça yüksek düzeyde birbiriyle ilişkilidir. Bunları tamamen ayrı yapılar olarak ele almak, maneviyat ve dinin insanların yaşamlarında nasıl deneyimlendiğini doğru bir şekilde yansıtmaz (Zinnbauer ve Pargament, 2013). Bu nedenle, maneviyatın son zamanlardaki kavramsallaştırmaları, yapıyı geleneksel dini mezheplerin hem içinde hem de dışında kutsal arayışını kapsayan daha geniş bir terim olarak görmektedir (Cragun, Hammer ve Nielsen, 2015). Maneviyat daha bireysel olarak inşa edilmiş ve dindarlık daha sosyal olarak oluşturulmuştur (Bucher, 2007).

Yirminci yüzyılın özellikle ikinci yarısında toplumdaki seküler düşüncede meydana gelen artış ve Batı'da yaygın yaşanan Hristiyanlığın dini kurumlar üzerinde oluşturduğu hayal kırıklığı maneviyat kavramının dinden farklı ve olumlu bir anlam kazanmasına neden olmuştur (Hill, Pargament ve Hood, 2000). Hristiyan halkın dinlerine ve din adamlarına duydukları güvenin azalması da maneviyatın farklı anlamlar kazanmasını ve kullanım alanlarının çeşitlenmesini hızlandırmıştır (Zinnbauer vd., 1997). Maneviyatın bireyleri daha anlamlı bir hayat yaşama amacına yönlendirdiği belirtilmektedir (Emmons, 2005).

Maneviyat; hayatımıza motive edici bir güç sağlayarak kendimizi anlamada bize yardımcı olur. Aynı zamanda maneviyat yaşam yolculuğuyla ilişkili diğer insanlar ve doğal dünya ile bağlantılı, kendimizin ötesindeki bir şeye ulaşmak isteği ve umut gibi birçok faktörle ilişkilidir (Cotton vd., 2005). Bu kadar faktörle ilişkili olan maneviyat ile ilgili araştırma yapan teorisyenler sadece insanın büyümesi ve kendini gerçekleştirmesinde maneviyatın rolünü araştırmakla kalmadılar ama aynı zamanda manevi bir bakış açısının eksikliğinin genel olarak ruh sağlığına ve özel olarak depresyona etkisini de sorgulamışlardır (Westgate, 1996). Peterson ve Seligman (2004) maneviyatın ruh sağlığında yadsınmaz evrensel bir rolü olduğunu belirterek maneviyatın önemini belirtmişlerdir.

3.2. Ergenlik ve Maneviyat İlişkisi

Gelişim psikologları ergenlerin yaşamlarında maneviyatın rolünü araştırmaya ilgi göstererek maneviyat ve dindarlığın ergenler için gelişimsel bir faktör olduğunu belirtmişlerdir (Good ve Willoughby, 2008). Bu nedenle ergenlik ile maneviyat arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaların son yıllarda özellikle son on yılda ivme kazandığı görülmektedir. Olumlu gençlik gelişimiyle ilgili birçok önemli ve yeni inceleme, bu alanı merkeze taşımış ve maneviyatı ergenlik gelişiminde yeniden konumlandırmıştır. Bu eğilim muhtemelen olumlu gençlik gelişiminin bilimsel, politik ve toplumsal gibi disiplinler arası alanların birleşiminden kaynaklı olmasıyla da ilişkilidir (Benson ve Pittman, 2001).

Bireyin yaşamında maneviyatın yeniden yapılandığı ve canlılık kazandığı dönem ergenlik dönemidir (Hökelekli, 2017). King ve Boyatzis (2015) benzer şekilde ergenliğin ruhsal ve dini gelişimi incelemek için özellikle önemli bir zaman dilimi olabileceğini belirtmişlerdir. Yaşamın anlamını sorgulayan ergenler, bilişsel olarak soyut terimlerle düşünmeye ve gelecekteki olasılıkları keşfetmeye eğilimlidirler. Bu eğilimdeki ergenler, varoluş nedenlerini aramada, ait olma ve hayatta amaç bulma arzusunda maneviyatı keşfetmektedir (Anand, Jones ve Gill, 2013).

Maneviyat açısından bu denli önemli bir dönem olan ergenlikle ilgili yapılan bazı araştırmalarda ergenlerin maneviyat düzeylerinin zamanla azaldığı görülmüştür (Desmond, Morgan ve Kikuchi, 2010). Fakat bu azalma evrensel olmamakla birlikte ergenlerin yaşları, cinsiyetleri, sosyoekonomik durumları gibi değişkenlere göre farklılık göstermektedir (Ekwonye vd., 2017).

Ergenlik döneminde, bireyler manevi keşiflerle meşgul olma eğilimindedirler ve bu dönemdeki maneviyatın etkileri yaşamları boyunca sürmektedir. Bu nedenle de ergenlik dönemi bireyin ruhsal gelişimi için hassas bir aşamadır. Bu hassasiyete rağmen maneviyat ergenler için daha geri planda kalarak ergenlerin hayatını daha çok popüler durumlar ve arkadaş ortamları etkilemektedir (Good ve Willoughby, 2008). Dindarlık ve maneviyatın ergen sağlığı üzerindeki etkisini inceleyen araştırmada kişiler arası olumlu dini deneyim olarak ele alınan maneviyat, dindarlığa göre depresif belirtilerle daha güçlü bir negatif ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Pearce, Little ve Perez, 2003).

Maneviyat uzun süredir ergenlerde bir dayanıklılık ve koruyuculuk faktörü olarak ileri sürülmektedir. Ergenlerle yapılan bir maneviyat araştırmasında; maneviyat düzeyi yüksek olan ergenlerin daha az riskli davranışta bulunduğu (Cotton vd., 2005) ve daha az zihinsel sağlık sorunları yaşadığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Highland vd., 2022). Yine yapılan araştırmalarda maneviyatın; ergenlik döneminin belirgin özelliklerinden olan duygu durumunun değişken olmasını üzerinde etkili olarak duygusal istikrarı sağladığı (Ekwonye vd., 2017) ve akademik başarıyı olumlu etkilediği (Pehlivan, 2018) sonuçlarına ulaşılmıştır.

Maneviyatın ergenlik döneminde koruyucu işlevi olduğuna yönelik bir diğer kanıt maneviyat ile madde kullanımı arasında negatif ilişki olduğu sonucuna ulaşılan araştırmalardır (Wallace vd., 1997; Hodge, Cardenas ve Montoya, 2001). Daha geniş bir yaşam alanı olan ergenlik döneminde manevi gelişimin artan zihinsel sağlık ve yaşam üzerinde önemli etkileri olabildiği gibi antisosyal davranışların azalmasında da maneviyat etkilidir (Barkin, Miller ve Lutha, 2015). Maneviyatın ergen sağlığı üzerindeki etkisini araştıran çalışmalar ilişkin yapılan bir içerik analizi çalışmasında 43 çalışma incelenmiştir. Çalışmaların çoğunda (%84'ünde) maneviyatın sağlıklı tutum ve davranışlar üzerinde olumlu etkileri olduğu görülmüştür (Rew ve Wong, 2006). Tüm bu çalışmalar maneviyatın ergenler için koruyucu bir faktör olduğunu ortaya çıkarmıştır.

3.3. Ergenlik Döneminde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Manevi danışmanlık ve rehberlik kavramı en yaygın şekliyle Batı'da "pastoral care" veya "pastoral counseling" şeklinde kullanılmaktadır. Papaz, rahip ve din adamlarının kilise dışında yürütmüş olduğu Manevi danışmanlık ve rehberlik faaliyetleri "pastoral care" kavramıyla ifade edilmektedir (Söylev, 2017). "Pastor" sözlükte "kilise, cemaat ve papazın dinsel sorumlusu" anlamlarını kapsamaktadır (Özdoğan, 2006). "Pastoral" kavramının kökenine bakıldığında ise bu kelime, İncil'de bahsedilen "shepherd" yani "çobanlık eden, çoban, önder ve rehberlik eden" anlamına gelen kelimeye dayanmaktadır. Burada ise "shepherd" kelimesi ile kastedilen Hz. İsa'nın yaptığı danışma ve rehberliktir (Uğurlu ve Ege, 2018). "Care" teriminin Türkçe'de birebir karşılığı bulunmamaktadır. Kelimenin "bir kişiyi sevme sebebiyle onunla ilgili olup biten her şeyle ilgilenme" anlamı bulunmaktadır (Ok, 2017).

"Counseling" kelimesi, teselli etmek ve tavsiye vermek anlamındadır (Karagül, 2012). Manevi danışmanlığın öncü isimlerinden Clinebell (2011), dini danışmanlığı "papazların bire bir ya da küçük bir grup ilişkisi şeklinde danışanların iç dünyalarına veya ilişkilerindeki problemlerine başa çıkmada yardımcı olarak iyileşmeleri ve kişisel potansiyellerini genişletmeye katkı sağlamaya yönelik yapmış oldukları psiko-teolojik içerikli uygulamalardır" şeklinde açıklamaktadır (Clinebell, 2011).

Manevi danışmanlık ve rehberlik ilk kez Amerikan Psikoloji Derneği (APA) tarafından 1946 yılında pastoral danışmanlık hizmetinin altında bir hizmet olarak gösterilerek kurumsallaşma faaliyeti olarak ilk adım atılmıştır. Manevi danışmanlığın mesleki sınırını belirlemek ve hizmetin kalitesinin artması amacıyla Amerika Dini Danışmanlar Birliği (AAPC) 1963 yılında kurulmuş ve manevi danışmanlık ve rehberlik hizmeti bağımsız bir disiplin haline gelmiştir (Dilan, 2019).

Birçok çocuk, gelişimlerinde maneviyatın ve dinin temel faktörler olduğu ailelerde büyümektedir ve klinik deneyimler, maneviyatın ele alınmasının tedavi sürecine yardımcı olabileceğini göstermektedir. Psikiyatride manevi müdahalelerin dünyevi kanıta dayalı tekniklerle etkili bir şekilde harmanlanması gerekir. Ayrıca, bu tür müdahaleler ergenlere uygulandığında kendine özgü etik, gelişimsel ve ailevi hususlar göz önünde bulundurulmalıdır (Walker ve Hathaway, 2013).

Ergenlik dönemindeki kişilere yapılan manevi danışmanlık ve rehberlik çalışmalarının sonucunda birçok araştırmada benzerlikler görülmektedir. Satan ve arkadaşları (2016) manevi danışmanlık uygulaması yaptıkları deney grubu öğrencilerinde danışmanlık yapılmayan kontrol grubuna kıyasla dini başa çıkma düzeylerini arttığını gözlemlemişlerdir. Ergenler üzerinde yapılan bir başka çalışmada Gürsu (2011) Dini algı düzeyleri yüksek olan ergenlerin olumsuz benlik, anksiyete ve hostile oranlarında azalma olduğunu gözlemlemiştir (Gürsu, 2011). Yine ergen öğrencilerle yapılan bir manevi danışmanlık ve rehberlik çalışması neticesinde ergenlerin iyi oluş düzeylerinin ve zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkma düzeylerinin arttığı görülmüştür (Alıcıküşu, 2013).

4. Tartışma ve Sonuç

Ülkemizde manevi danışmanlık ve rehberlik alanında yapılan çalışmalar son dönemde artış gösterse de bu alanda çalışmalara her geçen gün daha da fazla ihtiyaç duyulmaktadır (Demirbaş, 2017). Manevi danışmanlık ve rehberlik çalışmaları Diyanet İşleri Başkanlığı bünyesinde gençlik merkezleri, öğrenci yurtları, ceza infaz kurumları ve hastaneler gibi birçok kurumda devam etmektedir. Milli Eğitim Bakanlığı Din Öğretimi Genel Müdürlüğü tarafından uygulamaya konulan projelerle okullarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik faaliyetleri başka bir boyut kazanmıştır.

Ergenlik dönemine maneviyat manzarasından bakıldığında din psikolojisi, sosyal psikoloji, sosyal hizmet gibi farklı alanlarda çalışmaların olduğu görülmektedir. Manevi danışmanlık ve rehberlik çalışmaları ise belirli bir cinsiyet ya da yaş aralığını kapsamaz. Aksine çocuk, ergen, genç ve yaşlıdan oluşan, birçok değişkeni barındıran bir kitleyi içine almaktadır. Bu çalışmada hayatın kırılmalı bir dönemi olması açısından ergenlik dönemi incelenmiştir. Yapılan bazı yabancı (Cotton vd., 2005; Molock vd., 2006; Rew ve Wong, 2006; Jacobsen, 2007) ve yerli (Arıcı 2005, Gürsu 2011, Koç 2002) araştırmalara bakıldığında, manevi ve dini danışmanlık bağlamında verilen eğitimlerin sonucunda ergenlik dönemindeki bireylerin tutum ve davranışlarında olumlu etkiler gözlemlenmiş, manevi danışmanlık alan ve inancı kuvvetli ergenlerin depresiflik düzeylerinin düşük olduğu, depresyon, obsesif-kompulsif bozukluklar vb. psikolojik sorunlar ve intihar risklerinin azaldığı ve baş etme düzeylerinin yükseldiği bulgulanmıştır (Cotton vd., 2005; Molloc vd., 2006; Rew ve Wong, 2006; Jacobsen, 2007).

Türkiye'de ergenler üzerinde manevi değer ihtiyacının karşılanması açısından yapılan çalışmaların ve uygulamaların içeriğinde manevi değerlere yer verilmesi gerekli görünmektedir (Karasu ve Demirkol, 2018) yaptığı çalışmada; Ergen bireylerin ben kimim? Dünya'ya geliş amacım nedir? Hayatımın bir anlamı var mı? Sorularına cevap aradıklarını belirtmiştir. Bu sorulara verilecek cevapların ergenlerin anlam arayışına katkı sunabilmesi için alanda uzman kişiler tarafından cevaplanması önemlidir.

Ergenlik döneminde maneviyatın rolünü daha iyi anlamak için ek araştırmalara ihtiyaç vardır. Gelecekteki çalışmalarda ergenlerde; maneviyat ve dindarlık arasındaki temel ilişkileri ve bunların farklı veya benzer yollarla sağlığı nasıl etkileyebileceği araştırılabilir.

Kaynakça

- Alicıküşu, M. (2013). *Lise öğrencilerinde dindarlık ve akademik başarı ilişkisi: Kahramanmaraş örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Alikaşifoğlu , M. (2008). *Ergenlerde davranışsal sorunlar*. İ.Ü Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Adolesan Sağlığı II. Sempozyum Dizisi, (s. 55). İstanbul Üniversitesi.
- Anand, V., Jones , J. ve Gill , P. S. (2013). The relationship between spirituality, health and life satisfaction of undergraduate students in the UK: an online questionnaire study. *J Relig Health*, 54(1), 160-172. doi: 10.1007/s10943-013-9792-0.
- Arnett, J. (1992). Reckless behavior in adolescence: A developmental perspective. *Developmental Review*, 12(4), 339–373. doi: [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(92\)90013-R](https://doi.org/10.1016/0273-2297(92)90013-R).
- Barkin, S., Miller, L. ve Lutha, S. (2015). Filling the void: spiritual development among adolescents of the affluent. *J Relig Health*, 54(3), 844-861. doi: 10.1007/s10943-015-0048-z.
- Benson, P. ve Pittman, K. (2001). *Trends in youth development: Visions, realities and challenges*. Boston: Kluwer Academic.
- Boynton, H. (2011). Children’s spirituality: epistemology and theory from various helping professions. *International Journal of Children’s Spirituality*, 16(2), 109-127.
- Bucher, A. A. (2007). *Psychologie der Spiritualität*. Handbuch: Weinheim ; Basel.
- Carlozzi , B., Winterowd, C., Harrist, R., Thomason, N., Bratkovich, K. ve Worth, S. (2010). Spirituality, anger, and stress in early adolescents. *Journal of Religion and Health*, 49., 49, 445–459.
- Chandy, J., Blum, R. ve Resnick, M. (1996). History of sexual abuse and parental alcohol misuse: Risk, outcomes, and protective factors in adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 13(5), 411-432. doi: <https://doi.org/10.1007/BF01875858>.
- Clinebell, H. (2011). *Basic Types of Pastoral Care and Counselling: Resources for the Ministry of HealingveGrowth*. London: SCM Press.
- Corbin, J. ve Strauss, A. (2008). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory*. Thousand Oaks: Sage.
- Cotton, S., Larkin , E., Hoopes, A., Cromer, B. ve Rosenthal, S. (2005). The impact of adolescent spirituality on depressive symptoms and health risk behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 36(6), 529.
- Cragun, R., Hammer, J. ve Nielsen, M. (2015). The Nonreligious – Nonspiritual Scale (NRNSS): Measuring Everything from Atheists to Zionists. *Secularism and Nonreligion*, 2(3), 36-53.
- Demirbaş, S. (2017). Ergenlik Döneminde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (MDR). A. Aytrn içinde, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (s. 103-146). İstanbul: DEM Yayınları.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psiko-sosyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, s. 19-21, İstanbul.
- Desmond, S. A., Morgan, K. H. ve Kikuchi, G. (2010). Religious development: How (and why) does religiosity change from adolescence to young adulthood? *Sociological Perspectives* (53), 247–270.

- Dilan, H. (2019). Manevi danışmanlık ve varoluşçu psikoterapi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Donahue, M. J. ve Benson , P. L. (1995). Religion and the well-being of adolescents. *Journal of Social Issues*, 51(2), 145–160. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1995.tb01328.x>.
- Düzgüner, S. (2016). Nereden çıktı bu maneviyat: Manevi bakımın temellerine ilişkin kültürlerarası bir analiz. A. Ayten, M. Koç , ve N. Tınaz içinde, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik-I* (s. 17-44). İstanbul: DEM Yayınları.
- Ekşi, H. ve Kaya, Ç. (2016). *Manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışma*. İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Ekwoye, A. U., Cahill, T. F., De Luca, D. ve Cabell, L. (2017). Exploring the multivariate relationships between adolescent depression and social support, religiosity, and spirituality in a Faith-Based High school. *Health*, 9, 38-56.
- Emmons, R. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61(4), 731–745.
- Essau, C. (2004). Risk-taking behaviour among german adolescents. *Journal of Youth Studies*, 7(4), 499–512.
- Gmel, G., Mohler-Kuo, M., Dermota, P., Gaume, J., Bertholet, N., Daeppen, J. ve Studer, J. (2013). Religion is good, belief is better: Religion, religiosity, and substance use among young Swiss Men. *Substance Use ve Misuse*, 48(12), 1085–1098.
- Good, M. ve Willoughby, T. (2008). Adolescence as a sensitive period for spiritual development. *Child Development Perspectives*, 2(1), 32–37.
- Greenstreet , M. (1999). Teaching spirituality in nursing. *Nurse Education Today*, 19, 649-658.
- Greydanus, D. ve Patel, D. (2005). The adolescent and substance abuse: current concepts. *Disease-a-month*, 51(7), 392-431.
- Gunnoe, M. ve Moore, K. (2002). Predictors of religiosity among youth aged 17–22: A longitudinal study of the National Survey of Children. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41, 613–622.
- Gürsu, O. (2011). Ergenlik döneminde psikolojik sağlık ve dindarlık ilişkisi. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hagen, K., Myers, B. ve Mackintosh, V. (2005). Hope, social support, and behavioral problems in at-risk children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 75(2), 211-219.
- Hawkins, E., Cummins, L. ve Marlatt, G. (2004). Preventing substance abuse in American Indian and Alaska Native youth: Promising strategies for healthier communities. *Psychological Bulletin*, 130(2), 304–323.
- Helfert, S. ve Warschburger, P. (2013). The face of appearance-related social pressure: gender, age and body mass variations in peer and parental pressure during adolescence. *r Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* , 7(16), 2-11.
- Henson, M., Sabo, S., Trujillo, A. ve Teufel-Shone, N. (2017). Identifying protective factors to promote health in American Indian and Alaska native adolescents: A literature review. *The Journal of Primary Prevention*, 38(1-2), 5–26.

- Highland, B., Worthington, E. L., Davis, D. E., Sibley, C. G. ve Bulbulia, J. A. (2022). National longitudinal evidence for growth in subjective well-being from spiritual beliefs. *Journal of Health Psychology, 27(7)*, 1738-1752.
- Hill, P., Pargament, K. ve Hood, R. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for Theory of Social Behaviour, 30(1)*, 51-77.
- Hodge, D., Cardenas, P. ve Montoya, H. (2001). Substance use: Spirituality and religious participation as protective factors among rural youths. *Social Work Research, 25(3)*, 153-161.
- Hökelekli, H. (2017). *Din psikolojisi*. Ankara: Diyanet Vakfı Yayınları.
- Jacobsen, C. (2007). *A pastoral counselling approach to obsessivecompulsive disorder: The pastoral counsellor as grace container*. Canada: WILFRID Laurier University.
- Karagül, A. (2012). Manevi bakım: Anlamı, önemi, yöntemi ve eğitimi (Hollanda örneği). *Dini Araştırmalar Dergisi, 15(40)*, 5-27.
- Karasu, T. ve Demirkol, A. (2018). Üstün yetenekli öğrencilerin ihtiyaç duydukları manevi danışmanlık hizmetleri üzerine bir inceleme. *Din ve Bilim - Muş Alparslan Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi, 1(2)*, 112-127.
- King, M. B. ve Koenig, H. G. (2009). Conceptualising spirituality for medical research and health service provision. *BMC Health Serv Res, 9, 116 (2009)*, 9(1).
- King, P. ve Benson, P. (2006). Spiritual development and adolescent well-being and thriving. E. Roehlkepartain, P. King, L. Wagener, ve P. Benson içinde, *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence* (s. 384-398). California: Sage Publications.
- King, P. ve Boyatzis, C. (2015). Religious and spiritual development. M. Lamb, ve R. Lerner içinde, *Handbook of child psychology and developmental science: Socioemotional processes* (s. 975-1021). New York: John Wiley ve Sons, Inc.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. *ISRN Psychiatry, 1-33*.
- Lines, D. (2006). *Brief Counselling In Schools: Working With Young People From 11 To 18 (2nd Edt.)*. London: Sage Publications Ltd.
- McComb, J. ve Sabiston, C. (2010). Family influences on adolescent gambling behavior: A review of the literature. *Journal of Gambling Studies, 26(4)*, 503-520.
- Molock, S., Puri, R., Matlin, S. ve Barksdale, C. (2006). Relationship between religious coping and suicidal behaviors among African American Adolescents. *J Black Psychol, 32(3)*, 366-389.
- Myers, J. E., Sweeney, T. J. ve Witmer, J. M. (2000). The Wheel of Wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling ve Development, 78(3)*, 251-266.
- Ok, Ü. (2017). İnanç bakım danışmanlığı: Bir model geliştirme denemesi. M. Bulut içinde, *I. Din Hizmetleri Sempozyumu* (s. 550). Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Özdoğan, Ö. (2006). İnsanı anlamaya yönelik bir yaklaşım: Pastoral psikoloji. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 47(2)*, 127-141.
- Pargament, K., Mahoney, A., Exline, J., Jones, J. ve Shafranske, E. (2013). Envisioning an integrative paradigm for the psychology of religion and spirituality. K. I. Pargament, A. Mahoney, J. J.

- Exline, J. W. Jones, ve E. P. Shafranske içinde, *APA handbook of psychology, religion, and spirituality* (s. 3–19). American Psychological Association.
- Pearce , M. J., Little , T. D. ve Perez , J. E. (2003). Religiousness and depressive symptoms among adolescents. *J Clin Child Adolesc Psychol*, 32(2), 267-76.
- Pehlivan, A. (2018). *Manevi bakım ve danışmanlığın imam-hatip ortaokul öğrencilerinin ruh sağlığı ve manevi iyi oluşlarına etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Peterson, C. ve Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. erican Psychological Association; Oxford University Press.
- Powers, D., Cramer, R. ve Grubka, J. (2007). Spirituality, life stress, and affective well-being. *Journal of Psychology and Theology*, 35(3), 235-243.
- Rew, L. ve Wong, Y. J. (2006). A systematic review of associations among religiosity/spirituality and adolescent health attitudes and behaviors. *J Adolesc Health*, 38(4), 433-42.
- Sak, R., Şahin-Sak, İ., Öneren- Şendil, Ç. ve Nas, E. (2021). Bir araştırma yöntemi olarak doküman analizi. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 4(1), 227-250.
- Satan, A., Çıplak, K., Kaplaner, O. ve Erol, F. (2016). Ebeveyn Kaybı Yaşamış Ergenlerde Bibliyotrapı Yönelimli Manevi Danışmanlık Uygulaması. A. Ayten, M. Koç , ve N. Tınaz içinde, *Manevi danışmanlık ve rehberlik* (s. 397-413). İstanbul: Dem Yayınları.
- Siyez, D. ve Aysan, F. (2007). Ergenlerde görülen problem davranışların psiko-sosyal risk faktörleri ve koruyucu faktörler açısından yordanması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 145-171.
- Smith, C. (2003). Theorizing religious effects among American adolescents. *J Sci Study Relig*, 42, 17 – 30.
- Söylev, Ö. (2017). Dini danışma ve rehberliğin temel kavramları ve tarihi arka planı üzerine bir değerlendirme. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 21(1), 255 - 296.
- Şahin, R., Sarıkaya, Y. ve Baloğlu, M. (2017). Manevi anlam ile maneviyat ilişkisinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 12(28).
- Şimşek, H. (2009). Eğitim tarihi araştırmalarında yöntem sorunu. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 42(1), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi.
- TDK. (2022). Türkçe Sözlük. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basım Evi.
- Uğurlu , H. ve Ege, R. (2018). Bir isimlendirme problemi: Dini danışmanlık. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 1057 - 1077.
- Walker, D. ve Hathaway, W. (2013). *Spiritual interventions in child and adolescent psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Wallace, J., Williams, D., Schulenberg, J., Maggs, J. ve Hurrelmann, K. (1997). Religion and Adolescent Health-Compromising Behavior. In Health Risks and Developmental Transitions During Adolescence. Cambridge University Press.
- Westgate, C. E. (1996). Spiritual wellness and depression. *Journal of Counseling and Development*, 75(1), 26-35.

- Yoldaş, C. ve Demircioğlu, H. (2019). Çocukluk ve ergenlik döneminde psikososyal risk faktörleri ve koruyucu unsurlar. *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 18(1), 40-48.
- Zinnbauer, B. J. ve Pargament, K. I. (2013). Dindarlık ve Maneviyat. *in ve maneviyat psikolojisi* (S. Düzgüner, Çev., s. 61- 102). içinde Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Zinnbauer, B., Pargament, K., Cole, B., Rye, M., Butter, E., Belavich, T., . . . Kadar, J. (1997). Religion and spirituality: Unfuzzifying the fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(4), 549–564.