



T.C. PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ

İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI



MANEVİ DESTEK VE REHBERLİKTE İLETİŞİMİN ÖNEMİ

TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ

Hazırlayan
Oya KANTAR

Danışman
Doç. Dr.Osman MUTLUEL

DENİZLİ, 2024

KABUL VE ONAY SAYFASI

Oya KANTAR tarafından hazırlanan “Manevi Destek Ve Rehberlikte İletişimin Önemi” adlı tezsiz yüksek lisans dönem projesi danışmanlığımda hazırlanmış olup 14.12.2024 tarihinde son kontrolü yapılarak Pamukkale Üniversitesi Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı tezsiz yüksek lisans dönem projesi olarak kabul edilmiştir.

ÖNSÖZ

Bu çalışmada, manevi destek ve rehberlik hizmetlerinde iletişimin önemini detaylı bir şekilde ele almayı amaçladım. Manevi rehberlik, bireylerin yaşamlarındaki zorluklarla başa çıkmalarına, ruhsal dengeyi sağlamalarına ve manevi gelişimlerine katkıda bulunmak amacıyla sunulan bir hizmettir. Bu hizmetin etkinliği, büyük ölçüde rehber ile danışan arasındaki iletişimin kalitesine bağlıdır. İletişim, sadece bilgi alışverişi değil, aynı zamanda güven inşa etme, empati geliştirme ve duygusal destek sağlama gibi kritik işlevleri de yerine getirir. Bu bağlamda, çalışmamda manevi rehberlik sürecinde iletişimin rolünü derinlemesine inceleyerek, etkili iletişim stratejilerinin bu sürece olan katkılarını ortaya koymaya çalıştım. Bu çalışmanın hazırlanması sürecinde bana rehberlik eden, değerli bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan danışmanım Doç. Dr. Osman Mutluel'e en içten teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca, tez çalışmam boyunca beni sürekli destekleyen aileme ve arkadaşlarıma minnettarım. Bu projeyi hazırlarken onların manevi desteği ve motivasyonu benim için büyük bir ilham kaynağı oldu. Bu çalışmanın, manevi rehberlik alanında hizmet veren profesyonellere ve bu alanda çalışan araştırmacılara faydalı olmasını ümit ediyorum. İletişimin manevi destek süreçlerindeki kritik rolünü vurgulayan bu çalışmanın, rehberlerin daha etkili hizmet sunmalarına ve bireylerin yaşam kalitesini artırmalarına katkıda bulunacağına inanıyorum.

Oya KANTAR

DENİZLİ,2024

ÖZET

MANEVİ DESTEK VE REHBERLİKTE İLETİŞİMİN ÖNEMİ

Oya KANTAR

MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK

TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

Danışman: Doç.Dr. Osman MUTLUEL

Manevi destek ve rehberlikte iletişimin önemi üzerine yapılan bu araştırma, bireylerin ruhsal ve duygusal sağlığını koruma ve geliştirme süreçlerinde etkili iletişimin rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. İletişimin empatik, açık, dürüst ve aktif dinleme gibi unsurları, manevi rehberlik sürecinde danışanların kendilerini daha iyi ifade etmelerine, güven duymalarına ve duygusal destek almalarına olanak tanımaktadır. Araştırmanın önemi, manevi rehberlik hizmetlerinin etkili iletişim stratejileri kullanılarak nasıl daha verimli hale getirilebileceğini ve bireylerin yaşam kalitesini nasıl artırabileceğini ortaya koymaktır. Elde edilen sonuçlar, empatik dinlemenin danışanların duygusal ihtiyaçlarını anlamada kritik bir rol oynadığını, açık ve doğrudan iletişimin güveni pekiştirdiğini ve düzenli geri bildirim danışanların psikolojik iyilik hallerini geliştirdiğini göstermektedir. Ayrıca, kültürel duyarlılık ve esnek iletişim stratejilerinin, danışanların kendilerini daha rahat ve anlaşılabilir hissetmelerini sağladığı belirlenmiştir. Bu araştırma, manevi rehberlerin etkili iletişim becerileri geliştirerek, danışanlarının manevi sağlıklarını ve genel iyilik hallerini nasıl destekleyebileceklerine dair önemli bulgular sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Manevi Destek, Empatik Dinleme, Açık İletişim, Psikolojik İyilik.

ABSTRACT

THE IMPORTANCE OF COMMUNICATION IN SPIRITUAL SUPPORT AND GUIDANCE

Oya KANTAR

SPIRITUAL SUPPORT AND GUIDANCE

NON-THESIS MASTER'S DEGREE PROGRAM

PHILOSOPHY AND RELIGIOUS SCIENCES DEPARTMENT

Advisor: Assoc. Prof. Osman MUTLUEL

This research on the importance of communication in spiritual support and guidance aims to examine the role of effective communication in the processes of protecting and developing the spiritual and emotional health of individuals. Elements of communication such as empathic, open, honest and active listening allow clients to express themselves better, feel trust and receive emotional support during the spiritual guidance process. The importance of the research is to reveal how spiritual guidance services can be made more efficient by using effective communication strategies and how individuals can increase their quality of life. The results obtained show that empathic listening plays a critical role in understanding the emotional needs of clients, open and direct communication reinforces trust and regular feedback improves the psychological well-being of clients. In addition, it was determined that cultural sensitivity and flexible communication strategies make clients feel more comfortable and understood. This research provides important findings on how spiritual guides can support the spiritual health and general well-being of their clients by developing effective communication skills.

Keywords: Spiritual Support, Empathic Listening, Open Communication, Psychological

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
1.GİRİŞ.....	1
1.1.Araştırmanın Amacı	1
1.2.Araştırmanın Önemi	1
İKİNCİ BÖLÜM:.....	3
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	3
2.1.Manevi Destek Nedir?	3
2.2.İletişimin Nedir ?	4
2.3.Manevi Destekte İletişim	5
2.3.1.Danışan-Rehber İlişkisinde İletişimin Önemi	6
2.3.2.Manevi Destek ve Rehberlikte İletişimin Etkileri	7
2.3.3.Sosyal Destek Üzerindeki Etkileri	9
2.3.4.Psikolojik İyilik Hali Üzerindeki Etkileri.....	10
3.BULGULAR	11
3.1.Bireylerin Manevi Destek Ve Rehberlik Hizmetlerine Katılma Motivasyonu	11
3.2.Bu Hizmetlerde En Önemli İletişim Kanalları Ve Yöntemleri	13
3.3.Manevi Destek Ve Rehberlik Sürecinde Alınan Geri Bildirimler	15
3.4.İletişim Tarzı Veya Yöntemi, Aldığınız Manevi Destek Ve Rehberliğin Etkinliğini Nasıl Etkiliyor?	18
3.5.Manevi Destek Sürecinde En Çok Hangi Konularda İletişim Kurma İhtiyacı Hissediliyor ?	21
3.6.İletişim Sürecinde Karşılaşılan En Büyük Zorluklar Nelerdir?	23
SONUÇ	26
KAYNAKÇA	28

1.GİRİŞ

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, manevi destek ve rehberlik süreçlerinde iletişimin oynadığı kritik rolü derinlemesine incelemektir. Manevi destek ve rehberlik, bireylerin ruhsal, duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarına cevap vermek amacıyla gerçekleştirilen önemli hizmetlerdir. Bu süreçlerde etkili iletişim, destek ve rehberliğin kalitesini ve etkisini belirleyen temel unsurlardan biridir. Araştırma, iletişimin manevi destek ve rehberlikte nasıl bir işlev gördüğünü, hangi iletişim stratejilerinin daha etkili olduğunu ve bu stratejilerin bireylerin yaşam kalitesi üzerindeki etkilerini değerlendirmeyi hedeflemektedir. Ayrıca, etkili iletişim becerilerinin manevi rehberlik ve destek hizmetlerinde nasıl geliştirilebileceği ve uygulanabileceği konularında da öneriler sunmayı amaçlamaktadır.

1.2.Araştırmanın Önemi

Günümüzde, manevi destek ve rehberlik hizmetleri, bireylerin yaşamlarındaki zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olma, moral ve motivasyon sağlama ve genel iyi oluş hallerini artırma konusunda kritik bir rol oynamaktadır. Bu hizmetlerin etkinliği, büyük ölçüde rehberler ve destek sağlayıcılar arasındaki iletişimin kalitesine bağlıdır. Etkili iletişim, manevi destek süreçlerinde güven oluşturmak, bireylerin ihtiyaçlarını doğru bir şekilde anlamak ve onlara uygun yanıtlar verebilmek için esastır. Bu nedenle, manevi destek ve rehberlikte iletişimin önemi, bu hizmetlerin başarısı ve bireylerin manevi gelişimleri için vazgeçilmezdir. Araştırma, bu alandaki bilgi eksikliklerini gidererek, rehberlik ve manevi destek hizmetlerinin kalitesini artırmak amacıyla etkili iletişim stratejileri geliştirmeye yönelik önemli katkılar sağlayacaktır. Eğitimciler, rehberler ve manevi destek sağlayıcıları için rehber niteliğinde olacak pratik bilgiler sunarak, bu alandaki profesyonellerin daha etkili hizmet sunmalarına yardımcı olacaktır. İletişimin farklı bileşenlerinin nasıl optimize edileceğine dair ayrıntılı analizler ve öneriler, manevi rehberlerin danışanlarına daha anlamlı ve destekleyici bir şekilde yardımcı olmasını sağlayacaktır. Bu bağlamda, empatik dinleme, aktif geri bildirim, kültürel duyarlılık ve güven oluşturma gibi iletişim stratejilerinin etkin kullanımı, manevi rehberlik sürecinin başarısını artırmak için kritik öneme sahiptir. Araştırma, ayrıca, manevi destek hizmetlerinin çeşitli bağlamlarda nasıl uygulanabileceğine dair kapsamlı bir bakış açısı sunacaktır. Farklı kültürel ve sosyal arka planlara sahip bireylerin manevi ihtiyaçlarına uygun yanıtlar verebilmek için rehberlerin nasıl donanımlı olabileceği üzerinde durulacaktır. Bu kapsamda, manevi rehberlik hizmetlerinin etkinliğini artırmak için

çeşitli iletişim araçlarının (telefon mesajları, podcast'ler, web seminerleri gibi) nasıl kullanılabilmesine dair öneriler de sunulacaktır. Araştırmanın sonuçları, rehberlerin danışanlarına daha etkili manevi destek sunmalarına yardımcı olacak ve bu alandaki en iyi uygulamaların yaygınlaşmasına katkı sağlayacaktır. Bu araştırma, manevi rehberlik ve destek hizmetlerinin toplum genelindeki etkilerini inceleyerek, bu hizmetlerin bireylerin genel yaşam kalitesini nasıl artırabileceğine dair önemli bulgular ortaya koyacaktır. Manevi rehberlik hizmetlerinin bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini geliştirme, duygusal dengeyi sağlama ve yaşamın anlamını keşfetme süreçlerinde oynadığı rol üzerinde durulacaktır. Bu hizmetlerin, bireylerin toplumsal bağlarını güçlendirme ve topluluk içinde daha sağlam ve destekleyici ilişkiler kurmalarına nasıl yardımcı olduğu da araştırmanın bir diğer önemli boyutunu oluşturacaktır. Sonuç olarak, bu araştırma, manevi destek ve rehberlik hizmetlerinin etkinliğini artırmak için rehberler ve destek sağlayıcılar arasındaki iletişimin önemini vurgulayan kapsamlı bir çalışma sunacaktır. Elde edilen bulgular ve geliştirilen stratejiler, rehberlerin ve destek sağlayıcıların danışanlarına daha etkili ve anlamlı bir şekilde yardımcı olmalarına olanak tanıyacak ve bu alandaki profesyonellerin hizmet kalitesini önemli ölçüde yükseltecektir. Bu, bireylerin manevi gelişimlerini desteklemek ve yaşam kalitelerini artırmak amacıyla manevi rehberlik ve destek hizmetlerinin daha yaygın ve etkili bir şekilde kullanılmasına katkıda bulunacaktır.

İKİNCİ BÖLÜM:

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Manevi Destek Nedir?

Manevi destek, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları çeşitli zorluklar ve kriz anlarında ruhsal ve duygusal açıdan desteklenmelerini ifade eden bir kavramdır. Bu destek, genellikle dini veya manevi rehberler, danışmanlar veya eğitimli profesyoneller tarafından sunulur ve bireylerin ruhsal sağlığını koruma, içsel huzur ve dengeyi sağlama amacını taşır.¹

Manevi destek, bireylerin ruhsal sağlığını ve yaşam kalitesini artırmada önemli bir rol oynar. Özellikle stres, yas, hastalık, travma veya hayatın diğer zorlayıcı dönemlerinde manevi destek, bireylerin bu süreçlerle başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır. Bu destek türü, sadece dini öğretilerle sınırlı kalmayıp, geniş bir yelpazede manevi ve felsefi öğretileri de içerebilir. Manevi destek hizmetlerinin temel amacı, bireylerin kendilerini daha iyi anlamalarına, yaşamın anlamını ve amacını keşfetmelerine yardımcı olmaktır. Manevi destek, kişisel inanç ve değerlerle uyumlu olarak sunulduğunda daha etkili olmaktadır. Örneğin, bir hasta, inançlarına uygun manevi destek aldığı anda daha iyi bir iyileşme süreci yaşayabilir. Bu tür destek, hastaların moral ve motivasyonlarını artırarak, tedavi süreçlerini olumlu yönde etkiler. Manevi destek sadece bireylerin kriz anlarında değil, aynı zamanda genel yaşam tatminini artırmak ve günlük yaşamda karşılaşılan zorluklarla başa çıkmak için de önemlidir. Bu destek türü, bireylerin duygusal ve ruhsal dayanıklılıklarını güçlendirir ve yaşamlarındaki anlam arayışlarına katkıda bulunur. Toplumda manevi destek, yalnızca bireysel düzeyde değil, aynı zamanda topluluk düzeyinde de önemli bir rol oynar. Topluluklar, manevi destek sağlayarak üyelerinin refahını artırabilir ve dayanışma ruhunu güçlendirebilir. Bu destek türü, toplulukların zor zamanlarda bir araya gelerek birbirlerine yardımcı olmalarını sağlar ve toplumsal bağları kuvvetlendirir.²

¹ H.G. Koenig, "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications," *ISRN Psychiatry* 2012, Article ID 278730,

² C.M. Puchalski, R. Vitillo, S.K. Hull, and N. Reller, "Improving the Spiritual Dimension of Whole Person Care: Reaching National and International Consensus," *Journal of Palliative Medicine* 12, no. 10 (2009): 885-904

2.2.İletişimin Nedir ?

İletişim, bireylerin bilgi, düşünce, duygu ve tutumlarını paylaşarak anlam yaratma sürecidir. İnsanlar arasındaki etkileşimi sağlamak için kullanılan bu süreç, sözlü ve sözsüz öğelerden oluşur. İletişim, sadece konuşma veya yazma değil, aynı zamanda beden dili, mimikler, jestler, ses tonu ve semboller aracılığıyla da gerçekleşir. Bu, insanların birbirlerini anlamalarını ve ortak bir zemin oluşturmalarını sağlamaktadır.İletişim, bireyler arası ilişkilerin temelini oluşturur ve toplumların işleyişinde merkezi bir rol oynar. Etkili iletişim, anlaşmazlıkların çözülmesini, işbirliğinin artırılmasını ve güçlü ilişkilerin kurulmasını sağlamaktadır.İnsanlar, iletişim yoluyla ihtiyaçlarını, isteklerini ve duygularını ifade ederler. Bu süreç, sosyal, duygusal ve bilişsel gelişim açısından da büyük önem taşır.³

İletişim süreci, birkaç temel bileşenden oluşur. Bu bileşenler, iletişimin etkili bir şekilde gerçekleşmesini sağlamak için gereklidir:⁴

- **Kaynak (Gönderici):** İletişimi başlatan kişi veya kuruluştur. Kaynak, iletmek istediği mesajı oluşturur ve bunu kodlar. Kodlama, düşüncelerin ve bilgilerin sembollere dönüştürülmesi sürecidir.
- **Mesaj:** Kaynağın iletmek istediği bilgi, düşünce veya duygudur. Mesaj, çeşitli semboller ve araçlar kullanılarak iletilir.
- **Kanal:** Mesajın göndericiden alıcıya iletiildiği yoldur. Kanallar sözlü (konuşma, yazı) veya sözsüz (jestler, mimikler) olabilir.
- **Alıcı:** Mesajı alan ve yorumlayan kişidir. Alıcı, mesajı alır ve bunu kendi bilgi ve deneyimleri doğrultusunda kodunu çözer (dekodlama).
- **Geri Bildirim:** Alıcının mesajı aldıktan sonra verdiği tepkidir. Geri bildirim, iletişimin iki yönlü bir süreç olduğunu ve alıcı ile gönderici arasında etkileşimi sağladığını gösterir.
- **Bağlam:** İletişimin gerçekleştiği fiziksel ve sosyal çevredir. Bağlam, mesajın anlamını ve yorumlanma şeklini etkileyebilir.

³ C.E. Thoresen and A.H.S. Harris, "Spirituality and Health: What's the Evidence and What's Needed?" *Annals of Behavioral Medicine* 24, no. 1 (2002): 3-13,

⁴ L.K. George, D.B. Larson, H.G. Koenig, and M.E. McCullough, "Spirituality and Health: What We Know, What We Need to Know," *Journal of Social and Clinical Psychology* 19, no. 1 (2000): 102-116

- **Gürültü:** Mesajın iletilmesi sırasında ortaya çıkan ve iletişimi bozan her türlü engeldir. Gürültü, fiziksel (çevresel sesler), psikolojik (ön yargılar) veya semantik (anlam karışıklıkları) olabilir.

İletişim, kullanılan araçlara ve amaçlara göre farklı türlere ayrılabilir:⁵

- **Sözlü İletişim:** Konuşma ve yazı yoluyla gerçekleşir. Sözcükler, cümleler ve dil bilgisi kuralları kullanılarak bilgi aktarımı sağlanır. Sözlü iletişim, doğrudan (yüz yüze konuşma, telefon görüşmesi) veya dolaylı (mektup, e-posta) olabilir.
- **Sözsüz İletişim:** Beden dili, jestler, mimikler, göz teması, ses tonu gibi sözcük kullanılmadan yapılan iletişimdir. Sözsüz iletişim, sözlü iletişimi tamamlar ve mesajın daha net anlaşılmasını sağlar.
- **Görsel İletişim:** Resimler, grafikler, videolar ve diğer görsel araçlar kullanılarak yapılan iletişimdir. Görsel iletişim, karmaşık bilgilerin daha kolay anlaşılmasını sağlar.
- **Kitle İletişimi:** Geniş kitlelere ulaşmak için medya araçları (televizyon, radyo, internet) kullanılarak yapılan iletişimdir. Kitle iletişimi, bilgilendirme, eğlendirme ve eğitime amaçlarıyla kullanılır.
- **Kişilerarası İletişim:** İki veya daha fazla kişi arasında gerçekleşen doğrudan iletişimdir. Bu tür iletişim, yüz yüze veya dijital platformlar aracılığıyla olabilir. Kişilerarası iletişim, duygusal bağların kurulması ve sosyal ilişkilerin güçlendirilmesi için önemlidir.

2.3. Manevi Destekte İletişim

Manevi destek, bireylerin ruhsal ve duygusal zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olmayı amaçlayan bir süreçtir. Bu süreçte iletişim, temel bir rol oynar ve manevi desteğin etkili bir şekilde sunulmasını sağlamaktadır. Manevi destek, danışan ve rehber arasında güçlü ve güvene dayalı bir ilişkinin kurulmasını gerektirir. Bu ilişkinin temelini ise etkili iletişim oluşturur. Manevi destek sürecinde iletişimde empati ve anlayış, danışanın duygusal ve ruhsal durumunu anlamada kritik bir rol oynar. Rehberin empatik bir yaklaşımla danışanın hissettiği duyguları ve düşünceleri doğru bir şekilde anlaması, destek sürecinin etkinliğini artırır.

⁵ S. Eroğlu, *İletişim ve İletişim Modelleri* (İstanbul: Der Yayınları, 2009).

Empatik iletişim sayesinde rehber, danışanın yaşadığı zorlukları ve ihtiyaçları daha iyi kavrayabilir ve ona uygun destek sağlayabilir. Güven ve güvenlik de bu süreçte temel unsurlardan biridir. Danışanın rehberine güven duyması, açık ve dürüst iletişim yoluyla inşa edilir. Güvenli bir ortamda danışan, kendini ifade ederken yargılanmaktan korkmaz ve daha rahat paylaşımda bulunur.⁶ Açıklık ve şeffaflık da manevi rehberlikte önemli bir yere sahiptir; rehberin danışana açık ve anlaşılır bilgi vermesi, yanlış anlamaların önüne geçer ve sürecin daha iyi kavranmasını sağlamaktadır. Bu unsurlar, danışanın rehberine olan güvenini pekiştirir. Etkili bir manevi destek süreci, rehberin aktif dinleme becerilerine sahip olmasını da gerektirir. Aktif dinleme, danışanın anlattıklarını dikkatle dinlemeyi ve anlamayı içerir, bu da danışanın kendini değerli hissetmesini sağlamaktadır. Rehberin danışana düzenli olarak geri bildirimde bulunması, sürecin nasıl ilerlediğini değerlendirme ve gerektiğinde yön değiştirme imkanı tanır. Geri bildirim, danışanın motivasyonunu artırır ve sürece aktif katılımını sağlamaktadır. Kültürel duyarlılık ise rehberin danışanın kültürel arka planını ve değerlerini dikkate almasını gerektirir. Rehberin danışanın inançlarına ve yaşam tarzına saygı göstermesi, danışanın rehberle daha güçlü bir bağ kurmasına ve destek sürecinden daha fazla fayda sağlamasına yardımcı olmaktadır. Bu unsurlar, manevi destek sürecinin etkinliğini artırarak danışanın ruhsal ve duygusal sağlığını desteklemektedir.

2.3.1. Danışan-Rehber İlişkisinde İletişimin Önemi

Manevi rehberlik sürecinde iletişim, danışan ve rehber arasındaki ilişkinin temelini oluşturur. Bu ilişkinin güçlü ve güvene dayalı olması, rehberlik sürecinin başarısı için kritik öneme sahiptir. İşte danışan-rehber ilişkisinde iletişimin önemini vurgulayan bazı temel unsurlar:⁷

- **Güven ve Güvenlik:** Güven, danışan ve rehber arasındaki ilişkinin temelidir. Danışan, rehberine güven duyduğunda kendini daha açık ve dürüst bir şekilde ifade edebilir. Rehberin, danışanın paylaştığı bilgileri gizli tutması ve yargılayıcı olmaması, güvenin inşa edilmesine yardımcı olmaktadır. Güvenli bir ortam, danışanın rehberlik sürecinden maksimum fayda sağlamasını sağlar.

⁶ H. Tutar, *İletişim: Kuramlar ve Beceriler* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2009).

⁷ G.Egan, *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping* (Belmont, CA: Brooks/Cole, 2013).

- **Duygusal Destek:** Etkili iletişim, danışanın duygusal ihtiyaçlarını anlamayı ve karşılamayı kolaylaştırır. Rehber, danışanın duygusal durumunu doğru bir şekilde değerlendirerek, ona uygun duygusal destek sunabilir. Bu destek, danışanın stresle başa çıkmasına, duygusal dengesini korumasına ve içsel huzurunu sağlamasına yardımcı olmaktadır.
- **Anlam ve Amaç Bulma:** Danışan, rehberlik sürecinde yaşamına anlam ve amaç katmak için rehberle iletişim kurar. Rehber, danışanın yaşamındaki anlam arayışını ve hedeflerini belirlemesine yardımcı olmaktadır. Bu süreç, danışanın yaşam tatminini artırır ve kişisel gelişimine katkıda bulunur. İletişim, danışanın bu süreçte rehberden gerekli desteği almasını sağlar.
- **Problem Çözme ve Karar Verme:** Danışan, karşılaştığı problemlerle başa çıkmak ve doğru kararlar almak için rehberden yardım alır. Etkili iletişim, rehberin danışanın sorunlarını anlamasını ve ona uygun çözüm önerileri sunmasını sağlamaktadır.
- **Kişisel ve Ruhsal Gelişim:** İletişim, danışanın kişisel ve ruhsal gelişimini desteklemektedir. Rehber, danışanın güçlü yönlerini ve gelişim alanlarını belirleyerek, ona bu konularda rehberlik eder.

2.3.2. Manevi Destek ve Rehberlikte İletişimin Etkileri

Manevi destek ve rehberlik, bireylerin ruhsal ve duygusal sağlığını koruma ve geliştirme süreçlerinde kritik bir rol oynar. Bu süreçte etkili iletişim, manevi sağlığı olumlu yönde etkileyen temel unsurlardan biridir. İletişimin manevi sağlık üzerindeki etkilerini anlamak için öncelikle manevi sağlığın ne olduğunu ve bu sağlık durumunun nasıl korunup geliştirilebileceğini kavramak gereklidir. Manevi sağlık, bireylerin yaşamlarına anlam ve amaç katmalarını, içsel huzur ve dengeyi bulmalarını sağlayan bir sağlık bileşenidir. Bu sağlık durumu, kişinin kendisiyle, diğer insanlarla, doğayla ve nihai olarak evrenle olan ilişkilerini kapsar. Manevi sağlık, kişinin inançları, değerleri ve yaşam felsefesi doğrultusunda şekillenir ve bu unsurların bütünlüğü içinde değerlendirilir. Manevi sağlığın korunması ve geliştirilmesi, bireylerin yaşam kalitesini artırır ve stresle başa çıkmalarını kolaylaştırır.⁸

⁸ C.R. Rogers, *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory* (Boston: Houghton Mifflin, 1951).

Empatik iletişim, manevi destek ve rehberlik sürecinde en önemli iletişim biçimlerinden biridir. Empati, rehberin danışanın duygularını ve düşüncelerini anlama ve paylaşma kapasitesini ifade eder. Empatik iletişim, danışanın kendini anlaşıldığını ve desteklendiğini hissetmesini sağlamaktadır. Bu duygusal destek, danışanın manevi sağlığını doğrudan olumlu yönde etkiler. Danışan, rehberin empatik yaklaşımı sayesinde içsel çatışmalarını daha kolay çözer ve manevi huzura ulaşır. Empati, aynı zamanda danışanın kendine olan güvenini artırır ve manevi yolculuğunda daha sağlam adımlar atmasına yardımcı olmaktadır.⁹ Açık ve doğrudan iletişim, manevi rehberlik sürecinde güven inşa etmek için esastır. Rehberin danışana açık ve dürüst bir şekilde bilgi vermesi, danışanın rehberine olan güvenini pekiştirir. Güvenli bir ortamda danışan, kendini daha rahat ifade eder ve manevi yolculuğunda karşılaştığı zorlukları daha açık bir şekilde paylaşır. Bu durum, rehberin danışana daha etkili bir şekilde yardım etmesine olanak tanır ve manevi sağlığın korunmasına katkı sağlamaktadır. Açık iletişim, danışanın belirsizlikleri ve endişeleri üzerinde çalışmasına ve yaşamına anlam katmasına yardımcı olmaktadır.¹⁰

Geri bildirim, manevi destek sürecinin vazgeçilmez bir parçasıdır. Rehberin danışana düzenli olarak geri bildirimde bulunması, danışanın kendini değerlendirmesine ve gelişimini gözlemlemesine olanak tanır. Yapıcı geri bildirim, danışanın motivasyonunu artırır ve manevi gelişimine katkıda bulunur. Danışan, geri bildirimler sayesinde güçlü ve zayıf yönlerini daha iyi anlar ve manevi sağlığını geliştirmek için gerekli adımları atar. Geri bildirim, rehberin danışanın ilerlemesini izleyerek gerektiğinde yönlendirme yapmasına da olanak tanır. Aktif dinleme, rehberin danışanın söylediklerine tam anlamıyla odaklanmasını ve onu dikkatle dinlemesini gerektirir. Bu, danışanın kendini ifade etme sürecini kolaylaştırır ve rehberin danışanın ihtiyaçlarını daha iyi anlamasını sağlamaktadır. Aktif dinleme, danışanın kendini duyulmuş ve anlaşılmış hissetmesini sağlar, bu da iletişimin etkinliğini artırır.¹¹

Danışan, aktif dinleme sayesinde rehberlik sürecinden daha fazla fayda sağlar ve manevi sağlığını korumak için gerekli destekleri alır. Manevi destek sürecinde kültürel duyarlılık, rehberin danışanın kültürel arka planını ve değerlerini dikkate almasını gerektirir.

⁹ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2013).

¹⁰ M. Demirci, *Sosyal Destek Sistemleri ve Sağlık Üzerindeki Etkileri* (İstanbul: Sağlık ve Toplum Yayınları, 2012).

¹¹ N. Güngör, *Sosyal İlişkiler ve İletişim* (İstanbul: Der Yayınları, 2013).

Kültürel duyarlılık, rehberin danışanın inançlarına, normlarına ve yaşam tarzına saygı göstermesi anlamına gelir. Bu, danışanın rehberle daha güçlü bir bağ kurmasına ve sürecin daha etkili olmasına katkıda bulunur. Farklılıkların anlaşılması, iletişimdeki olası engelleri ortadan kaldırır ve danışanın kendini daha rahat hissetmesini sağlamaktadır. Bu, danışanın manevi sağlığını olumlu yönde etkiler. Duygusal destek, manevi rehberlikte rehberin danışanın duygusal ihtiyaçlarını anlaması ve karşılamaıdır. Duygusal destek, danışanın stresle başa çıkmasına, duygusal dengesini korumasına ve içsel huzurunu sağlamasına yardımcı olmaktadır. Rehber, danışanın duygusal durumunu doğru bir şekilde değerlendirerek, ona uygun duygusal destek sunmalıdır. Bu, danışanın kendini daha iyi hissetmesine ve rehberlik sürecine daha aktif katılmasına katkıda bulunur. Manevi destek ve rehberlik sürecinde etkili iletişim, manevi sağlığın korunması ve geliştirilmesi açısından kritik bir rol oynar. Empatik dinleme, açık ve doğrudan iletişim, geri bildirim, aktif dinleme, kültürel duyarlılık ve duygusal destek, rehber ve danışan arasındaki ilişkiyi güçlendirir ve sürecin etkinliğini artırır. Bu iletişim stratejileri, danışanın kendini ifade etmesini kolaylaştırır, güven duygusunu pekiştirir ve manevi sağlığını olumlu yönde etkiler. Rehber, bu stratejileri etkin bir şekilde kullanarak danışanın ruhsal ve duygusal sağlığını destekler ve ona manevi yolculuğunda rehberlik eder.¹²

2.3.3.Sosyal Destek Üzerindeki Etkileri

Manevi destek ve rehberlik, sosyal destek sistemlerinin güçlenmesine önemli katkılar sağlamaktadır. Sosyal destek, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına ve genel iyilik hallerini korumalarına yardımcı olan önemli bir faktördür. Manevi rehberlik, bireylerin sosyal ağlarını genişletmelerine, topluluklarıyla daha güçlü bağlar kurmalarına ve sosyal destek mekanizmalarından daha etkin bir şekilde faydalanmalarına olanak tanır. Etkili iletişim, sosyal destek sistemlerinin oluşturulmasında ve sürdürülmesinde kritik bir rol oynar. Manevi rehberler, danışanlarıyla empatik ve anlayışlı bir şekilde iletişim kurarak onların duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını daha iyi anlayabilirler.¹³ Bu tür iletişim, danışanların kendilerini daha güvende hissetmelerine ve topluluklarına daha bağlı hissetmelerine yardımcı olmaktadır. Empati, danışanın sosyal destek sistemlerine daha fazla

¹² F. Öz, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* (Ankara: Feryal Matbaası, 2013).

¹³ H. Yavuzer, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2012).

güven duymasını ve bu sistemlerden daha fazla fayda sağlamasını kolaylaştırır. Manevi rehberlikte açık ve dürüst iletişim, sosyal destek sistemlerinin etkinliğini artırır. Rehberin danışanlara net ve anlaşılır bir şekilde bilgi vermesi, danışanların sosyal destek kaynaklarını daha etkili bir şekilde kullanmalarını sağlamaktadır. Açık iletişim, danışanların sosyal ilişkilerini güçlendirir ve sosyal destek sistemlerinin sürdürülebilirliğini artırır. Bu, danışanların sosyal ağlarında daha sağlam ve güvenilir ilişkiler kurmalarına yardımcı olmaktadır.¹⁴

2.3.4. Psikolojik İyilik Hali Üzerindeki Etkileri

Manevi destek ve rehberlik, bireylerin psikolojik iyilik hallerini koruma ve geliştirme süreçlerinde de büyük bir etkiye sahiptir. Psikolojik iyilik hali, bireylerin duygusal, zihinsel ve sosyal sağlığını kapsar ve genel yaşam kalitesini belirler. Manevi rehberlik, bireylerin stresle başa çıkma, duygusal dengeyi sağlama ve yaşamlarına anlam katma süreçlerinde önemli bir rol oynar. Etkili iletişim, psikolojik iyilik halinin korunmasında ve geliştirilmesinde temel bir faktördür. Empatik dinleme, danışanın duygusal ihtiyaçlarını anlamada ve bu ihtiyaçları karşılamada kritik bir rol oynar. Rehber, danışanın duygusal durumunu anlayarak ona uygun destek sunabilir. Bu, danışanın stres ve kaygı düzeylerini azaltır ve duygusal dengesini korumasına yardımcı olmaktadır. Açık ve doğrudan iletişim, danışanın kendini ifade etme sürecini kolaylaştırır ve psikolojik iyilik halini olumlu yönde etkiler. Danışan, rehberine açıkça duygu ve düşüncelerini ifade ettiğinde, içsel çatışmalarını daha kolay çözebilir ve duygusal rahatlama sağlamaktadır. Açık iletişim, danışanın kendine olan güvenini artırır ve psikolojik iyilik halini desteklemektedir. Geri bildirim, psikolojik iyilik halinin sürdürülmesinde önemli bir araçtır. Rehberin danışana düzenli olarak geri bildirimde bulunması, danışanın kendini değerlendirmesine ve gelişimini izlemesine olanak tanır. Yapıcı geri bildirim, danışanın motivasyonunu artırır ve olumlu davranış değişikliklerini teşvik eder. Bu süreç, danışanın psikolojik iyilik halini korumasına ve geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Manevi destek ve rehberlikte etkili iletişim, hem sosyal destek sistemlerinin güçlenmesine hem de bireylerin psikolojik iyilik hallerinin korunmasına ve geliştirilmesine önemli katkılar sağlamaktadır.¹⁵

¹⁴ F. Korkut, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik* (Ankara: Anı Yayıncılık, 2005).

¹⁵ M. Erden, *Öğretmenlik Mesleğine Giriş* (İstanbul: Alkım Yayınları, 2010).

3.BULGULAR

3.1.Bireylerin Manevi Destek Ve Rehberlik Hizmetlerine Katılma Motivasyonu

Manevi destek ve rehberlik hizmetlerine yönelik motivasyonların incelenmesi sonucunda, bireylerin zorlu yaşam olayları karşısında içsel bir denge arayışında oldukları ve bu tür hizmetlerden yararlanarak ruhsal bir destek sağlama ihtiyacı duydukları anlaşılmaktadır. Manevi rehberlik hizmetlerinin, bireylerin kendi yaşam deneyimlerini anlamlandırmalarına katkıda bulunarak, karşılaştıkları zorluklarla daha güçlü bir şekilde başa çıkmalarını sağladığı gözlemlenmiştir. Özellikle bazı bireylerin içsel huzura ulaşmak ve kendilerini daha derinlemesine anlamak amacıyla bu hizmetlere yöneldiklerini ifade etmeleri, manevi destek arayışının bireysel farkındalığı artıran önemli bir süreç olduğunu göstermektedir. Bu noktada manevi rehberliğin bireylerin hayatlarına anlam katması ve ruhsal destek sağlama, katılımcıların huzur arayışlarına yönelik önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir. Bu hizmetlerin sunduğu en önemli işlevlerden biri, bireylerin yaşadığı duygusal zorluklarla başa çıkmalarına ve bu süreçte kendilerini yalnız hissetmemelerine yardımcı olmaktır. Günümüzde artan stres faktörleri ve duygusal yükler, bireylerin yalnızlık hislerini tetiklemekte ve kendilerini ifade etmelerini zorlaştırmaktadır. Manevi rehberlik hizmetlerinin bireyler için bir güven ve dayanışma ortamı sunduğu, danışanların yaşamlarında karşılaştıkları zorlukları paylaşabildikleri bir platform oluşturduğu gözlemlenmektedir. Bu tür bir destek, bireylerin duygusal yüklerini hafifletmekte ve onların kendilerini daha rahat ifade etmelerine olanak tanımaktadır. Özellikle zorlu dönemlerde birine danışma ihtiyacı duyan bireyler, bu süreçte yalnız olmadıklarını hissederek ruhsal olarak rahatlamaktadırlar. Rehberlik hizmetlerinin sunduğu bu güven verici ortam, bireylerin yaşadıkları duygusal sorunlara daha sağlıklı çözümler bulmalarına katkı sağlamaktadır. Bir diğer gözlemlenen önemli motivasyon ise, hayatın anlamını ve amacını bulma arayışıdır. İnsanlar yaşamlarının farklı dönemlerinde kendilerini daha derinlemesine sorgulama ihtiyacı hissetmekte, hayatlarına anlam katmak istemektedirler.¹⁶ Bu süreçte manevi destek hizmetlerinin bireylerin yaşamlarına dair daha derin anlamlar bulmalarına yardımcı olduğu ve kendilerini yeniden keşfetme sürecinde onlara rehberlik ettiği anlaşılmaktadır. Manevi rehberlik hizmetleri, bireylerin hayatlarına dair bir bütünlük sağlama yolunda önemli bir destek sunmaktadır. Bu

¹⁶ Gül Oğuzhan, Gül Zeynep Aydın ve Oğuz Yılmaz, "Hastanelerde Manevi Destek Hizmetleri Üzerine Bir Araştırma," *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi* 6/2 (2020): 473-484.

sayede bireyler, yaşadıkları zorlukları daha anlamlı bir çerçevede değerlendirebilmekte ve içsel huzurlarını koruma yolunda önemli adımlar atmaktadırlar. Yaşamın anlamını bulma arayışında manevi destek alan bireylerin, maneviyat ile daha güçlü bağlar kurarak kendilerini daha iyi tanıdıkları ve yaşamlarına dair daha derin bir içsel denge kazandıkları gözlenmektedir.

Bireylerin karşılaştıkları zorlu durumlar karşısında sağlıklı kararlar verebilme ihtiyacı da manevi rehberlik hizmetlerinin önemini ortaya koymaktadır. Rehberlik hizmetlerinin bireylerin yaşamlarında doğru kararlar almasına katkı sağladığı, bu sayede daha sağlıklı bir yaşam dengesine ulaşmalarına olanak tanıdığı gözlemlenmektedir. Bireyler, yaşadıkları olayları daha objektif bir şekilde değerlendirme ve içsel bir rehberlik kazanma imkanı bulmakta, bu süreçte kendilerini daha güçlü hissetmektedirler. Zorlu durumlarla karşılaştıklarında rehberlik hizmetlerinden yararlanan bireylerin, daha sağlıklı ve dengeli kararlar alarak yaşamlarına devam ettikleri anlaşılmaktadır. Manevi destek hizmetleri, bireylerin olaylara daha geniş bir perspektiften bakmalarını sağlayarak, aldıkları kararların etkileriyle daha barışık olmalarına katkı sunmaktadır. Böylece manevi destek hizmetleri, bireylerin stresle başa çıkma becerilerini artırmakta ve onları ruhsal olarak daha dayanıklı hale getirmektedir. Bireylerin kendilerini ve çevrelerini daha iyi tanıma arzusu da manevi destek ve rehberlik hizmetlerine katılımı önemli bir etkidir. Manevi rehberlik hizmetlerinin, bireylerin kendilerini daha derinlemesine tanımalarına katkı sağladığı ve bu süreçte kendilerine dair yeni keşiflerde buldukları anlaşılmaktadır. Bu rehberlik süreci, bireylerin kendi içsel dünyalarına yönelik farkındalıklarını artırarak yaşamlarına yeni bir bakış açısı kazandırmakta ve ruhsal gelişimlerini desteklemektedir. Bireyler, manevi destek hizmetleri sayesinde içsel güçlerini keşfetmekte ve kendilerini geliştirme sürecinde önemli adımlar atmaktadırlar. Bu tür rehberlik hizmetlerinin sunduğu içsel farkındalık, bireylerin kendilerini ve çevrelerini daha iyi anlamalarına, hayatlarına yönelik yeni değerler edinmelerine olanak sağlamaktadır.¹⁷

Genel olarak değerlendirildiğinde, manevi destek ve rehberlik hizmetlerinin bireylerin hayatlarına denge ve anlam katma, zorluklarla başa çıkma ve ruhsal olarak güçlenme gibi pek çok olumlu etki yarattığı söylenebilir. Bu hizmetler, bireylerin içsel dünyalarına yönelik

¹⁷ İlker Yenen, "Türkiye'de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Literatürü Üzerine Bibliyografik Bir Çalışma," *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 46 (2017): 157-219.

farkındalıklarını artırmakta, onlara duygusal destek sunarak günlük yaşamın streslerinden korunmalarına yardımcı olmaktadır. Manevi destek hizmetlerinin bireylerin hayatlarında böylesi çok yönlü ve işlevsel bir yapı sunması, onların yaşamlarını daha bilinçli ve huzurlu bir şekilde sürdürmelerine imkan tanımaktadır. Bu çerçevede manevi destek hizmetlerinin, toplumdaki bireylerin ruhsal sağlığına ve yaşam kalitesine önemli katkılar sunduğu görülmektedir.¹⁸

3.2.Bu Hizmetlerde En Önemli İletişim Kanalları Ve Yöntemleri

Manevi destek ve rehberlik hizmetlerinde kullanılan iletişim kanallarının değerlendirilmesi, bu süreçte farklı ihtiyaç ve durumlara göre çeşitli iletişim yöntemlerinin öne çıktığını göstermektedir. En önemli iletişim kanalı olarak yüz yüze görüşmelerin sıklıkla tercih edildiği gözlemlenmektedir. Yüz yüze görüşmeler, danışan ve rehber arasında derin bir bağ kurulmasını sağlamakta ve iletişimin çok daha etkili bir şekilde gerçekleşmesine olanak tanımaktadır. Bireylerin duygu ve düşüncelerini doğrudan ifade edebildikleri bu görüşmeler, iletişim sürecinde jest ve mimiklerin de rol oynamasıyla beraber daha samimi ve içten bir ortam sunmaktadır. Bu iletişim biçiminin, danışanın kendini güvende hissetmesini sağladığı ve manevi destek sürecinde çok değerli bir kanal olarak öne çıktığı değerlendirilmektedir. Özellikle karmaşık duyguların ve derin ruhsal konuların ele alındığı yüz yüze görüşmeler, danışanların ihtiyaçlarına en iyi yanıt veren yöntem olarak görülmektedir.¹⁹

Geleneksel yüz yüze görüşmelere ek olarak online platformlar üzerinden yapılan video konferansların da etkili bir alternatif sunduğu anlaşılmaktadır. Uzak mesafelerde bulunan bireyler için bu yöntem, yüz yüze görüşmelerin sağlayabileceği avantajlara benzer özellikler sunmakta ve danışan ile rehber arasında etkili bir bağ kurulmasını sağlamaktadır. Online görüşmeler, özellikle ulaşım gibi fiziksel engellerin aşıldığı bir iletişim yöntemi olarak dikkat çekmektedir. Bu yöntem, bireylerin rehberlik hizmetlerine kolayca erişmelerine olanak tanımakta ve coğrafi uzaklıkların manevi destek arayışına engel olmasını önlemektedir. Dijital platformlar aracılığıyla gerçekleştirilen bu görüşmelerde, danışanların kendilerini ifade

¹⁸ Bedrettin Kesgin ve Metin Erdem, "Türkiye’de Manevi Destek Hizmetlerinin Kurumsallaşması," *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 8/16 (2018): 69-92.

¹⁹ Halime Hilal Taşkın ve Özer Çetin, "Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Akademik Başarı ve Sınav Kaygısı Üzerindeki Etkisi: Lise Öğrencileri Üzerine Bir Uygulama," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 9-38.

edebilme kapasiteleri korunmakta ve aynı zamanda hizmetin geniş bir kitleye erişebilmesi sağlanmaktadır.²⁰

Telefon görüşmeleri ise hızlı ve pratik bir iletişim aracı olarak öne çıkmaktadır. Bu kanal, özellikle anlık rehberlik gereksinimlerinde hem danışan hem de rehber için acil bir iletişim ortamı sunmaktadır. Telefon görüşmeleri, bireylerin kendilerini rahatça ifade edebilmelerini sağlarken, iletişim sürecinin anında gerçekleşmesi sayesinde önemli bir zaman avantajı sunmaktadır. Bu nedenle, kısa süreli ve acil durumlar için telefon görüşmeleri, manevi destek hizmetlerinde sıkça tercih edilen bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Aynı zamanda telefon görüşmeleri, bireylerin ses tonlarına yansıyan duygu ve düşüncelerle daha samimi bir iletişim imkanı sunduğundan, rehber ve danışan arasında hızlı bir bağlantı kurmaktadır.²¹

E-posta gibi yazılı iletişim yöntemleri, danışanın duygu ve düşüncelerini daha detaylı bir şekilde ifade edebilmesi açısından önemlidir. Yazılı iletişim, bireylerin iç dünyalarını daha dikkatli ve düşünülerek aktarmalarına imkan tanımakta, bu sayede rehberlik süreci derinleşmektedir. E-posta ile sağlanan bu yazılı iletişim, bireylerin ruhsal durumlarını gözden geçirerek ifade etmelerine ve rehberin bu ifadeler üzerinden daha detaylı geri dönüşlerde bulunmasına olanak tanımaktadır. Yazılı iletişimin bireylerin kendilerini düşünerek ifade edebildikleri bir ortam sunması, bu yöntemi özel kılmakta ve özellikle zaman kısıtlaması olmayan durumlarda daha etkili bir hale getirmektedir.²²

Dijital mesajlaşma uygulamaları da manevi destek süreçlerinde sıkça kullanılan bir diğer iletişim kanalı olarak dikkat çekmektedir. WhatsApp gibi hızlı mesajlaşma uygulamaları, rehberlik hizmetlerinin daha erişilebilir hale gelmesine katkı sağlamakta ve kısa, acil konularda hızlı bir iletişim imkanı sunmaktadır. Bu tür uygulamalar, bireylerin duygu ve düşüncelerini anında paylaşmalarına ve rehberin hızlı geri dönüş yapabilmesine olanak tanımaktadır. Mesajlaşma uygulamaları, bireylerin rehberle sürekli bağlantıda kalmalarını sağlamakta ve böylece danışanların ihtiyaç duyduklarında kolayca destek

²⁰ Deniz Koç ve Fatümetül Zehra Gültaş, "Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları (2016-2020) Üzerine Bir SWOT Analizi," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 39-74.

²¹ Erhan Tunç, "Covid-19 Pandemi Döneminde Öğretmenlerin Manevi Kaynakları ve Mental İyi Oluşları," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 75-96.

²² Firdevs Canşı, "Psikoterapi Sürecinde Manevi Temelli Müdahaleler," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 97-111.

alabilmelerine katkıda bulunmaktadır. Grup terapileri ve atölye çalışmaları gibi yüz yüze etkinlikler de önemli bir iletişim yöntemi olarak değerlendirilmektedir. Bu tür etkinlikler, bireylerin ortak sorunları paylaştıkları ve birbirlerinden destek aldıkları bir ortam sunduğundan, manevi rehberlik sürecinde özel bir yere sahiptir. Bireylerin benzer deneyimlere sahip insanlarla bir araya gelmeleri, manevi destek sürecinde güven duygusunu pekiştirmekte ve bireylerin birbirinden öğrenme sürecini desteklemektedir. Grup terapileri, danışanların kendilerini ifade etme kapasitelerini artırmakta ve farklı bakış açılarıyla içsel gelişimlerine katkı sağlamaktadır. Sosyal medya platformları da özellikle genç kesim için manevi destek ve rehberlik hizmetlerinde öne çıkan bir diğer iletişim kanalıdır. Sosyal medyanın erişilebilirliği, rehberlik hizmetlerinin daha geniş bir kitleye ulaşmasını sağlamakta ve manevi destek arayışında olan gençlerin bu platformlardan yararlanabilmelerine olanak tanımaktadır. Sosyal medya aracılığıyla sağlanan rehberlik, özellikle kısa bilgilendirici içerikler ve yönlendirmeler ile danışanlara destek sağlamaktadır. Bireylerin hızlı ve pratik bir şekilde bilgiye ulaşmalarına olanak tanıyan sosyal medya, manevi rehberlik açısından genç neslin ilgisini çeken bir araç olarak öne çıkmaktadır. Telefon mesajları gibi hızlı iletişim araçları da kısa bilgi aktarımı ve acil hatırlatmalar açısından önem taşımaktadır. Özellikle randevu hatırlatmaları, acil bildirimler ve kısa açıklamalar için telefon mesajları, rehberlik sürecinin daha düzenli ilerlemesine katkıda bulunmaktadır. Mesajların kısa ve öz olması, bilgi aktarımının verimliliğini artırmakta ve danışan ile rehber arasında sürekli bir iletişim bağı kurmaktadır. Bu iletişim şeklinin günlük rehberlik hizmetlerinde pratik ve işlevsel bir kanal sunduğu gözlemlenmektedir. Podcast ve web seminerleri gibi dijital içerikler geniş kitlelere ulaşmak ve bilgilendirici içerikler sunmak açısından oldukça etkili bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Bu dijital araçlar, bireylerin kendi zamanlarında ve kendi hızlarında bilgiye erişmelerini sağlamakta, öğrenme sürecini daha esnek hale getirmektedir. Podcast'ler ve web seminerleri, kapsamlı konuların derinlemesine ele alınmasına olanak tanımakta ve danışanlara rehberlik hizmetlerini geniş bir çerçevede sunmaktadır.²³

3.3.Manevi Destek Ve Rehberlik Sürecinde Alınan Geri Bildirimler

Manevi destek ve rehberlik sürecinde alınan geri bildirimlerin bireylerin ruhsal gelişiminde derin etkiler bıraktığı gözlemlenmektedir. Bu geri bildirimlerin, katılımcıların

²³ Elif Hut ve Ali Rıza Aydın, "Bakım Veren Hasta Yakınlarının Manevi Destek İhtiyaçları: Karma Yöntem Bir Araştırma," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 113-135.

kendilerini tanımalarına olanak sağladığı ve ruhsal gelişimlerine olumlu katkılar sunduğu anlaşılmaktadır. Rehberlerin verdikleri öneri ve geri bildirimler, bireylerin yaşamlarına yeni bir bakış açısı kazandırmakta ve kendilerini daha iyi anlamalarına yardımcı olmaktadır. Bu süreçte rehberden alınan yapıcı ve geliştirici yorumlar, bireylerin kendi içsel dünyalarına yönelik farkındalıklarını artırmakta, onları daha bilinçli ve farkındalığı yüksek bireyler haline getirmektedir. Özellikle kendine yönelik anlayışını geliştirme noktasında geri bildirimlerin önemi, ruhsal rehberlik sürecinin en dikkat çeken unsurlarından biridir. Geri bildirimlerin, bireylerde önemli bir motivasyon kaynağı olduğu da dikkat çekmektedir. Olumlu geri bildirimler, danışanların kendilerine olan güvenini artırmakta ve kişisel gelişim süreçlerinde onları cesaretlendirmektedir. Rehberlik sürecinde alınan olumlu yorumların bireyler üzerinde motive edici bir etkisi bulunmaktadır; bu yorumlar, danışanların daha iyi bir insan olma yolunda kendilerini geliştirmeleri için güçlü bir destek sunmaktadır. Kişisel hedeflerine ulaşmada cesaret verici yorumlar almanın, danışanların kararlılığını ve motivasyonunu artırdığı anlaşılmaktadır. Bu destekleyici geri bildirimlerin bireylerin hedeflerine ulaşma yolundaki azim ve iradelerine katkı sağladığı, onları daha güçlü bir şekilde ilerlemeye teşvik ettiği görülmektedir.²⁴

Özellikle rehberden alınan geri bildirimlerin zorluklarla başa çıkma becerilerini geliştirdiği gözlemlenmiştir. Yaşamın getirdiği zorluklara karşı bireylerin daha dirençli olmalarını sağlayan bu geri bildirimler, kişisel gelişim sürecinde oldukça etkili bir rol oynamaktadır. Bireylerin, rehberlerinden aldıkları yapıcı eleştiriler sayesinde problem çözme yeteneklerini geliştirdikleri ve duygusal dengeyi koruma noktasında destek aldıkları anlaşılmaktadır. Bu tür geri bildirimler, bireylerin karşılaştıkları zorlukları daha kolay bir şekilde ele almalarına olanak tanımakta ve onlara problem çözme becerileri kazandırmaktadır. Böylece bireyler, rehberlik süreci boyunca kendilerini daha güçlü ve dayanıklı hissetmekte, zorluklar karşısında ayakta kalabilmek için gerekli olan ruhsal direnci kazanmaktadırlar. Geri bildirimlerin bireylerin karar verme süreçlerinde olumlu bir etkisi olduğu görülmektedir. Rehberlerin önerileri doğrultusunda daha sağlıklı ve dengeli kararlar alma eğilimi gösteren bireyler, bu süreçte rehberin içgörülerinden yararlanarak yaşamlarına dair önemli adımlar atmaktadırlar. Aldıkları geri bildirimler doğrultusunda bilinçli bir şekilde hareket eden

²⁴ Mustafa Koç, "Türk Üniversitelerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Alanındaki İlk Kurumsallaşma Deneyimleri: BAÜN-MADMER (2014-2021) & BAÜN-MAPDAT (2015-2021) Üzerine Bir Araştırma," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 137-208.

danışanlar, daha tutarlı ve kendilerine uygun kararlar alabilmektedirler. Geri bildirimlerin, bireylerin yaşamlarında daha bilinçli ve kararlı olmalarına katkı sunduğu ve karar verme sürecinde önemli bir rehber niteliği taşıdığı söylenebilir. Bu yönüyle rehberlik sürecinde alınan geri bildirimler, bireylerin kendilerini geliştirme ve kararlarını daha sağlam temellere dayandırma yolunda güçlü bir araç olarak değerlendirilmektedir.²⁵

Bireylerin rehberlik sürecinde aldıkları geri bildirimler, onların kişisel farkındalıklarını artırmakta ve zayıf yönlerini geliştirmeleri için bir fırsat sunmaktadır. Özellikle zayıf yönlerine yönelik aldıkları yapıcı eleştiriler, bireylerin kendilerini daha objektif bir bakış açısıyla değerlendirmelerine yardımcı olmaktadır. Bu değerlendirmeler, danışanların kendilerini daha bilinçli bir şekilde tanımalarını sağlamakta ve eksikliklerini giderme konusunda onlara yol göstermektedir. Rehberin bu tür farkındalık kazandıran yorumları, bireylerin kendilerini daha iyi anlamalarına ve geliştirmelerine olanak tanımakta, onları daha bilinçli bireyler haline getirmektedir. Böylece danışanlar, kendilerine dair farkındalıklarını geliştirerek yaşamlarını daha bilinçli bir şekilde sürdürme fırsatı bulmaktadırlar. Aldıkları geri bildirimlerin bireylerin yaşam kalitelerini artırdığı da dikkat çekmektedir. Rehberlik sürecinde alınan destekleyici yorumlar, danışanların günlük yaşamlarında daha mutlu ve huzurlu olmalarını sağlamaktadır. Bireyler, rehberlerinden aldıkları pozitif geri bildirimlerle kendilerini daha iyi hissederken, bu durum onların ruhsal dengesini koruma ve yaşam kalitesini artırma açısından önemli bir etkidir. Bu geri bildirimlerin, bireylerin günlük yaşamlarına yansıyan olumlu etkileri, manevi rehberlik sürecinin bireylerin yaşamına yaptığı katkıyı gözler önüne sermektedir. Rehberlik sürecinin bireylerin yaşamlarına getirdiği bu pozitif dönüşüm, onların daha sağlıklı bir ruh haline sahip olmalarına yardımcı olmaktadır. Geri bildirimlerin bireylerin iletişim becerilerini geliştirdiği gözlemlenmektedir. Rehberin yönlendirmeleri doğrultusunda daha açık ve etkili bir iletişim kurmayı öğrenen bireyler, sosyal ilişkilerinde de bu becerileri kullanabilmektedirler. Geri bildirimler aracılığıyla kendilerini daha doğru ifade etme becerisi kazanan bireylerin, empati yeteneklerini de geliştirdikleri görülmektedir. Rehberin verdiği içgörüler, bireylerin başkalarını daha iyi anlamalarına yardımcı olmakta ve ilişkilerinde daha anlayışlı olmalarını sağlamaktadır. Bu

²⁵ Hişyar Dilan ve Hasan Kayıklık, "Manevi Danışmanlıkta Varoluşçu Psikoterapi Tekniği," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 39-66.

geri bildirimler sayesinde bireyler, sosyal çevrelerinde daha güçlü bir iletişim ve empati kapasitesine sahip olarak ilişkilerini güçlendirmektedirler.²⁶

3.4.İletişim Tarzı Veya Yöntemi, Aldığımız Manevi Destek Ve Rehberliğin Etkinliğini Nasıl Etkiliyor?

Manevi destek ve rehberlik sürecinde kullanılan iletişim tarzı ve yöntemi, bu desteğin etkinliğini doğrudan etkileyen temel unsurlardan biridir. Rehberin empati dolu ve açık bir iletişim tarzına sahip olması, danışanların kendilerini daha rahat ifade etmelerine olanak tanımaktadır. Bu tür bir iletişim yaklaşımı, danışanların ruhsal süreçlerini paylaşmalarını kolaylaştırmakta ve daha derin paylaşımlar yapmalarına zemin hazırlamaktadır. Rehberin, danışanın hislerini anladığını ifade eden sözleri ve yaklaşımı, danışanın içsel huzurunu ve güvenini pekiştirmekte, böylece rehberlik sürecinin etkisini artırmaktadır. Bu durum, manevi destek sürecinde bireylerin kendilerini daha güvende hissetmelerine, duygularını açıklıkla ifade etmelerine imkan tanımaktadır.²⁷

Doğrudan ve samimi bir iletişim tarzı, manevi destek sürecinin anlamını derinleştirmekte ve danışanın bu destekten daha fazla faydalanmasını sağlamaktadır. Rehberin doğrudan bir iletişim yöntemi kullanarak sorunları açık bir şekilde ele alması, danışanın konularını rahatlıkla ifade etmesine yardımcı olmaktadır. Danışanın, rehberin içten ve doğrudan yönlendirmeleri sayesinde ruhsal olarak daha dengeli bir yol izlediği gözlemlenmektedir. Bu tür bir iletişim, rehberlik sürecinde karşılıklı güven ve dürüstlüğe dayanan bir ilişkinin kurulmasına olanak tanımakta ve süreci daha anlamlı hale getirmektedir. Doğrudan bir iletişim tarzı, rehberin danışanın ihtiyaçlarına daha net bir şekilde yanıt vermesini sağlamaktadır.²⁸

Yüz yüze iletişimin manevi destek sürecindeki etkisi oldukça büyüktür. Bireyler, rehberin beden dili ve ses tonunu duyduklarında, rehberlik sürecinin çok daha etkili hale geldiğini belirtmektedir. Yüz yüze görüşmeler, manevi desteği derinleştirirken aynı zamanda

²⁶ M. Saliha Kars ve Naci Kula, "Bireysel ve Hastalık Kaynaklı Etkenler Bağlamında Hastanelerdeki Manevi Destek Hizmetinin Psiko-Sosyal Uyuma Etkisi," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 67-100.

²⁷ Zeynep Karlık, "Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Kriz Terapisinin Temelleri," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 101-130.

²⁸ Tuğrul Niyazibeyoğlu, "Lise Öğrencilerinde Tanrı Algısı, İnsani Değerler ve Öz-Yeterlik: Uygulamalı Bir Manevi Danışmanlık Çalışması," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 131-151.

danışanların kendilerini daha rahat hissetmelerine katkı sağlamaktadır. Yüz yüze iletişimde jest ve mimiklerin varlığı, danışanın rehberin gerçek ilgisini hissetmesini sağlamakta ve iletişimi güçlendirmektedir. Bu tür bir iletişim, manevi destek sürecinin samimi bir ortamda sürdürülmesine katkıda bulunmakta, danışanın kendini güvende hissetmesine olanak tanımaktadır. Yüz yüze iletişim, rehberin danışanın ihtiyaçlarını daha doğru anlamasına ve ona daha etkili rehberlik sunmasına yardımcı olmaktadır. Online görüşmeler ise manevi destek hizmetlerini daha erişilebilir hale getiren bir iletişim yöntemidir. Özellikle mesafe ve zaman sınırlamalarının ortadan kalkması, rehberlik sürecinin daha esnek bir şekilde yürütülmesine olanak tanımaktadır. Ancak online görüşmelerde zaman zaman yaşanan teknolojik aksaklıklar, iletişim kalitesini olumsuz etkileyebilmekte ve danışanın kendini ifade etmesini zorlaştırabilmektedir. Buna rağmen, dijital platformların sunduğu erişim kolaylığı, bireylerin manevi destek ve rehberlik hizmetlerine kolayca ulaşmalarını sağlamakta ve onların ruhsal süreçlerine destek sunmaktadır. Online görüşmeler, danışanın rehberle düzenli iletişimde kalmasını sağlamakta ve destek sürecinin devamlılığı açısından önemli bir katkı sunmaktadır. Telefon görüşmeleri, hızlı ve anlık bir iletişim sağladığı için acil durumlarda oldukça avantajlı bir iletişim kanalı olarak öne çıkmaktadır. Rehberle telefon üzerinden yapılan görüşmeler, danışanın yaşadığı duygusal zorluklarla başa çıkmasına anında destek sunmakta ve manevi destek sürecinin sürekliliğini sağlamaktadır. Telefon görüşmelerinin sağladığı hızlı iletişim, bireylerin duygusal anlarında rahatlama bulmalarına ve rehberin önerilerini hızla uygulamaya koymalarına yardımcı olmaktadır. Bu tür iletişim, danışanın kendini ifade etme kolaylığı sağladığı gibi rehberin de anlık yönlendirmeler yapmasına imkan tanımaktadır. E-posta ile yapılan yazılı iletişim, danışanın düşüncelerini daha organize ve detaylı bir şekilde ifade etmesine imkan tanımakta, rehberlik sürecinde kalıcı bir iletişim aracı sunmaktadır. Yazılı olarak alınan geri bildirimlerin gerektiğinde tekrar okunabilmesi, danışanın süreci daha sağlıklı bir şekilde değerlendirmesine ve kendi üzerinde düşünmesine yardımcı olmaktadır. E-posta yoluyla yapılan iletişim, danışanın içsel süreçlerini ifade etmesine olanak tanıırken, rehberin de danışana yönelik detaylı ve derinlemesine bir rehberlik sunmasını sağlamaktadır. Yazılı iletişim, manevi destek sürecinin kalıcı bir hafızasını oluşturarak bireylerin gelişim sürecinde etkili bir rol oynamaktadır.²⁹

²⁹ Halime Hilal Taşkın, "Yaşlı Manevi Danışmanlığında Psikoterapi Tekniği Olarak Manevi Anımsama Terapisi," *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 9-38.

Grup terapileri, farklı bakış açılarından faydalanma fırsatı sunan etkili bir iletişim yöntemi olarak dikkat çekmektedir. Diğer katılımcıların deneyimlerini dinlemek, bireylerin kendi sorunlarına daha geniş bir çerçeveden bakmalarına ve kendilerini değerlendirmelerine olanak tanımaktadır. Grup terapilerinde bireylerin benzer deneyimlerden güç almaları ve destek bulmaları, manevi destek sürecini daha anlamlı kılmaktadır. Bu tür bir iletişim ortamı, bireylerin empati becerilerini geliştirirken, onların kendilerini daha iyi anlamalarına ve kendi deneyimlerine farklı açılardan bakmalarına katkı sunmaktadır. Anlık ve sürekli bir iletişim sağlama potansiyeli sunan WhatsApp ve mesajlaşma uygulamaları, bireylerin günlük hayatta karşılaştıkları sorunlarla başa çıkmalarına destek olmaktadır. Bu uygulamalar aracılığıyla hızlı ve etkili çözümler üreten rehberlik, bireylerin manevi destek sürecinde yanlarında bir destekçi hissetmelerini sağlamaktadır. Mesajlaşma uygulamaları, günlük yaşamda karşılaşılan küçük sorunların anında çözülmesine olanak tanımakta ve danışanların her an destek alabilmelerini sağlamaktadır. Kısa mesajlarla sağlanan bu iletişim, rehberlik sürecinin sürekli ve kesintisiz ilerlemesine katkıda bulunmaktadır. Sosyal medya üzerinden sağlanan rehberlik, genç bireyler için daha çekici ve erişilebilir bir yöntem olarak öne çıkmaktadır. Sosyal medya platformları, geniş bir kitleye hitap etme potansiyeli ile manevi destek hizmetlerinin toplumun farklı kesimlerine ulaşmasını sağlamaktadır. Bu platformlarda yapılan bilgilendirici paylaşımlar ve canlı yayınlar, topluluk hissi yaratmakta ve bireylerin manevi rehberlik sürecine katılımlarını teşvik etmektedir. Sosyal medya aracılığıyla sağlanan rehberlik hizmetleri, bireylerin manevi destek sürecinde topluluk hissi kazanmalarına katkı sunmakta ve genç neslin ilgisini çekmektedir. Podcast ve web seminerleri gibi dijital içerikler, bilgilendirici ve eğitici bir nitelik taşıyarak manevi destek sürecine katkı sağlamaktadır. Bireylerin bu içeriklere kendi zamanlarında erişebilmeleri, öğrenme sürecini daha esnek hale getirmekte ve bireylerin kişisel gelişimlerini desteklemektedir. Rehberin sunduğu podcast ve seminerler, bireylerin ihtiyaç duydukları bilgilere ulaşmalarını sağlamakta ve onların kendilerini geliştirme sürecine katkı sunmaktadır. Dijital içerikler, bireylerin içsel gelişimlerine yönelik yeni bilgiler edinmelerini sağlamaktadır.³⁰

³⁰ Gül Oğuzhan, Gül Zeynep Aydın ve Oğuz Yılmaz, "Hastanelerde Manevi Destek Hizmetleri Üzerine Bir Araştırma," *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi* 6/2 (2020): 473-484.

3.5.Manevi Destek Sürecinde En Çok Hangi Konularda İletişim Kurma İhtiyacı Hissediliyor ?

Manevi destek sürecinde bireylerin en çok iletişim kurma ihtiyacı hissettikleri konular incelendiğinde, kendini anlama ve duygusal çözümlenmeler üzerinde durma gereksinimlerinin ön planda olduğu gözlemlenmektedir. Rehberle yapılan görüşmeler, bireylerin içsel huzuru yakalama ve yaşadıkları yoğun duyguları anlamlandırma sürecinde onlara destek sunmaktadır. Bu derinlemesine yapılan konuşmalar, danışanların kendi iç dünyalarına yönelik farkındalık kazanmalarına ve ruhsal dengeyi sağlama yolunda önemli bir rehberlik görevi görmektedir. İçsel karmaşa ve duygusal belirsizlik yaşayan bireyler, bu süreci rehberle detaylı bir şekilde ele alarak daha dengeli bir ruhsal yapıya ulaşabilmektedirler. Rehberin sağladığı destek, bireylerin kendilerini daha iyi tanımalarına ve ruhsal anlamda gelişmelerine katkıda bulunmaktadır.³¹

Zorlayıcı yaşam olayları karşısında başa çıkma stratejileri geliştirmek de bireylerin iletişim kurma ihtiyaçları arasında dikkat çekici bir konudur. Hayatın getirdiği zorluklar karşısında nasıl daha dirençli olunabileceğini ve bu zorluklarla başa çıkmada hangi yöntemlerin kullanılabileceğini rehberle ele almak, bireyler için büyük bir destek kaynağı olmaktadır. Rehberin sunduğu stratejik yönlendirmeler ve öneriler, bireylerin zorlu dönemlerde duygusal olarak daha güçlü kalmalarını ve kendilerine güvenlerini korumalarını sağlamaktadır. Bu süreçte rehberin desteği, danışanların ruhsal olarak dayanıklı bir yapıya sahip olmalarına katkı sağlamakta ve zorlayıcı durumlarla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır. Bireylerin gelecekle ilgili belirsizlikler ve kaygılar konusunda rehberden destek almaları, onların geleceğe dair daha net bir perspektif geliştirmelerine olanak tanımaktadır. Özellikle kariyer hedefleri ve kişisel gelişim süreçlerine dair endişe taşıyan bireyler, rehberleriyle yaptıkları detaylı görüşmeler sayesinde gelecek planlarını daha bilinçli bir şekilde şekillendirebilmektedirler. Bu tür iletişim, bireylerin belirsizlikler karşısında daha emin adımlar atmaları ve geleceğe dair güven duymalarını sağlamaktadır. Rehberin sunduğu rehberlik, bireylerin kişisel hedeflerine ulaşmalarında daha kararlı olmalarına ve kariyerleriyle ilgili daha sağlam temeller üzerine kurulu bir yol izlemelerine yardımcı olmaktadır. Ailevi ilişkiler ve sosyal bağlar konularında destek arayan bireyler için rehberle kurulan iletişimin önemi büyüktür. Aile içi iletişim sorunları, arkadaş ilişkilerinde yaşanan güçlükler ve sosyal çevreyle etkileşimde karşılaşılan problemler,

³¹ Oğuzhan, Aydın ve Yılmaz, "Hastanelerde Manevi Destek Hizmetleri," 480

danışanların ruhsal dengesini etkileyen konular arasında yer almaktadır. Rehberle yapılan bu konuşmalar, bireylerin ilişkilerini daha sağlıklı ve dengeli bir hale getirmelerine olanak tanımaktadır. Rehberin sunduğu öneriler doğrultusunda, danışanlar sosyal ilişkilerinde daha bilinçli bir tutum sergilemekte ve çevreleriyle daha uyumlu ilişkiler kurabilmektedir. Bu tür iletişim, bireylerin sosyal çevrelerinde güvenli bağlar kurmalarını ve ilişki yönetiminde daha başarılı olmalarını desteklemektedir. İletişim becerilerini geliştirme ihtiyacı hisseden bireylerin de rehberlerinden destek aldıkları görülmektedir. Topluluk önünde kendini ifade etme ve sosyal ortamlarda daha rahat konuşabilme becerilerini artırmak isteyen bireyler, rehberlerinden aldıkları destekle iletişim kapasitelerini geliştirme fırsatı bulmaktadırlar. Rehberle yapılan bu tür görüşmeler, danışanların kendilerini daha açık ve etkili bir şekilde ifade etmelerine katkı sağlamakta, böylece iletişim becerilerini geliştirme sürecine rehberlik etmektedir. Bu süreçte bireyler, kendilerini topluluk önünde daha rahat hissederek özgüven kazanmaktadırlar. Hayatın anlamını ve amacını bulma sürecinde rehberle iletişim kurma ihtiyacı, manevi destek sürecinin önemli bir boyutunu oluşturmaktadır. Yaşamına anlam katma arayışında olan bireyler, rehberleriyle yaptıkları derinlemesine konuşmalar sayesinde hayatlarına dair daha anlamlı bir perspektif geliştirebilmektedirler. Rehberin sunduğu bakış açısı, bireylerin yaşamlarına yönelik yeni anlamlar keşfetmelerine olanak tanımakta ve onları ruhsal olarak tatmin edici bir sürece yönlendirmektedir. Bu tür rehberlik, danışanların yaşam amaçlarına dair içsel bir denge kurmalarına katkı sunmakta ve manevi anlamda zenginleşmelerini sağlamaktadır.³²

İçsel barış ve çevreyle uyumlu ilişkiler kurma konusunda rehberle iletişim kurma ihtiyacı, danışanların manevi destek sürecindeki diğer bir önemli boyuttur. İçsel çatışmalarını çözümlenmek ve çevrelerindeki insanlarla daha uyumlu ilişkiler geliştirmek isteyen bireyler, rehberlerinden aldıkları destekle ruhsal dengelerini sağlamaktadırlar. Bu tür iletişim, bireylerin kendileriyle barışık olmalarına ve sosyal ilişkilerinde daha olumlu bir tutum sergilemelerine yardımcı olmaktadır. Danışanlar, rehberleriyle düzenli olarak iletişim halinde kalarak kendileriyle ve çevreleriyle uyum içinde bir yaşam sürme sürecine destek bulmaktadırlar. Günlük stres ve kaygılarla başa çıkma stratejileri geliştirme ihtiyacı da manevi destek sürecinin önemli bir boyutunu oluşturmaktadır. İş hayatının getirdiği stres ve kişisel yaşamda karşılaşılan zorluklarla başa çıkmada rehberin sunduğu tavsiyeler, danışanlar için büyük bir destek oluşturmaktadır. Günlük yaşamın sıkıntılarıyla başa çıkabilme noktasında rehberin sunduğu öneriler, bireylerin duygusal olarak daha dayanıklı hale

³² Koç ve Gültaş, "Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları," 42.

gelmelerine katkı sunmakta ve onları ruhsal olarak rahatlatmaktadır. Bu tür iletişim, danışanların stresle başa çıkma becerilerini artırmakta ve ruhsal sağlığını korumalarına yardımcı olmaktadır. Özgüven ve kendine güven konularında rehberden destek alan bireyler, kendilerini daha güçlü hissetmekte ve yaşadıkları zor anlarda manevi olarak destek bulmaktadırlar. Kendini yetersiz hissetme veya başarısız olma düşünceleriyle karşı karşıya kalan bireyler, rehberlerinden aldıkları destek sayesinde kendilerine olan inançlarını yeniden kazanmakta ve özgüvenlerini pekiştirmektedirler. Bu tür rehberlik, danışanların ruhsal olarak daha sağlam bir zemine sahip olmalarına katkı sunmakta ve onların kendilerine olan güvenlerini artırmaktadır. Rehberin cesaretlendirici sözleri, bireylerin kendilerine dair olumlu bir bakış açısı geliştirmelerine olanak tanımaktadır.³³

3.6.İletişim Sürecinde Karşılaşılan En Büyük Zorluklar Nelerdir?

Manevi destek sürecindeki iletişimde karşılaşılan en büyük zorluklardan biri, bireylerin duygularını tam olarak ifade edememeleridir. Bazı durumlarda, içsel hislerin doğru kelimelere dökülememesi, bireylerin rehberle olan iletişimlerini sınırlamakta ve destek sürecini verimli bir şekilde yürütmeyi zorlaştırmaktadır. Özellikle yoğun duyguların ifade edilmesi gerektiğinde yaşanan bu zorluk, danışanların kendilerini tam anlamıyla açmalarını engellemekte ve rehberin sunduğu destekten tam olarak faydalanmalarını sınırlamaktadır. Bu tür durumlarda bireyler, daha açık ve rahat bir iletişim kurabilmek için içsel bir çalışma yapmaya yönelmekte, kendilerini ifade etme becerilerini geliştirme yolunda çaba göstermektedirler.³⁴

Teknoloji kaynaklı aksaklıklar, özellikle online görüşmelerde iletişimi kesintiye uğratan zorluklar arasında yer almaktadır. Bağlantı sorunları, ses ve görüntü problemleri gibi teknik arızalar, iletişimin akışını bozmakta ve önemli konuların tam olarak ele alınamamasına neden olmaktadır. Online görüşmeler sırasında yaşanan bu aksaklıklar, bazen konuların yarım kalmasına ve derinlemesine ele alınamamasına yol açmaktadır. Bu tür teknolojik aksaklıkların, manevi destek sürecinde kesintilere neden olduğu ve iletişimin verimliliğini olumsuz etkilediği gözlemlenmektedir. Online platformlar, fiziksel engelleri aşsa da teknik aksaklıklar iletişim sürecini sekteye uğratabilmektedir. Duygusal açıdan zorlayıcı anlarda, rehberle tam anlamıyla açık olamamak da bireylerin karşılaştığı önemli zorluklardan biridir. Özellikle duygusal yükün yoğun olduğu dönemlerde, bireylerin içsel hislerini tamamen açığa

³³ Dilan ve Kayıklık, "Varoluşçu Psikoterapi Tekniği," 50

³⁴ Canşı, "Psikoterapi Sürecinde Manevi Müdahaleler," 102

vuramaması, aldıkları destekten tam anlamıyla faydalanmalarını engellemektedir. Bireylerin kendilerini rahat hissetmedikleri duygusal konuları rehberle paylaşmakta güçlük çekmeleri, manevi destek sürecinde bir sınır oluşturmaktadır. Bu zorluk, bireylerin duygusal olarak rahatlamalarını geciktirmekte ve rehberin sunduğu destekten tam anlamıyla faydalanmalarını sınırlamaktadır. Duygusal açılmada yaşanan bu engeller, iletişimin samimiyetini azaltarak süreci zorlaştırmaktadır. Zaman sınırlamaları da bireylerin rehberle olan iletişimde karşılaştıkları temel zorluklardan biridir. Rehberle belirli bir süre içerisinde tüm konuları ele almak zorunda kalmak, bazen bireylerin ihtiyaç duydukları konuları derinlemesine değerlendirmelerini engellemektedir. Zaman kısıtlaması, bireylerin kendilerini daha rahat hissettikleri konulara odaklanmalarına sınırlamalar getirmekte ve bu durum, destek sürecinin verimliliğini azaltmaktadır. Bireyler, belirli bir zaman dilimi içinde her konuyu konuşmak zorunda hissettiklerinde, ruhsal süreçlerini tam olarak açığa vuramayabilmekte ve destek sürecini yeterince derinleştirememektedirler.³⁵

Yoğun iş temposu ve günlük yaşamın getirdiği zorunluluklar, rehberle düzenli olarak iletişim kurma fırsatını sınırlayan bir diğer büyük engel olarak öne çıkmaktadır. Günlük hayatın yoğun temposu nedeniyle rehberle seanslara zaman ayırmakta güçlük çeken bireyler, sürekliliğin sağlanamaması nedeniyle destek sürecinden tam olarak faydalanamamaktadırlar. İletişim sıklığının azalması, rehberlik sürecinde bireylerin ruhsal olarak daha iyiye gitme yolculuklarını sekteye uğratmakta ve bu süreçte süreklilik eksikliği iletişimin etkinliğini olumsuz etkilemektedir. Düzenli rehberlik seanslarına katılamamak, bireylerin destek sürecindeki gelişimlerini yavaşlatmaktadır. Kendilerini rahat hissetmedikleri konularda konuşmak da bireylerin iletişimde zorlandıkları bir diğer önemli konudur. Özellikle kişisel ve hassas konuların açılması gerektiğinde, bireyler kendilerini güvende hissetmeyebilmekte ve bu da rehberle yapılan görüşmelerin derinliğini sınırlamaktadır. Bu tür konuların açılmasında yaşanan zorluklar, bireylerin manevi destek sürecinden tam anlamıyla fayda sağlamalarını zorlaştırmaktadır. Hassas konuları dile getirmekte güçlük çeken bireyler, içsel çatışmalarını rehberle tam olarak paylaşamamaktadır. Bu zorluk, destek sürecinin kapsamını daraltmakta ve bireylerin kendilerini ifade etme özgürlüğünü sınırlamaktadır. Rehberle yaşanan kültürel farklılıklar da iletişimin etkinliğini etkileyen zorluklar arasında yer almaktadır. Farklı kültürel bakış açıları ve değerler, bireylerin bazı konuları anlamakta güçlük çekmelerine ve rehberin sunduğu önerilerden tam olarak faydalanamamaya neden olmaktadır. Kültürel farklılıkların rehberlik sürecinde oluşturduğu bu zorluklar, danışanların bazı önerileri içselleştirmesini

³⁵ Kars ve Kula, "Hastanelerdeki Manevi Destek Hizmetleri," 80.

güçleştirmekte ve destek sürecinde iletişimin kalitesini düşürebilmektedir. Farklı değerler ve bakış açıları, bazı konuların rehberlik sürecinde ele alınmasını zorlaştırmakta ve iletişimde uyum eksikliğine yol açmaktadır.³⁶

Kendi kendine yetememe korkusu, rehberle kurulan iletişimde bireylerin karşılaştığı diğer bir büyük zorluk olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu korku, bireylerin rehberlerine tam anlamıyla güven duymalarını engellemekte ve manevi destek sürecinin etkinliğini sınırlamaktadır. Rehberle tam olarak güvenemeyen bireyler, destek sürecinde açık ve samimi bir iletişim kurmakta zorlanmaktadır. Kendine yetememe korkusunun getirdiği bu güvensizlik, rehberlik sürecinin verimliliğini azaltmakta ve bireylerin içsel huzuru bulma sürecinde olumsuz bir etkiye yol açmaktadır. Yüz yüze görüşme fırsatının bulunmaması, iletişimde bireylerin en çok zorlandıkları alanlardan biridir. Fiziksel olarak bir arada olmanın eksikliği, bireylerin kendilerini daha güvende ve rahat hissetmelerine engel olabilmekte ve manevi destek sürecinde iletişimin etkinliğini azaltmaktadır. Yüz yüze iletişimde sağlanan samimi ortam, online veya telefon görüşmelerinde elde edilemediğinde, bireyler kendilerini tam anlamıyla açamamakta ve rehberle olan iletişimde derinlik eksikliği hissetmektedir. Bu eksiklik, danışanların ruhsal olarak daha güvende hissetmeleri için ihtiyaç duydukları fiziksel yakınlığın önemini vurgulamaktadır. Acil durumlarda rehberle ulaşamamak da bireylerin manevi destek sürecinde karşılaştıkları en büyük zorluklar arasında yer almaktadır. Özellikle anlık destek ve rehberlik arayışında olduklarında rehberle ulaşamayan bireyler, stres ve kaygı düzeylerinin arttığını ifade etmektedirler. Anında yardım beklentisi içinde olan bireyler, rehberle erişemediğinde ruhsal olarak huzursuzluk yaşamaktadır. Bu erişim eksikliği, manevi destek sürecinde danışanların acil ihtiyaçlarına yanıt bulamamaları nedeniyle iletişimin etkinliğini azaltmakta ve bireylerin bu tür durumlarla başa çıkmalarını zorlaştırmaktadır.³⁷

³⁶ Canşu, "Psikoterapi Sürecinde Manevi Müdahaleler," 102.

³⁷ Oğuzhan, Aydın ve Yılmaz, "Hastanelerde Manevi Destek Hizmetleri," 480

SONUÇ

Bu araştırmada, manevi destek ve rehberlik hizmetlerinde iletişimin rolü ve önemi üzerine kapsamlı bir inceleme gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın merkezinde, bireylerin manevi rehberlik süreçlerindeki deneyimlerini ve bu süreçte iletişimin nasıl etkili olduğunu anlamaya yönelik mülakatlar yer almaktadır. Mülakatlardan elde edilen veriler, manevi rehberliğin başarisında iletişimin kritik bir rol oynadığını ve rehber ile danışan arasındaki ilişkinin kalitesinin, hizmetin etkinliğini doğrudan etkilediğini ortaya koymuştur. Araştırmanın bulgularına göre, empatik dinleme, danışanların manevi rehberlerine güven duymalarını sağlayan temel unsurlardan biridir. Katılımcılar, empatiyle dinlenildiklerinde kendilerini daha rahat ifade edebildiklerini ve yaşadıkları manevi zorlukları daha açık bir şekilde paylaşabildiklerini belirtmişlerdir. Bu durum, rehberin danışanın duygusal ve ruhsal durumunu daha iyi anlamasına ve ona uygun bir destek sunmasına olanak tanımaktadır. Empati eksikliği ise danışanların kendilerini anlaşılmamış hissetmelerine ve rehberlik sürecinden yeterince fayda sağlayamamalarına yol açmaktadır. Güven, araştırma sürecinde öne çıkan bir diğer önemli bulgudur. Mülakatlarda, katılımcılar rehberlerine duydukları güvenin, rehberlik sürecinde paylaştıkları bilgilerin gizliliği ve rehberin dürüşlüğü ile doğrudan ilişkili olduğunu vurgulamışlardır. Danışanlar, güven duydukları bir rehberle daha derinlemesine konuşmalar yapabilmekte ve manevi gelişim süreçlerinde daha fazla ilerleme kaydedebilmektedir. Güven ortamının sağlanamadığı durumlarda ise danışanlar, rehberlik hizmetinden yeterince yararlanamamışlardır. Araştırmada dikkat çeken bir diğer bulgu, açık ve şeffaf iletişimin danışanların süreci daha iyi anlamalarına katkıda bulunduğudur. Katılımcılar, rehberlerinin açık ve anlaşılır bir şekilde bilgi verdiği durumlarda sürecin daha etkili olduğunu belirtmişlerdir. Bu durum, danışanların belirsizlikler karşısında daha az kaygı duymalarına ve manevi yolculuklarını daha net bir şekilde sürdürebilmelerine olanak tanımaktadır. Açıklık ve şeffaflığın eksik olduğu durumlarda ise danışanların süreçle ilgili soru işaretleri yaşadığı ve bu durumun sürecin etkinliğini olumsuz etkilediği gözlemlenmiştir.

Dinleme becerileri de araştırma sonuçlarında önemli bir yer tutmaktadır. Mülakatlar, rehberlerin aktif dinleme becerilerine sahip olmalarının, danışanların kendilerini değerli hissetmelerini sağladığını ve rehberlik sürecinin başarisını artırdığını göstermiştir. Katılımcılar, rehberlerinin kendilerini dikkatle dinlediklerinde, destek sürecinin daha anlamlı hale geldiğini ve rehberlikten daha fazla fayda sağladıklarını belirtmişlerdir. Dinleme eksikliğinin ise danışanların sürece katılımını olumsuz yönde etkilediği, hatta bazen rehberlik hizmetinden tamamen uzaklaşmalarına neden olduğu ifade edilmiştir. Geri bildirim, manevi

rehberlik sürecinde rehber ve danışan arasındaki ilişkinin kalitesini belirleyen bir diğer kritik unsurdur. Katılımcılar, rehberlerinden düzenli geri bildirim aldıklarında, süreçte nasıl ilerlediklerini görebildiklerini ve gerekli düzeltmeleri yapabildiklerini belirtmişlerdir. Bu durum, danışanların motivasyonunu artırmış ve manevi gelişim süreçlerine olan bağlılıklarını güçlendirmiştir. Geri bildirim eksikliğinin ise danışanlarda rehberlik sürecine yönelik bir belirsizlik yarattığı ve bu durumun sürecin etkinliğini azalttığı görülmüştür. Sonuç olarak, manevi destek ve rehberlik hizmetlerinde iletişim, sürecin başarısı için vazgeçilmez bir unsurdur. Rehberin empatik, güven verici, açık, şeffaf ve geri bildirim odaklı bir iletişim tarzı benimsemesi, danışanların manevi yolculuklarında daha fazla ilerleme kaydetmelerine ve süreçten daha fazla fayda sağlamalarına yardımcı olmaktadır. İletişimin eksik ya da yetersiz olduğu durumlarda ise rehberlik sürecinin etkinliği büyük ölçüde azalmakta, hatta bazen danışanların hizmetten uzaklaşmalarına neden olmaktadır.

Manevi rehberlik hizmetlerinin etkinliğini artırmak için rehberlerin iletişim becerilerini geliştirmeleri ve bu becerileri rehberlik sürecinde etkin bir şekilde kullanmaları büyük önem taşımaktadır. Rehberlerin empatik dinleme, açık iletişim ve geri bildirim gibi temel iletişim stratejilerini uygulamaları, danışanların sürece daha iyi katılmalarını ve hizmetten maksimum düzeyde fayda sağlamalarını destekleyecektir. Ayrıca, rehberlerin danışanlarına güvenli ve rahat bir ortam sunmaları, sürecin başarısı açısından kritik bir öneme sahiptir. Bu bağlamda, rehberlerin düzenli eğitimlerle iletişim becerilerini güncellemeleri ve bu alanda sürekli kendilerini geliştirmeleri önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Canşı, Firdevs. "Psikoterapi Sürecinde Manevi Temelli Müdahaleler." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 97-111.
- Cüceloğlu, Doğan. *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 2013.
- Demirci, M. *Sosyal Destek Sistemleri ve Sağlık Üzerindeki Etkileri*. İstanbul: Sağlık ve Toplum Yayınları, 2012.
- Dilan, Hişyar ve Hasan Kayıklık. "Manevi Danışmanlıkta Varoluşçu Psikoterapi Tekniği." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 39-66.
- Egan, G. *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping*. Belmont, CA: Brooks/Cole, 2013.
- Erden, M. *Öğretmenlik Mesleğine Giriş*. İstanbul: Alkım Yayınları, 2010.
- Eroğlu, S. *İletişim ve İletişim Modelleri*. İstanbul: Der Yayınları, 2009.
- George, L.K., D.B. Larson, H.G. Koenig, and M.E. McCullough. "Spirituality and Health: What We Know, What We Need to Know." *Journal of Social and Clinical Psychology* 19, no. 1 (2000): 102-116. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.102>.
- Güngör, N. *Sosyal İlişkiler ve İletişim*. İstanbul: Der Yayınları, 2013.
- Hut, Elif ve Ali Rıza Aydın. "Bakım Veren Hasta Yakınlarının Manevi Destek İhtiyaçları: Karma Yöntem Bir Araştırma." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 113-135.
- Karlık, Zeynep. "Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Kriz Terapisinin Temelleri." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 101-130.
- Kars, M. Saliha ve Naci Kula. "Bireysel ve Hastalık Kaynaklı Etkenler Bağlamında Hastanelerdeki Manevi Destek Hizmetinin Psiko-Sosyal Uyuma Etkisi." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 67-100.

- Kesgin, Bedrettin ve Metin Erdem. "Türkiye’de Manevi Destek Hizmetlerinin Kurumsallaşması." *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 8/16 (2018): 69-92.
- Koç, Deniz ve Fatümetül Zehra GÜLDAŞ. "Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Çalışmaları (2016-2020) Üzerine Bir SWOT Analizi." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 39-74.
- Koç, Mustafa. "Türk Üniversitelerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Alanındaki İlk Kurumsallaşma Deneyimleri: BAÜN-MADMER (2014-2021) & BAÜN-MAPDAT (2015-2021) Üzerine Bir Araştırma." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 137-208.
- Koenig, H.G. "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications." *ISRN Psychiatry* 2012, Article ID 278730. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>.
- Korkut, F. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik*. Ankara: Anı Yayıncılık, 2005.
- Niyazibeyoğlu, Tuğrul. "Lise Öğrencilerinde Tanrı Algısı, İnsani Değerler ve Öz-Yeterlik: Uygulamalı Bir Manevi Danışmanlık Çalışması." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 131-151.
- Oğuzhan, Gül, Gül Zeynep Aydın ve Oğuz Yılmaz. "Hastanelerde Manevi Destek Hizmetleri Üzerine Bir Araştırma." *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi* 6/2 (2020): 473-484.
- Öz, F. *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Feryal Matbaası, 2013.
- Puchalski, C.M., R. Vitillo, S.K. Hull, and N. Reller. "Improving the Spiritual Dimension of Whole Person Care: Reaching National and International Consensus." *Journal of Palliative Medicine* 12, no. 10 (2009): 885-904. <https://doi.org/10.1089/jpm.2009.0142>.
- Rogers, C.R. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. Boston: Houghton Mifflin, 1951.

- Taşkın, Halime Hilal ve Özer Çetin. "Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Akademik Başarı ve Sınav Kaygısı Üzerindeki Etkisi: Lise Öğrencileri Üzerine Bir Uygulama." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 9-38.
- Taşkın, Halime Hilal. "Yaşlı Manevi Danışmanlığında Psikoterapi Tekniği Olarak Manevi Anımsama Terapisi." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 6 (2022): 9-38.
- Thoresen, C.E., and A.H.S. Harris. "Spirituality and Health: What's the Evidence and What's Needed?" *Annals of Behavioral Medicine* 24, no. 1 (2002): 3-13.
https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2401_02.
- Tunç, Erhan. "Covid-19 Pandemi Döneminde Öğretmenlerin Manevi Kaynakları ve Mental İyi Oluşları." *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 4 (2021): 75-96.
- Tutar, H. *İletişim: Kuramlar ve Beceriler*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2009.
- Yavuzer, H. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 2012.
- Yenen, İlker. "Türkiye’de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Literatürü Üzerine Bibliyografik Bir Çalışma." *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 46 (2017): 157-219.