

# Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği Yayın Seçkisi

# Metnin Amacı ve Muhtevası

Bu kitapçık, Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği çatısı altında yürütölen akademik çalışmaları bir araya getirerek, dinî ve kültürel hassasiyetle yapılandırılmış psikoterapi modellerine ilişkin güncel bilgi sunmayı amaçlamaktadır. İçerikte; kuramsal çerçeveler, sistematik derlemeler, vaka çalışmaları ve müdahale temelli araştırmalar aracılığıyla hem sahada çalışan uzmanlara hem de araştırmacılara yönelik özgün katkılar yer almaktadır.

Bu seçki, psikoterapi alanında dinî inançların ve değerlerin tedavi süreçlerine entegrasyonu konusunda yürütölen çalışmaların kısa özetlerini içermekte; dine duyarlı yaklaşımların bilimsel geçerliliğini, uygulama alanlarını ve kuramsal arka planını görünür kılmayı hedeflemektedir.





# İçindekiler

## Kitaplar

|                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi – Sağlam Temeller Yeni Ufuklar | 1  |
| Psikoloji Tarihini Yeniden Düşünmek                                        | 8  |
| Psikoterapi ve Ötesi – Çağdaş Psikoterapi Eleştirisi                       | 14 |

## Kitap Bölümleri

|                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| İslam ve Psikoloji: Temel Kavramlar, Temel Sorular ve Temel Tartışmalar                                         | 20 |
| İslam ve Psikoterapi: Bir Model ve Uygulama Örneği                                                              | 26 |
| Bir Yol Haritası Denemesi                                                                                       | 30 |
| Çok Boyutlu Gerçeklik Anlayışı                                                                                  | 34 |
| Dünya Çapında İslami Psikoloji: “Türkiye’de İslami Psikoloji Çalışmaları: Mevcut Durum, Olanaklar ve Zorluklar” | 38 |

## Uluslararası Hakemli Yayınlar

|                                                                                                                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| CBT Integrated with the 4T Psychoeducation Model for Muslim Scrupulosity: A Case Study                                                                                      | 43 |
| Rethinking Psycho-Ontology in the Context of Ilm an-Nafs (the Study of Self by Muslim Scholars) and Clinical Applications                                                   | 48 |
| Rethinking Cognitive Psycho-education –4T Model– in the Psychotherapy of Religious Obsessive-Compulsive Disorder: Report of Three Resistant Cases                           | 52 |
| Psychotherapies for the Treatment of Scrupulosity: A Systematic Review                                                                                                      | 58 |
| Recovery from Sexual Assault: A Religion-Adapted Cognitive Behavioral Therapy for a Woman Sexual Assault Survivor                                                           | 64 |
| Effectiveness of Religiously Adapted Brief Cognitive-Behavioral Therapy in Reducing Post-Traumatic Stress Disorder Symptoms After an Earthquake: A Quasi-Experimental Study | 68 |

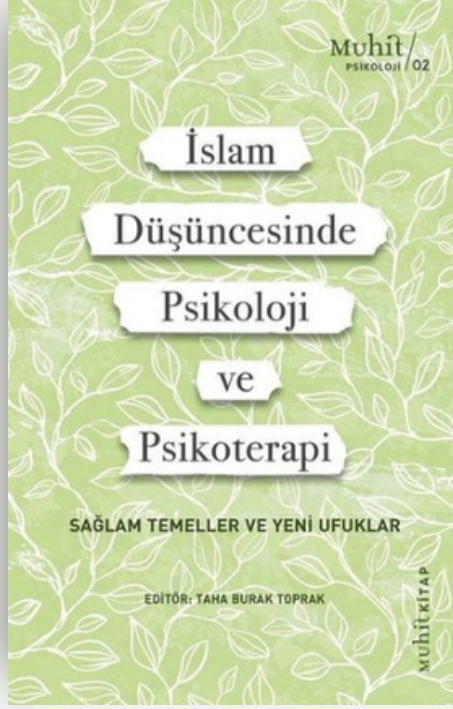
## Yayına Kabul Edilmiş Çalışmalar

|                                                                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| “Worship Is Not Merely About Form”: Religiously Integrated Cognitive Behavioral Therapy in a Case of Scrupulosity | 72 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|



# Kitaplar

## İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi – Sağlam Temeller ve Yeni Ufuklar



**Editör:** Dr. Taha Burak Toprak

**Yazarlar:** Prof. Dr. Malik Badri, Prof. Dr. Ömer Türker, Prof. Dr. Ekrem Demirli, Prof. Dr. Fatih Yavuz, Prof. Dr. Medaim Yanık, Doç. Dr. Zuhul Ağilkaya Şahin, Dr. Mustafa Merter, Dr. Taha Burak Toprak, Dr. Hooman Keshavarzi

**Basım Tarihi ve Yayınevi:** 2021, Muhit Kitap, İstanbul.

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

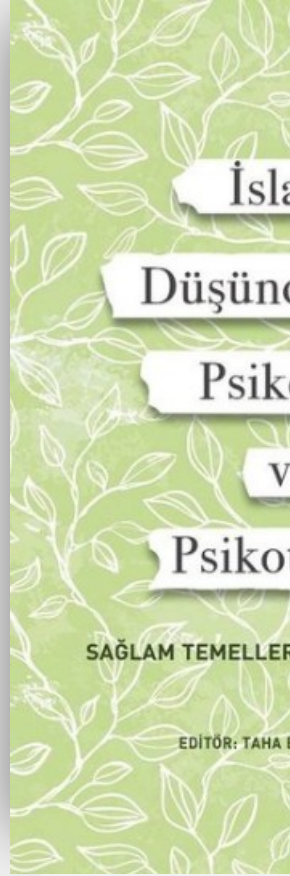
*İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi* kitabı, Batı kaynaklı psikoloji ve psikoterapi disiplinlerinin insanı anlamaya yönelik yaklaşımlarında ortaya çıkan teorik, metodolojik ve pratik boşluklara yanıt aramaktadır. Eser, modern psikoloji ve psikoterapi ile İslam düşüncesi arasındaki çok katmanlı ilişkiyi anlamlı bir bütünlük içinde değerlendirebilecek yeni kavramsal ve uygulamalı yaklaşımlar geliştirilmesine katkı sunmayı amaçlamaktadır. Merak ve ümit uyandırarak, okuru yeniden



düşünmeye ve daha güçlü sorular sormaya teşvik eder.

### **Toplumsal ve Mesleki Katkı**

İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi kitabı, ruh sağlığı alanında kültürel ve inanç temelli duyarlılığı önceleyen bir yaklaşım sunmaktadır. İslam'ın bilgi geleneklerinden hareketle geliştirilmiş kuramsal çerçeveler ve uygulama modelleri aracılığıyla, özellikle Müslüman bireylerin değer dünyasına uygun psikoterapi imkânlarını tartışmaya açmaktadır. Kitap, toplumsal düzeyde daha kapsayıcı ruh sağlığı hizmetlerine katkı sunmayı ve psikoloji ile psikoterapi alanında çalışan uzmanların kültürlerarası yetkinliklerini geliştirmeyi amaçlamaktadır. Modern psikoterapinin ontolojik temellerini sorgulayan bu eser, alternatif müdahale ve değerlendirme yolları önererek alana hem teorik hem pratik düzeyde önemli katkılar sunmaktadır.



### **Toplumsal Katkı**

Ruh sağlığı sorunları, bireylerin işlevselliğini azaltmanın ötesinde, aile yapısında bozulmalara, ve sosyal ilişkilerin zayıflamasına neden olarak toplumu olumsuz etkileyen bir problem alanı hâline gelmiştir (WHO, 2023). Bu bağlamda, ruh sağlığı müdahalelerinin yalnızca bireysel iyilik hâline değil, toplumsal bütünlüğe de katkı sunduğu açıktır. Ayrıca, terapistlerin kültürel bağlamdan kopuk psikoterapi yaklaşımlarını katı bir biçimde uygulamaları, birçok birey açısından yabancılaştırıcı ve ilişki kurmayı zorlaştıracı olabilir. (Miller ve Hedges, 2008; Fernando, 2010). Özellikle dinî değerlere bağlı bireyler için inanç sistemleriyle çatışmayan psikolojik müdahaleler daha etkili ve kabul görür niteliktedir (Bentley ve ark., 2021; Toprak ve ark., 2025). Araştırmalar, dine duyarlı psikoterapi modellerinin kaygı, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu gibi ruhsal rahatsızlıklar üzerindeki

etkisinin anlamlı düzeyde olduğunu göstermektedir (Hook ve ark., 2010).

Bu çerçevede *İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi* kitabı, İslam düşünce sistemine özgü bilgi geleneklerini temel alarak dine duyarlı bir psikoterapi anlayışının mümkün olduğunu göstermektedir. Kitapta sunulan kuramsal tartışmalar ve pratik modeller, özellikle Müslüman toplumlarda dinî değerlere duyarlı psikolojik destek yaklaşımlarına katkı sunarak toplumsal düzeyde daha kapsayıcı ve etkili bir ruh sağlığı hizmeti sunulmasına zemin hazırlamaktadır (Toprak, 2021).

### **Mesleki Katkı**

Kitap, psikoloji ve psikoterapi uzmanlarına yönelik farklı bilgi gelenekleri ile çalışmanın önemine dikkat çekerken, modern psikoterapide kullanılan yöntemlerin ontolojik zeminlerini tartışmaya açmaktadır. Yazarlar, İslamî bilgi geleneklerinden hareketle alternatif müdahale ve değerlendirme araçları geliştirmenin yollarını tartışarak terapistlere yeni ufuklar sunmaktadır. Özellikle klasik kaynaklardan esinlenen örnekler ve uygulama modelleri, terapistlerin kültürlerarası yetkinliğini artırmaya yönelik somut katkılar sunmaktadır.

### **Özet**

İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi kitabı, İslam düşünce geleneği ile modern psikoloji ve psikoterapi alanları arasındaki çok katmanlı ilişkiyi irdeleyen kapsamlı ve öncü bir çalışmadır. Taha Burak Toprak editörlüğünde hazırlanan eser, farklı disiplinlerden gelen akademisyenlerin katkılarıyla şekillenmiş olup hem teorik hem de pratik düzeyde zengin tartışmalar sunar.

Kitap, İslam'ın bir din olarak 'kim olduğumuz', 'neden burada olduğumuz' ve 'nereye gideceğimiz' gibi temel varoluşsal sorulara yanıt verdiğini; psikolojinin 'nasıl olduğumuz', psikoterapinin ise 'olmak istediğimiz yere nasıl varacağımız'

gibi pratik sorulara cevap aradığını vurgulamaktadır. Bu alanların her biri insanı farklı açılardan ele alırken, birbirlerinden bağımsız olarak düşünölmeleri mümkün değildir. Kitap, bu üç alan arasında dengeli ve anlamlı bir diyalog kurulabileceğini savunur ve bu yönde bir tartışma zemini oluşturmayı hedefler.

Kitap “İslam ve Psikoloji” ve “İslam ve Psikoterapi” olmak üzere iki ana bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde teorik temeller ele alınırken, ikinci bölümde bu temellerin üzerine kurulu pratik modeller ve klinik uygulamalar tartışılmaktadır.

Birinci bölümde, İslam düşüncesinde insanın nefis, kalp, ruh ve akıl gibi bileşenleri üzerinden nasıl tanımlandığı ve bu tanımın psikolojik süreçlerle nasıl ilişkili olduğu incelenmektedir.

**Dr. Taha Burak Toprak**, İslam’daki İlmü’n-nefis geleneğini tıbbi, felsefi, sufi ve âlim gelenekleri şeklinde dört başlıkta sınıflandırarak açıklamaktadır. Bu geleneklerin beden, zihin ve ruh gibi farklı yönelimlerle insanı anlamaya çalıştıkları ve psikolojiye dair çeşitli epistemolojik kaynaklar sundukları vurgulanmaktadır. Toprak ayrıca, modern psikolojinin kökenlerini Batı felsefesine dayandıran bilim anlayışının manevi gerçeklikleri dışlayıcı yönlerine dikkat çeker.

**Prof. Dr. Ömer Türker**, İslam tıp ve felsefe geleneklerindeki psikoloji anlayışını detaylandırıp bu geleneklerden hareketle insanın psikolojik yapısı ve işleyişine dair görüşleri ortaya koyar. Bu kadim yaklaşımların modern psikolojiyle nasıl ilişkilendirilebileceği ve ne gibi farklılıklar taşıdığı da tartışılır.

**Prof. Dr. Ekrem Demirli**, tasavvuf geleneğinde insan psikolojisinin nasıl ele alındığını ortaya koyar. Kalp, ruh, akıl ve nefis gibi kavramların derinlemesine yorumlandığı bu yaklaşımda insanın manevi yolculuğu ve terbiye süreci öne çıkar.

**Doç. Dr. Zuhal Ağilkaya Şahin**, psikoloji ve psikoterapide dinin rolünü ele alır. Dine duyarlı psikoterapinin gerekliliğini savunarak, terapistlerin dini ve manevi yeterliliklere sahip olması gerektiğini vurgular. Dini inançların bireyin ruh sağlığı üzerindeki koruyucu ve iyileştirici etkileri detaylandırır.

**Prof. Dr. Malik Badri**, Batı merkezli psikoloji anlayışını eleştirir ve İslam dünyasının bu alana katkıda bulunma potansiyelini inceler. Psikolojinin Batı'daki ideolojik ve kültürel kökenlerini sorgulayan Badri, İslamî bir psikoloji inşa etmenin önemini vurgular.

Kitabın ikinci kısımda, İslam düşüncesinden ilham alan psikoterapi modelleri ve uygulama örnekleri sunulmaktadır.

**Dr. Taha Burak Toprak**, İlmü'n-nefs geleneğinden modern psikoterapiye ilham verebilecek bir model geliştirir. Dinî OKB (obsesif-kompulsif bozukluk) tedavisinde, Said Nursi'nin risalesini temel alarak vesvese kavramı üzerinden bilişsel yeniden yapılandırma tekniklerinin nasıl kullanılabileceğini gösterir.

**Prof. Dr. Medaim Yanık**, İslam tıp ve felsefe geleneklerinden bir psikoterapi modeli oluşturmanın imkân ve zorluklarını tartışır. Yazara göre İlmü'n-Nefs geleneğini yeniden canlandırmak için stratejik plan, düşünce okulu, fonksiyonel araştırmalar, kurumsal yapılar ve güçlü yayınlar şarttır. Bu beş unsur birlikte çalışırsa, alanda geniş çaplı ve nitelikli bir üretim süreci başlayabilir.

**Dr. Mustafa Merter**, Batı'daki psike ve İslam'daki nefis anlayışlarının farklılığını derinlemesine analiz eder. Psikolojinin tarihsel gelişim sürecini aydınlanma ve sekülerleşme bağlamında eleştirerek, İslam düşüncesinin bütüncül insan anlayışını savunur. Merter, psikoterapilerin bireyi sadece uyumlu hale getirmekle sınırlı kaldığını; oysa insanın gerçek anlamda huzura ulaşabilmesi için manevi gelişim, ahlaki



tekâmül ve yaratıcıyla bağ kurmanın esas alınması gerektiğini vurgular.

**Prof. Dr. Fatih Yavuz**, İslam dünyasında bilim ve psikolojiyle kurulan ilişkinin temel eksikliklerini ve bu eksikliklerin nasıl aşılabileceğini tartışır. Psike ve nefis etrafındaki teorik farklılıkların modern psikoterapiye nasıl yansiyabileceğine dair öneriler sunar.

**Dr. Hooman Keshavarzi**, dünya Müslümanlarının psikoterapiye yaklaşımını araştırma bulguları ışığında değerlendirir. İslamî ontolojik kavramlara dayanan bir psikoterapi modeli önerir ve bunun klinik uygulama açısından avantajlarını ve sınırlılıklarını açıklar.

Kitap boyunca İslam düşüncesi, psikoloji ve psikoterapi arasında birçok ortak ve farklı nokta ortaya konmuştur. Tek bir mutlak model sunmaktan ziyade, okuyucunun yeniden düşünmeye ve daha iyi sorular sormaya teşvik edilmesi amaçlanmıştır. Farklı geleneklerin bilgi imkanlarının nasıl ahenk içinde işleyebileceği ve bu süreçte ne tür epistemolojik ve metodolojik katkılar sağlanabileceği gösterilmiştir.

Kitabın nihai hedefi, İslamî düşünce geleneğinin zengin kaynaklarını modern psikoloji ve psikoterapi ile diyalog içinde değerlendirecek özgün, dini olarak duyarlı ve etkili psikolojik modellerin geliştirilmesine katkıda bulunmaktır. Bu bağlamda eser, hem akademisyenler hem de klinik uygulayıcılar için değerli bir başvuru kaynağı niteliği taşımaktadır.

### **Öne Çıkan Kavramlar**

İlmü'n-nefs, İslam düşüncesi, Maneviyat ve ruh sağlığı, Dine duyarlı psikoterapi modelleri, Modern psikoloji eleştirisi.

### **Öne Çıkan Noktalar**

- Kitapta, psikoloji, psikoterapi ve İslam düşüncesi arasındaki farklılıklar ve kesişim noktaları, insanın bütüncül bir varlık

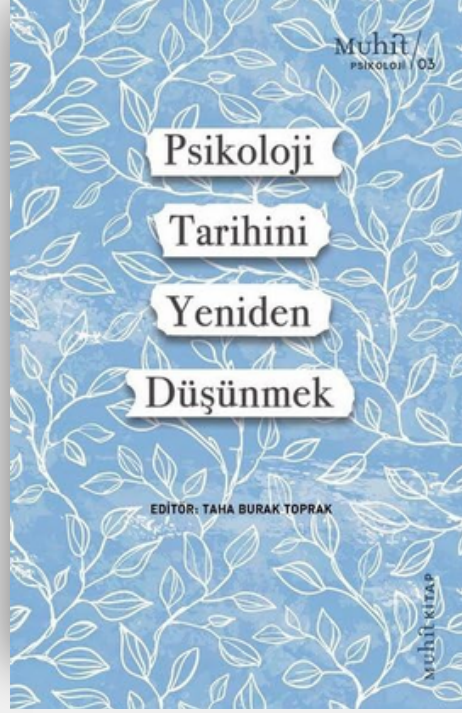
olarak anlaşılmasına imkân tanıyan bir çerçevede ele alınmaktadır.

- Disiplinlerarası yazar katkılarıyla, hem akademik hem klinik düzeyde uygulanabilir bilgi üretimi hedeflenmiş; teori ile pratik arasında köprü kurulmuştur.
- İlmü'n-nefs geleneği temel alınarak geliştirilen psikoterapi modelleri, hem bireysel hem toplumsal düzeyde ruh sağlığı uygulamalarına yeni ufuklar kazandırmaktadır.
- Modern psikolojinin Batı merkezli ontolojik ve epistemolojik temelleri eleştirilmiş, bunun yerine İslam medeniyetinin kaynaklarına dayanan bir psikoloji anlayışı önerilmiştir.
- Dinî değerlere duyarlı terapötik yaklaşımların, özellikle Müslüman danışanlar için daha etkili ve kabul edilebilir olduğu vurgulanmaktadır.



# Kitaplar

## Psikoloji Tarihini Yeniden Düşünmek



**Editör:** Dr. Taha Burak Toprak

**Yazarlar:** Prof. Dr. Eşref Altaş, Doç. Dr. Mehmet Zahit Tiryaki, Doç. Dr. Mehmet Dinç, Dr. Taha Burak Toprak, Dr. Hacı Bayram Başer, Dr. Tuba Erkoç Baydar, M. Halit Çelikyön, Muhammet Uysal

**Basım Tarihi ve Yayınevi:** 2023, Muhit Kitap, İstanbul.

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu kitap, modern psikolojinin kökenine yönelik anlatının Batı merkezli oluşuna eleştirel bir yaklaşım geliştirerek, psikoloji tarihini İslam düşünce geleneği çerçevesinde yeniden değerlendirme amacı taşımaktadır. Psikoloji ve psikoterapi alanlarında kullanılan yöntemlerin tek boyutlu (Batılı) düşünce yapısına dayalı olmasının insan doğasının anlaşılmasında eksiklikler barındırdığı savunulmaktadır. Bu bağlamda kitap, İslam düşüncesi içerisinde yer alan tıp, felsefe, kelam, tasavvuf

gibi geleneklerden psikolojik bilgi ve pratikleri ortaya koyar. İslam düşüncesi tarihinde köşe taşı isimlerin, insanın psikolojik yapısı, işleyişi, “bozulması” ve “düzelmesi”ne dair görüşlerini, bugünkü psikoloji ve psikoterapi tartışmalarına ışık tutacak şekilde betimlemektedir.

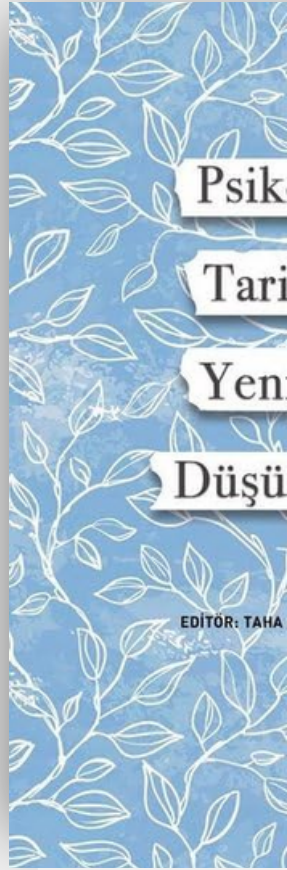
## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Psikolojik rahatsızlıklar, bireylerin yaşam kalitesini ve toplumsal işlevselliğini azaltan ciddi sonuçlar doğurmaktadır (WHO, 2023). Kişisel ve toplumsal refah için, bu rahatsızlıkların etkili bir biçimde sağaltılması elzemdir (APA, 2020). Tedavilerin dini, kültürel ve bireysel değerlere duyarlı olması, tedaviye katılımı ve tedavi etkililiğini artırmaktadır (Sue ve ark., 2009; Zoellner ve ark., 2018). Bu nedenle, psikolojik müdahalelerin dinî hassasiyetlere uygun şekilde tasarlanması büyük önem taşımaktadır (Toprak ve ark., 2025). Ayrıca, sadece klinik uygulamada değil, teorik düzeyde de dini ve kültürel duyarlılığı içeren modellerin geliştirilmesi, ruh sağlığı hizmetlerinin toplumsal düzeyde daha kapsayıcı ve etkili olmasını sağlamaktadır. Modern psikoterapi yaklaşımlarının büyük ölçüde Batı merkezli kültürel bağlamda geliştirilmiş olması, bu yaklaşımların farklı kültürlerde yeterince etkili olamamasına neden olmaktadır. Kitapta da vurgulandığı üzere, modern psikolojinin indirgemeci yapısı, İslam dünyasındaki psikolojik yardım süreçlerinin teorik zeminini daraltmakta ve sahada kültürel uyumsuzluklar doğurmaktadır. Bu bağlamda, kitap, psikoloji ve İslam düşüncesini hem teorik düzeyde hem de pratik düzeyde ele almaktadır. Bu sayede, toplumun ihtiyaçlarını gözeten bir bakış açısı geliştirilirken, ruh sağlığı alanına özgün bir katkı sunulması amaçlanmaktadır.

### Mesleki Katkı

Kitap, ruh sağlığı uzmanlarının Batı merkezli yaklaşımlara





eleştirel bir perspektifle yaklaşabilmelerini sağlayarak, İslam düşüncesinin ontolojik ve epistemolojik temellerine dayanan özgün tedavi modelleri geliştirmelerine olanak sunar Özellikle “çok boyutlu gerçeklik” kavramı, terapistlerin danışanların dini ve kültürel dünyalarını daha bütüncül ve kapsamlı biçimde değerlendirmesine olanak verir. Bu yönüyle kitap, psikoloji ve psikoterapi alanında çalışan profesyonellere hem teorik bilgi hem de pratik uygulama açısından zengin bir kaynak niteliğindedir.

## Özet

*Psikoloji Tarihini Yeniden Düşünmek* adlı eser, modern psikoloji tarihini sadece Batı merkezli bir çizgide ele alan yaklaşımı sorgulayan ve bu alana İslam düşünce geleneğinden farklı bir perspektif sunmayı amaçlayan çok yönlü bir çalışmadır. Kitap, psikoloji ve psikoterapi alanında yürütülen çalışmaların, tarihsel olarak Aristoteles’ten başlayıp Descartes ve Freud gibi Batılı isimlerle şekillenen dar ve tekil bir çerçeveye sıkıştığını ifade eder. Buna mukabil, İslam dünyasında insanın ruhsal yapısı, zihinsel işleyişi, duyguları ve davranışları üzerine oldukça zengin bir bilgi birikimi olduğunu savunur. Bu bağlamda kitap, hem teorik hem de pratik olarak psikolojiye dair alternatif bir tarihsel okumayı mümkün kılmayı hedeflemektedir. Özellikle Batı paradigmasının, insanı sadece biyolojik ya da davranışsal yönleriyle ele almasına karşılık; İslam düşüncesinin, ruh, kalp, vicdan, nefis, akıl gibi katmanlı yapılarla çok daha bütüncül bir insan tasviri sunduğu gösterilmeye çalışılır.

Kitabın ilk bölümünde, **Dr. Taha Burak Toprak**’ın geliştirdiği “çok boyutlu gerçeklik anlayışı” merkezî bir yöntem önerisi olarak sunulur. Bu anlayış, İslam düşünce geleneğinde yer alan fıkıh, kelam, tasavvuf ve felsefe gibi alanların her birinin gerçekliğe farklı bir katmandan baktığını; dolayısıyla psikoloji gibi insanı merkeze alan bir bilim dalının bu katmanların hepsinden beslenmesi gerektiğini savunur. Toprak, bu çok boyutlu anlayışı özellikle “Vesvese Risalesi” üzerinden

örneklendirir. Risalede geçen kavramların, kimi zaman fıkhi, kimi zaman tasavvufi, kimi zaman ise bilimsel anlamlarla iç içe geçtiğini ve bu geçişlerinin, eğer tek boyutlu bir anlayışla ele alınırsa yanlış yorumlara yol açabileceğini belirtir. Bu durum, sadece teorik bir mesele değil; aynı zamanda terapötik pratiği doğrudan etkileyen bir sorundur. Çünkü bir kavramın hangi gerçeklik düzlemine ait olduğu anlaşılmadan, o kavramla sahada çalışmak metodolojik belirsizliklere ve eksik tedavilere neden olabilir.

Aynı bölümde **Doç. Dr. Mehmet Dinç**'in katkısıyla, modern psikolojinin sömürgeci düşünce ve dil yapıları sorgulanır. Dinç, Batı'da üretilmiş olan birçok psikolojik teorinin evrenselmiş gibi sunulmasına ve bu düşüncelerin Müslüman toplumlarda doğrudan ve eleştirilmeden kullanılmasına itiraz eder. Ona göre bu durum, psikolojik bakış açısında derin bir zihinsel sömürgeleşmeyi doğurur. Özellikle dilin şekillendirdiği düşünce biçimlerinin yeniden gözden geçirilmesi gerektiğini vurgular. Psikoloji yalnızca akademik bir bilgi değil, aynı zamanda insanı tanımlama, anlama ve müdahale etme biçimidir. Dolayısıyla bu tanımların, düşünsel olarak bağımsız ve kendi medeniyet birikimimizden beslenen bir çerçevede ele alınması gereklidir.

Kitabın ikinci bölümü, İslam düşünce tarihinde psikolojiyle ilgili doğrudan ya da dolaylı olarak önemli katkılar sunmuş olan düşünürlere ayrılmıştır. Her bir yazar, bir düşünürü ve ait olduğu geleneği merkeze alarak onun psikolojiye dair görüşlerini analiz eder. **Muhammed Uysal**, tıp geleneği çerçevesinde Belhî'yi ele alırken; duyguların dengesi, psikolojik rahatsızlıkların nedenleri ve tedavi yöntemleri gibi konularda Belhî'nin modern psikolojiden çok önce dikkat çekici tespitlerde bulunduğunu ifade eder. **Dr. Tuba Erkoç Baydar**, fıkıh geleneğinde Debûsî üzerinden ahlaki sorumluluk, irade ve davranışların nasıl ele alındığını inceler. **Prof. Dr. Eşref Altaş**, Fahreddin Râzî'nin eylem teorisi bağlamında zihinsel süreçlere yönelik kelami bakışını değerlendirir. **Dr. Hacı Bayram Başer**, tasavvuf geleneğinde İbnü'l-Arabî'nin kalp, ruh, ilham, nefis

gibi kavramlarla insanın iç dünyasına dair sunduğu derinlikli çözümlmeleri aktarır. **Doç. Dr. Mehmet Zahit Tiryaki**, İbn Sînâ'nın nefis teorisini ve insanın algı, hafıza, hayal gücü gibi yetilerini nasıl sınıflandırdığını açıklar. **M. Halit Çelikyön**, İmam Gazzâlî'nin bu farklı gelenekleri birleştiren sentezci yaklaşımını "tecdid" kavramı bağlamında ele alarak, psikoloji alanına hem teorik hem de pratik açıdan sağlam ve güçlü bir temel sağladığını ortaya koyar.

Üçüncü bölüm, gelecekte bu alanda yapılabilecek çalışmalar için bir yol haritası sunar. Toprak, bu çerçevede kendi metafiziğimizi tanımanın ve varlık, bilgi ve ahlak gibi temel sorulara İslam düşüncesinin sunduğu cevapları kavramanın önemine dikkat çeker. Böylece hem insanlığın hem de psikoterapinin karşı karşıya olduğu güncel sorunların İslam düşüncesi perspektifinden yeniden değerlendirilmesini ve modern bilimle yöntemli, tutarlı ve bütüncül bir ilişkinin inşa edilmesini önermektedir. Bu yaklaşım, sabit (değişmeyen) ilkelerle değişken (bağlamsal) bilgileri ayırt ederek hem teorik hem pratik düzeyde sahih ve çağın ruhuna uygun bir psikoloji anlayışı geliştirme çabasını ifade eder.

Sonuç olarak *Psikoloji Tarihini Yeniden Düşünmek*, hem bir sorgulama çağrısı hem de bir inşa çabasıdır. Bu kitap, psikolojiyi sadece Batılı paradigmalara dayalı bir disiplin olmaktan çıkarıp; İslam medeniyetinin zengin düşünsel mirasıyla yeniden anlamlandırmayı amaçlar. Psikoloji öğrencileri, araştırmacılar ve uygulayıcılar için bu eser, yalnızca alternatif bir psikoloji tarihi sunmaz, aynı zamanda insanı çok boyutlu bir varlık olarak ele alan, daha derin ve katmanlı bir bakış açısının mümkün olduğunu da gösterir. Bu yönüyle kitap, hem zihinsel hem de mesleki düzeyde yeni sorular sormaya cesaret edenler için kıymetli bir kılavuz sunmaktadır.

### Öne Çıkan Kavramlar

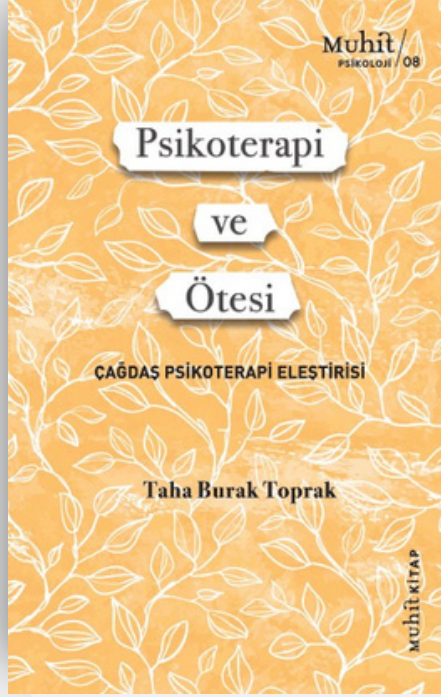
İslam düşüncesi, Psikoterapi, Çok boyutlu gerçeklik, Psikoloji tarihi

## Öne Çıkan Noktalar

- Kitap, modern psikolojinin Batı merkezli tarih anlatısını sorgularken, İslam dünyasındaki zengin ruhsal ve zihinsel bilgi birikimini psikolojiye kazandırmayı amaçlıyor.
- “Çok boyutlu gerçeklik anlayışı”, psikolojinin fıkıh, kelam, tasavvuf ve felsefe gibi farklı bilgi katmanlarından beslenmesi gerektiğini savunuyor.
- Batı merkezli psikolojik teorilerin evrenselleştirilmesine ve bu teorilerin eleştirilmeden Müslüman toplumlarda kullanılmasına yönelik eleştiriler getiriyor.
- İslam düşünürleri (Belhî, Debûsî, Fahreddin Râzî, İbnü'l-Arabî, İbn Sînâ, İmam Gazzâlî) üzerinden insanın ruhsal ve zihinsel yönlerine dair derinlemesine analizler sunuyor.
- Sabit ilkelerle değişkenleri ayırt eden, İslam düşüncesi temelli, tutarlı ve bütüncül bir psikoloji anlayışının inşa edilmesi gerektiğini vurguluyor.

# Kitaplar

## Psikoterapi ve Ötesi – Çağdaş Psikoterapi Eleştirisi



**Yazar:** Dr. Taha Burak Toprak

**Basım Tarihi ve Yayınevi:** 2024, Muhit Kitap, İstanbul.

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu kitap, klinik psikolojinin ve psikoterapinin teorik zeminini tartışmaya açmakta; psikoterapi pratiğinde kullanılan kavram ve müdahaleleri, inanç ve değer dünyamızın hassasiyetleri bağlamında eleştirel düşünmenin konusu etmektedir. Ayrıca yöntem üzerine düşünmenin önemini vurgulamakta, İslam düşüncesinin zengin kaynakları ve modern psikoterapi pratiğini birlikte ele almanın yöntemsel zorluk ve imkânlarını tartışmaktadır.

### Toplumsal ve Mesleki Katkı

Bu kitap, psikoterapiye kültürel ve dini hassasiyetleri entegre ederek bireylerin inançlarıyla uyumlu, daha kapsayıcı ve güven verici bir ruh sağlığı hizmeti sunmayı amaçlamaktadır. Aynı zamanda, ruh sağlığının manevi boyutunu da dikkate alarak terapistlerin kendi değer sistemlerini mesleki uygulamalarına entegre edebilecekleri bir çerçeve sunmaktadır.

### Toplumsal Katkı

Bu kitap, psikoterapi pratiğinde kültürel-dini hassasiyetlerin önemine dikkat çekerek daha kapsayıcı ve duyarlı bir ruh sağlığı hizmeti modelini savunmaktadır. Böylece bireylerin psikoterapiye duyduğu güvensizlik aşıl原因arak, kendi inanç ve değerleriyle çatışmayan bir psikoterapi süreci deneyimleyebilmesine olanak sağlanmaktadır. Ayrıca ruh sağlığının biyo-psiko-sosyal boyutların yanında bir manevi boyutu da içerdiğini ifade ederek, hem bu noktadaki bilincin artmasına hem de psikolojik sorunlara daha bütüncül çözümler üretmeye yardımcı olmaktadır. Bu sayede toplumda hızla artan ruh sağlığı sorunlarına, inançla uyumlu ve bilimsel temelli çözümler sunma kapasitesini artırmak hedeflenmektedir.

### Mesleki Katkı

Kitap, dini hassasiyeti olan ve psikoterapi hizmeti alan bireyler kadar; bu hassasiyetteki klinik psikologlar, psikiyatristler ve terapistler için de kendi inanç ve değerleriyle çatışmayan bir psikoterapi süreci deneyimleyebilmenin yollarını tartışmaktadır. Ayrıca kendi değer sistemlerinin sunduğu imkanları mesleki uygulamalarına entegre edebilecekleri bir çerçeve de sunmaktadır. Bu noktada ruh sağlığının biyo-psiko-sosyal boyutların yanında bir manevi boyutu da içerdiğinin ifade edilmesi ile, alanda daha kapsayıcı ve etkililiği yüksek müdahalelerin geliştirilmesine kapı aralanmaktadır.





## Özet

Bir 'çağdaş psikoterapi eleştirisi' olarak nitelendirilebilecek olan Psikoterapi ve Ötesi kitabı; psikolojinin, özelde de klinik psikoloji ve psikoterapinin teorik ve pratik meselelerini tartışmaya açmaktadır. Psikoterapide pratik konulara ve ardından yönetime dair geniş çaplı bir sorgulama yapılmaktadır. Kitapta psikoterapide kullanılan kuram ve kavramların görüldüğünden çok daha fazla felsefi/ideolojik yük taşıdığına sıkça dikkat çekilmektedir. Her kuramın, açıkça ifade etse de etmese de, temelinde belirli bir metafizik görüş barındırdığı; kendine özgü evren/kâinat, tabiat/doğa, insan, hayat, hayatın anlamı ve amacına dair bir görüşü, bu görüşü ifade eden temel kavram ve ilkeleri olduğu ifade edilmektedir. Dolayısıyla kuramların teknik bir yöntemler bütününe ek olarak; bir insan anlayışı, dünya görüşü ve değer sistemi taşıdığına ve bu doğrultuda belirli kabuller içerdiğine işaret edilmektedir. Bu noktada kullanılacak kuram ve kavramların dayandıkları dünya görüşü bağlamında sorgulanması, bir sorumluluk olarak değerlendirilmektedir. Dolayısıyla terapistin bu kuramları "nötr" varsayarak benimsemesinin doğurabileceği tehlikeler işaret edilerek, terapistler bilinçli bir epistemolojik duruş geliştirmeye davet edilmektedir.

Kitapta yönetime dair yapılan değerlendirmede, 'hesap verilebilirlik' ilkesinin önemine dikkat çekilmekte; evrensel bir model geliştirme yolunda, empirik bir zemine ve sağlam referanslarla yapılacak açıklamalara duyulan ihtiyaç vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, Bilişsel Davranışçı Terapi gibi empirik temelli ekollerin, metafizik varsayımlarının sınırlı oluşu nedeniyle dini inançlarla doğrudan bir çelişki oluşturmaksızın uygulanabileceği; ancak bu kullanımın da bilinçli ve epistemolojik olarak tutarlı bir biçimde gerçekleştirilmesi gerektiği ifade edilmektedir. Empirik ve metafizik bilgi arasında kurulacak dengenin, psikoterapistin hem bilimsel hem de inanç temelli sağlam bir duruş geliştirmesini mümkün kılacağı işaret edilmektedir.

Kuramların araçsal ve felsefi yönlerini ayırt edebilen bir bilinç geliştirmenin, psikoterapi kuramlarının kavramlarını ve kazanımlarını göz ardı etmek ya da ortak iletişim kanallarını kapatmak gibi bir hataya düşülmemesi noktasındaki önemine dikkat çekilmektedir. Sahip olunan metafizik süzgeçten geçirilen bilimsel, gözlenebilir, ölçülebilir ve faydalı bilgileri araçsal olarak öğrenmek ve uygulamak teşvik edilmektedir. Bununla birlikte esas vazifenin; insan, kâinat, hayatın anlamı gibi hususlarda da temel alınan İslami inanç ve değerleri iyi tanımak ve anlamak olduğuna dikkat çekilmektedir.

Psikoterapideki pratik meseleleri de konu edinen kitapta; “psikoterapide sınırlar, yapılabilecek/yapılamayacak şeyler ve neden yapılıp/yapılamayacakları gibi konular tartışılmaktadır. Örneğin; “Dini konular terapide konuşulabilir mi, neden konuşulabilir, neden konuşulmaz?”, “Ateizm, deizm mevzuları terapide konuşulabilir mi, neden konuşulmaz, neden konuşulabilir, nasıl konuşulabilir?” sorularına yanıt aranmaktadır. Burada ayrıca, bir şeyi yok sayarak konuşmanın kendisinin de bir müdahale olduğuna dikkat çekilmektedir. Bunlara ek olarak inanç krizlerinin bir ilişki süreci gibi değerlendirilmesinin ve bu bağlamda Tanrı ile insan arasındaki ilişkinin, tıpkı sona eren bir insan ilişkisi gibi nedenleri ve sonuçlarıyla ele alınmasının imkanları müzakere edilmiştir.

Müslüman bir psikoterapistin mesleki kimliğini inşa sürecine katkı sağlamayı amaçlayan bu kitapta, insana dair İslam düşüncesinin sunduğu metafizik boyutlar merkeze alınarak psikoterapötik süreç yeniden değerlendirilmektedir. Ayrıca Müslüman psikoterapistlerin mesleki yaşamlarında karşılaştıkları teorik ve pratik zorlukları aşmaları, hem bilimle hem de inanç dünyalarıyla barışık olarak bilinçli ve etkili profesyoneller olmaları için kapsamlı bir yol haritası sunulmaktadır. Eserde eleştirel bir duruş geliştirmeye yapılan vurgunun yanında, bunun pratik bir karşılığı olarak İslam düşüncesine dayalı olarak geliştirilmekte olan bir modelin

temel aksiyomları örneklendirilmektedir. Allah'ın varlığı, ahiretin hakikati ve hayatın bir imtihan olduğu gibi metafizik temellere dayanan bir modelden bahsedilerek, psikoterapistlerin hem teorik hem de pratik yönelimlerini biçimlendirecek örnekler sunulmaktadır. Dolayısıyla kitapta, İslam düşüncesinin terapötik süreçlere nasıl entegre edilebileceğine dair metodolojik ve kavramsal öneriler de bulunmaktadır. Bu entegrasyon sürecinde İslam düşüncesinin terapötik süreçlere dahil edilmesinin yanı sıra tüm insanlığa hitap edebilecek, farklı kültür ve inanç sistemlerine uyarlanabilir evrensel bir model geliştirme ihtiyacı ve imkanına da işaret edilmektedir. Bu bağlamda 'Psikoterapi ve Ötesi', hem akademik hem de klinik düzlemde özgün bir kaynak niteliği taşımaktadır.

Sonuç olarak, 'Psikoterapi ve Ötesi' ile Müslüman psikoterapistlere kendi kimlikleriyle barışık, bilimsel zeminden kopmadan fakat inanç değerlerini de koruyarak bir yön çizme imkanı sunulmaktadır. Psikoterapinin temel meselelerinden biri olan insanın kendini anlamak, tanımak ve değiştirmek için başvurduğu referans kaynaklarını; manevi boyuttan bağımsız değerlendirmenin mümkün olmadığına işaret edilmektedir. İnsanı bütüncül bir biçimde anlayabilmek için yaşamının her boyutuyla ilgili bilgi sahibi olunmasının terapistin bir mesuliyeti olduğuna, bu noktada insanın psikolojisi üzerinde etkisi bulunan herhangi bir boyutun ve ilişkinin görmezden gelinmesinin bir ihmal olacağına dikkat çekilmektedir. Bütün bunların ise empirik bir zeminde, ekollerin sunduğu felsefi ve ontolojik açıklamalardan uzak bir biçimde yapılmasının gerekliliğine vurgu yapılmaktadır. Bu sayede toplumda hızla artan ruh sağlığı sorunlarına, inançla uyumlu ve bilimsel temelli çözümler sunma kapasitesini artırmak hedeflenmektedir.

### Öne Çıkan Kavramlar

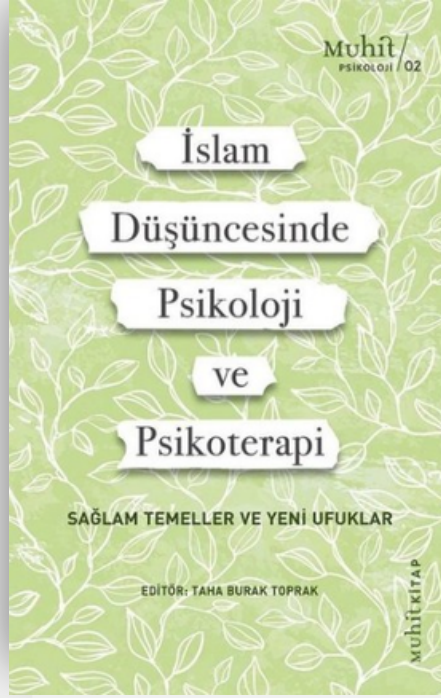
İnanç ve psikoterapi ilişkisi, Müslüman terapist kimliği, Psikoterapide etik sorumluluk, Çağdaş psikoterapi eleştirisi.

## Öne Çıkan Noktalar

- Açıkça kabul edilmese de, psikoterapi kuramlarının ilke ve kavramlarının bir metafizik görüşe dayandığı gerçeğinin farkında olunmalıdır.
- Her kuramın teknik bir yöntemler bütününe ek olarak; kendine özgü bir evren/kâinat, tabiat/doğa, insan, hayat, hayatın anlamı ve amacına dair bir görüşü, bu görüşü ifade eden temel kavram ve ilkeleri bulunmaktadır.
- Evrensel bir model geliştirme yolunda empirik bir zemin ve sağlam referanslarla yapılacak açıklamalar önemli bulunmakta ve tercih edilmektedir. Bu bağlamda Bilişsel Davranışçı Terapi gibi empirik temelli ekoller, metafizik kabullerinin görece azlığı sebebiyle kullanılmaktadır.
- Empirik ve metafizik bilgi arasında kurulacak denge, psikoterapistin hem bilimsel hem de inanç temelli sağlam bir duruş geliştirmesini mümkün kılacaktır.
- Psikoterapinin temel meselelerinden biri olan insanın kendini anlamak, tanımak ve değiştirmek için başvurduğu referans kaynaklarını, manevi boyuttan bağımsız değerlendirmek mümkün değildir.
- İnsanı bütüncül bir biçimde anlayabilmek için yaşamının her boyutuyla ilgili bilgi sahibi olunması terapistin bir mesuliyetidir ve bu noktada insanın psikolojisi üzerinde etkisi bulunan herhangi bir boyutun ve ilişkinin görmezden gelinmesi bir ihmal olarak değerlendirilmektedir.

# Kitap Bölümleri

## İslam ve Psikoloji: Temel Kavramlar, Temel Sorular ve Temel Tartışmalar



Taha Burak Toprak, 2021, Muhit Kitap; Psikoterapi Araştırmaları Derneği, İstanbul

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap bölümü, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Makale, İslam düşünce gelenekleri içindeki insan tasavvurlarında psikolojinin (ilmü'n-Nefs) var olup olmadığı, farklı bilgi anlayışları ve gelenekler bağlamında bunun nasıl yorumlanması gerektiği, İslam'ın kendine özgü bir psikoloji anlayışının olup olamayacağı, bunun kaynakları ve bu geleneklerin günümüz modern psikolojisi açısından nasıl anlaşılabilirliği veya kullanılabilirliği sorularına yanıt aramaktadır. Ayrıca, Müslüman ruh sağlığı profesyonelleri olarak bu geleneklerle ilişkimizin nasıl olması gerektiği sorunsalı da ele alınmaktadır.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Bu bölümde, tedavilerin kişiye ve kültüre özgü, dini değerlere duyarlı olmasının tedaviye katılımı artırdığı vurgulanmaktadır. Bu çalışma, İslam geleneğindeki bilgi anlayışlarını ve nefis geleneklerini tanıtarak, modern psikoloji ile bu gelenekler arasındaki ilişkiyi anlamak isteyenlere kavramsal bir çerçeve sunmaktadır.

### Mesleki Katkı

Metnin sunduğu çerçevenin, ruh sağlığı profesyonellerinin kendi mesleki pratiklerini İslami bir perspektifle değerlendirmelerine, mevcut teorik ve pratik yaklaşımlara katkı sunmalarına ve yeni modeller geliştirmelerine yardımcı olabileceğine işaret edilmektedir. Tarihi mirasın sadece tarihsel bağlamda değil, güncel tartışmalara ilham kaynağı olma potansiyeli üzerinden de mesleki katkı sağlayabileceği belirtilir.

### Özet

Çalışma, İslam ve psikoloji arasındaki ilişkiyi temel kavramlar, sorular ve tartışmalar üzerinden ele almaktadır. Hakikat arayışının farklı yollarını İslam düşünce gelenekleri içinde alim geleneğinde yer alan Gazzâlî'nin tasnifi üzerinden sunar. Ardından, İslam geleneğindeki nefis (kendilik, benlik) anlayışlarına dair yazarın geliştirdiği dörtlü gelenek ayrımını (Tıbbi, Felsefi, Sufi, Âlim) tanıtır.

İslam düşüncesi ve modern psikoloji alanındaki mevcut kavramları, tanımları ve tarihi perspektifleri literatüre dayanarak ve yazarın kendi kavramsal modelini (İlmü'n-Nefs gelenekleri) sunarak incelemiştir. Tarihi metinlerden (örn. Gazzâlî, İbn Sînâ) ve modern bilim/psikoloji tanımlarından alıntılar yapılarak kavramsal analiz ve karşılaştırmalar





yapılmıştır. Yapılan analizler ve karşılaştırmalar aşağıda maddeler halinde verilmiştir:

- İslam geleneğinde hakikati arayan dört yol tanımlanmıştır: Kelam, Felsefe, Tasavvuf ve Batınlık.
- İlmü'n-Nefs gelenekleri dörde ayrılmıştır (Tablo 1): Tıbbi (Beden odaklı, Belhî), Felsefi (Zihin odaklı, rasyonel, İbn Sînâ), Sufi (Kalp/Ruh odaklı, sezgisel/tecrübi, İbnü'l-Arabî), Âlim (Sentez, dini amaçlı, Gazzâlî). Bu geleneklerin bilgi üretim amaçları birbirinden farklıdır.

**Tablo 1. İlmü'n Nefs Gelenekleri**

| <b>Tıbbî Gelenek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Felsefî Gelenek</b>                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Sûfî Gelenek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Âlim (Müceddid) Gelenek</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mizaç</li> <li>• Fizyoloji</li> <li>Ahlâk</li> <li>• <b>Belhî (850–934)</b></li> <li>• “Masalihul Ebdan ve'l Enfüs”</li> <li>OKB'ye dair tanı kriterleri belirlemiş ve tedavi önerilerinde bulunmuştur.</li> <li>• <b>BEDEN</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bilişsel Bilimler</li> <li>• Metafizik</li> <li>• Ahlâk</li> <li>• <b>İbn Sînâ (980–1037)</b></li> <li>• “Kitâbu'n-Nefs”</li> <li>Kendiliğin yapısı ve işleyişini akıl-rasyonel şekilde tarif etmiştir.</li> <li>• <b>ZİHİN</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Din</li> <li>• Maneviyat</li> <li>• Psikoterapi</li> <li>• <b>İbnü'l-Arabî (1165–1240)</b></li> <li>• “Fütûhât-ı Mekkiyye”</li> <li>Kendiliğin yapısı ve işleyişini manevî - sezgisel - keşfî - tecrübeye dayalı şekilde tarif etmiştir.</li> <li>• <b>KALP-RUH</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Din</li> <li>• Bilişsel Bilimler</li> <li>• Ahlâk</li> <li>• Psikoterapi</li> <li>• <b>Gazzâlî (1058–1111)</b></li> <li>• “İhyâ'u Ulûmî'd-Dîn”</li> <li>Kendiliğin yapısı ve işleyişini tıbbî, felsefî ve sûfî gelenekleri sentezli şekilde tarif etmiştir.</li> <li>• <b>BEDEN-ZİHİN- KALP-RUH</b></li> </ul> |

İslam, yaşayan bir medeniyet olarak inançtan hukuka, ilimden sanata her şeyi etkileyen kapsamlı bir dünya görüşüdür.

“İlim” kavramı, İslam kültüründe yalnızca ilahi veya beşeri bilgiyle sınırlı kalmayıp, bilimsel bilgi dâhil olmak üzere geniş

bir anlam yelpazesine sahiptir. Bu kavramın içeriği, ele alındığı disipline göre farklılık gösterir: Fıkıhta ilim, dinin anlaşılmasına odaklanırken; Kelamda teolojik ve epistemolojik boyutlar ön plana çıkar. Tasavvufta ilim, manevi aydınlanma ve yakîn (gnosis) anlamında kullanılırken; İslam felsefesinde ise modern anlamda “bilgi” (knowledge) ve “bilim” (science) kavramlarına yakın düşen bir içerikte, “episteme” bağlamında ele alınır.

Psikoloji terimi ise etimolojik olarak Yunanca “psykhe” (nefes, ruh) ve “logia” (araştırma, inceleme) sözcüklerinden türemiştir. Modern bilim anlayışı, logos (akıl ve deneyim) ile episteme (mantıksal ve görgül bilgi) temelleri üzerine kuruludur. Günümüz psikolojisi, insan ve hayvan davranışları ile zihinsel süreçleri inceleyen deneysel bir bilim dalı olarak tanımlanır. Onu klasik İlmü'n-Nefs anlayışından ayıran temel unsur, bilimsel yöntemi—yani sistematik gözlem, deney ve ölçüm tekniklerini—temel almasıdır.

Modern bilim, empirizm ve pozitivizm temelinde yükselir. Amacı hakikat arayışı değil, güç ve kontroldür; yöntemi tümdengelim yerine tümevarımdır. Bir laboratuvarında kurulan psikoloji bilimi de bu çerçevede düşünülmelidir.

İslam düşüncesindeki “İlmü'n-Nefs” kavramı, ilmin klasik dönem tanımı içinde bir bilim olarak kabul edilebilir. Ancak modern bilimin pozitivist tanımı dışında kalır. Geleneklerin amaçları psikoloji yapmak değil, insanın kulluğuna rehberlik etmektir.

Müslüman ruh sağlığı profesyonellerinin mesleki sorumlulukları, bilginin evrenselliği/medeniyete özgüllüğü, İslam düşüncesinde psikolojinin imkanı ve kaynakları gibi temel sorular tartışılmaktadır. Üç olası duruş sunulmuştur: Bilim evrenseldir, bilim medeniyete özgüdür, bilim hem evrensel hem medeniyete özgü unsurlar barındırır.

Sosyal, bilişsel, kişilik, gelişim ve klinik psikoloji gibi alanlarda

İslam düşüncesinden hareketle araştırmaya açık birçok alan bulunmaktadır.

Makale boyunca, İslam düşüncesindeki farklı bilgi anlayışlarının (epistemoloji) ve varlık tasavvurlarının (ontoloji), nefis ve ilim kavramlarını nasıl şekillendirdiği tartışılır. Bu gelenekleri kendi bağlamları ve amaçları dışında modern bilimsel paradigmaya oturtmanın metodolojik hatalara yol açabileceği vurgulanır. Klasik bilimdeki hakikat arayışının yerini modern bilimde güç ve kontrol arayışının aldığı temel bir paradigma değişimine dikkat çekilir. Güncel tartışmaların, tarihi mirasın modern psikolojiye entegrasyonu veya ondan bağımsız yeni modeller geliştirilmesi etrafında yoğunlaştığı belirtilir. Çalışmanın özgün katkısı, İslam düşüncesindeki farklı nefis/ilim geleneklerini modern psikolojinin temel kavramları ve tarihi gelişimi ile karşılaştırarak, güncel sorgulamalar ve araştırma alanları için bir çerçeve sunmasıdır.

Sonuç bölümünde, makalenin ele aldığı temel şemalar (Hakikat arayışının yolları, İlmü'n-Nefs gelenekleri, Modern bilim paradigması) özetlenir. Klasik geleneği modern bilimin pragmatik, empirik paradigması içerisinde anlamaya çalışmanın zorlukları tekrar vurgulanır.

Öneriler kısmında, kendini Müslüman olarak doğru tanımlamak, değer ve düşünce dünyasını sağlam bir akaid temelinde inşa etmek gerektiği belirtilir. Karşımızdaki baskın modern bilim paradigmasını tarihi, sosyolojik ve felsefi arka planıyla iyi anlamak gerektiği vurgulanır. İslam düşüncesinden hareketle psikolojiye katkıda bulunmak isteyenlerin, kendi ilke, bağlam ve amaçlarını belirleyerek uygun bir yöntemle bilgi üretmeleri önerilir. Gazzâlî'nin bir ilmi derinlemesine bilmeden eleştirmemek ve doğruyu kim söylediğine bakmaksızın kabul etmek konusundaki tavsiyeleri metodolojik ilham kaynağı olarak sunulur. Bu alanda sorumluluk hisseden kişilerin hem İslam hem de çağdaş bilim alanlarında kendilerini sürekli geliştirmeleri gerektiği sonucuna varılır.

## Öne Çıkan Kavramlar

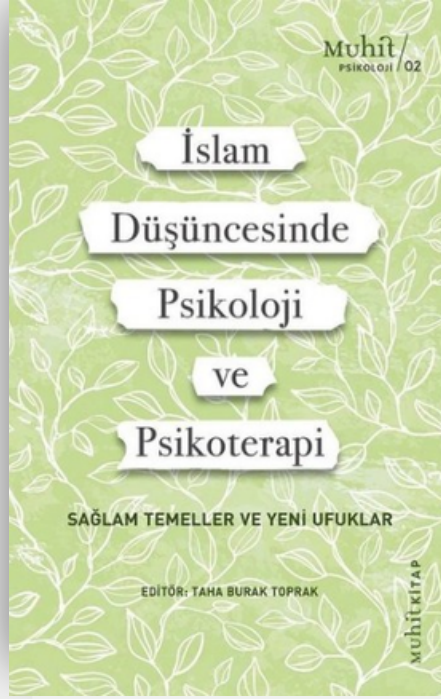
İslam, Psikoloji, İlmü'n-Nefs, İslam düşünce gelenekleri, Bilgi anlayışı, Modern bilim.

## Öne Çıkan Noktalar

- İslam düşüncesindeki "İlmü'n-Nefs" kavramına yönelik farklı gelenekler (Tıbbi, Felsefi, Sufi, Âlim) ve bunların insan anlayışındaki farklı odakları (Beden, Zihin, Kalp/Ruh, Sentez) bu bölümde ele alınmıştır.
- İslam geleneğindeki ilim anlayışlarının çeşitliliği ve modern bilimdeki epistemolojik ve ontolojik temellerden farklılıkları incelenmiştir.
- Güncel İslam ve psikoloji çalışmalarındaki temel yönelimler ve araştırmaya açık alanlar ortaya konulmuştur.
- Psikoloji alanında İslam düşüncesinden hareketle katkı sunmak isteyenler için hem İslam geleneğini hem de çağdaş bilimi derinlemesine anlama gerekliliği vurgusu yapılmıştır.

# Kitap Bölümleri

## İslam ve Psikoterapi: Bir Model ve Uygulama Örneği



Taha Burak Toprak, 2021, Psikoterapi Araştırmaları Derneği, Muhit Kitap, İstanbul.

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap bölümü, Klinik Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Metin, İslam geleneğindeki zengin teorik birikimden klinik pratikte uygulanabilecek modeller oluşturmanın imkan ve zorluklarını ele almayı amaçlamaktadır.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Psikolojik rahatsızlıkların kişisel ve toplumsal refah üzerindeki olumsuz etkileri önemlidir. Kişiyi ve kültüre özgü müdahalelerin tedavi etkinliğini artırdığı, dini değerlerin kişilerin tedaviye katılımını etkileyen önemli unsurlar olduğu ve bu nedenle tedavilerin dine duyarlı olmasının önem arz ettiği belirtilmektedir. Bu duyarlılığın teorik ve pratik yönleriyle ifade edilmesi topluma katkı sağlayacaktır.

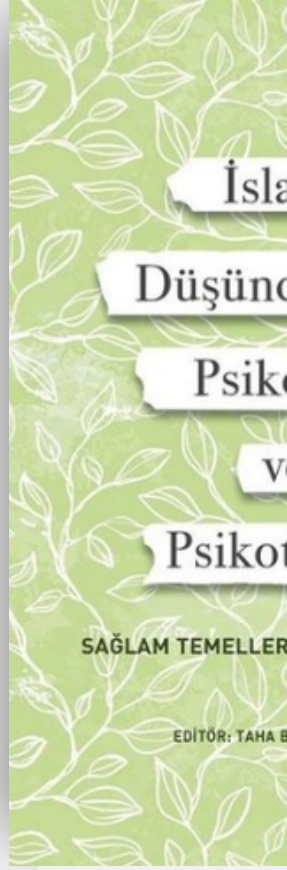
### Mesleki Katkı

Metinde sunulan model, özellikle dinî obsesyonları (Scrupulosity) olan insanları tedavi eden klinisyenler için çok faydalı olabileceği yönünde geri bildirimler almıştır. Bu çalışma, "tarihte kalmış" değil, "yaşayan" bir geleneğe sahip olduğumuzu göstererek, İslam geleneğinin psikoterapiye dair zengin imkanlarının güncel pratik yaşamda nasıl karşılık bulabildiğini ortaya koymaktadır.

### Özet

Bu çalışma, "İslam Geleneğinde Psikoterapi" başlığı altında, İslam düşünce mirasının teorik zenginliğini çağdaş klinik psikoterapiye entegre etme imkânlarını araştırmakta ve bu bağlamda geliştirilen bir model olan "4T Modeli"ni tanıtmaktadır. Modelin temelini, İlmü'n-Nefs disiplini ve Said Nursî'nin Vesvese Risalesi gibi klasik kaynaklar oluşturmakta olup, özellikle dini içerikli obsesif kompulsif bozuklukların (OKB) tedavisinde bilişsel yeniden yapılandırma sürecine katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Çalışmanın akademik süreci 2016 yılında başlamış, konferans sunumları, makale yayınları ve çalıştaylarla geliştirilmiştir. Modelin tasarımı, çağdaş bilişsel terapinin zihinsel süreçlere dair bilişsel hiyerarşi sunmamasının yarattığı klinik sorunlar





üzerine yapılan gözlemlerle şekillenmiştir. Bu bağlamda zihinsel süreçleri hiyerarşik olarak yapılandıran 4T Modeli (Tahayyül, Tasavvur, Taakkul, Tasdik), hem klasik kaynaklarla uyumlu hem de modern psikoterapi teknikleriyle bütünleşebilir bir çerçeve sunmaktadır.

Modelin uygulanması, klasik Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) yapısına entegre edilerek gerçekleştirilmiştir. Müdahale süreci, obsesif düşüncelerin normalizasyonu, genel modelin tanıtılması, bireyselleştirme ve bilişsel yeniden yapılandırma aşamalarını kapsamaktadır. Veri toplama sürecinde hem nitel (danışan geri bildirimleri) hem nicel (Y-BOCS, Beck Depresyon ve Anksiyete Envanterleri, Padua Envanteri) yöntemler kullanılmış; ayrıca tedavi sonrası izlem görüşmeleri gerçekleştirilmiştir.

Nicel bulgular, danışanların genel olarak semptomatik iyileşme gösterdiğini ortaya koymuştur. Nitel geri bildirimlerde ise danışanlar özellikle düşünce, imge ve inanç arasındaki ayrımları anlamamanın kendileri için aydınlatıcı ve rahatlatıcı olduğunu belirtmiştir. Katılımcılar, zihinden geçen düşüncelerin imanla doğrudan ilişkili olmadığını fark ederek düşünce-eylem kaynaşmasının azaldığını ifade etmiştir. İzlem çalışması, klinik kazanımların büyük oranda korunduğunu göstermiştir.

Çalışmanın özgün katkısı, İslam geleneğinde yer alan psiko-ontolojik ve metafizik kavramların, modern bilişsel terapiyle entegrasyonu yoluyla kültürel ve dini hassasiyetleri gözeterek yeni bir psiko-eğitim ve müdahale modeli sunmasıdır. Model, OKB'nin temel bilişsel çarpıtmalarından biri olan düşünce-eylem kaynaşmasına yönelik daha nüanslı ve teolojik olarak tutarlı bir açıklama getirmekte, bilimsel olarak ele alınamayan ancak danışan için önemli olan "düşüncenin kaynağı" gibi metafizik sorulara cevap imkânı tanımaktadır.

Bununla birlikte, modelin randomize kontrollü çalışmalarla test edilmemiş olması önemli bir sınırlılıktır. Gelecek araştırmalarda,

bu tür modellerin hem daha geniş örneklemelerde nicel olarak sınanması hem de ilahiyat ve psikoloji alanlarındaki uzmanlarla tartışılarak kavramsal tutarlılığının gözden geçirilmesi önerilmektedir.

### **Öne Çıkan Kavramlar**

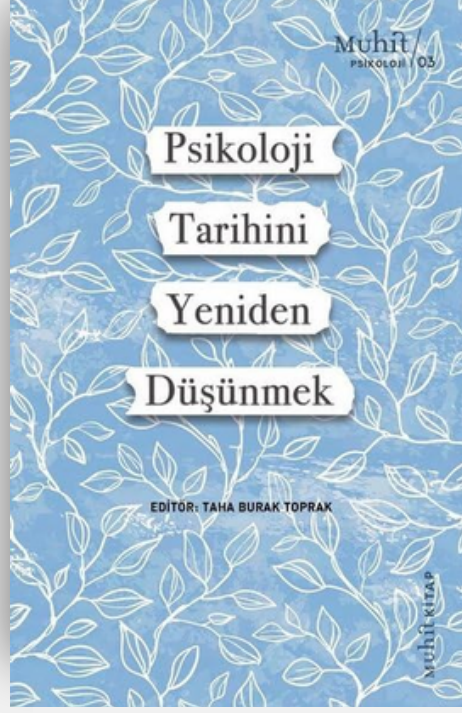
İslam, Psikoterapi, İlmü'n-Nefs, 4T modeli, OKB.

### **Öne Çıkan Noktalar**

- **4T Modeli**, İslam geleneğindeki İlmü'n-Nefs anlayışı ve özellikle Said Nursî'nin Vesvese Risalesi temel alınarak geliştirilmiş, bilişsel süreçleri hiyerarşik biçimde Tahayyül, Tasavvur, Taakkul ve Tasdik olarak sınıflandıran bir psiko-eğitim modelidir.
- Model, düşünsel süreçlerin sorumluluk düzeylerine göre ayrıştığını vurgular: Tahayyül ve Tasavvur iradeden bağımsız süreçlerken, Tasdik iradi ve ahlaki sorumluluk gerektiren bir yargı sürecidir; bu ayrım eylemin yalnızca Tasdik düzeyinde oluştuğu kabulüne dayanır.
- Düşünce-eylem kaynaşmasının temel bir sorun olduğu OKB'de, bu hiyerarşik bilişsel ayrım kullanılarak danışanlara yönelik açıklayıcı bir psiko-eğitim sunulmuştur.
- 4T Modeli, klasik BDT yapılandırmasına entegre edilerek uygulanmış; hem nitel hem nicel veriler, özellikle dinî içerikli obsesyonlar yaşayan bireylerde semptomatik iyileşmeyi ve kavramsal netlik kazandırmayı desteklediğini göstermiştir.
- Çalışma, İslam düşünce geleneğinden beslenen ve kültürel-dini hassasiyetleri gözeten yeni nesil psikoterapi modellerinin geliştirilebileceğine dair kavramsal ve uygulamalı bir örnek sunmaktadır.

# Kitap Bölümleri

## Bir Yol Haritası Denemesi



Taha Burak Toprak, Haziran 2023, Muhit Kitap; Psikoterapi Araştırmaları Derneği, İstanbul

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap bölümü, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Mevcut psikoloji anlayışının, insanı temel metafizik sorulardan bağımsız ele almasının mümkün olmadığı kabulünden hareketle, farklı psikoloji modellerinin dayandığı insan tasavvurunu; bu tasavvurda psikenin konumunu, psikolojik sağlığın ve hastalığın tanımını sorgulamak gerekmektedir. Bu sorgulamanın ihmal edilmesi, hakikate ulaşma çabasında çeşitli teorik ve pratik sorunlara yol açabilmektedir. Gerçekliğin çok boyutlu bir yapı arz ettiği kabul edildiğinde, gerek pratik uygulamalarda gerek bilgi kaynakları ve yöntem seçimlerinde yeni soruların ortaya çıkması kaçınılmazdır.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Bu metin; psikoterapiye başvuran bireylerin değer temelli ve kulluk eksenli bir iyilik hâline yönelmelerine katkı sağlayabilecek teknikleri içermektedir.

### Mesleki Katkı

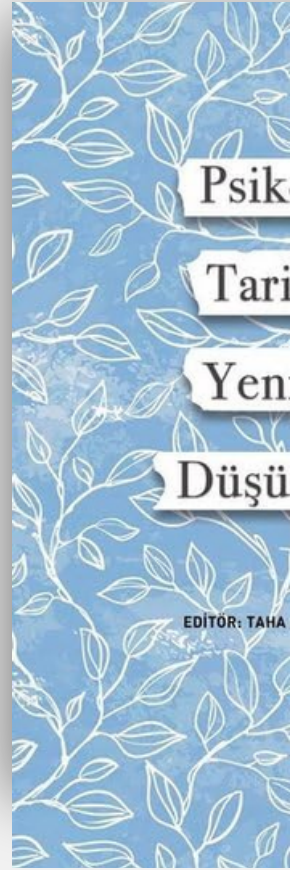
Farklı psikoloji yaklaşımlarının dayandıkları bilgi kaynakları ve yöntemsel temelleri ile bu yaklaşımların pratikteki yansımaları arasındaki ilişkiyi görünür kılma amacı taşımaktadır. Aynı zamanda bu farkların üzerine eğilerek, kuramsal ve yöntemsel düzeyde yeni açılımlar sunmayı hedeflemektedir.

### Özet

Psikoloji disiplini, insanın metafizik boyutuna dair kabullerden azade bir yapı değildir. Farklı düşünce gelenekleri –örneğin İslam düşünce geleneği içerisinde yer alan kelam, fıkıh ve tasavvuf– insanı ve ruhsal işleyişi farklı biçimlerde tanımlar. Bu farklı tanımlar, beraberinde ruh sağlığı ve hastalık tasnifinde çeşitlilik doğurmakta ve farklı iyileşme biçimlerini gündeme getirmektedir. Bu farklılıklar göz ardı edildiğinde, örneğin tasavvufi dönüşüm süreçleri modern psikolojinin beden merkezli müdahaleleriyle açıklanmaya çalışıldığında, kuramsal uyumsuzluklar kaçınılmaz hale gelmektedir.

Bu metin, psikolojide bilgi, yöntem ve uygulama biçimlerinin farklı düşünce geleneklerinde nasıl anlam kazandığını fark etmeyi amaçlamaktadır. Bu bağlamda üç düzeyde yürütülen sorgulamalar öne çıkmaktadır:

1. **Teorik düzey:** Metafizik ve felsefi temellere dayalı sorular (“İnsan nedir?”, “Psike nedir?”, “İyileşme nedir?”).
2. **Araştırma düzeyi:** Deneysel ve gözleme dayalı bilgi üretimi.
3. **Tedavi düzeyi:** Klinik uygulamalarda kullanılan müdahale ve tekniklerin anlamı.



Psikoloji disiplinine yönelik bu çok boyutlu yaklaşımda hakikatin sadece tek bir düzlemde kavranamayacağı, farklı boyutların (madde, düşünce, mana) birbirini tamamlayıcı nitelikte olduğu vurgulanmaktadır. Her bilgi türü, kendine özgü yöntemlerle hakikate yaklaşmayı hedeflemekte, ancak nihai ve mutlak hakikatin vahiy kaynaklı olduğu kabul edilmektedir.

### **Yol Haritası Önerisi**

Bu düşünsel çerçeve doğrultusunda, bir psikoterapi yaklaşımı geliştirmenin üç temel mükellefiyetle mümkün olabileceği önerilmektedir:

1. Kendi metafiziğimizi öğrenmek
2. İnsanlığın güncel sorunları ile yüzleşmek
3. Usul ve yöntem bilgisi edinmek

Bu bağlamda, sabitler (zaman-üstü ve değişmez ilkeler) ile değişkenlerin (bağlama göre şekillenen uygulamalar) ayrımının bilinmesi; fıkıh, kelam ve tasavvuf gibi geleneksel disiplinlerle ilişki kurularak yol alınması gerektiği vurgulanmaktadır.

### **Öne Çıkan Kavramlar**

Fıkıh, Kelam, Tasavvuf, Hakikat, Metafizik, Ontoloji, Epistemoloji.

### **Öne Çıkan Noktalar**

- Psikoloji anlayışı, insanın metafizik boyutuna ilişkin kabullerden bağımsız değildir. Farklı düşünce gelenekleri—özellikle İslam düşünce geleneği içinde yer alan kelam, fıkıh ve tasavvuf—insan varlığını ve ruhsal yapıyı farklı biçimlerde tanımlamaktadır.
- Temel metafizik ve ontolojik sorulara yönelik sağlam yanıtların eksikliği, araştırmacının mevcut paradigmalara farkında olmadan tâbi olmasına ve böylece kendi kuramsal ve uygulamalı çerçevesinden uzaklaşmasına neden olabilir.
- İlişki, empati ve mutluluk gibi psikolojiye özgü temel kavramların yalnızca fıkhi perspektiften değil, tasavvufi

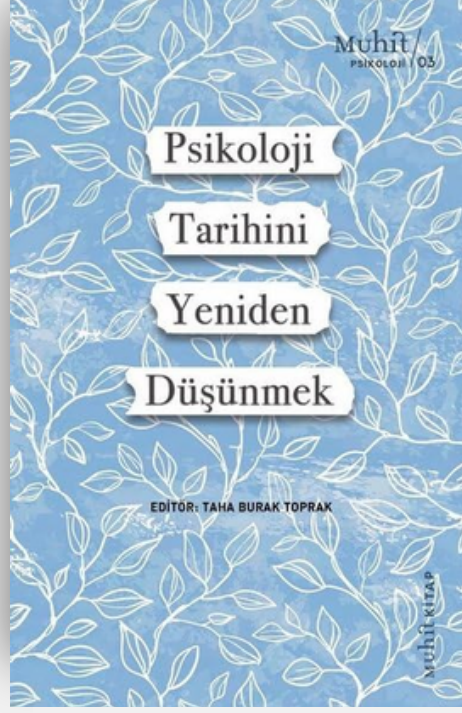
bağlamda da ele alınması; çok katmanlı bir anlam inşası için gereklidir.

- Her araştırmacı, benimsediği bilim felsefesi paradigması doğrultusunda epistemolojik ve yöntemsel tercihlerini fark etmeli ve bu çerçevenin sınırlarını bilinçli biçimde ortaya koymalıdır.



# Kitap Bölümleri

## Çok Boyutlu Gerçeklik Anlayışı



Taha Burak Toprak, Haziran 2023, Muhit Kitap; Psikoterapi Araştırmaları Derneği, İstanbul.

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap bölümü, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu çalışma, farklı ontolojik zeminlerin tekil ve homojen bir epistemoloji içerisinde açıklanmaya çalışılmasının doğurduğu kavramsal ve yöntemsel sorunlara odaklanmaktadır. Her ontolojik bağlılığın kendine özgü bir epistemolojik çerçeve gerektirdiği savunularak, bu durumun yeni ve çok boyutlu bir yöntem arayışını zorunlu kıldığı vurgulanmakta ve bu doğrultuda özgün öneriler geliştirilmektedir.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Mesleki Katkı

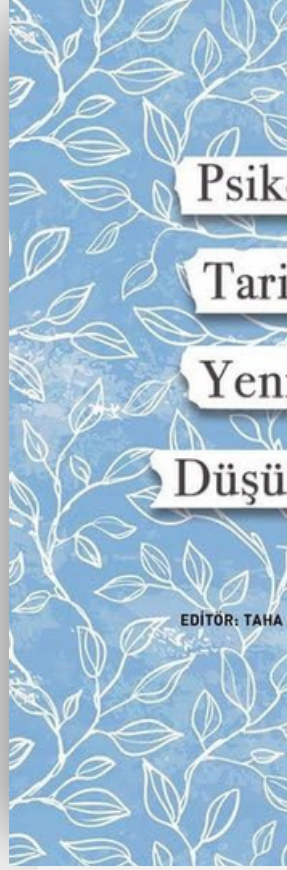
Bu metin, her epistemolojinin belirli ontolojik kabuller üzerine inşa edildiği gerçeğini hatırlatarak, özellikle insanı konu alan psikoloji gibi disiplinlerde, uygulamaların altında yatan varsayımların kavramsal ve yöntemsel düzeyde sorgulanması gerektiğine işaret etmektedir. Bu bağlamda, alandaki profesyonellere eleştirel bir bakış açısı ve teorik bir çerçeve sunarak, kuramsal tutarlılık ve kültürel bağlam duyarlılığı açısından mesleki bir farkındalık geliştirilmesine katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

### Toplumsal Katkı

Klinik uygulamalarda, dini hassasiyete sahip bireyler zaman zaman inanç ve değer sistemleriyle çelişen terapötik yönlendirmelerle karşılaşabilmekte ve bu durum içsel çatışmalara neden olabilmektedir. Bu metin, söz konusu çatışmaları dikkate alan kültürel ve inanca dayalı bir hassasiyetle, bireylerin hem psikolojik ihtiyaçlarını hem de değer dünyalarını dikkate alan bütüncül bir yaklaşım sunmayı hedeflemektedir. Böylece, bireyin psikolojik destek süreci içerisinde hakikat arayışını kendi manevi ve kültürel bağlamı içerisinde sürdürmesine imkân tanınmakta ve iyileşme sürecinde yaşanabilecek değer çatışmalarının azaltılması amaçlanmaktadır.

### Özet

Bu metin, İslam düşünce geleneği içerisinde bilgi üretme çabalarında karşılaşılan çok katmanlı ontolojik ve epistemolojik zenginliğe dikkat çekmekte ve bu çoklu yapının metodolojik olarak nasıl ele alınabileceğine dair çok boyutlu bir model önerisi sunmaktadır. Temel sav, her ontolojik bağlamın kendine özgü bir epistemolojik tartışmayı gerektirdiği; dolayısıyla farklı varlık tasavvurlarını tek bir bilgi sistemi içinde açıklama girişimlerinin yetersiz ve yanıltıcı olabileceğidir.



Çok boyutlu gerçeklik modelinde fıkıh, kelam, tasavvuf ve felsefe/bilim gibi temel İslamî ilimlerin kendi içlerinde özgül birer varlık ve bilgi anlayışı taşıdığı; bu disiplinlerin hakikatin farklı yönlerini temsil ettiği vurgulanmaktadır. Metin, bu katmanlar arasında metodolojik bir bütünlük gözetilmesi gerektiğini, aksi takdirde disiplinler arası geçişlerin demagojik ve yüzeysel bir hal alabileceğini örnekler üzerinden göstermektedir. Bu bağlamda, örneğin fıkhi bir meseleyi tasavvufi referanslarla açıklamaya çalışmanın bilgi düzeyindeki kaymalarla sonuçlanabileceği ifade edilmektedir.

Çok boyutlu gerçeklik anlayışının bir örneği olan Vesvese Risalesi, kelam, fıkıh ve tasavvufun ayrıştırılmadan fakat birbirine indirgenmeden bir arada ele alınabileceğini gösteren pratik bir örneklik sunmakta; dini metinlerin psikolojik yorumlarında gözetilmesi gereken yöntemsel hassasiyetlere işaret etmektedir.

Metin, çok boyutlu gerçeklik anlayışının “deneyimin epistemolojisi” olarak adlandırılabilirliğini ileri sürmekte; kişinin ilişki kurduğu her katmanın kendine özgü bilgi üretme biçimine saygı duyarak bir bütünlük içerisinde ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu noktada İmam Gazzâlî, Cüneyd-i Bağdâdî, İmam Rabbânî ve Bediüzzaman gibi alimlerin çok boyutlu yaklaşımının altı çizilmekte; onların eserlerinin bilgi üretimi açısından model teşkil ettiği belirtilmektedir.

### Öne Çıkan Kavramlar

Çok Boyutlu Gerçeklik, Kültürel/dini duyarlılık, Vesvese Risalesi.

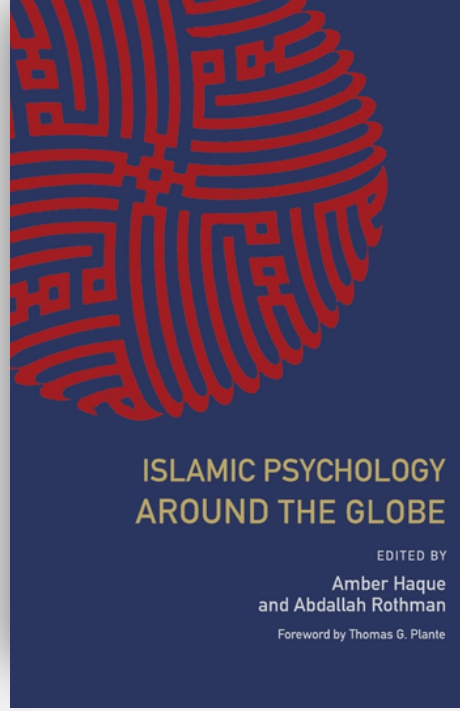
### Öne Çıkan Noktalar

- **Her disiplinin kendine özgü bilgisi vardır:** Fıkıh, kelam ve tasavvuf gibi İslamî disiplinlerin her biri farklı bir ontolojik ve epistemolojik temele dayanır; bunlar karıştırılmadan birlikte düşünülmelidir.

- **Tek bakış açısı yanılıcıdır:** Farklı ontolojik bağlamları tek bir epistemolojik çerçevede açıklamak, anlam kaymalarına ve yorum hatalarına yol açabilir.
- **Katman farkı gözetilmelidir:** Bir dini metinden elde edilen bilgiyi, hangi bilgi düzeyinden (örneğin tasavvufi ya da fıkhi) değerlendirdiğimizi bilmek, doğru yorum için kritik öneme sahiptir.
- **Vesvese Risalesi model örnektir:** Vesvese Risalesi, çok katmanlı gerçeklik anlayışıyla yazılmış ve kalam, fıkıh, tasavvufun birlikte ama ayrıştırılarak nasıl ele alınabileceğini gösteren işlevsel bir örnek olarak sunulur.
- **Yeni bir yöntem önerilmiştir:** Metin, İslam düşüncesinin çok katmanlı yapısına uygun, sahih dini referansları esas alan ve psikolojik sorunları bu zeminde yorumlayan özgün bir yöntem geliştirmektedir.

# Kitap Bölümleri

## Dünya Çapında İslami Psikoloji: “Türkiye’de İslami Psikoloji Çalışmaları: Mevcut Durum, Olanaklar ve Zorluklar”



Süleyman Derin, Taha Burak Toprak, 2021, International Association of Islamic Psychology Yayınları; Seattle, Washington, USA.

**Yayın Türü ve Alan:** Kitap bölümü, Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Metin, Türkiye’de İslami psikoloji alanının tarihsel arka planını, güncel durumunu, öncülerini, akademik ve klinik faaliyetlerini, karşılaştığı imkan ve zorlukları sistematik biçimde ortaya koyarak bu alanın gelişimi ve kurumsallaşması için nelerin gerekli olduğuna dair açıklamalar sunmaktadır.

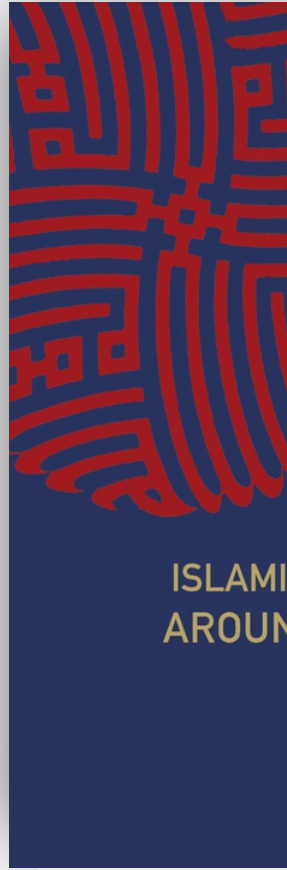
## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Bu çalışma, Türkiye bağlamında İslami psikoloji alanındaki gelişmeleri tarihsel süreklilik içinde ele alarak hem toplumsal hem de mesleki düzlemde önemli katkılar sunmaktadır. Toplumsal düzeyde, bireylerin dini, kültürel ve değer dünyalarıyla uyumlu psikolojik yaklaşımların geliştirilmesi, ruh sağlığı hizmetlerine yönelik erişilebilirliği ve kabul edilebilirliği artırmakta; böylece kültürel açıdan duyarlı ve kapsayıcı bir psikososyal destek sisteminin inşasına katkı sağlamaktadır. İnsanın manevi boyutunun psikolojik işleyişle bütüncül biçimde ele alınması, hem bireylerin tedavi süreçlerine aktif katılımını güçlendirmekte hem de psikoterapiye yönelik önyargıların dönüşümüne zemin hazırlamaktadır. Bu durum toplumun geniş kesimlerinin ruh sağlığı hizmetlerinden faydalanmasını kolaylaştırarak bireylerin yaşadığı psikolojik sıkıntılarla daha anlamlı bir şekilde başa çıkmasına yardımcı olmakta, dolayısıyla da hem bireysel hem toplumsal düzeyde psikolojik dayanıklılığı ve genel iyilik halini desteklemektedir.

### Mesleki Katkı

Mesleki bakımdan ise metin, ruh sağlığı profesyonelleri için yeni çalışma alanları işaret eden bir kaynak niteliği taşımaktadır. İslam düşüncesinin alana dair sunduğu imkanlar ve bu konuda yapılan çalışmalar hakkında bir literatür sunmaktadır. Türkiye bağlamında üretilen modelleri ifade etmesiyle alana ilgi duyanların yetkinliklerinin artmasına katkı sağlamaktadır. Güncel gelişmelerin işaret edilmesi ile yeni bir ufuk çizerken, İslami psikolojinin daha kurumsal, bilimsel ve sürdürülebilir bir yapıya kavuşmasına yönelik yönlendirmeler sunmaktadır.





## **Özet**

Süleyman Derin ve Taha Burak Toprak tarafından kaleme alınan bu metin, Türkiye’de son yıllarda ivme kazanan İslami psikoloji (İP) çalışmalarını disiplinler, tarihsel ve kurumsal boyutlarıyla ele almakta; alandaki gelişim eğilimlerini, imkanları ve karşılaşılan temel zorlukları analiz etmektedir. Yazarlar, İP’nin yalnızca teorik bir ilgi alanı değil, aynı zamanda psikoterapötik uygulamalara yön verebilecek alternatif bir paradigma olarak öne çıktığını savunmaktadır. Bu çerçevede, hem İslam düşüncesiyle modern psikoloji arasında eleştirel ve yapıcı bir ilişki kurulması ihtiyacına hem de bu alanın Türkiye bağlamındaki özgül gelişim dinamiklerine dikkat çekilmektedir.

Metnin temel hareket noktası psikolojinin evrensellik iddiasına yönelik artan kültürel ve epistemolojik eleştirilerle birlikte, Batı merkezli psikoloji kuramlarının kültürel bağlamdan bağımsız olmadığını vurgulayan yeni literatürdür. Bu bağlamda Türkiye’de son dönemde ruh sağlığı profesyonelleri, araştırmacılar ve öğrenciler arasında İslami değerlerle uyumlu, yerli ve kültürel olarak anlamlı bir psikoloji inşasına yönelik ilgi belirgin biçimde artmıştır. Derin ve Toprak, bu ilgiyi üç ana dinamik üzerinden kategorize etmektedir: Klinik alandaki yönelim, akademik üretim ve kurumsallaşma çabaları.

İlk olarak sahadaki klinisyen ilgisi, özellikle maneviyat temelli terapi arayışları çerçevesinde belirginleşmektedir. Psikologlar, psikolojik danışmanlar ve psikiyatristler, danışanların dini ve manevi değerlerini dikkate alan daha bütüncül bir yaklaşım geliştirme ihtiyacı hissetmektedir. Bu durum, İP’nin yalnızca akademik bir uğraş değil, aynı zamanda mesleki bir ihtiyaç olarak da gündeme geldiğini göstermektedir. Ancak burada dikkat çeken temel sorunun kavram ve anlatıların, yöntem gözetilmeksizin psikoterapötik bağlama doğrudan taşınmaya çalışılması olduğu ifade edilmektedir.

İkinci olarak akademik üretim boyutunda lisansüstü tezlerin, dergi makalelerinin, ulusal ve uluslararası sempozyumların

sayısındaki artış dikkat çekmektedir. Özellikle klasik dönem İslam düşüncesindeki nefis, kalp, ruh, akıl gibi kavramlara yönelik kavramsal çözümlemeler ve bu kavramların modern psikolojiyle ilişkisini kuran çalışmalar öne çıkmaktadır. Bu çabalar, İslami bir psikoloji epistemolojisinin inşasına yönelik teorik bir zemin oluşturmaktadır. Bununla birlikte alandaki çalışmaların metodolojik derinlikten yoksun olması, kavramların sistematikleştirilmesini zorlaştırmaktadır.

Üçüncü olarak ise, kurumsallaşma boyutunda üniversite bünyesinde açılan araştırma merkezleri, dernekler, yayın dizileri ve çevrimiçi eğitim platformları alana yönelik kurumsal ilgiyi yansıtmaktadır. Bu yapıların temel amacı, İslami psikolojiye dair bilgi üretimini kurumsal düzeyde desteklemek ve mesleki eğitim süreçlerine entegre edilebilir içerikler sunmaktır. Sağlam bir zemin oluşturma yönünde ilerleyen bu girişimlerin henüz sürdürülebilirlik ve akademik tanınırlık açısından olgunlaşma aşamasında olduğu ifade edilmektedir.

Metin, İP çalışmalarının daha sistematik bir biçimde ilerlemesi için kavramsal netlik, metodolojik titizlik, disiplinlerarası işbirliği ve kurumsal destek gerektiğini vurgulamaktadır. Ayrıca İslam düşüncesiyle modern psikolojiyi birleştiren bütüncül bir yaklaşımın, hem bilimsel anlamda derinlik kazanması hem de toplumun ruh sağlığı hizmetlerine olan güveni artırması açısından stratejik bir rol oynayabileceği ifade edilmektedir.

Sonuç olarak bu metin, Türkiye'deki İslami psikoloji çalışmalarının mevcut durumunu hem bir birikim hem de bir kırılma noktası olarak değerlendirmekte; alanın potansiyelinin disiplinler sorumluluk, yerli epistemoloji ve akademik ciddiyetle geliştirilmesi gerektiğini ifade etmektedir. Bu çaba, hem mesleki eğitimin içeriğini zenginleştirecek hem de kültürel aidiyet ile bilimsel bilgi arasındaki boşluğu doldurarak ruh sağlığı alanında daha etkili ve bütüncül hizmetlerin önünü açabilecektir.

## **Öne Çıkan Kavramlar**

İslami psikoloji, İlmü'n-Nefs, Psiko-ontoloji, Ampirik çalışmalar.

## **Öne Çıkan Noktalar**

- Klasik İslam düşüncesinde yer alan 'nefs', 'ruh', 'kalp', 'akıl' gibi temel kavramlar, modern psikolojiyle karşılaştırmalı biçimde yeniden ele alınmakta; bu çaba, İslamî psikolojinin teorik çerçevesinin oluşturulmasında merkezi bir rol üstlenmektedir.
- İslami psikolojiye yönelik akademik ve klinik temelli ilgi son yıllarda önemli oranda artmaktadır. Alandaki teorik bütünlük, kavramsal açıklık ve metodolojik derinlik ise henüz olgunlaşma aşamasındadır. Bu durum disiplinlerarası iş birliklerinin gerekliliğine işaret etmektedir.
- Danışanların dini ve manevi değerlerinin terapi sürecinde ihmal edilmemesi gerektiğine dair artan bilinç, ruh sağlığı profesyonellerinin İslami psikolojiye yönelmesini sağlamaktadır. Bu yönelim değer temelli ve kültürel olarak duyarlı bir psikoterapi anlayışının gelişimine katkı sunmaktadır.
- İslam düşüncesi ile modern psikolojiyi ontolojik, epistemolojik ve etik düzlemlerde bütüncül bir biçimde buluşturmayı hedefleyen çabalar, yalnızca teorik bir yenilenme imkanı sunmakla kalmamakta, aynı zamanda toplumun ruh sağlığı hizmetlerine olan güvenini ve katılımını artıracak kültürel uyumu da mümkün kılmaktadır.

# Uluslararası Hakemli Yayınlar

## CBT Integrated with the 4T Psychoeducation Model for Muslim Scrupulosity: A Case Study



Nurşin Çetiner, Taha Burak Toprak, 2025, *International Cognitive Behavioral Therapy*, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep. İbn Haldun Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği, İstanbul.  
<https://doi.org/10.1007/s41811-025-00258-z>

**Yayın Türü ve Alan:** Vaka Çalışması, Klinik Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu çalışma, dini içerikli obsesyonlar ve kompulsiyonlar (scrupulosity) yaşayan Müslüman bireylerde, dini hassasiyetlere duyarlı terapötik yaklaşımların etkililiğini,

özellikle geleneksel bilişsel davranışçı terapi yöntemlerinin sınırlılıklarını ele alarak 4T Modeli ile entegrasyonun tedaviye katkısını bir vaka uygulaması ile değerlendirmiştir.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Obsessif kompulsif bozukluk, bireylerin işlevselliğini ve yaşam kalitesini azaltmanın ötesinde toplumsal uyum, üretkenlik ve ilişkiler üzerinde de olumsuz etkiler yaratmaktadır (APA, 2013). Özellikle dini içerikli OKB'ye sahip dindar bireylerde, kültürel ve dini değerleri dikkate almayan müdahaleler, kişilerin tedaviye uyumunu azaltmakta ve terapiye dirençle sonuçlanabilmektedir (Siev & Huppert, 2017). Bu noktada, dini değerlere duyarlı terapötik müdahaleler hem teorik hem de uygulamalı düzeyde geliştirilmelidir (Garcia, 2008). Sunulan çalışma, bu duyarlılığın hem kavramsal hem klinik boyutta nasıl ele alınabileceğini ortaya koyarak topluma katkı sağlamaktadır.

### Mesleki Katkı

Mesleki olarak ise, vaka temelli bu çalışma; dini takıntıların tanımlanması, formülasyonu ve müdahale süreci hakkında terapistlere somut bir yol haritası sunmakta, bilişsel yeniden yapılandırma sürecine dini referansların nasıl entegre edilebileceğine dair rehberlik etmektedir.

## Özet

### Giriş

Bu çalışma, obsesif kompulsif bozukluğun (OKB) dini alt tipi olan "scrupulosity" semptomları ile tedaviye başvuran bir Müslüman kadının tedavi sürecini sunmaktadır. Dini içerikli obsesyonlar (iman şüphesi, günah korkusu vb.) ve bu düşüncelerin verdiği sıkıntıyı gidermeye yönelik kompulsiyonlar

#### Abstract

Scrupulosity is a subtype of obsessive-compulsive disorder (OCD) characterized by obsessions and compulsions with a religious or moral theme. Cognitive behavioral therapy (CBT) are effective for the treatment of OCD. However, it is important to be careful in the application of therapy for individuals who may not find the intervention may not be motivated enough, in this study, a Muslim woman with scrupulosity was treated with 11 face-to-face sessions, including cognitive behavioral therapy, exposure and response prevention, and ERP interventions. At the end of the 3-month follow-ups, the religious scrupulosity symptoms were reduced, and the patient was able to function in treating scrupulosity.

**Keywords** Scrupulosity (religious OCD) · Religious psychoeducation · 4 T model

#### Abbreviations

OCD Obsessive compulsive disorder  
ERP Exposure and response prevention  
CBT Cognitive behavioral therapy  
4 T model The 4 T model is a psychoeducational model based on Toprak (2016)

✉ Nurşin Çetiner  
nursincetiner@hotmail.com

<sup>1</sup> Department of Psychology, Hasan Kalyoncu University, Istanbul, Turkey

<sup>2</sup> Department of Psychology, İhsan Haldun University, Istanbul, Turkey

<sup>3</sup> Association for Psychology and Psychotherapy, Istanbul, Turkey

Published online: 04 July 2025

(tövbe etme, kelime-i şehadet getirme) bireyin yaşam kalitesini ciddi şekilde bozmaktadır. Literatürde ERP (maruz bırakma ve tepkiyi önleme) bu konuda altın standart müdahale ve BDT (bilişsel davranışçı terapi) en etkili tedavi yöntemi olarak ifade edilmektedir (American Psychological Association, 2021). Bununla birlikte dini hassasiyetleri olan bireylerde klasik müdahaleler terapi için motivasyon eksikliği veya direnç riski taşıyabilir. Nitekim literatürde de dine ve kültüre duyarlı müdahalelere ilişkin çalışmaların olduğu görülmektedir (Aouchekian, vd., 2017; Arip vd., 2018; Bonchek ve Greenber, 2009; Almasi, vd., 2013). Bu müdahaleler arasında özgün bir tedavi modeli olarak Toprak (2016) tarafından geliştirilen 4T Modeli dikkat çekmektedir (Toprak ve Emül, 2016; Toprak, 2022). Bu nedenle, bu çalışmada Toprak (2016) tarafından geliştirilen ve İslam düşüncesine dayanan 4T modeli BDT'ye entegre edilerek uygulanmış ve etkileri değerlendirilmiştir.

## Yöntem

Bu nitel çalışma bir vaka sunumudur. 24 yaşındaki, dindar bir Müslüman kadın danışan, kendi başvurusu ile tedaviye alınmıştır. Danışan herhangi bir ilaç kullanmamaktadır ve başka bir terapi almamaktadır. Müdahale süreci 11 seanslık yüz yüze görüşmeleri kapsamaktadır. İlk seans değerlendirme görüşmesidir. Terapötik müdahalede klasik CBT tekniklerine ek olarak dini psiko-eğitim, 4T modeli ve ERP birlikte kullanılmıştır. Süreç boyunca Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği (Y-BOCS) ile değerlendirme yapılmıştır. Seanslar sonrası sözel ve yazılı geri bildirimler alınmıştır.

## Bulgular

Danışanın OKB şiddeti başlangıçta “şiddetli” düzeyde iken (Y-BOCS: 26), terapi sonunda “subklinik” düzeye düşmüştür (Y-BOCS: 4). En dikkat çekici düşüş, dini psiko-eğitim verilen 6. ve 7. seanslar sonrası olmuştur. Danışan, dini şüphelerinin “tasdik” aşamasına gelmeden zihinsel düzeyde takılıp kaldığını ve kalben kabul etmediğini fark etmiş; bu farkındalığı sağlayan 4T



psiko-eğitim modeli ERP uygulamalarına katılımını arttırmıştır. Danışanın yazılı ve sözel geribildirimleri de terapinin ve entegre edilen 4T müdahalesinin etkili olduğunu desteklemektedir.

### **Tartışma**

Bu vaka, dini duyarlı bir terapötik modelin scrupulosity tedavisinde etkili olabileceğini göstermektedir. 4T modelinde zihnin süreçlerinde bir hiyerarşi tanımlanması ve bu süreçlerin istemli ve istemsiz olarak ayrılmasının, özellikle düşünce ve eylem kaynaşmasını azaltarak, bu vakanın tedavi süreci için faydalı olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın literatürdeki yeri, klasik BDT anlayışının ötesine geçerek, kültürel ve dini kodlara duyarlı yaklaşımların ne denli işlevsel olabileceğini göstermesidir.

### **Sonuç ve Öneriler**

4T modeli entegrasyonu ile yapılan bu kısa süreli terapi, dini içerikli OKB semptomlarını önemli ölçüde azaltmıştır. Vaka bazlı olmasına rağmen, dini hassasiyetlerin terapiye entegre edilmesi sürecin verimliliğini yansıtmaktadır.

### **Öne Çıkan Kavramlar**

Scrupulosity (dini içerikli OKB), 4T modeli, Bilişsel davranışçı terapi (BDT), Dini psiko-eğitim.

### **Öne Çıkan Noktalar**

- Bu vaka çalışması, dini hassasiyeti yüksek bir danışanda scrupulosity (dini içerikli OKB) tedavisinde dini entegre edilmiş BDT protokolünün etkinliğini göstermektedir.
- Kısa süreli 11 seanslık bu terapi ile semptomlar “şiddetli” düzeyden “subklinik” düzeye gerilemiştir.
- Özellikle dini psiko-eğitim seanslarından sonra belirgin bir semptom azalması gözlenmiştir.
- İslam düşüncesine dayanan 4T Psiko-eğitim Modeli, zihinsel bir hiyerarşi tanımlayarak düşünce eylem kaynaşmasını azaltmış ve dini değerlere duyarlı olması nedeniyle ERP’ye direnci azaltmıştır.

- Bu çalışma, dini değerleri ön planda olan OKB danışanlarına yönelik terapötik müdahalelerde kullanılabilecek kültüre duyarlı bir klinik çerçeve sunmakta ve klasik BDT modellerine inanca dayalı bilişsel yapıları entegre ederek katkı sağlamaktadır.

# Uluslararası Hakemli Yayınlar

## Rethinking Psycho-Ontology in the Context of İlm an-Nafs (the Study of Self by Muslim Scholars) and Clinical Applications



Taha Burak Toprak, 2025, *Spirituality in Clinical Practice*, İbn Haldun Üniversitesi, Psikoloji Bölümü; Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği. <https://doi.org/10.1037/scp0000390>

**Yayın Türü ve Alan:** Teorik derleme makalesi, Klinik Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu makale, dini hassasiyeti yüksek bireylerde görülen psikolojik zorlanmaların –özellikle de obsesif kompulsif bozukluğun bir alt türü olan dini içerikli obsesif kompulsif bozukluk (scrupulosity)– mevcut psikoterapi yaklaşımlarıyla tam olarak anlaşılamadığını öne sürmektedir. Makalede, bu soruna çözüm getirmek için İslam düşüncesindeki İlmü'n-Nefs geleneğinden

yola çıkararak yeni bir insan ve ruh sağlığı anlayışı açıklanmıştır. Amaç, manevi yönü dikkate alan, inanç sistemine duyarlı bir terapi yaklaşımı sunmaktır.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Psikolojik sorunlar yalnızca bireyin değil, aynı zamanda ailelerin, sosyal çevrenin ve toplumun genel sağlığını da etkiler. Bu nedenle etkili bir psikolojik destek, bireyin inanç ve kültürel değerlerini göz önünde bulundurmalıdır. Araştırmalar, inançlarına uygun biçimde yürütülen terapi süreçlerinin kişilerin tedaviye katılımını ve iyileşme sürecini olumlu etkilediğini göstermektedir. Bu makalede sunulan model, toplumun dini değerlere sahip bireyleri için daha anlamlı ve güven verici bir destek sistemi sunmayı hedeflemektedir.

### Mesleki Katkı

Terapistlerin, dini inançlara sahip danışanlarla çalışırken karşılaştığı zorluklara karşı, bu makale teorik temeli güçlü, yapılandırılmış ve uygulamaya dönük dört yeni model (3K, 4T, 3N ve Nefs modeli) sunmaktadır. Bu modeller, özellikle dini içerikli OKB gibi dini içerikli rahatsızlıklarda terapistlere yol haritası sunabilir.

## Özet

### Giriş

Psikoloji tarihinde önemli bir yere sahip olan psikanaliz ve bilişsel davranışçı terapi gibi yöntemler, insanların ruhsal sıkıntılarını açıklamada pek çok katkı sunmuştur. Ancak bu yaklaşımlar, insanın kalp, ruh, ahlaki değerler gibi daha derin yönlerini çoğu zaman ihmal etmektedir. Bu nedenle dinî ve manevi boyutları da kapsayan yeni terapi anlayışlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu makale, İslam ilim geleneği **İlmü'n-Nefs** anlayışına dayanan ve İslam alimlerinin düşüncelerinden



© 2024 American Psychological Association  
ISSN: 1528-4388

Rethinking Psycho-Ontology  
(the Study of Self by Muslim)

Taha  
Department of Psychology  
Association for Psychology and

While modern psychotherapies are especially in addressing the more profound a discipline rooted in the Islamic intellectual that offer a multidimensional perspective theological insights. This article focuses which we have developed the 3K model (model), the 4T model (cognitive model), potential advantages, these models with cognitive behavioral therapy. The more models, highlighting how the Ilm an-Nefs of human psychology. Findings from studies, one case series, and one random symptom reduction among patients. The more explanatory and holistic than models helped them distinguish between a sense of security by integrating religious models offer a richer psycho-ontological the values and beliefs of Muslim patients expand the definition of the human being avenues for religiously sensitive therapeutic directions for integrating Ilm an-Nafs further explore this integration, potentially serve diverse populations.

Keywords: study of Nafs (self); Islamic models (4T, 3K, 3N, and Nafs (self))

Since the dawn of modern science, pioneering psychotherapeutic methods such as psychoanalysis and cognitive behavioral therapy (CBT) have emerged and been widely adopted to assist patients in coping with psychosocial challenges. While these methods have significantly advanced

Atıfhan Başaran served as action editor.  
Taha Benek Teprek <https://orcid.org/0000-0001-74181>

No new data are created or analyzed for this article. The author has no conflict of interest to disclose. human or animal studies are conducted by the author. author thanks Fatih Tufan, Salih Başaran, Selim Mahmut Turner, Hanne Nur Özgür, Umut Muhammed

ilhamla oluşturulmuş modelleri tanıtmakta ve bu modellerin modern terapiye nasıl entegre edilebileceğini tartışmaktadır.

İlmü'n-Nefs'in tıp, felsefe, tasavvuf ve müceddid gelenekleri ve yazar tarafından geliştirilen dört model (3K, 4T, 3N ve Nefs modeli) kavramsal olarak açıklanmış ve modern psikoterapi kuramlarıyla karşılaştırılmıştır.

- **3K modeli**, insan doğasını “arzu, öfke ve akıl” olmak üzere üç temel güç üzerinden açıklar. Bu güçlerin dengesinin ahlaki erdemlere (iffet, cesaret, hikmet) göre sağlanması gerektiğini savunur.
- **4T modeli** (tahayyül, tasavvur/tevehhüm, taakkul, tadik), özellikle dini içerikli OKB vakalarında düşünce katmanları arasındaki geçişleri açıklamak amacıyla, Nursi'nin bilişsel süreçlere dair yazılarına dayanarak geliştirilmiş bilişsel bir psiko-eğitim modelidir.
- **3N modeli**, İslam düşüncesinin nefis kavramsallaştırmasına dayanarak insanın ruhsal gelişimini Nefs-i Emmare, Nefs-i Levvame ve Nefs-i Mutmainne olmak üzere üç aşamada açıklar. Bu model, bireyin dürtüsel yapısından ahlaki sorgulamaya ve sonunda içsel dengeye ulaşma sürecini kavramsallaştırarak, özellikle dini hassasiyeti olan danışanlar için terapötik bir çerçeve sunar.
- **Nefs modeli**, insanın bedensel, zihinsel, kalbi ve ruhsal yönlerini bir bütün olarak ele alan, bu yapılar arasındaki dengeyi açıklamayı amaçlayan bütüncül bir psikolojik çerçevedir. Bu model, bireyin manevi gelişimini ve içsel çatışmalarını anlamak için 3K (kuvve), 4T (tefekür), ve 3N (nefs mertebeleri) gibi alt yapılarla desteklenmiştir.

## Tartışma

Makalede modern psikoterapi yaklaşımlarının (özellikle psikanaliz ve BDT'nin) insanın içsel yapısını anlamada bazı sınırlılıkları olduğu; bu sınırlılıkların özellikle dini inançları olan bireylerde terapötik ilişkide zorluklara yol açabileceği vurgulanmaktadır. Psikanaliz, obsesyonları bastırılmış saldırgan dürtülerle açıklayarak danışanın inançlarıyla çelişen

yorumlar sunarken, BDT ise bilişsel süreçlere indirgenmiş ve maneviyatı dışlayan bir model sunmaktadır. Buna karşılık, İlmü'n-Nefs modelleri (özellikle 3K, 3N ve 4T) bireyin arzu, öfke, akıl, kalp ve ruh gibi boyutlarını içeren daha bütüncül bir psikoonotolojik çerçeve sunar. Bu model, özellikle dini içerikli obsesyonlarda düşünce-eylem ve ahlak-eylem birleşmesini çözümleyerek danışanın değerleriyle uyumlu bir içgörü ve iyileşme süreci geliştirmesine katkı sağlar.

### **Sonuç ve Öneriler**

Sonuçta, İlmü'n-Nefs modellerinin insanı çok boyutlu şekilde kavrayan zengin bir kuramsal çerçeve sunduğu ve mevcut psikoterapi yaklaşımlarının sınırlılıklarını aşma potansiyeli taşıdığı vurgulanmaktadır. Bu modeller hem kültürel ve dini hassasiyeti yüksek müdahaleler geliştirmek hem de insan doğasına dair daha bütüncül bir anlayış oluşturmak için önemli bir katkı sunmaktadır.

### **Öne Çıkan Kavramlar**

İlmü'n-Nefs, Dini içerikli OKB (scrupulosity), Dini entegre bilişsel davranışçı terapi, Psiko-ontoloji, Kültürel duyarlılık.

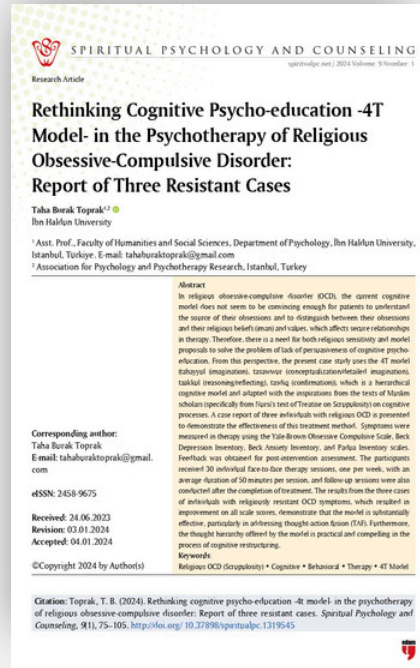
### **Öne Çıkan Noktalar**

- Bu makale, modern psikoterapilerin sınırlı insan anlayışını aşmak için İslam düşüncesindeki İlmü'n-Nefs geleneğinden ilhamla geliştirilen modelleri tanıtmaktadır.
- 3K, 4T, 3N ve Nefs modelleri, insanı sadece zihinsel değil; kalbi, ruhi ve ahlaki yönleriyle birlikte bütüncül bir varlık olarak ele alır.
- Dini içerikli OKB (scrupulosity) gibi sorunlarda, bu modeller hem semptom düzeyinde hem de anlam ve değer boyutunda etkili terapötik müdahale imkânı sunar.
- İslam alimlerinin düşüncelerinden esinlenen bu yaklaşımlar, akıl-kalp-ruh dengesini gözeterek bireyin inancını terapötik sürecin bir parçası haline getirir.
- Makale, kültürel ve dini duyarlılığı olan danışanlar için klinik uygulamalarda kullanılabilecek yeni bir psiko-ontolojik çerçeve önermektedir.



# Uluslararası Hakemli Yayınlar

## Rethinking Cognitive Psycho-education -4T Model- in the Psychotherapy of Religious Obsessive-Compulsive Disorder: Report of Three Resistant Cases



Taha Burak Toprak, 2024, *Spiritual Psychology and Counseling*, İbn Haldun Üniversitesi, Psikoloji Bölümü; Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği.  
<http://doi.org/10.37898/spiritualpc.1319545>

**Yayın Türü ve Alan:** Vaka Serisi, Klinik Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu makale, dini obsesif kompulsif bozukluk (scrupulosity) yaşayan bireylerde geleneksel bilişsel modellerin ikna ediciliğinin yetersizliğine çözüm aramaktadır. Düşünce-eylem kaynaşması ve dini değerlere aykırılık algısıyla ilgili bilişsel çarpıtmaların tedavisinde dini hassasiyetleri gözeten, ikna

edici bir psiko-eğitimsel model ihtiyacına yanıt sunmaktadır. Bu amaçla 4T modeli (tahayyul, tasavvur, taakkul, tasdik) uygulanarak hastaların obsesyonları ile iman/değer ayrımını kavramaları hedeflenmiştir.

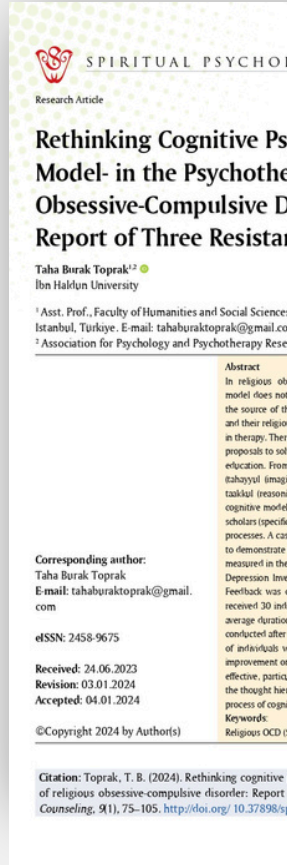
## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Psikolojik rahatsızlıklar toplumsal açıdan iş gücü kaybı, sosyal ilişkilerde bozulma ve yaşam kalitesinde ciddi düşüşler gibi önemli sorunlar doğurmaktadır (WHO, 2001; Sadock vd., 2021). Kişisel ve toplumsal refah için psikolojik problemlerin sağaltımı önemlidir (Clark, 1999). Psikolojik sağaltımın kişiye özgü ve kültüre duyarlı olması tedavi etkililiğini artırmaktadır (Huppert ve Siev, 2010). Bu tür kültürel hassasiyetlerin göz ardı edilmesi bireylerin tedaviye olan katılımını azaltabilir. Dini değerler, bireylerin tedaviye angaje olmasında etkili faktörlerdir (Siev vd., 2017). Bu doğrultuda, tedavi yaklaşımlarının dini değerlere duyarlı olması önem arz etmektedir (Pearce vd., 2015). 4T modeli gibi hem teorik hem de pratik düzeyde dini içerikleri dikkate alan müdahaleler, bireylerin dini değerleriyle çelişmeden tedaviye katılabilmelerini sağladığından, toplumsal açıdan önemli katkılar sunmaktadır.

### Mesleki Katkı

Çalışma, psikoterapötik müdahalelerde kültürel/dini duyarlılığın önemine dair uygulamalı bir örnek sunmakta; bilişsel davranışçı terapinin dini içerikli OKB için sınırlı kalan yanlarını belirleyip bunları 4T modeliyle bütünleştirerek alternatif bir yaklaşım geliştirmektedir. Bu, klinisyenlerin tedavi direncini aşmalarına, bilişsel yeniden yapılandırmayı daha inandırıcı kılmalarına ve hastaların dini değerlerini dikkate alarak daha etkili müdahalelerde bulunmalarına katkı sağlar.



## Özet

Günümüzde OKB tedavisinde en yaygın ve etkili yöntemler, Maruz Bırakma ve Tepki Önleme (ERP) başta olmak üzere Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT), Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT) ve farkındalık temelli yaklaşımlardır. Ancak bu yöntemlerin, OKB'nin dini içerikli alt türü olan "scrupulosity" için yetersiz kaldığı belirtilmektedir. Bunun temel nedenlerinden biri, mevcut bilişsel modellerin hastaların obsesyonlarının kaynağını anlamada ve bu obsesyonları dini inanç (iman) ve değerlerinden ayırt etmelerinde yeterince ikna edici olmamalarıdır. Bu nedenle, dine duyarlı ve özgün psiko-eğitim model önerilerine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda, Müslüman âlimlerin metinlerinden, özellikle Said Nursi'nin Vesvese Risalesi'nden esinlenerek geliştirilen ve bilişsel süreçlere dair hiyerarşik bir yapı sunan 4T modeli (tahayyül, tasavvur, taakkul, tasdik) özgün bir psiko-eğitim model önerisidir.

Modelin amacı, özellikle dini içerikli obsesyonlar yaşayan bireylerde, obsesif düşünceler ile iman arasındaki sınırın daha net kavranmasını sağlamaktır. Nursî, zihnin ve kalbin faaliyetlerini yedi aşamada tanımlar; bunlardan ilk dördü zihne, son üçü kalbe aittir. 4T modeli ise bu yedi aşamalı yapının ilk dört basamağına odaklanır. Tahayyül, zihinde istemsizce beliren imgeler; tasavvur, bu imgelerin kavramsallaşması; taakkul, akıl yürütme ve değerlendirme; tasdik ise düşüncenin bilinçli onaylanmasıdır.

Bu psiko-eğitimsel yaklaşım, zihinden geçen her düşüncenin imanla eşdeğer olmadığını ve sorumluluğun ancak tasdik aşamasında başladığını anlatır. Böylece iman ve değerlerin, tasdik sonucunda oluşan bilinçli kabulden kaynaklandığını ve diğer zihinsel süreçlerden ayrıldığını kavramaya yardımcı olur. 4T modeli, dini OKB hastalarında obsesif düşüncelerin imanı bozduğu yönündeki yanlış anlamaları azaltmayı hedefler. Zamanla tevehhüm (kuruntu / temelsiz zan) gibi kavramlarla genişletilen model, dini OKB'nin yanı sıra travma sonrası stres

bozukluğu gibi alanlarda da kullanılmıştır.

Bu vaka analizinde, dini içerikli obsesyonları olan ve tedaviye direnç gösteren üç OKB hastasının, 4T modeli ile yürütülen tedavi süreci ele alınmıştır. Katılımcılar, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri Polikliniği'ne başvuran, 35-38 yaş arası bireylerdir. Her biri 30 seans bireysel terapi almış; Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği (Y-BOCS), Padua Envanteri (PI), Beck Depresyon Envanteri (BDI) ve Beck Anksiyete Envanteri (BAI), terapi öncesinde (baseline) ve her 10 seans sonunda uygulanmıştır. Üç yıl sonunda ise takip (follow-up) yapılmıştır. Ayrıca, katılımcılardan, faydalı buldukları noktaları sözlü olarak ifade etmeleri istenmiştir.

Terapi süreci, Clark'ın beş aşamalı bilişsel davranışçı modeli temel alınarak yapılandırılmıştır. İlk seanslarda, düşünce-duygu-davranış ilişkisi ve obsesyonların doğasına dair psiko-eğitim verilmiş; danışanların bilişsel çarpıtmalarını fark etmeleri ve dini içerikli kaygılarını yeniden değerlendirmeleri desteklenmiştir. Danışanlar, normal ve obsesif düşünceleri ayırt etmekte zorlandıklarını, istemsiz düşüncelerin kaynağını açıklamada klasik BDT'nin yetersiz kaldığını belirtmiştir. Bu noktada, 4T modeli tanıtılmış ve danışanlardan obsesif düşünceleri bu sınıflandırma çerçevesinde yeniden değerlendirmeleri istenmiştir.

Ayrıca Said Nursî'nin vesvese konusundaki açıklamaları danışanlara sunulmuştur. Düşüncelerin istemsizliği ve kalben onaylanmaması hâlinde günah sayılmadığı, bu düşüncelerin şeytani fısıltılardan veya irade dışı zihinsel süreçlerden kaynaklanabileceği ve asıl zararın bu düşüncelerin zararlı sanılmasından doğduğu vurgulanmıştır. Nursî'nin arzu, öfke ve akıl olmak üzere üç temel güç modeliyle vesvesenin işleyişi açıklanmıştır. Bilişsel yeniden yapılandırma sürecinde, 4T modeli örnek metinlerle derinleştirilmiş ve semptomların normalleştirilmesi üzerinde çalışılmıştır. Bu yaklaşım, danışanların suçluluk ve korku düzeylerini azaltmış; ERP'ye

gösterilen dirençte belirgin bir düşüş sağlayarak maruz bırakmaya daha açık hâle gelmelerine katkıda bulunmuştur. Terapi sürecinin sonunda, danışanlar davranışsal deneyler, nötralizasyon ve maruz bırakma yöntemleriyle desteklenmiştir.

Ölçeklerden elde edilen sonuçlar incelendiğinde, 30. seans sonunda Y-BOCS, PI, BDI ve BAI skorlarında belirgin bir düşüş gözlemlenmiştir. Bu çalışmada, dini bilgiyle bütünleşik bir müdahale olarak geliştirilen 4T modelinin obsesyonların kaynağına dair ikna edici bir açıklama sunma ve obsesyon-değer-inanç ayrımını öğretme etkisi incelenmiştir. Nicel bulgular, müdahale sonrasında tüm hastalarda OKB, depresyon ve anksiyete belirtilerinde azalma olduğunu göstermektedir. Bu azalma, bazı dalgalanmalara rağmen, takiplerde büyük ölçüde devam etmiştir. Nitel veriler, hastaların 4T modelinin temel mesajını içselleştirdiklerini, düşünce-eylem birleşimi ve bilişsel ayrışma kavramlarını anladıklarını, düşünce kontrolü üzerindeki aşırı sorumluluk hissini fark ettiklerini ve bu sayede düşünce kontrolüne bağlı aşırı kaygı alanlarında yeni bir bilişsel bakış açısı geliştirdiklerini ortaya koymuştur. Bu çalışmanın vaka analizlerinde elde edilen sınırlı verileri nitel olarak yorumladığı ve randomize kontrollü çalışmalar gibi genellenebilir sonuçlar sunmadığı göz önünde bulundurulmalıdır. Bu çalışma, 4T modelinin kanıta dayalı bir müdahale haline getirilmesi sürecinde yapılan öncü çalışmalardan biridir.

### Öne Çıkan Kavramlar

Dini OKB, Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT), Dini entegre terapi (4T Modeli), Kültürel/dini duyarlılık.

### Öne Çıkan Noktalar

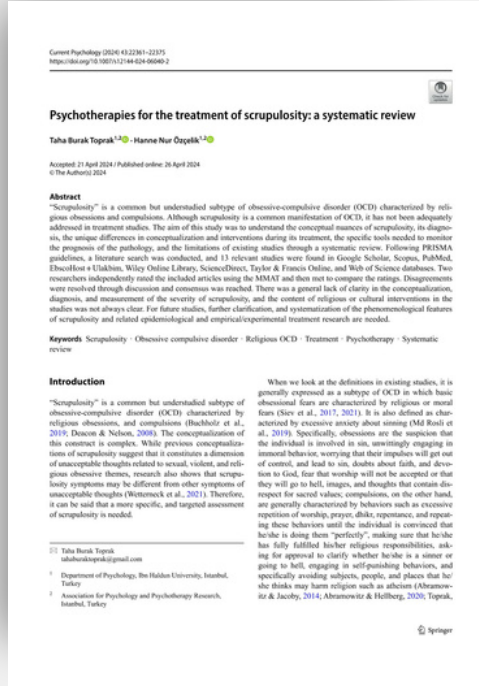
- Bu çalışma, dini içerikli OKB tedavisinde 4T bilişsel modelini (tahayyul, tasavvur, taakkul, tasdik) dini hassasiyeti yüksek psiko-eğitimsel bir yaklaşım olarak tanıtmaktadır.
- Klasik BDT'nin aksine, 4T modeli girici düşünceleri katmanlı şekilde yorumlamayı mümkün kılarak bilişsel sorumluluğu

- İslami bilgi yapısıyla uyumlu şekilde açıklamaktadır.
- Dini içerikli OKB'ye direnç gösteren üç vakada, OKB, kaygı ve depresyon belirtilerinde anlamlı iyileşmeler gözlenmiştir.
  - Model, bireylerin düşünce-eylem kaynaşması algısını yeniden yapılandırarak istemsiz zihinsel olaylarla istemli inanç onayı arasındaki farkı ayırt etmelerine yardımcı olmuştur.
  - İzlem verileri, terapötik etkinin sürdüğünü ve modelin kavramsal olarak içselleştirildiğini göstermekte; bu da uzun vadeli bilişsel yeniden yapılanmayı desteklemektedir.



# Uluslararası Hakemli Yayınlar

## Psychotherapies for the Treatment of Scrupulosity: A Systematic Review



Taha Burak Toprak & Hanne Nur Özçelik, 2024, *Current Psychology*, İbn Haldun Üniversitesi, Psikoloji Bölümü; Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği.

<https://doi.org/10.1007/s12144-024-06040-2>

**Yayın Türü ve Alan:** Derleme Makale, Klinik Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu sistematik derleme, obsesif-kompulsif bozukluğun (OKB) dini içerikli bir alt türü olan “scrupulosity”nin psikoterapiyle tedavisine yönelik mevcut literatürü incelemekte ve alandaki kavramsal, tanısal ve terapötik müdahalelere ilişkin sınırlılıkları ve uygulamada karşılaşılan temel sorunları sistematik biçimde ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda

scrupulosity'nin özgün yapısının daha iyi anlaşılması, kavramsallaştırılmasındaki belirsizliklerin giderilmesi ve kültürel-dini hassasiyetleri dikkate alan müdahale modellerinin belirlenmesi hedeflenmektedir.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Bu derleme, özellikle dini hassasiyetleri olan bireylerde OKB semptomlarını anlamaya katkı sağlayan pek çok önemli bulgu ortaya koymuştur. Scrupulosity, kültürel ve dini unsurların etkili olduğu karmaşık bir OKB alt türüdür (Md Rosli ve ark., 2018) ve bu nedenle tedavisi oldukça zordur. Farklı dini inançlara sahip bireylerde farklı şekillerde ortaya çıkabilen bu durum, bireyselleştirilmiş ve kültürel-dini hassasiyetleri gözetilen terapi yaklaşımlarını gerektirir (Buchholz ve ark., 2019; Rosa-Alcázar & Iñiesta-Sepúlveda, 2018; Toprak, 2018, 2024). Ayrıca, ruh sağlığı uzmanlarının dini bilgi eksikliği ve dini liderlerin psikolojik sorunlara dair yetersiz bilgisi, tedavide etik ve pratik güçlükler doğurmaktadır (Miller ve Hedges, 2008). Sonuç olarak makale, toplumda dini uygulamalar ile patolojik obsesyonlar arasındaki farkın daha iyi anlaşılmasına katkı sunar ve bu alandaki dine duyarlı yaklaşımlara olan ihtiyaca işaret eder.

### Mesleki Katkı

Mevcut çalışma, klinik psikologlar, psikiyatristler ve terapistler için scrupulosity'nin tedavisinde kullanılabilecek sistematik ve etkili terapötik modellerin eksikliğini görünür kılar ve yeni müdahale alanları sunar. Çalışmada öne çıkan bulgular, terapistlerin klasik BDT tekniklerini dini içerikle bütünleştirerek daha etkili ve kabul edilebilir müdahaleler geliştirebileceğini göstermektedir (Akuchekian ve ark., 2011; Almasi ve ark., 2013). Bununla birlikte, scrupulosity'nin tanı ve değerlendirilmesinde kullanılan ölçeklerin yetersizliği, alanda standardizasyon

Current Psychology (2024) 43:22361–22375  
https://doi.org/10.1007/s12144-024-06040-2

Psychotherapies for the treatment of scrupulosity

Taha Burak Toprak<sup>1,2</sup> · Hanne Nur Özçelik<sup>1,2</sup>

Accepted: 21 April 2024 / Published online: 26 April 2024  
© The Author(s) 2024

#### Abstract

"Scrupulosity" is a common but understudied obsessive-compulsive disorder (OCD) characterized by religious obsessions and compulsions. Although scrupulosity is addressed in treatment studies, the aim of this review is to address the unique differences in conceptualization of the prognosis of the pathology, and the limitations of current guidelines, a literature search was conducted, and a meta-analysis was performed. The included articles were resolved through discussion and consensus. The aim of this review is to address the unique differences in conceptualization of the prognosis of the pathology, and the limitations of current guidelines, a literature search was conducted, and a meta-analysis was performed. The included articles were resolved through discussion and consensus. The aim of this review is to address the unique differences in conceptualization of the prognosis of the pathology, and the limitations of current guidelines, a literature search was conducted, and a meta-analysis was performed. The included articles were resolved through discussion and consensus.

**Keywords** Scrupulosity · Obsessive compulsive disorder

#### Introduction

"Scrupulosity" is a common but understudied obsessive-compulsive disorder (OCD) characterized by religious obsessions and compulsions (Bach et al., 2019; Deacon & Nelson, 2008). The concept of this construct is complex. While previous conceptions of scrupulosity suggest that it constitutes a form of unacceptable thoughts related to sexual, violent, or religious obsessive themes, research also shows that scrupulosity symptoms may be different from other types of unacceptable thoughts (Wetterneck et al., 2021). It can be said that a more specific, and targeted of scrupulosity is needed.

Taha Burak Toprak  
tahaburaktoprak@gmail.com

<sup>1</sup> Department of Psychology, İbn Haldun University, Istanbul, Turkey

<sup>2</sup> Association for Psychology and Psychotherapy Research, Istanbul, Turkey

ihtiyacını gündeme getirmekte; ayrıca, din görevlileri ve ruh sağlığı uzmanları arasında iş birliği gereksinimini vurgulamaktadır (Miller ve Hedges, 2008). Bu bulgular, inanca dayalı semptomların bütüncül ve dine duyarlı bir yaklaşımla ele alınmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

## **Özet**

### **Giriş**

Bu çalışma, obsesif kompulsif bozukluğun (OKB) dini içerikli bir alt tipi olan dini içerikli obsesif kompulsif bozukluğun (scrupulosity) psikoterapötik müdahalelerle nasıl ele alındığını sistematik biçimde incelemektedir. Scrupulosity, kişinin günah işlemekten yoğun kaygı duymasıyla birlikte, ibadetleri 'kusursuz' şekilde yerine getirme çabası etrafında şekillenen takıntılı düşünceler ve zorlayıcı davranışlarla karakterize edilen bir durumdur. Bu durum, bireyin hem dini yaşantısını hem de günlük işlevselliğini ciddi şekilde bozabilir. Literatürde dini içerikli OKB'nin yaygın olduğu bilinmesine rağmen, bu özgül alt tipin psikoterapi bağlamında yeterince çalışılmamış olması, alanda ciddi bir boşluk oluşturmaktadır.

Bu bağlamda çalışmanın temel amacı, scrupulosity'ye yönelik psikoterapi uygulamalarını değerlendirmek, bu süreçte tanımlama, ölçüm ve müdahale aşamalarında karşılaşılan zorlukları ortaya koymaktır. Çalışma, scrupulosity'nin hangi psikoterapi yöntemleriyle ele alındığını, uygulanan müdahale protokollerinin dini/kültürel duyarlılık düzeyini ve bu terapilerin etkililiğinin hangi araçlarla değerlendirildiğini incelemektedir.

### **Yöntem**

Bu çalışma, PRISMA yönergeleri doğrultusunda yürütülen sistematik bir derlemedir. Araştırma kapsamında 2001–2024 yılları arasında yayımlanan çalışmalar taranmıştır. Google Scholar, Scopus, PubMed, Web of Science ve diğer akademik veri tabanlarında yapılan kapsamlı arama sonucunda 13 çalışma derlemeye dahil edilmiştir. Bu çalışmaya; scrupulosity tedavisinde psikoterapi temelli müdahaleleri inceleyen, 18 yaş

ve üzeri yetişkinlerle yapılmış, etkisiz bir kontrol grubu içeren, dini içerikli OKB semptomlarında değişimi ölçen ve mümkünse etki büyüklüğü raporlayan nicel, nitel, randomize kontrollü ya da vaka düzeyindeki araştırmalar dahil edilmiştir. Psikoterapi içermeyen müdahaleler ve derleme, meta-analiz gibi deneysel olmayan yayınlar ise çalışma dışında bırakılmıştır. Dahil edilen çalışmalar arasında 6 vaka raporu, 2 vaka serisi, 3 deneysel araştırma, 2 randomize kontrollü çalışma yer almaktadır. Çalışmalar, MMAT (2018) ile iki araştırmacı tarafından değerlendirilmiş; Makale metodolojik kalite puanları verilmiş, ancak hiçbir makale kalite nedeniyle dışlanmamıştır.

## Bulgular

Scrupulosity tedavisine yönelik mevcut literatürde sınırlı sayıda çalışma bulunduğu ortaya konmuştur. Bu çalışmalarda Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT), Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT), Maruz Bırakma ve Tepki Önleme (ERP), Dine Duyarlı Bilişsel Davranışçı Terapi (RCBT) ve Bilişsel Psiko-eğitim temelli 4T Modeli gibi yaklaşımlar kullanılmıştır. Ölçüm araçları arasında en yaygın kullanılanlar Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği (Y-BOCS), Penn Scrupulosity Envanteri (PIOS) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDI) olmuştur.

Çalışmalardan elde edilen bulgular, scrupulosity için özellikle CBT ve ERP temelli yaklaşımların etkin olduğunu göstermektedir. Dini içerikli müdahaleler sunan RCBT protokollerinin, hem semptom azaltımında hem de terapötik işbirliği açısından daha etkili olduğu vurgulanmıştır. ACT protokollerine dini boyutların eklenmesiyle yapılan müdahalelerde ise bireylerin obsesif düşünceleriyle kurdukları ilişki değişmiş ve kaçınma davranışları azalmıştır. Bununla birlikte, sekiz vaka çalışmasından yalnızca birinde, danışanlara dini-kültürel hassasiyetle geliştirilmiş 4T adlı psiko-eğitimsel bir model uygulanmış; diğer yedi çalışmada ise dini OKB belirtileri olan bireyler yer alsa da, dine duyarlı yaklaşımlar kullanılmamıştır.

Ancak, çalışmalarda kullanılan tanı ve ölçüm yöntemlerinde birlik olmaması, tanının netleştirilmesi ve semptom şiddetinin değerlendirilmesi açısından önemli bir sorun olarak dikkat çekmektedir.

## Tartışma

Bu derleme, scrupulosity'ye özgü tanı, kavramsallaştırma ve terapi ihtiyaçlarının literatürde hâlâ tartışmalı olduğunu göstermektedir. Dini içerikli takıntıların klasik OKB belirtilerinden ayrıştığı ve bireysel-dini değer sistemleriyle daha derin bir bağ kurduğu gözlemlenmektedir. Bu nedenle, tedavi protokollerinin inanca duyarlı şekilde yapılandırılması, terapötik ilişkinin kalitesini ve semptomlardaki düzelmeyi olumlu etkileyebilmektedir.

Çalışmanın özgün katkısı, scrupulosity'ye yönelik tüm psikoterapi uygulamalarını yöntemsel olarak karşılaştırması ve dini müdahalelerin terapötik değerini sistematik biçimde göstermesidir. Güçlü yönlerinden biri, vaka temelli ve deneysel çalışmaları bütünleştiren geniş veri setidir. Ancak, sınırlayıcı yönler arasında, çalışmaların metodolojik çeşitliliği ve ölçüm araçlarındaki standardizasyon eksikliği yer almaktadır.

## Sonuç ve Öneriler

Genel olarak bu çalışma, dini içerikli OKB (scrupulosity) için uygulanan psikoterapilerin etkili olabileceğini, özellikle dini/kültürel duyarlılıkla yapılandırılmış müdahalelerin işlevsel sonuçlar doğurduğunu ortaya koymuştur. Klinik uygulamalar açısından, ruh sağlığı uzmanlarının kültürel yeterliliklerini geliştirmeleri ve dini referanslarla çalışma becerilerini artırmaları önerilmektedir. Ayrıca, gelecekte yapılacak araştırmalarda daha büyük ve rastgele örneklemelerle yürütülecek çalışmalar sayesinde, scrupulosity'nin ayrı bir klinik kategori olarak tanımlanmasına katkı sağlanabilir.

## Öne Çıkan Kavramlar

Dini içerikli OKB (Scrupulosity), Bilişsel davranışçı terapi (CBT),

Dini entegre terapi (RCBT, 4T Modeli), Kültürel-dini duyarlılık.

### **Öne Çıkan Noktalar**

- Dini içerikli OKB (Scrupulosity), hem klinik hem teorik düzeyde hâlâ açık uçlu ve tanı karmaşasına açık bir yapıdır.
- Dinî içeriğe duyarlı psikoterapiler, semptomların hafifletilmesinde etkili olsa da standartlaştırılmış uygulamalardan yoksundur.
- Literatürde dini ve seküler ahlaki scrupulosity ayrımı net yapılmamaktadır.
- RCBT ve 4T gibi müdahaleler, dini duyarlılığı dikkate alan örnekler arasında yer almaktadır.
- Tedavi sürecine dini otoritelerin nasıl ve ne zaman dahil edileceği, pratikte önemli bir sorunsaldır.



# Uluslararası Hakemli Yayınlar

## Recovery from Sexual Assault: A Religion-Adapted Cognitive Behavioral Therapy for a Woman Sexual Assault Survivor



Hatice Rumeysa Işık, Taha Burak Toprak, 2024, *European Journal of Trauma & Dissociation*, Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği; İbn Haldun Üniversitesi  
<https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2024.100441>

**Yayın Türü ve Alan:** Vaka Çalışması, Klinik Psikoloji.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu vaka çalışması, cinsel saldırı sonrası travma yaşayan bir kadının tedavisinde, dini değerlere duyarlı şekilde yapılandırılmış bir bilişsel davranışçı terapi (BDT) sürecinin etkisini incelemektedir. Özellikle suçluluk duygusu, adalet

inancı ve anlam arayışı gibi dini ve etik temaları odağına alan müdahale tekniklerinin, psikolojik iyileşme sürecine katkısı araştırılmaktadır.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Cinsel saldırı gibi travmatik deneyimler yalnızca bireyin ruhsal sağlığını değil, toplumsal ilişkilerdeki işlevselliğini de zedeler. Bu çalışma, dini inançların bireylerin travma sonrası yaşantılarındaki anlamlandırma süreçlerine katkısını vurgulamakta; kültürel bağlama uygun terapi yöntemlerinin toplum genelinde ruh sağlığına etkisini göstermektedir.

### Mesleki Katkı

Çalışma, terapistlere dini değerleri güçlü danışanlarla etkili bir şekilde nasıl çalışabileceklerine dair somut bir vaka örneği sunmaktadır. Uygulanan 4T modeli ve dini metaforlar, özellikle suçluluk, öfke ve adalet algısı gibi zorlu konularla çalışmada faydalı bir kaynak olarak öne çıkmaktadır.

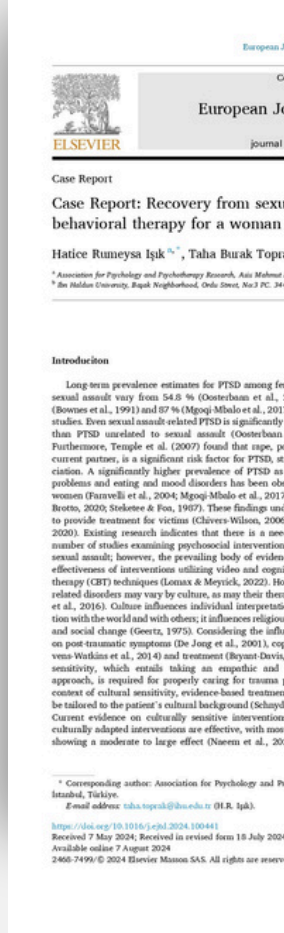
## Özet

### Giriş

Cinsel saldırıya maruz kalan kadınlarda travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) sık görülmektedir. Bu durum, bireyde yoğun suçluluk, utanç, öfke ve çaresizlik gibi duygularla birlikte tedaviye direnç geliştirebilir. Bilişsel davranışçı terapi (BDT) etkili olsa da, danışanın dini ve kültürel değerleri dikkate alınmadığında yeterli iyileşme sağlanamayabilir. Çalışma, dini öğelerin psikoterapötik sürece entegre edilmesinin potansiyel katkılarını araştırmaktadır.

### Yöntem

Vaka, 2016 yılında cinsel saldırıya uğramış, 29 yaşında evli ve Müslüman bir kadın danışandır. Toplam 18 seans süren terapi



sürecinde, klasik BDT ve ACT teknikleri, 4T modeli ve İslamî inançlara dayalı müdahaleler (tevbe, ahiret inancı, mahkeme metaforu) ile bütünleştirilmiştir. Başta ve süreç boyunca PCL-5 ve çeşitli öz değerlendirme formları kullanılmıştır.

## **Bulgular**

Danışanın PCL-5 puanı başlangıçta 62 iken, 15. seansta 41'e ve 11 ay sonraki takipte 10'a düşmüştür. Bu gelişme, TSSB tanı ölçütlerini artık karşılamadığını göstermektedir. Suçluluk ve öfke gibi duygular azalmış, umut, güven ve değer odaklı yaşamda artış görülmüştür. Ayrıca, danışan evlilik ve sosyal ilişkilerinde daha doyumlulu ve değerlerine uygun bir tutum geliştirdiğini ifade etmiştir.

## **Tartışma**

Dini içerikli müdahaleler, suçlulukla başa çıkmada etkili olmuş ve terapötik ittifakı güçlendirmiştir. Tevbe uygulamaları affetme ve kendini bağışlamaya katkı sunarken, ahiret ve mahkeme metaforları adalet duygusunu yeniden yapılandırmıştır. 4T modeli ise danışanın işlevsel olmayan düşüncelerle arasına mesafe koymasına yardımcı olmuştur.

## **Sonuç ve Öneriler**

Dini inançlara duyarlı şekilde yapılandırılmış terapötik müdahaleler, yalnızca semptomların azalmasına değil, aynı zamanda değer odaklı yaşantıların gelişmesine de katkı sunmaktadır. Bu vaka çalışması, kültürel ve dini bağlama duyarlı terapi modellerinin önemine işaret etmektedir. Gelecekte bu tür müdahalelerin daha geniş örneklerle ve kontrollü çalışmalarla test edilmesi önerilmektedir.

## **Öne Çıkan Kavramlar**

Cinsel travma, Dini uyarlanmış bilişsel davranışçı terapi (BDT), Suçluluk, 4T modeli, Travma sonrası stres bozukluğu.

## **Öne Çıkan Noktalar**

- Bu çalışma, cinsel saldırı sonrası TSSB tanısı alan bir kadının

tedavisinde dini uyarlanmış BDT'nin etkilerini incelemektedir.

- Müdahale sürecinde BDT, ACT ve dini içerikli uygulamalar (tevbe, 4T modeli, ahiret ve mahkeme metaforları) entegre şekilde kullanılmıştır.
- Danışanın TSSB belirtileri belirgin biçimde azalmış ve bu iyileşme 11 aylık takipte de korunmuştur.
- Dini öğelerin entegrasyonu, terapötik bağ kurmayı, duygusal toparlanmayı ve değer odaklı yaşamı kolaylaştırmıştır.
- Bulgular, kültürel-dini duyarlılığa sahip psikoterapilerin travma tedavisindeki önemini ve uygulanabilirliğini desteklemektedir.

# Uluslararası Hakemli Yayınlar

## Effectiveness of Religiously Adapted Brief Cognitive-Behavioral Therapy in Reducing Post-Traumatic Stress Disorder Symptoms After an Earthquake: A Quasi-Experimental Study



Taha Burak Toprak, Hanne Nur Özçelik, Hatice Rumeysa Işık, 2025, *International Journal of Cognitive Behavioral Therapy*, İbn Haldun Üniversitesi, Psikoloji Bölümü; İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Psikoloji Bölümü; Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği

<https://doi.org/10.1007/s41811-025-00232-9>

**Yayın Türü ve Alan:** Yarı Deneysel Müdahale Çalışması; Klinik Psikoloji, Travma Psikoterapisi.

### Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?

Bu çalışma, 2023 Türkiye depremlerinden sonra travma sonrası

stres bozukluğu (TSSB) belirtileri yaşayan Müslüman bireylerde, dini temelli müdahale içeren kısa süreli bilişsel davranışçı terapinin (RA-BDT) etkililiğini test etmektedir. Aynı zamanda, kültürel ve dini bağlama duyarlı bir erken dönem psikoterapi modelinin geliştirilmesini ve uygulanabilirliğini incelemektedir.

## Toplumsal ve Mesleki Katkı

### Toplumsal Katkı

Türkiye’de sık yaşanan depremler, geniş çaplı ruh sağlığı problemlerine neden olmaktadır. Mevcut çalışma, dini başa çıkma stratejileriyle uyumlu, kültürel olarak kabul edilebilir müdahalelerin psikolojik iyileşmede önemli rol oynayabileceğini göstermektedir. Bu yönüyle, dine duyarlı terapi modelleri, travmaya maruz kalan dindar bireylerin dine duyarlı terapi modelleri, travmaya maruz kalan dindar bireylerin tedaviye erişimini ve iyileşme sürecini güçlendirmektedir.

### Mesleki Katkı

Çalışma, travma terapisine dini unsurların entegrasyonunun terapötik ilişkiyi ve müdahale etkililiğini artırabileceğini ortaya koymaktadır. Terapide kullanılan İslami referanslar, bilişsel yeniden yapılandırma sürecini destekleyerek daha derin bir içgörü gelişimine katkı sağlamıştır. Ayrıca, bu model terapistlerin kültürel yeterliliklerini artırmaları gerektiğine işaret eden güçlü kanıtlar sunmaktadır.

## Özet

### Giriş

6 Şubat 2023'teki depremler Türkiye’de çok sayıda kişinin fiziksel ve psikolojik olarak etkilenmesine neden olmuştur. Bu bağlamda, TSSB semptomları yaygın olarak görülmekte; kültürel ve dini bağlamı dikkate alan psikolojik müdahalelere

#### Abstract

Earthquakes are considered one of the most common causes of psychological trauma; thus, individuals exposed to such events may develop post-traumatic stress disorder (PTSD). This study examined the positive contributions of a religiously adapted brief cognitive-behavioral therapy (RA-BDT) to the recovery process. Based on this premise, the study aimed to reduce post-traumatic stress symptoms in Muslims. In this quasi-experimental study, 24 individuals with PTSD were divided into two non-randomized groups: a control group and an intervention group. A 2.5-week marathon intervention was administered to the participants, while the control group received standard care from trauma specialists. The results showed that PTSD levels in the experimental group significantly decreased after the intervention. Both groups exhibited similar levels of PTSD before the intervention. These findings provided evidence that the RA-BDT program significantly alters PTSD levels. The results further suggested that developing culturally sensitive interventions may be a worthwhile endeavor. The findings could serve as an alternative early intervention for the management of PTSD symptoms.

**Keywords** Post-traumatic stress disorder · Cognitive behavioral therapy · Brief cognitive behavioral therapy · Muslims

This article is a revised and expanded version of the article published in the International Journal of Cognitive Behavioral Therapy, 2023.

Extended author information available on the



duyulan ihtiyaç artmaktadır. Bu çalışma, Müslüman bireyler için uyarlanmış, kısa süreli ve dine duyarlı BDT protokolünün bu ihtiyaca cevap olup olmadığını araştırmaktadır.

## Yöntem

Yarı-deneyssel tasarımıyla yürütülen çalışmada, deney (n = 7) ve kontrol (n = 7) grubu olmak üzere toplam 14 katılımcı yer almıştır. Deney grubuna çevrimiçi olarak beş oturumluk RA-BDT uygulanmış; terapi, hem klasik BDT öğeleri hem de İslami öğretileri içermiştir. Travma sonrası stres belirtileri, bilişsel çarpıtmalar, travma sonrası büyüme ve dini başa çıkma düzeyleri çeşitli ölçeklerle değerlendirilmiştir.

## Bulgular

Deney grubunda TSSB semptomları (PCL-5) ve işlevsel olmayan bilişlerde (PTCI) son testte ve bir yıl sonraki takipte anlamlı düşüşler saptanmıştır ( $\eta^2 = 1.00$ ). Dini başa çıkma (MRC) ve travma sonrası büyüme (PTGI) her iki grupta da artarken, gruplar arası fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Katılımcı görüşleri, dini içeriklerin entegrasyonunun terapiye olan güveni ve duygusal rahatlamayı artırdığını göstermiştir.

## Tartışma

Sonuçlar, dine duyarlı kısa müdahalenin travma sonrası stres semptomlarını azaltmada etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Kur'an ayetleri ve peygamber kıssalarının bilişsel yeniden çerçeveleme sürecine katkı sunduğu belirtilmiştir. Ayrıca, RA-BDT terapötik ittifakı güçlendirmiş, danışanların değer sistemine uygunluğu sayesinde müdahale etkinliğini artırmıştır. Ancak küçük örneklem büyüklüğü ve rastgele olmayan atamalar genellenebilirlik açısından sınırlayıcıdır.

## Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, dine duyarlı kısa süreli BDT'nin doğal afet sonrası psikolojik müdahalelerde uygulanabilir ve etkili bir model sunduğunu göstermektedir. Gelecekteki çalışmaların farklı

örneklerle, uzun vadeli takiple ve karşılaştırmalı protokollerle yürütülmesi önerilmektedir.

### **Öne Çıkan Kavramlar**

Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB); Deprem; Dine duyarlı bilişsel davranışçı terapi (RA-BDT); Kısa süreli müdahale; Kültürel yeterlik.

### **Öne Çıkan Noktalar**

- Çalışma, Müslüman depremzedelerde TSSB semptomları için dine duyarlı kısa BDT müdahalesinin etkisini değerlendirmiştir.
- 14 katılımcı ile yürütülen çalışmada, yarı deneysel desen ve beş oturumluk çevrimiçi seanslar uygulanmıştır.
- Müdahale grubunda TSSB semptomları ve işlevsel olmayan düşünceler anlamlı düzeyde azalmıştır.
- İslami içeriğin entegrasyonu, terapinin etkinliğini ve danışanın kabulünü artırmıştır.
- Bulgular, travma sonrası tedavi ve gelecekteki araştırmalar için dine duyarlı kısa müdahaleleri desteklemektedir.

# Yayına Kabul Edilmiş Çalışmalar

## **“Worship Is Not Merely About Form”: Religiously Integrated Cognitive Behavioral Therapy in a Case of Scrupulosity**

Yakup Işık, Taha Burak Toprak, 2025, *International Cognitive Behavioral Therapy* (Yayın aşamasında). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep. İbn Haldun Üniversitesi, Psikoloji Bölümü; Psikoloji ve Psikoterapi Araştırmaları Derneği, İstanbul.

**Yayın Türü ve Alan:** Vaka Çalışması, Klinik Psikoloji.

### **Eser Hangi Sorunlara Yanıt Arıyor?**

Bu çalışma, scrupulosity (dini içerikli obsesif kompulsif bozukluk) tanısı almış dindar bir bireyin tedavi sürecini, dini referanslarla entegre edilmiş bir Bilişsel Davranışçı Terapi (R-CBT) yaklaşımı ile ele almaktadır. Tedavi süreci boyunca, dini değerlerin terapiye entegrasyonu ile terapötik ittifakın, içgörünün ve psikolojik iyileşmenin nasıl etkilendiği detaylandırılmakta; scrupulosity'nin hem klinik hem de dini boyutları dikkate alınarak, sahaya yönelik kültürel duyarlılık içeren bir müdahale modeli önerilmektedir.

### **Toplumsal ve Mesleki Katkı**

#### **Toplumsal Katkı**

Dindar bireylerde sıkça karşılaşılan scrupulosity semptomları, yanlış anlaşılma kaygısı nedeniyle profesyonel desteğe erişimi zorlaştırabilmektedir. Bu vaka çalışması, dini hassasiyetlerin tanındığı ve terapötik sürece entegre edildiği bir modelin, yardım arama motivasyonunu artırabildiğini, tedaviye katılımı kolaylaştırdığını ve iyileşmeyi desteklediğini göstermektedir.

Böylelikle, dindar bireylerin ruh sağlığı hizmetlerine güvenini artırma potansiyeli taşımaktadır.

### **Mesleki Katkı**

Terapide dini içeriklerin kullanımı, bilişsel yeniden yapılandırma sürecini derinleştirerek, scrupulosity'ye özgü yorum hatalarının ele alınmasını kolaylaştırmıştır. Ayrıca, "Allah tasavvurunun yeniden inşası", "dini belirsizlik yönetimi" gibi müdahaleler, hem semptomatik rahatlama hem de inanç-pratik dengesi açısından klinisyenler için uygulanabilir entegre yöntemler sunmaktadır. Çalışma, dinî-düşünsel bilgiye sahip terapistlerin kültürel yeterlik açısından sağlayabileceği katkılara dikkat çekmektedir.

### **Özet**

#### **Giriş**

Scrupulosity, özellikle dindar bireylerde dini şüpheler, küfür sayılan sözler (alfaz-ı küfr) ve dini ritüellere dair obsesyon ve kompulsiyonlarla kendini gösteren bir OKB alt türüdür. Bu çalışma, söz konusu belirtileri taşıyan bir Müslüman gencin dini hassasiyetlerine uygun biçimde düzenlenen bir bilişsel davranışçı terapi sürecinin detaylı izlenimini sunmaktadır.

#### **Yöntem**

Danışan 24 yaşında, dindar bir erkek bireydir. Klinik görüşme sonucunda DSM-5 ölçütlerine göre, obsesif kompulsif bozukluk ve çekingen kişilik bozukluğu tanıları konulmuştur. 26 oturumluk terapi süreci boyunca bilişsel yeniden yapılandırma, ERP ve dini entegrasyon içeren müdahaleler uygulanmıştır. Tedavi süreci öncesi, sonrası ve 9 ay takipte Y-BOCS, BDI ve BAI ölçekleri uygulanmış; ayrıca niteliksel veri, terapi değerlendirme formu ile toplanmıştır.

#### **Bulgular**

Danışanın obsesyon ve kompulsiyon düzeyi, tedavi sonunda ve takipte anlamlı şekilde azalmıştır. Depresyon düzeyi belirgin şekilde düşerken, anksiyete semptomlarında artış gözlenmiştir;

bu artış, danışanın hayatındaki yeni stresörlerle (evlilik, iş değişimi) ilişkilendirilmiştir. Danışanın niteliksel geri bildirimleri, özellikle dini müdahalelerin anlamlı katkı sağladığını göstermektedir. Terapi sürecinde üç temel dini müdahale uygulanmıştır: “Sürdürülebilir Salih Amel Programı”, “Dini Belirsizlik Yönetimi” ve “Allah Tasavvurunun Yeniden İnşası”.

## **Tartışma**

Çalışma, scrupulosity tedavisinde dini içeriklerin entegrasyonunun, sadece semptomları azaltmakla kalmayıp danışanın Allah tasavvuru, ibadet anlayışı ve yaşam perspektifi gibi daha geniş dini-psikolojik alanlarda da dönüşüm sağlayabildiğini göstermektedir. Bununla birlikte, anksiyete düzeyindeki artış, OKB semptomları azalsa da yaşam stresi ve kişilik örüntülerinin önemini vurgulamaktadır.

## **Sonuç ve Öneriler**

Bu vaka, dini hassasiyetlere saygılı ve entegre edici bir yaklaşımın, scrupulosity tedavisinde uygulanabilir ve etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Gelecekteki çalışmaların farklı örneklerle, karşılaştırmalı gruplarla ve uzun takip dönemleriyle yapılması önerilmektedir.

## **Öne Çıkan Kavramlar**

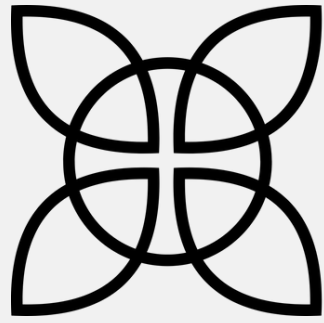
Dini içerikli obsesif kompulsif bozukluk (Scrupulosity), Obsesif-kompulsif bozukluk, Tedavi, Dini entegre bilişsel davranışçı terapi, Vaka çalışması.

## **Öne Çıkan Noktalar**

- Çalışma, scrupulosity tanılı bir danışanın dini duyarlılıkla yürütülen CBT sürecini ayrıntılı olarak sunmaktadır.
- Terapi süreci bilişsel müdahaleler, maruz bırakma ve tepki önleme (ERP) ve üç özgün dini müdahale (“Sürdürülebilir Salih Amel Programı”, “Dini Belirsizlik Yönetimi” ve “Allah Tasavvurunun Yeniden İnşası”) içermektedir.
- Y-BOCS puanları belirgin şekilde azalmış; obsesyonlar, kompulsiyonlar ve depresyon düzeyleri düşmüştür.

- Dini içeriklerin entegrasyonu, danışanın içgörü, güven ve motivasyon düzeylerini artırmıştır.
- Bulgular, kültürel-duyarlı psikoterapi modellerine katkı sunmakta ve mesleki uygulamalar için örnek oluşturmaktadır.





PSİKOLOJİ ve  
PSİKOTERAPİ  
ARAŞTIRMALARI  
DERNEĞİ