

e- ISSN: 3062-1208

FELSEFİ

ULUSLARARASI FELSEFİ DANIŞMANLIK VE ETİK DERGİSİ
INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS



EDİTÖR

Prof Dr Abdüllatif TÜZER

EDİTÖR YARDIMCILARI

Prof Dr Taşkın KETENCİ

Dr. Öğr. Üyesi Necdet YILDIZ

CİLT/VOLUME: 1 SAYI/NUMBER: 1
ARALIK/DECEMBER 2024



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 1 Sayı/Number: 1 Aralık/December 2024

e-ISSN: 3062-1208

Sahibi ve Yayıncısı/Publisher

Prof. Dr. AbdülLatif TÜZER

Editörü/Editor in Chief

Prof. Dr. AbdülLatif TÜZER (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi)

Editör Yardımcısı/Associate Editor

Prof. Dr. Taşkiner KETENCİ (Mersin Üniversitesi)

Dr. Öğr. Üyesi Necdet YILDIZ (Anadolu Üniversitesi)

Alan Editörleri/Field Editors

Prof. Dr. Aurel CODOBAN (Babes – Bolyai University)

Prof. Dr. Ben Lazare MIJUSKOVIC (California State University)

Prof. Dr. Berfin KART TEPE (Aydın Adnan Menderes Üniversitesi)

Prof. Dr. Faruk MANAV (Gazi Üniversitesi)

Prof. Dr. Hamdi BRAVO (Ankara Üniversitesi)

Doç. Dr. Cevriye Demir GÜNEŞ (Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi)

Doç. Dr. Eren RIZVANOĞLU (İzmir Demokrasi Üniversitesi)

Dr. Öğr. Üyesi İlker ALTUNBAŞAK (İstanbul Medipol Üniversitesi)

Dr. Öğr. Üyesi Tuğşat GÜZELOĞLU (Bursa Uludağ Üniversitesi)

Yayın Kurulu/Journal Editorial Board

Prof. Dr. Ali Osman GÜNDOĞAN (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi)

Prof. Dr. Ayhan BIÇAK (İstanbul Üniversitesi)

Prof. Dr. Betül ÇOTUKSÖKEN (Maltepe Üniversitesi)

Prof. Dr. Güncel ÖNKAL (Maltepe Üniversitesi)

Prof. Dr. Harun TEPE (Hacettepe Üniversitesi)

Prof. Dr. Hakan GÜNDOĞDU (Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi)

Prof. Dr. Işıl BRAVO (Ankara Üniversitesi)

Prof. Dr. Mehmet Kasım ÖZGEN (Erciyes Üniversitesi)
Prof. Dr. Taşkın KETENCİ (Mersin Üniversitesi)
Dr. Öğr. Üyesi Necdet YILDIZ (Anadolu Üniversitesi)

Bilim ve Danışma Kurulu/Science and Advisory Board

Prof. Dr. Ahmet EYİM (Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi)
Prof. Dr. Ali TAŞKIN (Sivas Cumhuriyet Üniversitesi)
Prof. Dr. Ali UTKU (Atatürk Üniversitesi)
Prof. Dr. Demet TAŞDELEN (Anadolu Üniversitesi)
Prof. Dr. Haluk ERDEM (Ankara Üniversitesi)
Prof. Dr. Hasan ASLAN (Akdeniz Üniversitesi)
Prof. Dr. Mehmet Kasım ÖZGEN (Erciyes Üniversitesi)
Prof. Dr. Yıldız KARAGÖZ YEKE (İzmir Katip Çelebi Üniversitesi)
Doç. Dr. Ali Suat GÖZCÜ (Samsun 19 Mayıs Üniversitesi)
Doç. Dr. Banu ALAN SÜMER (İzmir Demokrasi Üniversitesi)
Doç. Dr. Ferdi SELİM (Sivas Cumhuriyet Üniversitesi)
Doç. Dr. Ümit KARTAL (Muş Alparslan Üniversitesi)
Doç. Dr. Şerefeddin ADSOY (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi)
Dr. Öğr. Üyesi Muammer AKTAY (Sivas Cumhuriyet Üniversitesi)
Dr. Abhishek SHUKLA (University of Allahabad)
Dr. Sergiu BORTOŞ (Universitatea Alexandru Ioan Cuza)

Yabancı Dil Editörü/Foreign Language Editor

Dr. Öğr. Üyesi Betül AKGÖL (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi)

Grafik Tasarım/Graphic Design

Emre ŞİMŞİR

İletişim ve Sosyal Medya/Communication and Social Media

Gülşah ULUTÜRK ERKAYA – Erhan UYGUN

Editöryal Sekreteryası/Editorial Secretariat

Oğuzhan YILMAZ – Mine DURMUŞ

Adres/Address

İstiklal Mah. Mustafa Kemal Atatürk Cad. No: 130/13 Odunpazarı-ESKİŞEHİR

<https://felsefix.com>

felsefixjournal@gmail.com

Hakkında

Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi felsefi danışmanlık ve etik alanıyla ilgili, bireysel ve toplumsal sorunlara odaklanan kavramsal, kuramsal, uygulamalı felsefi/bilimsel çalışmaları kör hakemlik sürecini işleterek ve yayın sürecinde Committee on Publication Ethics'in (COPE) politikalarını benimseyerek Türkçe veya İngilizce olarak yayınlayan uluslararası hakemli açık erişimli akademik bir online dergidir.

Amaç ve Kapsam

Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi bir yandan 1980'lerden itibaren hem felseficilerin hem de farklı disiplinlerden uzmanların felsefi/bilimsel çalışmalarıyla teorisi ve pratiği geliştirilme sürecinde olan felsefi danışmanlık alanına özgün bilimsel çalışmalarla katkıda bulunmayı, bu konuda ulusal ve uluslararası literatürü zenginleştirmeyi ve güçlendirmeyi; bir yandan da modern çağın bireysel ve toplumsal sorunlarını felsefi bir perspektifle analiz eden ve bu sorunlara felsefi çözümler üretebilen nitelikli bilimsel çalışmaları yayınlamak felsefe yoluyla insanların somut bireysel hayatlarına dokunmayı amaçlamaktadır. Dergi yılda iki sayı olarak (Haziran-Aralık) yayınlanmaktadır.

Açık Erişim Politikası

Felsefix, BOAI ve Creative Commons Attribution imzasıyla açık erişim politikasını benimseyen bir dergidir ve yayımladığı içeriği doğrudan açık erişime ücretsiz sunmaktadır. Dergi, yayımladığı içerikle bilimin Açık Erişim Politikası ile desteklenmesi ve geliştirilmesine katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Dergide yayınlanan tüm makaleler "Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC- 4.0) lisansına tabidir. Bu lisans ile taraflar, Felsefix dergisinde yayımlanan tüm makaleleri ve görselleri; atıfta bulunarak dağıtabilir, kopyalayabilir, üzerinde çalışmalar yapabilir, sahibine atıfta bulunarak türevi çalışmalar yapabilirler.

About

Felsefix International Journal of Philosophical Counseling and Ethics is an international peer-reviewed open access academic online journal that publishes conceptual, theoretical, applied philosophical/scientific studies related to the field of philosophical counseling and ethics, focusing on individual and social problems, in Turkish or English by operating the blind review process and adopting the policies of the Committee on Publication Ethics (COPE) in the publication process.

Objective and Scope

Felsefix International Journal of Philosophical Counseling and Ethics aims, on the one hand, to contribute to the field of philosophical counseling, the theory and practice of which has been in the process of being developed with the philosophical/scientific studies of both philosophers and experts from different disciplines since the 1980s, with original scientific studies, to enrich and strengthen the national and international literature on this subject; on the other hand, it aims to touch the concrete individual lives of people through philosophy by publishing qualified scientific studies that analyze the individual and social problems of the modern age from a philosophical perspective and can produce philosophical solutions to these problems. The journal is published twice a year (June-December).

Open Access Policy

Felsefix is a journal that adopts open access policy with BOAI and Creative Commons Attribution signature and offers its published content directly to open access free of charge. The journal aims to contribute to the support and development of science with the Open Access Policy. All articles published in the journal are subject to the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC- 4.0). With this license, the parties can distribute, copy, work on, and make derivative works of all articles and images published in Felsefix by giving attribution to the owner.

Değerli Okuyucular, Kıymetli Araştırmacılar...

Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi'nin ilk sayısını sizlerle paylaşmaktan tarifsiz mutluluk ve kıvanç duyduğumuzu belirtmek isteriz. 1980'lerden günümüze dünyanın birçok farklı coğrafyasında kurumsallaşan felsefi danışmanlığın Türkiye'de yeterince tanınmıyor oluşu, teorisi ve uygulaması bakımından hala gelişme aşamasında olan bu alana henüz kayda değer bir katkımın bulunmaması *Felsefix*'in doğuşunun en önemli sebeplerinden birisidir. Diğer bir sebep de şudur: Sekülerleşmenin ve bireyselleşmenin giderek arttığı bir dünyada kitlelerin kimliklerini, hayata bakışlarını, ahlaki tecrübelerini, dış dünyayla ilişkilerini biçimlendiren geleneksel yapıların, homojenleştirici anlam ve değer dünyaları inşa eden ve bunları otoriter bir tavırla insanlara empoze eden kolektif düşünce ve yaşam formlarının önemini ve işlevini büyük ölçüde kaybetmiş olması bir bakıma zorunlu olarak her bireyi kendi anlam ve değer dünyasını inşa etmeye ve dolayısıyla kendi hayat felsefesini oluşturmaya sevk etmektedir. Kendini özgür seçimleriyle ve rasyonel kararlarıyla var etme kaygısı taşıyan, varlığının ve hayatının anlam ve değerini yaratmak ve böylelikle kendi kendine yetip kendi kendini yönetme amacı taşıyan bireylerin en çok ihtiyaç duyacağı şeyin felsefe olacağından kimse kuşku duymamalıdır. Dolayısıyla hayata dokunan, hayatın içinde olan ve hayat kuran özgür bir felsefenin tıpkı kadim zamanlarda olduğu gibi bir yaşam biçimi olarak gelişip güçleneceği kanaatini taşıyoruz. Çünkü duygular ve hayal gücü üzerinde yüksek bir etki gücü bulunan ve dolayısıyla ahlaki özerkliğe sahip bir birey olabilmenin önünü tıkayan her tür dış nedenden ve otoriteden kurtuldukça insanların, kendi varoluşunun ve hayatının efendisi olabilmek adına, Kant'ı anacak olursak, kendi aklını kullanma cesaretini göstermekten başka gidecekleri yol bulunmamaktadır. Oldukça zengin kavram, fikir, görüş, felsefe yapma yaklaşım ve yöntem çeşitliliğiyle ve doğru akıl yürütme ve aklın idaresine yönelik sağlam ilke ve kurallarıyla felsefe sahici hakikat, anlam ve değer arayanların, özerk bir kendilik inşa etme kaygısı güdenlerin en güvenilir yoldaşı ve yol göstericisi olacaktır. Bunun için de felsefenin bireylere; bireylerin gündelik hayatına, sıkıntılarına ve kaygılarına dokunabilmesi elzemdir. Felsefi danışmanlığın da yapmaya ve başarmaya çalıştığı şey tam da budur. Yani, filozofların ürettiği genel, tümel, soyut kavram, fikir, görüş, ilke, yöntem ve yaklaşımların bireylerin tikel durum ve halleriyle ilişkisini kurabilmek, bunları söz konusu tikelliklere uygulayabilmek ve böylelikle felsefenin bireylerin hayatında sorun çözücü veya geliştirici bir biçimde var olabilmesini sağlamaktır. Bu da felsefeyi iyi derecede bilmek kadar felsefi uygulamanın nasıl yapılacağını bilmeyi de gerektirir. Dolayısıyla *Felsefix*, felsefi danışmanlığın, felsefi uygulamanın doğasına, yöntemine ve problemlerine ilişkin uluslararası düzeyde sürdürülen çalışmalara ciddi katkı sunmayı ve bu alanda uzmanlaşmak ve derinleşmek isteyenlere akademik anlamda destek vermeyi amaçlamaktadır. Aynı zamanda dergimiz varoluşsal ve ahlaki tecrübe dünyamız açısından son derece önemli olan özgürlük, otantiklik, hayatın anlamı, öfke, ölüm, arzu, kaygı, korku, sevgi, bağlanma, nihai ilgi, umut, mutluluk, suçluluk, hiçlik gibi kavramlara ve ahlaki çatışmalara ilişkin çalışmalara da yer vermekle bütün okuyucularına hitap etmeyi ve dokunabilmeyi de arzulamaktadır.

Felsefix dergisinin arkasında güçlü ve donanımlı bir ekip var. *Felsefix* hem felsefe hem de felsefi danışmanlık alanında ülkemizin en yetkin ve önde gelen öğretim üyelerinden oluşan yardımcı editörler, alan editörleri, yayın ve danışma kurulu üyeleri ve yabancı uzmanlar ile derginin mutfağında çalışan çok değerli arkadaşlarımızın ortak emek, özveri ve çabasının ürünüdür. Onların her birine teşekkür ediyor, en içten ve en derin saygılarımı sunuyorum. Biliyor ve inanıyorum ki onlar var oldukça derginin soluğu uzun ve güçlü olacak.

Prof. Dr. Abdüllatif TÜZER

Editör

Dear Readers, Venerable Researchers...

We would like to express our indescribable happiness and pride in sharing the first issue of *Felsefix International Journal of Philosophical Counseling and Ethics* with you. One of the most important reasons for the birth of *Felsefix* is the fact that philosophical counseling, which has been institutionalized in many different geographies of the world since the 1980s, is not sufficiently known in Turkey and that we have not yet made a significant contribution to this field, which is still in the development stage in terms of theory and practice. Another reason is this: In a world of increasing secularization and individualization, the fact that the traditional structures that shaped the identities of the masses, their outlook on life, their moral experiences, their relations with the outside world, and the collective thought and life forms that constructed homogenizing worlds of meaning and value and imposed them on people in an authoritarian manner have lost their importance and function to a great extent, in a sense, compels each individual to construct his own world of meaning and value and thus to create his own philosophy of life. No one should doubt that philosophy will be most needed by individuals who are anxious to exist themselves through free choices and rational decisions, to create the meaning and value of their existence and life, and thus to be self-sufficient and self-governing. Therefore, we believe that a free philosophy that touches life, is in life and builds life will develop and strengthen as a way of life, just as it did in ancient times. Because as people are freed from all kinds of external causes and authorities, which have a great influence on emotions and imagination and thus block the way to becoming an individual with moral autonomy, there is no other way for them to become masters of their own existence and life than to have the courage to use their own reason, to paraphrase Kant. With its rich diversity of concepts, ideas, views, teachings, approaches and methods of philosophizing, and its sound principles and rules for correct reasoning and the management of reason, philosophy will be the most reliable companion and guide for those who seek authentic truth, meaning and value, and for those who are concerned with building an autonomous self. For this, it is essential for philosophy to be able to touch individuals, their daily lives, their troubles and concerns. This is exactly what philosophical counseling tries to do and achieve. That is, to be able to relate the general, universal, abstract concepts, ideas, opinions, principles, methods and approaches produced by philosophers to the particular situations and states of individuals, to be able to apply them to these particularities, and thus to ensure that philosophy can exist in individuals' lives in a problem-solving or developmental way. This requires a good knowledge of philosophy as well as knowing how to do philosophical practice. Therefore, *Felsefix* aims to make a significant contribution to the international studies on the nature, method and problems of philosophical counseling and philosophical practice and to provide academic support to those who want to specialize and deepen in this field. At the same time, our journal wishes to address and touch all its readers by including studies on such concepts as freedom, authenticity, meaning of life, anger, death, desire, anxiety, fear, love, attachment, ultimate concern, hope, happiness, guilt, nothingness and moral conflicts, which are extremely important for our existential and moral experience.

There is a strong and well-equipped team behind the journal *Felsefix*. *Felsefix* is the product of the joint labor, dedication and effort of the associate editors, field editors, editorial and advisory board members consisting of the most competent and prominent faculty members of our country, and foreign experts, in the field of both philosophy and philosophical counseling, and our very valuable friends working in the kitchen of the journal. I would like to thank each and every one of them and extend my sincerest and deepest respect. I know and believe that as long as they exist, the breath of the journal will be long and strong.

Prof. Dr. Abdüllatif TÜZER

Editor

İÇİNDEKİLER
Contents



1-10

Metaphilosophical Quest For Philosophical Counseling

Felsefi Danışmanlık İçin Metafelsefi Bir Arayış

Abhishek Shukla

11-36

Felsefi Danışmanlık ve Psikoterapi

Philosophical Counseling and Psychotherapy

Gülşah Ulutürk Erkaya

37-46

Gündelik Hayatın Sorunlarının Çözümü İçin Yeni Bir Uygulama: Felsefi Danışmanlık

A New Practice for Solving The Problems of Everyday Life: Philosophical Counseling

Nurgül Karabağ

47-68

Felsefi Danışmanlıkta Mantık Yanlışlarının Rolü ve Basındaki Uygulamaları: Elliot Cohen Yaklaşımı

The Role of Logical Fallacies in Philosophical Counseling and Their Applications in the Press: The Elliot Cohen Approach

Hilal Demir Kıvrak

69-78

Önerme Eklemleriyle İlgili Bazı Mantık Yanlışları Üzerine

On Some Logical Fallacies Concerning Propositional Connectives

Fikret Osman



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 1 Sayı/Number: 1 Aralık/December 2024

Metaphilosophical Quest for Philosophical Counseling

Felsefi Danışmanlık İçin Metafelsefi Arayış

Abhishek Shukla

*Junior Research Fellow / Genç Araştırmacı
University of Allahabad / Allahabad Üniversitesi
Ewing Christian College / Ewing Christian Koleji
Department of Philosophy / Felsefe Bölümü
abhi.du20113@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0006-8764-3077>*

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 30/11/2024

Kabul Tarihi/Accepted: 15/12/2024

Yayın Tarihi/Published: 22/12/2024

Atıf/Cite As

Shukla, Abhishek. "Metaphilosophical Quest for Philosophical Counseling". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 1 (1), 2024, 1-10.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlanmış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

METAPHILOSOPHICAL QUEST FOR PHILOSOPHICAL COUNSELING

ABSTRACT

Philosophical counseling grapples with fundamental questions about its nature, methodology and goals. Recognizing the limitations of philosophical counseling and establishing appropriate boundaries with other forms of therapy is essential for ethical and responsible practice. To determine these boundaries, it is first necessary to determine the province of philosophical counseling and establish what qualifies as its "subject matter". Philosophical counseling effectively begins by precisely identifying the "problem" at hand, which necessitates discerning whether the client's concerns fall within the purview of philosophical exploration. Once the specific problem is identified, the counsellor and client collaboratively establish the goals of their engagement, whether it's cultivating self-awareness, therapy or consolations. After the subject matter and the desired outcomes are determined, they explore and select appropriate methodologies—such as Socratic questioning or reflective exercises—to effectively address the identified concerns and work towards achieving the established goals. To address these fundamental questions, we have to delve into metaphilosophy because we can't determine the boundary or province of philosophical counseling unless we have clearly determined the boundary or province of philosophy. Similarly, identification of what counts as a problem for philosophical counseling is contingent on the identification of philosophical problems because philosophical problems constitute the subject matter of philosophy as well as philosophical counseling. Furthermore, the methodology of philosophical counseling should be a philosophical method like Socratic questioning, Platonic dialectics etc. or it may be a "beyond method" approach, reflecting the unique way philosophy operates on methods rather than with them. Finally, the goal of philosophical counseling may be therapeutic or non-therapeutic such as conceptual clarity, self-awareness etc. depending on the goal of philosophizing. For example, according to Daya Krishna's metaphilosophy, philosophy is a self-reflective cognitive activity, and philosophical problems arise when there is "confusion", "doubt", "incompatibility" or "incompleteness", in the self-reflective awareness of concept formation. Thus, philosophy as well as philosophical counseling have a definite starting point. Furthermore, philosophy aims at clarity—philosophy lives in the clarification of its doubts and clarification is the death of philosophy. Philosophy is an occasional activity that begins with philosophical problems and ends when the problem is solved or resolved, indicating that philosophical counseling sessions, too, cannot be endless. Philosophical methods can neither be purely logical nor empirical because philosophical problems exist in the space between empirical problems and logico-mathematical problems; neither can be solved through empirical methods nor logical-mathematical deduction. These philosophical problems are independent of "really real" or the factual world; they are primarily concerned with arguments with factual issues playing a subsidiary role. Anyone who claims to know the "really real" is a mystic rather than a philosopher. A philosopher's concern is the concept of God rather than God as a reality. Hence, these distinctions determine the boundary or province of both philosophy and philosophical counseling. Thus, we can see how metaphilosophy can respond to the fundamental questions about nature, methodology, goals and limitations of philosophical counseling by providing clarity and a solid philosophical foundation.

Keywords: Philosophical Counseling, Metaphilosophy, Socratic Questioning, Philosophical Problems, Daya Krishna

FELSEFİ DANIŞMANLIK İÇİN METAFELSEFİ ARAYIŞ

öz

Felsefi danışmanlık mahiyeti, metodolojisi ve amaçlarıyla ilgili olarak köklü sorularla boğuşmaktadır. Felsefi danışmanlığın sınırlarını bilmek ve diğer terapi türleriyle ilişkili olarak uygun sınırlar tesis etmek etik ve sorumlu uygulama için aslidir. Bu sınırları belirlemek için önce felsefi danışmanlığın alanını belirlemek ve neyin onun konusu olarak nitelendirilebileceğini tespit etmek gerekir. Felsefi danışmanlık, mevcut problemi net bir biçimde tanımlayarak etkili bir başlangıç yapar ki bu tanımlama danışanın sıkıntısının felsefi araştırmanın alanına girip girmediğinin ayırıcısına varılmasını gerektirir. Sorun tanımlandıktan sonra, danışman ve danışan etkileşimlerinin amaçlarını, bu amaç ister öz-farkındalığın geliştirilmesi ister terapi isterse teselli olsun, işbirliği içerisinde belirlerler. Konu ve arzu edilen sonuçlar belirlendikten sonra, tanımlanan sıkıntıyı etkili bir biçimde ele almak ve belirlenen hedeflere ulaşmak amacıyla çalışmak üzere -Sokratik sorgulama veya düşünce alıştırımlarına benzer – uygun metodolojiyi araştırır ve seçerler. Bu temel sorulara cevap verebilmek için metafelsefeye dalmamız gerekir çünkü felsefenin sınırını ve alanını net bir şekilde belirlemedikçe felsefi danışmanlığın sınırını ve alanını belirleyemeyiz. Aynı şekilde neyin felsefi danışmanlık için bir problem olarak kabul edileceğinin belirlenmesi felsefi problemlerin tanımlanmasına bağlıdır çünkü felsefi problemler felsefenin olduğu kadar felsefi danışmanlığın da konusunu oluşturur. Dahası, felsefi danışmanlığın metodolojisi Sokratik sorgulama, Platoncu diyalektik vb. gibi felsefi bir metot olmalı ya da felsefeye özgü bir tarz olarak felsefenin yöntemlerle iş gören değil de yöntemler üzerine çalışan bir etkinlik oluşunu ifade eden "yöntem ötesi" yaklaşım da

olabilir. Son olarak felsefe yapmanın amacına bağlı olarak felsefi danışmanlığın amacı ya terapötik ya da kavramsal açıklık, öz-farkındalık vb. gibi gayri terapötik olabilir. Mesela, Daya Krishna'nın metafelsefesine göre, felsefe öz-düşüncümlü bilişsel bir etkinliktir ve kavram oluşumuna ilişkin öz-düşüncümlü farkındalıkta, "kafa karışıklığı", "kuşku", "uyumsuzluk" veya "eksiklik" olduğunda felsefi problemler doğar. Bu yüzden felsefenin de felsefi danışmanlığın da net bir başlangıç noktası olmalıdır. Dahası, felsefe açıklığı amaçlar – felsefe kuşkuların açıklığa kavuşturulmasıyla yaşar ve açıklığa kavuşturma felsefenin bitimidir. Felsefe problemlerle başlayan ve problemin çözümü ve çözümlenmesiyle sona eren özel bir etkinliktir ki bu, felsefi danışmanlık oturumlarının da sonsuz olamayacağına işaret eder. Felsefi yöntemler ne salt mantıksal ne de salt deneysel olabilirler çünkü felsefi problemler empirik problemlerle mantıksal-matematiksel problemler arasında bir yerde bulunur; ne empirik yöntemlerle ne de mantıksal-matematiksel tündengelimle çözülebilir. Bu felsefi problemler "olduğu gibi gerçek"ten veya olgusal dünyadan bağımsızdır. Bunlar temelde olgusal meselelerin ikincil bir rol oynadığı argümanlarla ilgilidir. "Olduğu gibi gerçek"i bilme iddiasında olan birisi filozoftan ziyade bir mistiktir. Bir filozofun ilgisi bir gerçeklik olarak Tanrı'dan çok Tanrı kavramıdır. Dolayısıyla bu ayrımlar hem felsefenin hem de felsefi danışmanlığın sınırını veya alanını belirler. Bu yüzden, metafelsefenin felsefi danışmanlığın mahiyeti, metodolojisi, amaçları ve sınırlarına ilişkin temel sorulara, açıklık ve sağlam bir felsefi temel sunmak suretiyle, nasıl cevap verebildiğini anlayabiliriz.

Anahtar Sözcükler: *Felsefi Danışmanlık, Metafelsefe, Sokratik Sorgulama, Felsefi Problemler, Daya Krishna*

Philosophical counseling is indeed a blend of two concepts: "philosophy" and "counseling." The term itself implies that philosophy serves as a defining element within the counseling process, infusing it with a unique approach to understanding and addressing life's challenges. In this context, "counseling" is the broader activity—an endeavour focused on supporting individuals in dealing with personal issues, questions, or dilemmas. However, unlike traditional counseling, which may rely on psychological theories or therapeutic methods, philosophical counseling employs philosophy as a framework to guide the counseling process.

Philosophical counseling, therefore, isn't merely about offering advice or providing solutions, as might be common in other forms of counseling. Instead, it's a process of helping clients explore their beliefs, question assumptions, and examine the meaning of their experiences through philosophical reflection. This might involve discussing ethical principles, examining existential questions, exploring concepts of meaning and purpose, or even utilizing philosophical techniques like Socratic questioning to help clients arrive at their own insights. In this way, philosophical counseling is a distinct practice where philosophy isn't an accessory or a mere addition to counseling but rather a central and defining feature. To preserve the essence of philosophical counseling, it's crucial to understand the nature and process of philosophy itself, as this distinguishes philosophical counseling from other counseling approaches.

I

An enquiry into the nature and process of philosophy belongs to the domain of a specialized branch of philosophy that is called meta-philosophy—the philosophical study of 'the nature of philosophy' itself.¹ Meta-philosophy, often described as the "philosophy of philosophy," is a branch of philosophy that examines the foundational questions about what philosophy itself is, what it aims to accomplish, and how it should be conducted. Unlike other branches of philosophy that focus on specific topics—like ethics, metaphysics, or epistemology—meta-philosophy takes philosophy as its own subject of inquiry. It is concerned with understanding the nature, scope, and methodology of philosophical practice, as well as exploring its significance and purpose.

¹ Søren Overgaard, Paul Gilbert, and Stephen Burwood, *An Introduction to Metaphilosophy*, Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2013, i.

Key questions in meta-philosophy include: (1) What is philosophy? This question investigates the core of philosophy and attempts to define what sets it apart from other disciplines such as science, religion, and art. Meta-philosophers may wonder whether philosophy is a distinct means of getting knowledge or if it serves more as a method of clarifying and comprehending notions. (2) What are the methods of philosophy? This question focuses on the tools and approaches that philosophers use to investigate and discuss complicated issues. Methods such as logic, conceptual analysis, phenomenology, and dialectic inquiry are examined to see how they contribute to philosophical advancement (or whether philosophy advances at all). (3) What is the purpose of philosophy? Meta-philosophers study the purposes of philosophical investigation. Is philosophy intended to deliver answers, or is it more about asking questions and promoting critical thought? This question is also linked to discussions regarding whether philosophy should focus on practical applications or merely academic understanding. (4) What is the value of philosophy? This question explores the significance and relevance of philosophy, particularly in a society where empirical sciences frequently take primacy. It entails debating whether philosophy has intrinsic value or whether its worth stems from its influence on other fields, individual thought, and society. (5) How should philosophy work with other disciplines? Meta-philosophy also takes into account the relationship between philosophy and other branches of human knowledge, such as natural and social sciences, mathematics, and the arts. It questions whether philosophy should stay autonomous or collaborate more closely with these sciences. Through such inquiries, meta-philosophy aims to achieve a self-reflective understanding of philosophy itself. This branch can challenge the assumptions within philosophy, clarify its aims, and refine its practices, leading to a more coherent and justified foundation for philosophical thought i.e. *sine qua non* for philosophical counseling.

Meta-philosophy, though essential as the foundational bedrock of philosophical systems, often goes unnoticed, akin to an invisible cornerstone. While it provides the crucial groundwork that supports the structure of philosophical thought, it tends to fade into the background, overshadowed by more prominent branches of philosophy that engage directly with tangible concepts like ethics, knowledge, and reality. This relative invisibility has led to an underappreciation of meta-philosophy, despite its fundamental role. When philosophers neglect the foundations of their discipline, they risk constructing ideas that, like a tree without roots, lack stability or enduring relevance.

Philosophy without a solid foundation can become disjointed and precarious, vulnerable to fragmentation or incoherence. Much like a building that lacks a sturdy base, philosophical systems built without reflection on their own principles, methods, and purpose may fail to withstand critical scrutiny. Meta-philosophy's task is to examine these core aspects, reinforcing the discipline as a whole. However, several factors contribute to the underdevelopment and marginalization of meta-philosophy, one of which is its name: "meta-philosophy."

Instead of meta-philosophy, many philosophers like Timothy Williamson use the term 'philosophy of philosophy' to describe this field of study.² They argue that the term "meta-philosophy" refers to something beyond philosophy that is not a part of philosophy, just as "metaphysics" refers to something beyond physics that is not a part of physics, whereas philosophy is a second-order discipline, and there cannot be a higher discipline. Philosophy is one of its standard topics, and philosophy of philosophy belongs to philosophy,³ just as

² Timothy Williamson, *The Philosophy of Philosophy*, Oxford: Blackwell, 2007.

³ Timothy Williamson, *The Philosophy of Philosophy*, ix.

philosophy of science does. Although the argument against using the term "meta-philosophy" is not universally accepted, it makes obvious that there can be no discipline above and beyond philosophy, and this term is typically used to refer to the philosophy of philosophy, which is an intrinsic component of philosophy itself.

Meta-philosophy remains one of the least developed branches of philosophy, largely because it doesn't captivate broad interest, even within philosophical circles. Bernard Williams famously noted that philosophy tends to lose its appeal when it turns its gaze inward, examining itself rather than addressing external questions and issues.⁴ Williams' remark highlights a common sentiment: philosophers often find self-reflection on their discipline's nature, goals, and methods less compelling than engaging with specific philosophical problems, such as ethical dilemmas, questions of knowledge, or the nature of reality. This hesitation extends to a general discomfort among philosophers when confronted with questions about the nature and purpose of their work.

Meta-philosophy challenges them to critically evaluate their own methods, assumptions, and motivations, exposing potential vulnerabilities or limitations within their practice. Such reflection can feel unsettling because it invites scepticism about the legitimacy or value of philosophy itself, raising questions like: *What exactly is philosophy meant to accomplish? Is it a science, an art, or something else entirely?* For those whose professional identity and intellectual life revolve around the field, these questions can seem destabilizing. They may prefer to leave the fundamental questions of "why" and "how" unanswered, focusing instead on the "what"—the content and topics that define the various branches of philosophy. This discomfort and perceived lack of interest in meta-philosophy thus contribute to its underdevelopment, even as it remains essential for grounding and justifying the broader philosophical enterprise.

Few philosophers tend to sidestep meta-philosophical reflection, justifying their aversion by claiming that such inquiry leads to unnecessary discomfort or fosters scepticism about the very practice of philosophy. This avoidance, however, risks undermining the integrity of philosophical inquiry itself. Philosophy, at its core, is defined by a fearless pursuit of fundamental questions, aiming to clarify, examine, and sometimes challenge the assumptions we take for granted. Escaping from meta-philosophical reflection, then, contradicts this spirit, as it amounts to sidestepping foundational questions about what philosophy is and why it matters. This "escapism" is arguably more detrimental to philosophy than scepticism could ever be, as it avoids facing the very challenges that could refine and strengthen philosophical practice. Karl Popper defends this avoidance by suggesting that meta-philosophical questions are irrelevant or counterproductive. He argues that philosophers should engage directly with concrete problems, such as those in ethics, epistemology, or metaphysics, rather than getting caught up in self-referential inquiries about philosophy itself.⁵ Gilbert Ryle famously argued that we "run worse, not better, if we think about our feet,"⁶ suggesting that reflecting on one's own methods and processes can impede progress.

Timothy Williamson's statement, in *The Philosophy of Philosophy* (2007), challenges the notion held by Gilbert Ryle (2009) that philosophy should be pursued without introspection about its own methods, nature, and goals. He contends that "philosophizing is not like riding a

⁴ Bernard Williams, *Philosophy as a Humanistic Discipline*, Princeton: Princeton University Press, 2006, 169.

⁵ Karl Popper, *Conjectures and Refutations: The Growth of Scientific Knowledge*, New York: Harper & Row, 1968, 68.

⁶ Gilbert Ryle, *Collected Papers, Volume 2: Collected Essays 1929–1968*, London: Routledge, 2009b, 331.

bicycle, best done without thinking about it."⁷ This analogy suggests that while some activities, like cycling, benefit from automatic execution without self-reflection, philosophy is fundamentally different. Philosophy, Williamson argues, demands an awareness of its own processes; it is a discipline that must constantly examine and refine its approach in order to maintain rigor and relevance. For Williamson, this self-awareness is critical because philosophy grapples with complex, abstract issues that rely on nuanced reasoning and conceptual clarity. Philosophical progress, unlike physical tasks, is not achieved through rote practice or intuition alone; it requires philosophers to question their own assumptions, scrutinize their methods, and define their goals. Ignoring meta-philosophical reflection risks philosophical inquiry becoming arbitrary, incoherent, or disconnected from its own foundational principles. Without such self-examination, philosophy could stagnate, as practitioners might unwittingly rely on flawed or outdated methods and assumptions.

Moreover, Williamson suggests that engaging in meta-philosophical reflection allows philosophers to remain accountable to their discipline, defending its relevance and methods in a world increasingly focused on empirical and practical outcomes. Philosophy's introspective nature, rather than detracting from its work, is essential to its integrity and evolution. By questioning and justifying its own methods, philosophy ensures that it remains a dynamic and rigorous discipline rather than one that dogmatically adheres to unexamined practices. Thus, for Williamson, philosophizing without reflection on philosophy itself is not only inadvisable but ultimately contrary to the spirit of philosophy.

Meta-philosophical examination—the reflection on the nature, purpose, and methods of philosophy—has significant potential to clarify and refine the philosophical counseling movement, which often faces questions about its scope, validity, and approach. Philosophical counseling is distinct from traditional psychological counseling; it is a practice grounded in philosophical reasoning and dialogue aimed at helping individuals navigate personal challenges, moral conflicts, and existential questions. However, without a thorough meta-philosophical foundation, the field risks falling into obscurity or being dismissed as a loosely defined or speculative pursuit. A philosophical counsellor, therefore, benefits immensely from diving into meta-philosophy to deepen their understanding of the principles and methods that make philosophical counseling effective and credible. Engaging in meta-philosophical reflection helps counsellors develop a clear conceptual framework for their practice, answering foundational questions like: *What counts as a philosophical problem in counseling? How does philosophical inquiry differ in a counseling setting? What ethical considerations must guide the practitioner's approach?* Such clarity is essential to dispel ambiguities, ensuring that the counsellor approaches each case with a well-defined purpose and an effective set of tools.

Moreover, meta-philosophical inquiry allows philosophical practitioners to better distinguish their methods and goals from those of psychological counseling. For instance, while psychology might focus on diagnosing and treating mental health issues, philosophical counseling emphasizes exploration of meaning, values, and rational coherence. Through a meta-philosophical lens, practitioners can refine tools such as Socratic questioning, ethical analysis, and conceptual clarification, tailoring them to address clients' philosophical and existential concerns with precision. This depth of understanding also enables counsellors to explain their approach clearly to clients, demystifying the counseling process and setting appropriate expectations.

⁷ Timothy Williamson, *The Philosophy of Philosophy*, 8.

Ultimately, meta-philosophy offers philosophical counsellors the opportunity to innovate within their practice, creating new methods and refining techniques that align with philosophy's strengths in critical reflection, clarity, and logical analysis. By rooting philosophical counseling in a solid meta-philosophical foundation, practitioners are equipped not only to counsel more effectively but also to uphold the intellectual integrity of their field, demonstrating that philosophical counseling is a legitimate, thoughtful, and valuable discipline in its own right. Through this, philosophical counseling gains both credibility and a clearer identity, capable of addressing the modern world's growing demand for meaning-centered guidance and rational insight.

The rise of the philosophical counseling movement has provided an invaluable opportunity to bring attention to meta-philosophy, a branch of philosophy that has often been overshadowed or undervalued. Meta-philosophy—reflection on the nature, scope, and methods of philosophy itself—can play a transformative role in shaping philosophical counseling and, by extension, the entire field of philosophy.

Beyond this, a meta-philosophical approach in counseling could lead to a revitalized understanding of philosophical thinking. By reflecting deeply on its methods and principles, philosophical counseling brings into focus philosophy's original purpose as a mode of living thoughtfully, ethically, and in pursuit of wisdom. This move back to philosophy's roots in personal and existential engagement has the potential to reinvigorate philosophy itself, reminding us that it is not solely an academic exercise but also a practical guide for addressing real-world concerns. As philosophical counseling grows, it could redefine how society views philosophy—not as an isolated academic pursuit but as a meaningful, accessible approach to life.

Moreover, a meta-philosophical perspective underscores the value of examining philosophy's own methods and purposes across all branches. This reflection could prompt philosophers in various fields to reconsider their approaches, asking themselves how their work relates to practical concerns, personal growth, or ethical clarity. In this way, philosophical counseling and meta-philosophy are symbiotic: as counseling practices grow and mature through meta-philosophical analysis, the broader philosophical community may also benefit, potentially transforming philosophy into a more dynamic, engaged, and impactful discipline. In this sense, philosophical counseling, firmly rooted in meta-philosophy, has the potential not only to support individuals seeking guidance but to inspire a renewed vision for philosophy as a whole.

II

For example, let us elucidate few aspects of Daya Krishna's meta-philosophy and its implications in philosophical counseling. Daya Krishna's approach to philosophy, especially as presented in *Nature of Philosophy* (1955), provides a distinctive lens through which to view philosophical problems and their resolution. He regards philosophy as a "cognitive activity par excellence,"⁸ setting it apart from other disciplines by focusing on problems that defy resolution through empirical or strictly logical-mathematical means. In Krishna's view, philosophy operates as a higher-order discipline that engages with issues arising from conceptual unclarity rather than factual uncertainty. Unlike scientific questions, which are grounded in empirical investigation, or mathematical questions, which are resolved through formal deduction,

⁸ Daya Krishna, *The Nature of Philosophy*, Calcutta, India: Prachi Prakashan, 1955, 215.

philosophical problems sit in a unique space. They arise from what Krishna considers "conceptual confusion,"⁹ a kind of perplexity that cannot be addressed simply by gathering more data or applying formal logic. Instead, such issues require careful and nuanced conceptual clarification. This meta-philosophical stance has significant implications for philosophical counseling. Krishna's perspective suggests that philosophical counseling should aim not at providing empirical answers or logical proofs but at guiding individuals through a process of reflective, conceptual inquiry. By clarifying underlying concepts and assumptions, philosophical counsellors can help individuals resolve the kinds of existential or meaning-based questions that often underlie their struggles. Philosophical counseling, therefore, becomes an exercise in clearing up conceptual confusions and promoting clarity of thought, leading individuals to a deeper, self-generated understanding rather than externally provided solutions. Krishna's emphasis on philosophy as a "cognitive activity par excellence" highlights its unique value in addressing questions that are fundamentally about meaning, interpretation, and understanding, showing how philosophy can offer a powerful alternative to other forms of counseling.

According to Krishna, philosophical problems emerge when there is a disturbance in our conceptual landscape—a sense of "confusion," "doubt," "incompatibility," or "incompleteness."¹⁰ These problems are not inherent, objective issues but are tied to the self-reflective awareness involved in concept formation and understanding. It is this awareness, sensitive to inconsistencies or gaps within our conceptual framework, that gives rise to philosophical problems. Thus, philosophical inquiry is called for only in situations where this reflective awareness detects something in need of clarification.¹¹ This view has profound implications for philosophical counseling. Krishna's meta-philosophical stance suggests that philosophical counseling, much like philosophy itself, is an occasional activity rather than a continuous one.

Philosophical counseling begins when individuals encounter an intellectual or existential dissonance—questions of meaning, self-understanding, or values that cannot be easily resolved through empirical or practical means. The counsellor's role, then, is to assist the individual in navigating these areas of conceptual confusion or doubt, helping them to achieve clarity. Krishna's perspective also implies that philosophical counseling has a clear beginning, purpose, and end. It is a targeted activity that arises only when there is a need to address specific conceptual problems, and it concludes when the individual reaches clarity or resolution. This distinguishes philosophical counseling from other forms of counseling, where the focus might be ongoing support or therapeutic intervention. Instead, philosophical counseling—true to Daya Krishna's conception of philosophy itself—aims at achieving resolution by addressing the core conceptual issues at hand. Once resolved, these issues lose their philosophical urgency, and the counseling can naturally conclude. Thus, Krishna's meta-philosophical view not only defines what counts as a problem for philosophical counseling but also shapes the approach and scope of counseling itself: it is a structured, purposive process that concludes upon reaching conceptual clarity, aligning with the reflective and problem-solving nature of philosophy.

Daya Krishna's perspective on the nature of philosophical problems highlights a distinct separation between philosophy and other academic disciplines. Unlike sciences or empirical fields, where problems emerge from subject matter tied to "really real"¹² facts of the world,

⁹ Daya Krishna, *The Nature of Philosophy*, 233.

¹⁰ Daya Krishna, *The Nature of Philosophy*, 218, 228–29.

¹¹ D. N. Tiwari, "Reflections on Daya Krishna's Philosophy," *Indian Philosophical Quarterly*, 25(3) (July 1998), 377.

¹² D. N. Tiwari, "Reflections on Daya Krishna's Philosophy", 384.

Krishna posits that philosophical problems are not grounded in the factual content of reality. Rather, they arise from conceptual issues, arguments, and reflective inquiries that stand apart from empirical or practical concerns.¹³ In his view, the primary focus of philosophy is on the arguments themselves, with factual elements playing only a secondary or supportive role. This distinction is central to Krishna's meta-philosophical stance. He argues that philosophical problems do not arise because of issues within a particular empirical subject (like biology or sociology), but because of complexities within the conceptual and argumentative frameworks through which we understand and make sense of various subjects. Philosophical issues are rooted in the process of thinking and reflecting itself, rather than in any specific, external facts about the world. Consequently, while scientific or empirical disciplines are driven by external data and observable phenomena, philosophy is driven by the quest to clarify, examine, and resolve conceptual ambiguities.

Krishna's view therefore positions philosophy as a field whose subject matter consists of the philosophical problems themselves, not of external subjects that cause these problems.¹⁴ For example, whereas a physicist's work is driven by phenomena in the physical world, a philosopher's inquiry may be driven by questions about the nature of causality or time that arise from the conceptual frameworks we use to understand such phenomena. This approach allows philosophy to maintain a distinctive mode of inquiry, one that is not dictated by external realities but by the structure of human thought and understanding. This unique role of philosophy emphasizes its independence as a discipline. While scientific inquiry seeks factual answers and practical knowledge, philosophy's purpose lies in refining the concepts we use to approach knowledge itself.

In philosophical counseling, this emphasis on arguments over facts underscores a particular approach to problem-solving: rather than addressing factual issues, philosophical counseling focuses on the logical coherence, internal consistency, and clarity of an individual's beliefs, values, and worldview. Ultimately, Krishna's distinction implies that philosophical counseling involves helping individuals disentangle complex arguments and concepts, rather than addressing factual or real-world issues. The aim is not to verify empirical truths but to resolve conceptual confusion or contradictions, allowing individuals to think more clearly about their own understanding of life, meaning, and values. Philosophical counseling, then, is an activity deeply aligned with philosophy's unique focus on argumentation and conceptual clarity, further setting it apart from other forms of guidance that may focus more on concrete facts or psychological insights.

Daya Krishna's meta-philosophy, with its emphasis on "philosophizing"¹⁵ as an active, evolving process of inquiry, frames philosophy as a journey rather than a destination. For Krishna, philosophy is not a collection of fixed answers or static doctrines; rather, it is a dynamic and continuous process of questioning, re-evaluating, and refining our understanding. This approach offers profound insights into the practice of philosophical counseling, which similarly relies on an ongoing dialogue between counsellor and counselee. In this setting, Daya Krishna's view of philosophy as an exploratory and open-ended process lends itself well to fostering a meaningful and collaborative counseling environment.

¹³ Daya Krishna, *The Nature of Philosophy*, 216.

¹⁴ Daya Krishna, *The Nature of Philosophy*, 217.

¹⁵ D. N. Tiwari, "Reflections on Daya Krishna's Philosophy."

In philosophical counseling, Daya Krishna's process-oriented view of philosophy encourages both the counsellor and the counselee to embrace the exchange as a joint endeavour. Rather than the counsellor providing prescriptive answers or ready-made solutions, the interaction becomes one of mutual inquiry, where each participant contributes to the search for clarity and insight. This reciprocal engagement not only enhances mutual respect and open-mindedness but also encourages a shared commitment to understanding. It acknowledges that both counsellor and counselee bring valuable perspectives and that the counselee's unique experiences and insights are essential to the process.

Krishna's emphasis on philosophy as a form of critical reflection also cultivates a certain mindset within the counseling process. Philosophical counseling inspired by his approach promotes an atmosphere where individuals are encouraged to explore and question their own assumptions and values without fear of judgment. This open-ended, exploratory stance naturally fosters a deeper level of introspection and a willingness to consider alternative viewpoints, helping the counselee feel respected and supported in their own philosophical journey. Additionally, Daya Krishna's meta-philosophical perspective underscores that philosophy's primary value lies in its ability to guide us through complex questions and uncertainties, rather than in providing final answers. This can be particularly liberating in a counseling setting, where the focus is not on solving problems in a definitive way but on navigating them with greater conceptual clarity and self-understanding.

Philosophical counseling, then, becomes a safe space for exploring ambiguous or challenging issues, allowing the counselee to confront questions that may not have straightforward answers. Through this lens, Krishna's meta-philosophy highlights the unique potential of philosophical counseling to create a transformative dialogue where the process itself becomes the foundation for personal growth. By viewing philosophical counseling as a form of collaborative "philosophizing," the counsellor and counselee engage in a relationship built on shared curiosity, reflection, and respect. This dynamic approach allows for more profound insights, where the counselee not only finds clarity on specific issues but also gains the tools to continue their own journey of self-inquiry long after the counseling sessions have concluded.

BIBLIOGRAPHY

- Krishna, Daya. *The Nature of Philosophy*. Calcutta, India: Prachi Prakashan, 1955.
- Overgaard, Søren, Paul Gilbert, and Stephen Burwood. *An Introduction to Metaphilosophy*. Cambridge: Cambridge University Press, 2013.
- Popper, Karl. *Conjectures and Refutations: The Growth of Scientific Knowledge*. New York: Harper & Row, 1968.
- Ryle, Gilbert. *Collected Papers, Volume 2: Collected Essays 1929–1968*. London: Routledge, 2009.
- Tiwari, D. N. "Reflections on Daya Krishna's Philosophy." *Indian Philosophical Quarterly* 25(3) (July 1998), 373–87.
- Williams, Bernard. *Philosophy as a Humanistic Discipline*. Princeton: Princeton University Press, 2006.
- Williamson, Timothy. *The Philosophy of Philosophy*. Oxford: Blackwell, 2007.



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 1 Sayı/Number: 1 Aralık/December 2024

Felsefi Danışmanlık ve Psikoterapi

Philosophical Counseling and Psychotherapy

Gülşah Ulutürk Erkaya

*Felsefe Yüksek Lisans Öğrencisi / Philosophy Graduate Student
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi / Eskişehir Osmangazi University*

Sosyal Bilimler Enstitüsü / Institute of Social Sciences

uluturkgulsah@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-3926-0464>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 01/11/2024

Kabul Tarihi/Accepted: 14/12/2024

Yayın Tarihi/Published: 22/12/2024

Atıf/Cite As

Ulutürk Erkaya, Gülşah. "Felsefi Danışmanlık ve Psikoterapi". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 1 (1), 2024, 11-36.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlanmış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

FELSEFİ DANIŞMANLIK VE PSİKOTERAPİ

ÖZ

Felsefe, antik Yunan köklerinden itibaren iyi ve mutlu bir hayatın nasıl olması gerektiği üzerine bilgece analizler ve düşünceler üretmiştir. İnsan için nihai hedef olarak belirlenen mutluluğa giden yolun teorik ve pratik olmak üzere iki tür yetkinliğin elde edilmesiyle mümkün olabileceğini göstermiş ve felsefeyi okulları kullanarak ve bir yaşam biçimi olarak somutlaştırıp kurumsallaştırarak hayatın içinde köklendirmeye çabalamıştır. Düşüncenin ve ruhun bilgeliğe özgü yöntem ve yaklaşımlarla belli bir biçimde terbiye edilmesiyle bilgiye ve erdeme dayalı bir hayat süren insanın mutlu olabileceğini, acılarından kurtulabileceğini, özgür ve kendisine yeten biri olabileceğini ve nihayet dingin ve sarsılmaz bir kişilik ve karaktere sahip olacağını dönemin filozofları bizzat kendi hayatlarıyla göstermişlerdir. 20. yüzyılın sonlarına doğru felsefenin, eski gelenekteki gibi gündelik yaşamda karşılaştığımız birtakım sorunlara çözüm sunacağı fikri bazı filozofların ilgisini çekmiş, felsefi danışmanlık bu fikir üzerine doğmuştur. Felsefenin salt teorik olup somut hayattan kopuk bir disiplin olarak varlığını sürdürmesinden hoşnut olmayan kimi çağdaş düşünürler, felsefenin insan yaşamına dair pratik etkisini danışmanlık bağlamında kullanmaya başlamışlardır. Felsefi danışmanlar felsefi danışmanlığın profesyonel olarak eğitilmiş bir filozofun rehberliğinde felsefi öz-inceleme ve anlamayı amaçladığı konusunda hemfikirlerdir. Kısaca felsefi danışman danışanın kendini anlamasına ve kendi hayat felsefesini oluşturmasına rehberlik eder. Böylelikle danışan bir felsefi danışmanın rehberliğinde salt felsefe yaparak kendi sorunlarını doğru bir biçimde anlama, analiz etme ve çözebilme kabiliyetini geliştirmiş olur. Tam da bu yön, felsefi danışmanlığı psikoterapi ve psikolojik danışmanlıktan ayıran ve bir bakıma üstün kılan bir yön gibi görünmekle birlikte felsefi danışmanlığın psikoterapiden ayrıldığı noktalar konusunda ortak görüş birliği sağlanamamıştır. Felsefi danışmanların bir kısmı bu iki alanın birbirinden kesin çizgilerle ayrılması gerektiğini savunurken, bir kısmı ise birbirlerine destek olabileceğini düşünerek iş birliği önerisi sunmuşlardır. İş birliği önerisini savunanlar felsefi danışmanlığı terapötik bir süreç olarak ele alırken diğerleri bunu reddeder. Büyük bir hızla büyüyüp gelişen felsefi danışmanlığın sağlam bir zemine oturtulması için kapsamının, sınırlarının, amaçlarının, yöntemlerinin ve diğer danışmanlık türleri ile olan ilişkisinin belirlenmesi gerekmektedir. Bu nedenle makalenin amacı psikoterapi ile felsefi danışmanlığın arasındaki benzerlikleri, etkileşimleri, temel ayrımları ve farklılıkları ortaya koymaya çalışmaktır. Psikoterapide uygulanan birçok terapi biçimi olduğundan (psikanaliz, bilişsel terapiler, şema terapi, EMDR, Gestalt terapi, varoluşçu terapi, humanistik terapi, diyalektik davranışçı terapi vs.) makale bu alandaki en yaygın ve güçlü iki temel yaklaşım olan bilişsel davranışçı terapi ve psikanaliz ile sınırlandırılmıştır. Makalede 'Felsefi danışmanlık nedir?' 'Felsefi danışmanlıkta uygulanan farklı yaklaşımlar nelerdir?' 'Felsefi danışmanlık terapötik midir?' 'Şayet terapötik ise onu psikoterapiden ayıran özellikler nelerdir?' sorularını cevaplamak adına felsefi danışmanlık alanında çalışan felsefi danışmanların (psikoloji geçmişine sahip olanlar dahil) tümünün görüşlerine yer verilmeye çalışılmış, daha sonra danışmanlık süreci, danışman-danışan ilişkisi, kişi anlayışı, konular, sorunlar, semptomlar, yöntem, kapsam, duygu-düşünce ilişkisi açısından felsefi danışmanlık ile psikoterapinin benzerlikleri ve farklılıkları ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırmanın sonucunda şimdi ve gelecek zamana yoğunlaşan, kavramsal analiz yapan, düşünceye odaklanan felsefi danışmanlık ile ampirik olarak incelenen psikolojik süreçlere odaklanan, geçmiş zamana ve duygulara yönelen psikanaliz arasında büyük farklılıkların olduğu ortaya çıkmıştır. Zaman içinde düşüncenin duygu ve davranışlara olan etkisinin kanıtlanması modern dönem psikoterapi yöntemlerinden olan bilişsel terapilerin ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır. Bilişsel terapiler ile düşünceye/kavramsal çözümlenmeye odaklanan felsefi danışmanlık analiz edilmiş, aralarında birçok benzer yön keşfedilmekle birlikte bilgelik sevgisi temeline oturtulan felsefi danışmanlığın eldeki sorunun çözümünden öte bilgelik kazandırmayı amaçladığı ortaya konulmuştur. Felsefi danışmanlığın vakadan ziyade bütüne odaklandığı gerçeğinden hareketle ilk ilkeler, inanç, anlam, değer konularında bilişsel terapilerden daha geniş bir alana yayıldığı görülmüştür.

Anahtar sözcükler: Felsefe, Felsefi Danışmanlık, Psikoloji, Psikoterapi, BDT, Sokratik Yöntem

PHILOSOPHICAL COUNSELLING AND PSYCHOTHERAPY

ABSTRACT

Since its roots in ancient Greece, philosophy has produced wise analyses and thoughts on how a good and happy life should be. It has shown that the path to happiness, which is set as the ultimate goal for human beings, can be possible through the acquisition of two types of competence, theoretical and practical, and has strived to root philosophy in

life by schooling and institutionalizing it as a way of life. The philosophers of the period demonstrated with their own lives that a person who lives a life based on knowledge and virtue through the disciplining of the mind and soul in a certain way with methods and approaches specific to wisdom can be happy, free from suffering, free and self-sufficient, and finally have a serene and unshakable personality and character. Towards the end of the 20th century, the idea that philosophy could offer solutions to some of the problems we face in everyday life, as in the old tradition, attracted the attention of some philosophers, and philosophical counselling was born on this idea. Some contemporary thinkers, who were dissatisfied with the existence of philosophy as a discipline that is purely theoretical and disconnected from concrete life, started to use the pathic effect of philosophy on human life in the context of counselling. Philosophical counsellors agree that philosophical counselling aims at philosophical self-examination and understanding under the guidance of a professionally trained philosopher. In short, the philosophical counselor guides the client to understand himself/herself and to create his/her own philosophy of life. In this way, the client, under the guidance of a philosophical counselor, develops the ability to understand, analyze and solve his/her own problems correctly by doing philosophy alone. Although this aspect seems to be the aspect that distinguishes philosophical counseling from psychotherapy and psychological counseling and makes it superior in a way, there is no consensus on the points where philosophical counseling differs from psychotherapy. Some of the philosophical counsellors argued that these two fields should be strictly separated from each other, while some of them suggested cooperation, thinking that they could support each other. While some of the proponents of the cooperation proposal considered philosophical counselling as a therapeutic process, others rejected it. In order to place philosophical counselling, which is growing and developing rapidly, on a scientific basis, its scope, boundaries, aims, methods and its relationship with other types of counselling need to be determined. Therefore, the aim of this article is to try to reveal the similarities, interactions, basic distinctions and differences between psychotherapy and philosophical counselling. Since there are many forms of therapy applied in psychotherapy (such as psychoanalysis, cognitive therapies, schema therapy, EMDR, Gestalt therapy, existential therapy, humanistic therapy), the article is limited to the two most common and powerful basic approaches in this field: cognitive behavioural therapy and psychoanalysis. In this article, in order to answer the questions, 'What is philosophical counselling?' 'What are the different approaches to philosophical counselling?' 'Is philosophical counselling therapeutic?' 'If it is therapeutic, what distinguishes it from psychotherapy?', the views of all philosophical counsellors (including those with a background in psychology) working in the field of philosophical counselling were tried to be included, and then the similarities and differences between philosophical counselling and psychotherapy were tried to be revealed in terms of counselling process, counsellor-client relationship, understanding of the person, issues, problems, symptoms, method, scope, emotion-thought cooperation. As a result of the research, great differences emerged between philosophical counselling, which focuses on present and future time, conceptual analysis and thought, and psychoanalysis, which focuses on empirically examined psychological processes, past time and emotions. Over time, the proof of the effect of thought on emotions and behaviours paved the way for the emergence of cognitive therapies, one of the modern psychotherapy methods. Cognitive therapies and philosophical counselling focusing on thought have been analysed and many similar aspects have been discovered, but it has been revealed that philosophical counselling, which is based on the love of wisdom, aims to gain wisdom rather than solving the problem at hand. Based on the fact that philosophical counselling focuses on the whole rather than the case, it has been seen that philosophical counselling has a wider area than cognitive therapies on first principles, beliefs, meanings, values and moral issues.

Keywords: Philosophy, Philosophical Counselling, Psychology, Psychotherapy, CBT, Socratic Method

Giriş

Felsefe Sokrates'ten itibaren dikkatini "Hayatın amacı nedir?", "İyi yaşam nedir?", "İyi nedir?", "Nasıl yaşamalı?", "Hayatımızı hangi amaçlar uğruna sürdürmeliyiz?", "Yaşamın anlamını nasıl güçlendirebiliriz?", "Mutluluk nedir?", "Mutluluğu ve kendini bilmeyi ne sağlayabilir?", "Ruhun doğası nedir?", "Acı nedir?", "Ölüm nedir?" vb. sorularla insanlara ve onların yaşam anlayışlarına çevirmiştir.¹ Antik Yunan filozoflar insanın rasyonel bir varlık olduğu ve bir *teoria*

¹ Bellarmine U. Nnejinjeji, "Philosophical Counseling/Therapy: Praxis and Pedagogy", *Working Papers On Culture, Education and Human Development*, 9 (3), 2013, 8; Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, çev. Ezgi Başer, İstanbul: Profil Yayıncılık, 2015, 18

etkinliği olarak felsefenin insan hayatını iyileştirebileceği inancı etrafında² insanlık durumunun sorunlarını teşhis edip çareler sunma görevini üstlenmişlerdir. Sokrates'ten sonra da Batı felsefesi 2500 yıllık tarihi geçmişinde hayatın nasıl yaşanması gerektiğine dair çeşitli fikirler üreterek bireylerin ve toplumların yaşamlarını şekillendirmiştir.³ Stoacılar felsefeyi ahlaki özerklik, Kinikler özgürlük amacıyla kendi kendine yetebilme, Epiküros acıyı hafifletme ve genel anlamıyla mutluluğa (eudaimonia) ulaşmaya yönelik bir yaşam biçimi olarak görürken Platon, Plotinus, Spinoza, Rousseau, Nietzsche, Emerson, Bergson, Marcel, Buber ve daha birçok farklı okullara mensup düşünür felsefeyi hayatla daha derin, daha anlamlı bir ilişki kurmak ve kendilerini dönüştürmek adına kullanmıştır.⁴ Fakat Orta Çağ'a gelindiğinde felsefenin insana ve insan yaşamına dair bu pratik etkisi yerini soyut ve dogmatik bir anlayışa bırakmıştır. 20. yüzyılın ilk yarısına gelindiğinde özellikle analitik felsefe geleneğine mensup Amerikan ve İngiliz filozofların felsefenin rolünü dilbilimsel analizle sınırlandırdığı görülür. Bu dilbilimsel eğilime göre, filozofun rolü insanların günlük hayatta karşılaştıkları ahlaki, sosyal, kişisel ve siyasi sorunları çözmek değil, bu tür kaygıların ifade bulduğu dili analiz etmektir.⁵ Analitik felsefeyle birlikte felsefe adeta bilimsel bir uzmanlık alanına dönüşerek yaşamla ilgisini kaybetmiş, anlaşılmaz hale gelmiş ve sıradan insanlarla arasına uzak mesafeler koymuştur.⁶ Kendimizi ve dünyamızı anlamamızı sağlayan felsefenin insan yaşamındaki pratik etkisi zaman içinde kaybolarak okullarda ve üniversitelerde okutulan teorik bir disiplin halini almıştır.⁷

Yirminci yüzyılın sonlarına doğru bazı filozoflar felsefeyi akademik kurumların dışına çıkartarak eski pratik köklerine geri döndürme girişimini başlatmıştır. 1 Mayıs 1981 yılında filozof Dr. Gerd B. Achenbach Köln yakınlarında kendi deyimiyle 'dünyanın ilk felsefi pratiğini' uygulayacağı felsefi danışmanlık ofisini açmış, Ekim 1982 yılında ise *Alman Felsefi Uygulama Derneği*'ni (Gesellschaft für Philosophische Praxis, GPP)⁸ kurmuştur. Derneğin açılmasının ardından bu fikir Hollanda'ya sıçramış, 1987 yılında Ad Hoogendijk Hollanda'da ilk felsefi uygulamayı hayata geçirmiştir. 1989 yılında *Hollanda Felsefi Uygulama Derneği* kurulmuştur. Son yıllarda ise Kanada, ABD, Fransa, İsrail, Güney Afrika gibi ülkelerde felsefi danışmanlık hareketleri hız kazanmaya başlamıştır. Neredeyse her yıl felsefi danışmanlık üzerine uluslararası konferanslar düzenlenmekte ve çeşitli üniversitelerde konuyla ilgili dersler verilmektedir. Bu alan gün geçtikçe büyümekte ve gelişmektedir.⁹ Peki, felsefi danışmanlık nedir?

Felsefi danışmanlık felsefenin, eski gelenekteki gibi anlam sorunlarına, kafa karışıklıklarına, mevcut problemlerimizle nasıl başa çıkacağımıza yönelik insan yaşamındaki pratik

² Jules Evans, *Hayat İçin Felsefe*, çev. Özge Çelik, İstanbul: Koridor Yayıncılık, 2023, 13

³ Dirk Louw, "Defining Philosophical Counseling: An Overview", *South African Journal of Philosophy*, 32 (1), 2013, 60-61; Ran Lahav, Maria Da Venza Tillmanns (ed.), *Essays on Philosophical Counseling*, Lanham, Maryland: University Press of America, 1995, X (introduction)

⁴ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr., New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 86

⁵ Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich, Jr. (ed.), *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 1

⁶ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 102

⁷ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar*, çev. Kübra Gürkan, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2012, 11

⁸ Derneğin Web Sitesi: <https://www.g-pp.de/>

⁹ Ran Lahav, "Philosophical Counseling as a Quest for Wisdom", *Practical Philosophy*, 4 (1), March 2001, 6; Ran Lahav, Maria da Venza Tillmanns (ed.), *Essays On Philosophical Counseling*, XII, XIII, XIV; Maria da Venza Tillmanns, "Philosophical Counseling: Understanding The Unique Self and Other Through Dialogue", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 133

etkisini önceleyen yeni bir versiyonudur. Bir anlamda, felsefenin tümel ve soyut bilgisinin hayatın somut ve tikel unsurlarına uygulanışdır. Genel anlamsızlık duygusu, varoluşsal sorunlar, kendimizi ve yaşadığımız dünyayı anlamlandırmak, dünya görüşlerini zenginleştirmek, saygı, sevgi, arkadaşlık, özgürlük, kendilik gibi kavramları analiz etmek, etik değerleri belirlemek gibi temel meseleler etrafında felsefi düşünme araçlarını kullanarak danışanların yaşadığı sıkıntıları ve çıkmazları çözümlenmeye çalışan bu yaklaşımla felsefe tekrar günlük hayattaki yerini almış, insanların hayatla bağlantılarını yeniden kurmayı amaçlamıştır.

Felsefi danışmanlık dar anlamda felsefi bir geçmişe ve birikime sahip olan felsefi danışman ile danışan arasında kurulan diyalog yoluyla çok çeşitli sorunlar üzerine birlikte felsefe yapmaktır.¹⁰ Geniş anlamda ise varoluşsal sorunların, ahlaki ikilemlerin, metafiziksel krizlerin, hakikat, kimlik ve özgünlük arayışlarının, yaşam, ölüm, mutluluk gibi kavramların sorgulandığı, gündelik hayatta karşılaştığımız (iç çatışmalı karar verme, kişisel gelişim, mesleki başarı, kariyer seçimleri, orta yaş krizleri, ilişkiler, kişiler arası çatışmalar vb.) durumların analiz edildiği diyaloga dayalı profesyonel bir uygulamadır.¹¹

Felsefi Danışmanlıkta Uygulanan Farklı Yaklaşımlar

Felsefi danışmanlar felsefi danışmanlığın, alanında uzman bir kişinin danışanla kurduğu diyalog üzerinden felsefi bir öz incelemeyi amaçladığı konusunda hemfikirdirler fakat felsefi danışmanlığın psikoterapi ile kesişen ve ondan ayrılan noktaları konusunda farklı fikirlere sahiplerdir.¹² Felsefi danışmanlığın etki alanını tanımlamak ve özellikle onu psikoterapiden ayırmak için pek çok girişimde bulunulmuş fakat felsefi ve psikolojik danışmanlığın birbirine olan benzerlikleri ya da birbirinden farklılıkları konusunda genel bir görüş birliğine varılamamıştır.¹³ Bunun nedeni felsefi danışmanların felsefi danışmanlığı ‘terapötik ve geliştirici’ (therapeutic and developing) olmak üzere iki farklı yaklaşımla ele alıyor olmasıdır. Bir kısım felsefi danışmanlar danışanda var olan bir sorun üzerinden ilerlerken, diğerleri danışanlara belirli bir düşünme alışkanlığı ya da bilgelik kazandırmaya çalışmaktadır. *Sorun Çözme Yaklaşımı* ya da *Psiko-Felsefi* olarak adlandırılan ve psikoterapiye benzetilen ilk yaklaşımın amacı günlük yaşamda bireyin karşılaştığı belirli sorunları felsefi düşünme araçlarıyla ele alarak danışana çözüm konusunda yardımcı olmaktır. Sonuç odaklı bu yaklaşımla danışanların gündelik hayatında karşılaştığı mesleki sorunlar, ilişkilerde ortaya çıkan problemler, çatışmalar, ikilemler, çıkmazlar, öz değersizlik gibi sıkıntıların analiz edilip çözümlenmesine yardımcı olunur. Bu yaklaşımı kullanan felsefi danışmanlar arasında Elliot Cohen, Tim LeBon, James Elliot, Kathy Elliot ve Pierre Grimes vardır.¹⁴ *Gelişim Yaklaşımı* ya da *Bilgelik* yaklaşımı olarak adlandırabileceğimiz diğer yaklaşımın amacı ise danışanın yaşamını anlam ve bilgelikle, derinlik, kendinden memnuniyet ve tatminle

¹⁰ Ran Lahav, “Philosophical Counseling as a Quest for Wisdom”, 6; David A. Jopling, “Philosophical Counseling, Truth and Self-Interpretation”, *Journal of Applied Philosophy*, 13 (3), 1996, 297; Peter B. Raabe, “The Life Examined in Philosophical Counseling”, *Practical Philosophy*, 5 (1), 2002, 20; Shlomit C. Schuster, “Philosophical Counseling”, *Journal of Applied Philosophy*, 8 (2), 1991, 219

¹¹ Sandu Frunza, “Philosophical Counseling - A Useful Tool For Our Daily Life”, *JSRI*, 21 (61), Spring 2022, 97; Ran Lahav, “Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling”, *Journal of Applied Philosophy*, 10 (2), 1993, 243; Ran Lahav, “What is Philosophical in Philosophical Counseling?”, *Journal of Applied Philosophy*, 13 (3), 1996, 259

¹² Jon Mills, “Philosophical Counseling as Psychotherapy”, *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 101

¹³ Ran Lahav, Maria Da Venza Tillmanns (ed.), *Essays on Philosophical Counseling*, XV

¹⁴ Borisov Sergey Valentinovich, “Theory and Practice of Philosophical Counseling: A Comparative Approach”, *The Turkish Online Journal of Design, Art And Communication – Tojdoc*, Special Edition, March 2018, 149-151, Blanka Šulavíková, “Key Concepts in Philosophical Counseling”, *Human Affairs*, 24, 2014, 574; Adrian Hagiú, Sergiu Bortosú, Iosif Tamaş, “A New Method in Philosophical Counseling (Ipaá)”, *Postmodern Openings*, 14 (1), 2023, 47, 48, 49

zenginleştirmektir. Bu yaklaşımı kullananlar arasında felsefi danışmanlığın kurucusu Achenbach, Ran Lahav ve Maria da Venza Tillmanns vardır. Onlar felsefi danışmanlığı bilgelik kazandırma amacı üzerine kurar. Onlar için iyi yaşama yönelik her türlü çaba önemli ölçüde erdemlere bağlıdır ve erdemlere bağlı olmak felsefenin öz anlayışını ve merkezini oluşturur.

Felsefi danışmanlık, psikolojik yönelimli terapilerden temelde farklı olan benzersiz bir konu ve hedefe dayanmaktadır. Yunanca'da 'felsefe' kelimesinin orijinal anlamı olan 'philo-sophia'yı yani bilgelik sevgisini hedefler. Bu asırlık bilgelik hedefi, teknolojik, konfor arayan, benmerkezci çağımızda neredeyse unutulmuştur. Benim gördüğüm kadarıyla felsefi danışmanlığın amacı bize bu önemli amacı hatırlatmaktır. Felsefi danışmanlık, fikirler dünyasında bilgeliği hedefleyen kişisel bir yolculuktur.¹⁵

Bu nedenle danışmanlar sorunların çözümünü bulmaktan ziyade danışanın kendisini tanımaya yönelik "Ben kimim?", "Hayatımda gerçekten ne yapmak istiyorum?", "Benim için en önemli şey nedir?" ve "Nasıl olmak istiyorum?" tarzı sorularla danışanın felsefi iç görüşlerini, felsefi öz-anlayışlarını ve kişisel bilgilerini derinleştirmeye çalışırlar.¹⁶

Achenbach danışanlarına nasıl yaşamaları gerektiği konusunda değil, kendini ve kendi yaşam tarzını tanıması ve kendisi hakkında aydınlanması konusunda yardımcı olduğuna dikkat çekmiştir.¹⁷ Bu yaklaşım sonuç değil süreç odaklıdır. Çünkü bu yaklaşımı benimseyenlere göre danışmanlık kişisel bir sorun çözüldüğünde sona ermeyen, dolayısıyla bitimsiz devam eden bir süreçtir. Sorunlara bir çözüm bulma beklentisi felsefenin doğası olan felsefe yapmanın önünde bir engel oluşturur.

Felsefi danışmanlık süreci, kişisel bir sorunu çözme girişimi olarak değil, daha büyük bir bilgelik ve anlama doğru kişisel bir yolculuk olarak görülür. Danışma, kişisel bir sorun çözüldüğünde sona ermez, aksine asla bitmeyen devam eden bir süreçtir. Amacı, danışanların dünyasını basitleştirmek yerine zenginleştirmek, kişisel sorunlarını çözmek yerine sorunsallaştırmaktır.¹⁸ . . . Ancak hayat hiçbir zaman sorunsuz olamaz ve olması da amaçlanmamıştır. Hayat doğası gereği sorundur ve çözülmesi gereken bir dizi soruna (psikolojik, duygusal ya da rasyonel) indirgenemez. Hayat çözülmek için değil, yaşanmak içindir! Bu nedenle benim için felsefi danışmanlık, hayata tek tek sorunlar olarak değil, bir bütün olarak yaklaşır.¹⁹

Bu iki farklı yaklaşımla NPCA²⁰ ve APPA²¹ adında iki ayrı felsefi danışmanlık derneği faaliyetlerini sürdürmektedir. NPCA²² felsefi danışmanlığın temelini felsefi ve psikolojik yaklaşımların oluşturduğu düşüncesinden hareketle kurulmuş olup misyonu "felsefe, danışmanlık ve psikoterapi ile ilgili konuların incelenmesini teşvik etmek" iken, APPA yalnızca

¹⁵ Ran Lahav, "Philosophical Counselling as a Quest for Wisdom", 6

¹⁶ David A. Jopling, "Philosophical Counselling, Truth And Self-Interpretation", 297, 298

¹⁷ Esa Saarinen, Sebastian Slotte, "Philosophical Lecturing as a Philosophical Practice", *Philosophy of Management*, 7, 2008, 13

¹⁸ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 85

¹⁹ Maria Da Venza Tillmanns, "Philosophical Counseling: Understanding The Unique Self and Other Through Dialogue", 134

²⁰ Derneğin Web Sitesi: <https://Npcassoc.Org/>

²¹ Derneğin Web Sitesi: <https://Appa.Edu>

²² Dernek etik kurallar ve sertifikasyon standartları geliştirilerek 1996 yılında felsefi danışmanlık alanında filozoflara sertifika vermeye başlamıştır. Elliot D. Cohen, "Philosophy with Teeth: The Be Wedding of Philosophical and Psychological Practices", *International Journal of Philosophical Practice*, 2 (2), Spring 2004, 2, 3

felsefi yaklaşımlara dayanmayı amaçlayarak misyonunu “psikiyatri ya da psikoloji ile içsel olarak bağlantılı olmayan bir dizi felsefe temelli faaliyet” olarak tanımlamaktadır.²³

Felsefi Danışmanlık Terapötik midir?

Felsefi danışmanlığın terapötik bir yaklaşım olup olmadığının belirlenmesi onu psikoterapiden ayıran özelliklerini ortaya çıkarmaya olanak sağlayacaktır. Terapi kelimesi Yunanca "therapeia" (iyileştirme) kelimesinden türemiştir. *Oxford İngilizce Sözlüğü*'nde terapi, "zihinsel veya psikolojik bozuklukların psikolojik yollarla tedavisi" şeklinde tanımlanmıştır.²⁴ Felsefi danışmanlık bu tanıma istinaden patolojiden ve patolojik yaklaşımdan/patalojikleştirmeden uzak kalması nedeniyle terapötik bir süreç olarak görülememektedir. Felsefi danışman Achenbach ve Lahav'a göre felsefi danışmanlık terapötik değildir. Lahav için felsefi danışmanlığın amacı danışanın daha özgün ve özerk bir düşünür olmasına yardımcı olmaktır. Felsefi danışmanlığı psikolojik yönelimli terapilerden farklı olarak bilgelik sevgisine dayandıran Lahav, bazı felsefi danışmanların (Elliot Cohen gibi) felsefi danışmanlığı danışanların durumlarına yönelik inançlarının veya tutumlarının analizi yoluyla kişisel sorunlarının üstesinden gelmelerine yardımcı olmak için kullanıyor olmasını eleştirir. Ona göre bu tarz yaklaşımlar psikoterapilerden çok da farklı olmayıp sorun çözmeye odaklanmasından dolayı felsefeyi, danışanın memnuniyetini sağlama aracı konumuna indirger. Ona göre felsefi danışmanlığın amacı danışanların daha memnun olmalarına değil fikirlerini genişleterek daha bilge olmalarına yardımcı olmaktır.²⁵ “Böyle bir yaklaşım, başka amaçlar için ne kadar faydalı olursa olsun, kendi iyiliği için bilgelik arayışı olarak felsefenin ayırt edici doğasına ihanet eder. Aslında ben buna felsefi danışmanlık demeyi değil, dans-terapi, bibliyo-terapi, drama-terapi vb. ile aynı düzeyde 'felsefe-terapi' demeyi tercih ederim.”²⁶

Buna karşın Kanadalı filozof, psikanalist ve klinik psikolog Jon Mills'e göre felsefi danışmanlık iyileştirici, düzeltici, dönüştürücü bir amaç içeriyorsa bu gelişim, iyileşme yani terapi yoluyla sağlanacaktır.

Eğer felsefi danışman uygulamasını yalnızca felsefi düşünme ve akıl yürütme konusunda tavsiye, rehberlik ve/veya talimat veren bir danışman olarak yapılandırır, bunun felsefi bir ders veya mantık dersi vermekten daha fazlası olmadığını söyleyebiliriz; bu nedenle eğitimseldir. Felsefi Danışmanlık bir tür öz farkındalık ve yardım elde etme beklentisiyle hayatın sorularına ve zorluklarına yardımcı olmak için felsefi uzmanlık arayan danışanları bir ücret karşılığında kabul etme uygulaması ile karakterize edildiğinden, bilgelik arayışının değerli bir ideal olduğunu varsayan içgörü odaklı bir terapidir. Aslında, ilk psişe-analisti Platon'dur. Ruhun analizi olmadan bilgelik nasıl mümkün olabilir? Felsefi danışmanlığın amaçlarından biri danışanların hayatlarını daha felsefi bir şekilde yaşamalarına yardımcı olmaksın, psikik gerçeklik de dahil olmak üzere gerçekliğin tüm yönlerine ilişkin içgörü istenen bir hedeftir. Dahası, felsefi danışmanlık bir süreçtir ve eğer etkinliğe sahip olduğu ya da danışanlara gerçek bir fayda sağladığı iddia ediliyorsa, o zaman tanımı gereği terapötiktir.²⁷

²³ Blanka Šulavíková, “Dialogical and Critical Nature of Philosophical Counseling”, *Human Affairs*, 25, 2015, 483; Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich, Jr. (ed.), *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, IX; Elliot D. Cohen, “Philosophy with Teeth: The Be Wedding of Philosophical and Psychological Practices”, 2-4

²⁴ Florina Haret, “Philosophical Counselling as a Secular Approach To The Problem Of Evil”, *Innovative Instruments in Community Development in Communication and Education*, ed. Maria Micle, Gheorghe Clitan, Budapest: Trivent Publishing, 2021, 284

²⁵ Ran Lahav, “Philosophical Counselling as a Quest for Wisdom”, 6-8

²⁶ Ran Lahav, “Philosophical Counselling as a Quest for Wisdom”, 7

²⁷ Jon Mills, “Philosophical Counseling as Psychotherapy”, 104

Jon Mills, felsefi danışmanların kendilerini terapötik olarak adlandırmaktan kaçınmalarının boşa olduğunu, felsefi danışmanlığın;

- hizmet sunmak için tanınmış bir uzmana danışıldığı profesyonel bir ilişki oluşturması,
- danışanları bir ücret karşılığında kabul etmesi,
- kişisel gelişim, uyum, özerklik, sağlıklı yaşam, artan ruh sağlığı veya kişisel içgörüyü amaçlaması,
- tedavi etkinliğini savunması,
- pedagojik, hazırlayıcı ve yapıcı olması ve
- günlük hayata uygulanabilecek geliştirilebilir becerileri modellemesi²⁸

nedeniyle bir psikoterapi olduğunu iddia eder.

Ionut Mladin de felsefi danışmanlığın terapötik bir süreç olup olmadığı konusundaki tartışmalara “Felsefenin Terapötik Devaları” adlı makalesinde değinerek felsefi danışmanlığın terapötik bir süreç olduğunu fakat onu psikoterapiden ayırmanın tedavi şekli olduğunu dile getirmiştir.

Birkaç on yıl boyunca felsefenin kendini yeniden şekillendirmesinin ardından son on yıllarda uygulamalı felsefe şekillenmiş ve insan doğasına özgü Sokratik felsefe yapma idealini agoraya geri getirmiştir. Terapötik rehber olarak filozof, yani terapötik danışman, hitap ettiği kişilerin bireysel felsefi yolunu keşfetmeyi meslek edinme eğilimindedir ve bunun şu sonuçları vardır: rahatlama, danışanların yaşamda karşılaştıkları rahatsızlık durumlarının ortadan kaldırılarak hayatın yeniden akışı. . . . Dolayısıyla, bu uygulamalı felsefi yaklaşım, danışanların ruh sağlığına ekstra bir kalite getirme ve onların iyi ve optimal mutluluğuna katkıda bulunma amacına göre yönlendirilirse, psikoloji ve psikiyatrinin yanında durabilir. Onu ruh sağlığı alanındaki diğer bilimlerden ayıran şey, sadece patolojik semptomatolojiye odaklanmak ve nedenlerini bulup tedavi etmek değil, müdahale şekli ve insanın vizyonunu, inançlarını, değerlerini, ideallerini, yaşam anlayışını, dünyaya bakışını bütünleştirmesidir.²⁹

Felsefi danışmanlığı üstlendiği sorun çözücü özelliğine dayanarak terapötik bir yaklaşım olarak değerlendirenler olsa da onu psikoterapi sınıfına sokmak kanaatimizce doğru değildir. “Psikoterapi, bireydeki uyumsuz düşünce, duygu ve davranışların psikolog unvanına sahip ve klinik psikoloji alanında “profesyonel” onayı bulunan bir terapist tarafından bilimsel psikolojik teknik ve yaklaşımlar kullanılarak uyumlu düşünce, duygu ve davranışlara dönüştürülmesi sürecidir.”³⁰ Bu süreçte terapist, **tedavi amacıyla** danışanın duygusal ve psikolojik sorunları üzerinden terapötik bir ilişki oluşturur. Terapinin eksenini danışmanın doğru tanımı koyabilmesi ve bunu yeterli tedaviyle takip edebilmesidir.³¹ Psikoterapi belirli bir teori ile hasta olarak görülen kişinin semptomlarını teşhis edip bir dizi yöntemle iyileştirme ve normalleştirme amacı güderken felsefi danışmanlıkta belirli bir yöntem, önceden paketlenmiş yanıtlar, teoriler ya da hazır reçete yoktur. Felsefi danışmanlık danışanların semptomlarını teşhis etmek, uygulanacak bir tedavi bulmak, iyileştirmek, onları sağlıklı ve normal bir insana döndürmek gibi psikoterapide hedeflenen amaçları gütmeyiz.³² Her şeyden önce, normal olmak ne demektir? Normal bir insan

²⁸ Jon Mills, “Philosophical Counseling as Psychotherapy”, 105

²⁹ Ionut Mladin, “Therapeutic Resorts of Philosophy”, *Procedia - Social And Behavioral Sciences*, 163, 2014, 193-194

³⁰ Erdiç Öztürk, Hülya Ayhan, “Psikoterapinin Temel İlkeleri ve Temel Bileşenleri”, *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*, 6 (1), 2021, 137

³¹ Shlomit C. Schuster, “On Philosophical Self-Diagnosis and Self-Help: A Clarification of the Non-Clinical Practice of Philosophical Counseling”, *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 126

³² Ran Lahav, “A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation”, *Essays on Philosophical Counseling*, 14; Dirk Louw, “Defining Philosophical Counselling: An Overview”, 66; Shlomit C. Schuster, “Philosophical Counselling”, 219

olmanın kurallarını kim belirler? Hiç kimse kusurlarından ötürü anormal görülmeyi istemez. “Sorun yaşamak normaldir ve duygusal sıkıntılar illaki hastalık demek değildir. . . Maalesef, psikoloji ve psikiyatrinin büyük bir kısmı, karşısına geçen herkesi ve her şeyi hasta olarak itham etmeyi yani ilaç tedavisini hedefliyor ve kapıdan içeri giren her insana teşhis koymanın, sorunlarına neden olabilecek sendromu ve hastalığı bulmanın yollarını arıyor.”³³

Felsefi danışmanlık sorunların büyük bir kısmının hastalıktan değil hayata olan bakış açılarından (mantık yanlışları, hatalı düşünme biçimleri, düşüncelerdeki tutarsızlıklar, öz-anlama, sorgulamadan kabul edilmiş inançlar ve değerler, hayatı yorumlama biçimi) kaynaklandığını düşünür.³⁴ Felsefi danışman diyalog yoluyla kavramsal analizler, düşünce veya akıl yürütme süreçleri üzerinden felsefi beceriler ve tutumlar geliştirerek danışanın kendini tanımasına, anlamasına, yorumlamasına yardımcı olur.³⁵ “İyileşme bu sürecin bir yan ürünü olarak ortaya çıkabilir ancak asıl amacı oluşturmaz.”³⁶ Dolayısıyla psikoterapi tedavi ve yardım odaklı bir anlayışa sahipken felsefi danışmanlık bir anlama sürecidir.³⁷ Bu nedenle psikolojik danışmanlıkta açıklama ve indirgeme yöntemi kullanılırken felsefi danışmanlıkta anlama ve yorumlama yöntemi kullanılır. “Felsefi danışmanlık, sözde zihinsel 'hastalık' ya da 'bozukluk' üzerine değil, birey üzerine odaklandığından”³⁸ kullanılan felsefi araçlarla (kavramsal analiz, hermeneutik yorum, fenomenolojik betimleme ve eleştirel düşünme) danışanın yanıtları kendisinin bulması, felsefi anlayışın bireyde kendiliğinden gelişmesi sağlanır.³⁹

Terapist-Hasta İlişkisi Versus Danışman-Danışan İlişkisi

Psikoterapistlerin psikiyatri dalında olduğu gibi ilaç yazma yetkisi bulunmadığından bireyi hasta mı yoksa danışan olarak mı tanımlamaları gerektiği tartışmaları devam etmektedir. Psikoterapide uygulanan semptomları teşhis ve tedavi etme amacı ve bu amaca istinaden Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) yayını olan DSM'ye (*Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı*)⁴⁰ müracaat etmeleri psikoterapistlerin terapi gören kişiyi hasta sınıfında değerlendirdikleri gerçeğini ortaya koyar. Bu nedenle psikoterapideki sürecin hasta ile terapist ilişkisi üzerinden devam ettiğini söylemek mümkündür. Felsefi danışmanlıkta ise danışan hasta değil diyalog içinde kendini keşfetme yolunda bulunan bir birey olduğundan felsefi danışmanlık süreci danışman ve danışan ilişkisi üzerinden devam eder. Psikoterapide zihinsel ya da duygusal olarak hasta görülen kişiye otoriter bir yaklaşımla bilimsel temele dayandığı iddia edilen seanslar uygulanırken felsefi danışmanlıkta danışman ve danışan arasında sorular ve sorunlar üzerinden felsefi bir diyalog gerçekleştirilir. Bu diyalogda danışman ve danışan ilgili bir konu üzerine birlikte

³³ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 25-26

³⁴ Michael Schefczyk, “Philosophical Counseling as a Critical Examination of Life-Directing Conceptions”, *Essays On Philosophical Counseling*, 77

³⁵ Ran Lahav, “A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation”, 11-12

³⁶ Dirk Louw, “Defining Philosophical Counselling: An Overview”, 66

³⁷ Rachel B. Blass, “The 'Person' in Philosophical Counseling Vs. Psychotherapy and the Possibility of Interchange Between the Fields”, *Journal of Applied Philosophy*, 13 (3), 1996, 279

³⁸ Peter B. Raabe, “Happiness Pills: Philosophy Versus the Chemical Solution”, *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 201

³⁹ David A. Jopling, “Philosophical Counselling, Truth and Self-Interpretation”, 298

⁴⁰ DSM (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders); Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan ruhsal hastalıkların kodlanmasına, sınıflandırılmasına ve ruhsal hastalıklara tanı konmasına yarayan bir el kitabıdır. Ayrıntılı bilgi için Bkz. Prof. Dr. Ertuğrul Köroğlu (çev.), *Amerikan Psikiyatri Birliği, Dsm-5-Tr Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabı*, Ankara: Esenkay Yayıncılık, 2022

felsefe yaparlar. “Fikirler farklı fikirlerle karşılaşarak ve diyalog veya çatışma içine girerek kendilerini geliştirme fırsatı bulurlar.”⁴¹ Psikoterapilerde danışan aktifken felsefi danışmanlıkta danışman ve danışan diyaloga birlikte aktif olarak rol alırlar. Felsefi danışmanlıkta amaç sorunu tespit edip danışana sunmak değil, danışanın sorunu kendisinin anlamasına ve çözmesine yardımcı olmaktır.⁴² “Psikolojik danışmanlık, bir soruna yönelik duygusal tepkilerinizi keşfetmenin ve uzlaşma sağlamanın bir yoludur. Başlangıç için iyi bir yerdir. Felsefi danışmanlık ise sorununuzun özünü keşfetmenin ve uzlaşma sağlamanın bir yolu olup, son noktayı koymak için iyi bir yerdir.”⁴³

Felsefi danışmanlıkta diyalog teorik ve dogmatik biçimde değil somut ve pratik bir şekilde uygulanarak muhatabın dostane akılsal bir tutuma sevk edilmesi amaçlanır.⁴⁴ Felsefi danışmanlıkta ‘kişi’ özgür, özerk, saygı duyulması gereken, değerleri ve inançları olan bir bireydir. Bir nesneden ibaret değildir. Konuşmak, dinlemek, anlaşılma ister. Felsefi danışmanlık kişinin bu ihtiyaçlarına göre şekillenen karşılıklı bir diyalog biçimidir. Bu diyalogda psikoterapideki gibi bir otorite yoktur. Kişiyi kişi yapan onun hayat anlayışıdır. Bu anlayış bireyin tüm hayatını ifade eden, yaşamı boyunca kazandığı fikir ve anlayışlardan bina edildiğinden saygıya değerlidir. Psikoterapide kişiye bilinçdışı ve psişik veriler olarak bakıldığından kişiye saygı unsuru sekteye uğrayabilir.⁴⁵ *Amerika Felsefe ve Danışmanlık Derneği*’nin eski başkanı olan felsefi danışman Dr. Maria da Venza Tillmanns felsefi danışmanlıkta danışanın yaşadığı çıkmazları doğru anlamak ve anlamlandırabilmek için danışman ile danışanın arasında güvene dayalı gerçek bir ilişki olması gerektiğini fakat böylesi bir ilişkinin psikolojik teorilere dayalı bir şekilde oluşturulamayacağını düşünür. Tillmanns danışman ve danışanın arasındaki güvene dayalı ilişki modeli olarak Martin Buber’in “Ben-Sen” diye kavramlaştırdığı saf diyalojik ilişkiyi önerir ve uygular.⁴⁶ Tillmanns'a göre psikoterapinin danışanı belirli bir kategori üzerinden değerlendirmesi (örneğin DSM kategorilerine) “Ben-O” tecrübesi kapsamına girer.⁴⁷ Yani psikoterapide hasta kendisiyle saf diyalojik ilişki kurulan bir Sen/kişi değil, tanımlanan, kategorize edilen, ölçüp biçilen bir nesne gibidir. Oysa felsefi danışmanlıkta danışanın kişi oluşu ve özerkliği, dolayısıyla kişiliğe ve özerkliğe saygı son derece önemlidir ve bu yaklaşım şunları kapsar; “Felsefi danışmanlar danışanlarına kendi görüşlerini empoze etmekten mümkün olduğunca kaçınmalıdır. Her türlü kişisel ya da önyargılı görüşü bir kenara bırakmalı ve danışanlara, kendileriyle çelişse bile, kendi özgür kararlarını vermeleri için yetki vermelidirler.”⁴⁸

⁴¹ Abdüllatif Tüzer, *Felsefe ve Tanrı*, Antalya: Otorite Yayınları, 2024, 15,16

⁴² Dirk Louw, “Defining Philosophical Counselling: An Overview”, 66; Ran Lahav, “A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation”, 11-12

⁴³ Lou Marinoff, *Prozac’ı Bırak Platon’a Bak*, 54

⁴⁴ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar*, 39

⁴⁵ Rachel B. Blass, “The ‘Person’ in Philosophical Counselling Vs. Psychotherapy and The Possibility of Interchange Between the Fields”, 279-284; Lou Marinoff, *Prozac’ı Bırak Platon’a Bak*, 17

⁴⁶ Buber’in diyalog felsefesinde ele aldığı insan dünyası iki boyutlu olup bu iki boyut *Ben-Sen* ve *Ben-O* temel kelime çifti üzerine kurulur. *Ben-O* dünyasında “O” bir nesnedir. Bu nedenle karşılıklı bir ilişki kurma ihtimaline kapalıdır. Fakat *Ben-Sen* dünyasında “Sen” bir nesne değil diyalog kurulan, derin ve gerçek bir ilişki içinde konumlanan bir bireydir. Bkz. Martin Buber, *Ben ve Sen*, çev. İnci Paysal, İstanbul: Kopernik Kitap, 2017

⁴⁷ Maria da Venza Tillmanns, “Philosophical Counseling: Understanding the Unique Self and Other Through Dialogue”, 132-135

⁴⁸ Lydia B. Amir, “Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling”, *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 46

Felsefi Danışmanlığın Psikoterapiden Ayrıldığı Noktalar

Psikolojinin felsefeden ayrılıp kendi başına bir bilim dalı haline gelmesi on dokuzuncu yüzyılın ikinci yarısında olmuştur.⁴⁹ “Psikolojinin bir bilim olarak ortaya çıkışının temelinde, insanın davranışlarını ve zihinsel süreçlerini anlama ve bilimsel yöntemlerle açıklama çabası vardır.”⁵⁰ Bu dönemde psikolojinin temel amacı yapısalcılık adı verilen bir yaklaşımla insanların ruhsal yaşamının temel bileşenlerini inceleyerek bilinçli süreçlerin temel birimlerini ve bu süreçler arasındaki ilişkileri yöneten yasaları çözümlenmekti. Wilhelm Wundt ilk psikoloji laboratuvarını kurarak bedensel işlevlerden sorumlu beyin bölgelerini belirlemek amacıyla araştırmalar yürütürken aynı dönemde bir nörolog olan Sigmund Freud yapısalcılık yaklaşımına karşı çıkararak birçok rahatsızlığın fizyolojik değil psikolojik nedenlere bağlı olduğunu, insanların bilinçle değil, farkında olmadıkları bilinçdışı etkenlerle hareket ettiğini öne sürmüştür. Bu nedenle fizyolojik laboratuvar çalışmalarını reddederek vaka çalışmalarına yönelmiştir. Freud insanların bilinçdışı güçler tarafından yönetildikleri görüşü ile kendine ait psikanaliz adında bir kuram geliştirmiştir.⁵¹ Freudyen bakış açısına göre bireyin yaşadığı gündelik çıkmazların temelinde genellikle bilinçdışı inançlar, arzular, korkular veya diğer zihinsel etkiler vardır. Kişinin davranışlarına etki eden zihinsel olaylar nedensel ve sistemlidir. Oysa felsefi danışmanlık bireyin yaşamını nedensel olarak etkileyen bu psikolojik süreçleri açığa çıkarma amacı gütmeyiz. Felsefi danışmanın amacı bireyin yaşamındaki felsefi anlamları ve imaları analiz etmektir, gizli nedenleri veya süreçleri değil. Felsefi danışmanlık danışanların sıkıntı ve çıkmazlarının altında yatan gizli gerçekleri araştırmak yerine bu konuları açıklığa kavuşturmayı, varsayımları eleştirel bir biçimde incelemeyi, kendini ve hayatı yorumlamasına yardımcı olmayı amaçlar. Felsefi danışman danışanın nefret, suçluluk duygusu, depresyon gibi ifade ettiği sorunları tartışabilir fakat bunun altında yatan psikolojik süreçlerle ilgilenmediği gibi herhangi bir teori de oluşturmaz. Felsefi danışman kişinin hayat anlayışı ile ilgilenir. Kişinin kendisi ve gerçeklik hakkındaki anlayışının yapısını ve sonuçlarını yorumlar. Felsefi danışmanlık kişinin kendine ve dünyaya yönelik tutumlarını anlamlandırmaya yarayan bir sistemdir. Birey suçluluk duygusu yaşadığını söylediğinde bunun altında yatan psikolojik sebepleri masaya yatırmak yerine suçluluk kavramının analizine yönelir. ‘Suçluluk nedir?’, ‘Suçlu olmak ne anlama gelir?’ sorularıyla bu duygunun birey tarafından analiz edilmesine yardımcı olur. Kısaca Freudyen bakış açısı ruhsal süreçleri (underlying mental processes) incelerken felsefi danışmanlık felsefi anlamları (philosophical meanings or implications) inceler.⁵² “Felsefi danışmanlık psikanaliz değildir. Felsefi danışman, sözde ‘bilinçaltı motivasyonlarını’ bilinçli hale getirerek veya serbest çağrışımlarda üretilen rastgele düşüncelerin analizi yoluyla bilinçdışından ‘yeni materyali’ yüzeyle çıkartarak bir tedavi girişiminde bulunmaz.”⁵³

Felsefi danışmanlığın psikoterapiden farkı konusunda kendine has bir anlayış geliştiren Rachel B. Blass, her iki alanın ‘kişi’ye bakış açısını ele alır. Ona göre bu iki farklı alanın kişiye olan

⁴⁹ 19. yüzyılda psikoloji felsefeden ayrılıp bir bilim dalı haline gelmiş olsa da Freud’un Platon’un üçlü ruh görüşünü anımsatan üçlü zihin ayrımı, Descartes’in Kartezyenizmine dayanan düşünce yapılandırma, varoluşçu terapi, Viktor Frankl’in logo-terapi, Sokrates’in sorgulama yöntemini temele alan ve Stoa felsefesine dayanan Albert Ellis’in akılcı duygusal davranışçı terapi, hümanistik terapi ve psikolojik terapilerde kullanılan çoğu yöntemde filozofları ve onların felsefelerini görmek mümkündür. Lydia B. Amir, “Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling”, 48; Alex Howard, “What can Philosophy Offer Counseling and Psychotherapy?”, *British Journal of Guidance and Counseling*, 28 (3), 2000, 414-415

⁵⁰ Elvan Melek Ertürk, “Bilimsel Psikolojinin Tarihsel Süreci Üzerine”, *Trakya Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 7 (14), Temmuz 2017, 162

⁵¹ Banu Yazgan İnanç, Eşef Ercüment Yerlikaya, *Kişilik Kuramları*, Ankara: Pegem Akademi, 2012, 9

⁵² Ran Lahav, “A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation”, 6-7, 11

⁵³ Peter B. Raabe, “The Life Examined in Philosophical Counseling”, 21

yaklaşımı da farklıdır. Psikoterapi kişinin dünyayı algılama ve yaşama şeklinin altında yatan kişisel motivasyonların, isteklerin, korkuların, kararsızlıkların vb. anlaşılmasına yönelirken, felsefi danışmanlık, felsefesinin anlaşılmasına yöneliktir. Örnek vermek gerekirse, kişi otoriter bir figürden korku duyuyorsa psikoterapi bu korkunun anlamını, bunun hayatındaki yerini, bunu neden yaşadığını, bu figürün kendisi için kimi temsil ettiğini, ne hisler uyandırdığını incelerken, felsefi danışmanlık 'Otorite nedir?', 'Güç nedir?', 'Korku nedir?' gibi sorularla kişinin bu kavramlarla ilişkisini yeniden anlamlandırmasına ve kurmasına yardımcı olur. Psikoterapi altta yatan psikolojik faktörleri ortaya çıkarmaya, felsefi yöntem ise felsefi olanı açıklamaya çalışır. Psikoterapideki ve felsefi danışmanlıktaki 'kişi' anlayışını sinema perdesi metaforu üzerinden ayrıntılı açıklamaya çalışan Blass, "Kişi psikolojik bir ekrana yansıtıldığında, psişik olaylar ağının terimlerini görürüz: inançlar, deneyimler, arzular, vb. Felsefi danışmanlık ekranına yansıtıldığında, her bir fikir ağını ve bunların kavramsal bağlantılarını görürüz."⁵⁴

Felsefi danışmanlığın psikoterapiden farkını daha ayrıntılı ortaya koymak için felsefi danışman Ran Lahav'ın bir vaka çalışmasından (case study) yararlanalım. Danışan 20 yaşlarında bir kadın. Özgüven eksikliğinden şikayetçi. Haklı olduğu durumlarda bile hakkını arayamıyor, sesini yükseltmiyor, çıkarlarını savunamıyor. Hakkını aramaya çalıştığında geri tepeceğini, bu davranışının başarısızlıkla sonuçlanacağını düşünüyor ve daha da haksız duruma düşeceğinden korkuyor. Psikoloğa gitmiş fakat psikoloğun onun çocukluk dönemlerini ve sorununun bilinçdışı nedenlerini araştırmasından memnun kalmamış. Danışan hayatla yüzleşmenin yeni yollarını keşfetmek istiyor. Ran Lahav'a göre böyle bir çalışmada psikoterapi gizli süreçlere, duygulara ve davranışlara, bir felsefi danışman ise danışanın dünya görüşüne (dünyayı anlamlandırmasına) odaklanır. Lahav'a göre danışanın haklı olduğuna inandığı halde harekete geçememesinin nedeni yapacağı davranışın sonuçlarının olumsuz olacağına dair yanlış inancıdır. Bu tutum danışanın geleceği bugünden daha değerli olarak gördüğü bir dünya görüşünün sonucudur. Danışan gelecekte karşılaşacağı olumsuz sonuçlardan kaçmak adına bugün sessiz kalarak geleceğini güvence altına almaktadır. Özetle danışan güvenli bir gelecek adına bugünü feda etmektedir. Seans boyunca danışanın böyle hissetmesine ve davranmasına neyin sebep olduğuna değil, nasıl davrandığına ve nasıl hissettiğine odaklanılmış, duygulara ilişkin fenomenolojik gözlemler analitik bir değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Danışana yararlı ve aydınlatıcı kavramsal şema oluşturulmuş, danışanın kendinde gördüğü 'özgüven eksikliği' sorununun aslında geleceğe dair 'güven eksikliği' sorunu olduğu ortaya çıkmıştır.⁵⁵

Lahav'ın vaka çalışmasından da anlaşıldığı üzere felsefi danışmanlıkla psikoterapinin ayırıcı yönlerinden birisi de zaman mefhumudur. Psikoterapi özellikle de psikanaliz geçmiş zaman ile ilgilenirken felsefi danışmanlık şimdi ve gelecek zaman ile ilgilenir.⁵⁶ Felsefi danışmanlar danışanda zaman yolculuğu yapmazlar. Danışan geçmişinde çok kötü şeyler yaşamış olsa dahi bunun artık geçmişte kaldığını ve geçmişi geri getirmenin imkânsız olduğunu bilirler. Geçmiş neyse odur, geçmiş geçmiştir. Danışanın geçmiş yaşantısında yaşadığı olaylardan ziyade insanlar

⁵⁴ Rachel B. Blass, "The 'Person' in Philosophical Counseling Vs. Psychotherapy and The Possibility of Interchange Between the Fields", 281, 282

⁵⁵ *Essays On Philosophical Counseling*, 16-19

⁵⁶ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 23

ve olaylar hakkındaki inançları incelenir.⁵⁷ Yaşanılan travmalar için bir suçlu aramak yerine danışanın a priori olarak özgür olduğu ve eylemlerinden sorumlu olduğu anlatılır.⁵⁸ Raabe'nin sözleriyle, "Psikoterapinin aksine birey yaptığı bir hatada ebeveynini suçlamak yerine sorumluluğu kabul eder."⁵⁹

Felsefi danışmanlık ile psikoterapinin iş birliği içinde yol alması gerektiğini savunan felsefi danışmanlar da, felsefi danışmanlığın psikoterapistlerin kendilerini yetkin ve bilgili hissetmedikleri konularda açıklarını doldurabileceğine inanırlar. Onlara göre psikoloji, etik, ahlaki değerler, anlam, inanç ve varoluşsal sorunlara aşına değildir. Psikologlar inancın temellendiği ilk ilkeler, hayatın anlamı, özgürlük, benlik, ahlaki doğruluk gibi konularda kavramsal analiz yapmazlar. Sözelimi özgürlüğün doğası hakkında kavramsal analiz yapmak yerine özgürlük deneyimiyle ilgilenirler.⁶⁰ Bununla birlikte psikoterapi vaka bazlı çalışırken felsefi danışmanlık vakadan ziyade hikâyenin bütünüyle ilgilenir. Vaka bazlı yaklaşımın yüzeysel bir anlayış içerdiğini öne süren felsefi danışmanlar danışanın yaşam felsefesini, hayat görüşünü, inanç ve değerleriyle olan uyumunu, olaylara yaklaşımını inceleyerek büyük resmi görmeye çalışır. Felsefi danışmanlığın kurucusu sayılan Achenbach'a göre bir kişinin yalnızca semptomlarını keşfetmek amacıyla dinlenen hikâye o kişi hakkında yeterli bilgi vermez. Büyük resim hakkında daha iyi bir fikir edinebilmek adına hikâyenin tümünü okumak gerekir.⁶¹ Anlam krizi, varoluşsal ve etik sorunlar psikoloji ile irdelenecek sorunlar değildir. Bunlar hayata yüklediğimiz anlamlarla ilgilidir. Bu nedenle felsefi danışmanlık yaşamı bir bütün olarak ele alır. Felsefenin mantık, ahlak, değerler, anlam, rasyonalite, risk durumunda karar verme gibi insan yaşamına dair tüm zorlukları kapsadığı düşünülürse felsefi danışmanlığın uygulama alanının ne kadar geniş olduğu anlaşılır.⁶² Felsefi danışmanlığın bir amacı da doğru ve iyi olarak kabul ettiğimiz değerlerin ve inançların nedenlerini incelemektir. Felsefi danışmanlar bu inceleme sonrası kişinin yaşadığı duygusal sorunların ve bilişsel çatışmaların önemli ölçüde azalabileceğine inanmaktadırlar.

...felsefi uygulama biçimi, yaşamın sorunlarını rasyonelleştirmenin bir yoludur, eğitici niteliktedir, inanç sistemi temelinde etkili bir şekilde hareket etmek için projeler geliştirir ve hazırlar, sadece semptomatik uyuma odaklanmayı değil, bilincin yeniden yapılandırılmasını içeren bir süreçtir. Bu yeniden yapılandırma, bilişsel aktivasyonun yanı sıra, felsefi danışman ve danışanı arasındaki ilişki içinde yaşamı analiz ederek, insanın dünyaya bakışının kapsamlı bir çerçeveye oturtulmasını amaçlar. Düşüncelerin mantıksal tutarlılığı, eleştirel düşünme araçlarına alışma, hoşgörü ve özgürlük ruhunun tezahürü, inceleme sırasında dikkate alınan unsurlardır.⁶³

Bu inceleme sonucu kişi yalnızca kendi inançlarını ve değerlerini sorgulamakla kalmaz, neye inanması ve neye değer vermesi gerektiğini söyleyenlerin inançlarını ve değerlerini de inceleyerek dikte edilen inançlardan, gelenekleri sorgulamadan takip etmekten, bir otoriteye itaat etmekten ya da yalnızca duygularla hareket etmekten kurtulabilir.⁶⁴ Çünkü: "Felsefe, özgürlük ve özerkliğe giden yolu, hiçbir inancı peşinen ve gerekçesiz doğru kabul etmeksizin

⁵⁷ Peter B. Raabe, "Happiness Pills: Philosophy Versus the Chemical Solution", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 201

⁵⁸ Lydia B. Amir, "Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling", 47

⁵⁹ Peter B. Raabe, "The Life Examined in Philosophical Counseling", 24

⁶⁰ Ran Lahav, "A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation", 14

⁶¹ Maria da Venza Tillmanns, "Philosophical Counseling: Understanding the Unique Self and Other Through Dialogue", 133-135

⁶² Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 16; Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, çev. Feyza Elif Önder, İstanbul: Albaraka Yayınları, 2021, 26

⁶³ Ionut Mladin, "Therapeutic Resorts of Philosophy", 194

⁶⁴ Peter B. Raabe, "Happiness Pills: Philosophy Versus the Chemical Solution", 200

kuşku ve sorgulamalarla, karşılıklı eleştiri ve tartışmalarla açmış ve bu yolda da yürümeye devam etmektedir.”⁶⁵

Felsefi danışmanlıkta felsefi meselelerin çözümü için uygulanacak birtakım aşamalar vardır. Bunlar; anahtar terimlerin tanımlanması, ön kabul ve temel (ilk) ilkelerin sorgulanarak eleştirel bir şekilde analiz edilmesi, tutarsızlık ve çelişkiler gibi düşünme hatalarının belirlenerek düzeltilmesi ve son olarak danışanlara farklı seçenekler sunarak bakış açılarının zenginleştirilmesini sağlamaktır.⁶⁶ İlk ilkelerimiz tohum işlevi görür ve bu tohumdan meydana gelen meyveler bizim inanç sistemimizi oluşturur. İnanç sistemimiz hayata bakış açımızı, olaylara karşı tavırlarımızı ve davranışlarımızı belirlemede büyük rol oynar. Felsefi danışman danışanla birlikte bu tohumları ve meyveleri analiz ederek inanç sisteminin bilinçli bir şekilde farkına varılmasını sağlar. İlk ilkelerin, ilk ilkelerin üzerine kurulu sistemin ve sistemin rasyonel ve irrasyonel bağlantılarının incelenmesi kişiyi pasif psikolojik bireyden aktif felsefi faile dönüştürür.⁶⁷ Felsefi danışmanlıkta kullanılan bu yöntemin tarihi modern felsefenin kurucusu sayılan Descartes’e dayanır. Descartes iyi bir zihne sahip olmanın yeterli olmadığı, onu doğru bir şekilde kullanmak gerektiği düşüncesinden hareketle aklın iyi bir şekilde yönetilmesi için bir yöntem arayışına girmiştir. Ona göre çocukluktan itibaren bizlere öğretilen bilgilerle, gelenek ve göreneklerle büyütüldüğümüz için düşüncelerimiz, yargılarımız ve davranışlarımız saf değildir. Eylemlerimizi daha açıkça görmek ve hayatta daha güvenli bir şekilde yürümek için doğruyu yanlıştan ayırt edebilmemiz gerekir. Descartes, doğru bilgiye ulaşabilmek için kuşkucu bir yöntem izleyerek her şeye şüphecilikle yaklaşır. Ona göre doğru bilgiye ulaşabilmek için yapılması gereken ilk şey sahip olunan tüm bilgilerden kuşku duyulmasıdır. O doğru bilgiye ulaşmak için gençliğinde doğru olup olmadıklarını incelemeyen inandığı sağlam olmayan ilkeleri tamamen yıkarak herhangi bir kuşku içermeyen kesin, açık ve seçik fikir ve ilkeler üzerine kurulu sağlam bir inanç sistemi geliştirir.⁶⁸ “Ancak inancımda bulunan tüm görüşleri, onları veya onlardan daha iyilerini akıl düzeyine göre ayarladıktan daha sonra aynılarını yerine koymak için bir defalığına yok etmekten daha iyisini yapamazdım.”⁶⁹ Descartes’in nihai amacı, içerisine doğduğumuz ve yaşamımızı sürdürdüğümüz, malzemesi ve işçiliği konusunda kuşkularımızın olduğu evi temelinden yıkmak ve doğruluğu asla kuşkuya açık olmayan açık-seçik bilgi ve ilkelerden meydana getirilecek sağlam bir temel üzerine sağlam bir ev inşa etmektir. Güçlü ve sağlam bir dünya görüşü ve kendilik inşa etmek de bundan farklı olmamalıdır.

Duygu-Düşünce-Davranış İlişkisi Açısından Bilişsel Terapiler ile Felsefi Danışmanlığın Etkileşimi

Felsefi danışmanlığı kişinin psikolojik ve duygusal yapısıyla ilgilenen psikanalizden, rasyonel ve duygusal olanı birleştiren bilişsel terapilerden ayıran nokta duygusal değil rasyonel olana odaklanarak insanların dünyayı kavramsal olarak anlamalarına yardımcı olmasıdır. Platon, Aristoteles, Aquinas, Sartre gibi filozoflara göre duyguları harekete geçiren, dünyayı anlamamızı sağlayan algılardır. Bu nedenle onlar bireyin algısını ve hayat görüşünü eleştirel bir şekilde inceleyerek kişinin sahip olduğu olumsuz his ve duyguların değiştirilebileceğine inanırlar.⁷⁰ Felsefi

⁶⁵ Abdüllatif Tüzer, *Felsefe ve Tanrı*, 55

⁶⁶ Joel Zoramthansanga Ralte, “Introduction to Philosophical Counseling”, *Academia*, Erişim Tarihi: Ekim 20, 2024, https://www.academia.edu/42328434/Introduction_to_Philosophical_Counseling, 7

⁶⁷ Ben Mijuskovic, “Some Reflections on Philosophical Counseling and Psychotherapy”, *Essays on Philosophical Counseling*, 88

⁶⁸ Rene Descartes, *Yöntem Üzerine Konuşma*, çev. Sena Selin Dizmen, İstanbul: Say Yayıncılık, 2020, 19-31

⁶⁹ Rene Descartes, *Yöntem Üzerine Konuşma*, 29

⁷⁰ Joel Zoramthansanga Ralte, “Introduction to Philosophical Counseling”, 4

danışmanlığın duygusal olana değil rasyonel olana odaklanması duyguları yok saydığı anlamına gelmez. Platon *Phaedrus*'ta duyguları akıl tarafından kontrol edilmesi gereken bir at olarak gösterir;⁷¹ stoacılar da duyguların aklın kontrolünde olması gerektiğine inanırlar. Spinoza'ya göre duygularımızın nedenlerini anlamaya başlar ve onlar hakkında açık ve seçik bir fikir oluşturursak duygularımız kontrolümüz altına girerek bize daha az sıkıntı vermeye başlayacak, sevinç ve özgürlük duygusu artacaktır. Bunun için öz bilgiyi geliştirmek çok önemlidir.⁷² Objektivizmin kurucusu olan Ayn Rand da iyi ve kötünün ayırımına zevk ve acıya ilişkin fiziksel hisler aracılığıyla ulaşıldığını fakat bu hislerin idrakinin bilinç tarafından yapıldığını söyler.⁷³

Şu anda hem sosyal bilimciler hem de filozoflar arasında en yaygın kabul gören teori duyguların, algılara ve bunların değerlendirilmesine dayanan inançlar tarafından tetiklendiği yönündedir. Duygusal süreçlerin aslında aynı zamanda bilişsel nitelikte olduğu, duyguların ve bilişin, duygu ve fikirlerin bir bütünlük arz ettiği görüşü yaygındır. Bir duygunun aslında rasyonel olup olmadığını belirlemek için öncelikle rasyonelliği tanımlamak gerekir.⁷⁴

Raabe, duyguların rasyonel olup olmadığı meselesiyle ilgili olarak bir danışanıya yaptığı felsefi danışmanlığın analizini paylaşmıştır. Danışanı mantıksız bir davranışta bulunduğunu söyleyerek göz yaşlarına boğulmak üzeredir. Raabe danışanı hakkında ayrıntı vermez ama okuyucuların büyük kısmının bu kişinin 'kadın' olduğunu düşündüklerinden emindir. Eski Yunan tarihinin büyük bir bölümünde duygular rasyonaliteden farklı görülerek, duygular öncelikle kadınlara ve çocuklara, rasyonalite ise erkeklere ait olarak değerlendirilmiştir. Bu nedenle gözyaşlarına boğulmak, ağlamak, mantıksızca hareket etmek, pes etmek kadınlara, akıllıca davranmak ise erkeklere atfedilmiştir. Raabe buradan yola çıkarak şu soruyu sorar; "Duygular irrasyonel midir?" ya da "Duygusal bir sorun irrasyonel bir sorun mudur?". Duyguları anlamaya yönelik yapılan girişimlerde basit fiziksel uyarılma, fiziksel uyarılmayla birlikte yorumlama ve düşünce olarak üç aşama ortaya çıkmıştır. Duyguların fiziksel uyarılma olduğuna dair yetmiş yıldan fazla süren inanç 1960'larda psikolog Stanley Schachter'ın duyguların fiziksel uyarılma yanında bir de bilişsel yoruma bağlı olduğunu savunmasıyla farklı bir perspektif kazanmıştır. Daha sonraları yapılan psikolojik deneyler bireyin duygularını açıklarken akıl yürütmede hatalar yaptığını göstermiştir. Aynı dönemde Magda Arnold duygular üzerine bilimsel bir inceleme yaparak üç aşamalı bir duygu teorisi geliştirmiştir. Bir duygunun oluşmasındaki bu üç aşamadan birincisi kişinin olayı ya da nesneyi gerçek olarak algılaması veya hayal etmesidir. İkinci aşama algılanan şeyin değerlendirilmesidir. Son olarak da harekete geçme eylemidir. Magda Arnold'un duygu teorisine göre duygular sadece bedensel ya da içgüdüsel bir tepki değil düşünce dolu olan mantıksal bir değerlendirme sürecidir. Bu nedenle yayınladığı raporda duyguların rasyonel olduğunu savunmuştur.⁷⁵

Bilişsel bir aktivitenin davranışı etkilediği, gözlemlenebilirliği ve değiştirilebilirliği inancı modern psikolojik terapötik müdahalelerden en yenisi olan Bilişsel Davranışçı Terapiyi (Cognitive Behavioral Therapy) ortaya çıkarmıştır.⁷⁶ Kanıta dayalı olarak pek çok araştırmayla desteklenmiş

⁷¹ Eflatun, *Phaidros*, çev. Hamdi Akverdi, İstanbul: Meb Yayınları, 1997, 67-68

⁷² Sara Waller, "How Does Philosophical Counseling Work? Judgment and Interpretation", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 36-37; Geniş bilgi için bkz. Benedictus Spinoza, *Törebilim*, çev. Aziz Yardımlı, İstanbul: İdea Yayınevi, 2000, 116-117

⁷³ Ayn Rand, *Bencilliğin Erdemi*, çev. Nejdet Kandemir, İstanbul: Pegasus Yayınları, 2021, 23-25, 32, 51

⁷⁴ Peter B. Raabe, "Passionate Judgements in Philosophical Counseling", *Practical Philosophy*, November 2000, 17,18

⁷⁵ Peter B. Raabe, "Passionate Judgements in Philosophical Counseling", 13,14

⁷⁶ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 33,34

olan BDT, çok çeşitli psikolojik bozuklukların tedavisinde kullanılan ana yaklaşımlardan biridir.⁷⁷ Amacı genel anlamıyla irrasyonel ya da rahatsız edici duyguları tespit edip bunların yerine rasyonel ve sağlıklı duygular koymaya yardımcı olmaktır.⁷⁸ BDT'nin kapsamında birkaç farklı terapi şekli vardır. Bunlar Albert Ellis'in Rasyonel Duygucu Davranışçı Terapisi (Rational Emotional Behavioral Therapy), Aaron T. Beck'in Bilişsel Terapisi (Cognitive Therapy) ve yine düşüncelerimizin ve duygularımızın farkında olmaya önem veren üçüncü dalga Bilinçli Farkındalık ve Kabul Temelli BDT'dir (Mindfulness and Acceptance-based CBT).⁷⁹ BDT kurucuları kendi yaklaşımlarının felsefi kökenlerinin Stoacılık ve Sokratik felsefe olduğunu dile getirmişlerdir.⁸⁰ "Bu iki öncü isim, Ellis ve Beck Antik Yunan felsefesinin fikir ve tekniklerini alıp Batı psikoterapisinin merkezine yerleştirmişti."⁸¹ Stoa felsefesine göre her şey düşünceye bağlıdır. Düşüncelerimiz de bize.⁸² "Bırak dışarıdan meydana gelecek herhangi bir hadiseden etkilenen etkilensin. Hatta dileyen yakınsın. Ben başıma gelenin kötü bir şey olmadığını düşünürsem ondan bana zarar gelmez. Böyle düşünmek de benim elimdedir."⁸³

Stoacılar göre insanları hasta eden şeyler olaylar değil olayları algılama biçimimiz, olaylara bakış açımızdır. Aynı olaya her bireyin farklı tepkiler göstermesi bu düşüncüyü destekler niteliktedir. Ellis de stoacılığın izinden giderek *Psikoterapide Akıl- Duygu* (Reason- Emotion in Psychotherapy 1962) adlı eserinde kişileri etkileyen şeyin olaylar değil kişilerin algıları, tutumları ve olaylar hakkındaki içselleştirilmiş düşünceleri olduğunu dile getirir.⁸⁴ Ellis, duyguları harekete geçiren şeyin olaylar değil olaylara bakış açımız olduğu gerekçesiyle ABCDE adını verdiği bir model oluşturmuştur: A- Harekete Geçirici Olay (Activating Events); B- İnançlar/Düşünceler (Beliefs); C- Sonuçlar: Duygu ve Davranışlar (Consequences); D- Tartışma, Karşı Koyma (Disputing); E- Yeni Etki: Duygu ve Davranışlar (New Effects).

1. A, ihanet, beklenmedik depresif ruh hali veya iş kaybı gibi aktive edici, tiksindirici, çağrıştırmacı bir olaydır.
2. B, olay hakkında ne düşündüğünüz veya neye inandığınızdır.
3. C, inançtan kaynaklanan bilişsel, duygusal ve davranışsal sonuçlardır.
4. D, mantıksız inançlara karşı çıkmanın bilişsel, duygusal ve davranışsal yollarını ifade eder. **(Sokratik sorgulama tekniğinin kullanıldığı kısım)**
5. E, yeni etkiler ya da yapıcı eylemlerinizin sonucudur.⁸⁵

1980'li yılların ortalarında felsefi danışman Elliot D. Cohen, birçok zarar verici ve zayıflatıcı duygusal ve davranışsal sorunun büyük ölçüde kötü mantığın ya da irrasyonel düşüncelerin bir sonucu olabileceğine dair bir hipotez geliştirmiş, bu hipotezine istinaden Mantık Temelli Terapi (Logic Based Therapy) teorisini ortaya koymuştur.

Aslında benim ilk hipotezim, insanların yaşadığı duygusal ve davranışsal sorunların çoğunun kötü mantığın sonucu olduğuydu. Kaç evliliğin düşünme hataları yüzünden ters gittiğini; anksiyete, depresyon, öfke ve suçluluk duygusuyla kendini yenilgiye uğratma nöbetlerinin ortasında kaç ailevi

⁷⁷ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 11,12

⁷⁸ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 33

⁷⁹ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 29

⁸⁰ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 9; Jules Evans, *Hayat İçin Felsefe*, 18-20

⁸¹ Jules Evans, *Hayat İçin Felsefe*, 19

⁸² Marcus Aurelius, *Kendime Düşünceler*, çev. Y. Emre Ceren, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2022, 129

⁸³ Marcus Aurelius, *Kendime Düşünceler*, 67

⁸⁴ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 35; Scott H. Waltman ve diğerleri, *Terapist ve Danışmanlar İçin Sokratik Sorgulama*, çev. Ayşe Burcu Gören, İstanbul: Litera Yayıncılık, 2024, 27

⁸⁵ Bill Knaus, "Anxiety, Angst, Change, and Procrastination", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 165-166

işlev bozukluğunun felsefi açıdan asla kabul edilemeyecek sonuçlardan kaynaklandığını merak ediyordum. Yine de davranışsal ve duygusal sorunların tedavisi klasik olarak filozofların değil psikologların işiydi. Aynı zamanda, mantık ve felsefi analiz eğitimi de tipik olarak psikologların eğitiminin bir parçası değildi.⁸⁶

Cohen'in bu hipotezi psikolog Albert Ellis tarafından geliştirilen RDDT ile aynı doğrultudadır. Fakat Cohen kendi teorisi olan MTT'nin RDDT'den ayrılan noktalarını şöyle açıklar; MTT'de irrasyonel düşüncelere karşı felsefi teorilerden daha fazla yararlanılır, irrasyonel düşünceler daha kapsamlı bir şekilde analiz edilir, danışanların inanç sistemlerini belirlemek ve değerlendirmek için tümdengelim mantığı (özellikle pratik kıyas)⁸⁷, duygusal muhakeme oluşturmada ise fenomenolojik kavramlar kullanılır, mutluluğa yardımcı olmak için de Aristotelesçi bir erdem teorisi uygulanır.

Her iki teori de felsefeyi ciddiye almakla birlikte, MTT inanç sistemlerini olayları, inançları ve davranışsal ve duygusal sonuçları harekete geçirmek yerine öncüller ve sonuçlar açısından düzenleyen tek psikoterapötik yöntemdir. MTT, gayri resmi mantığın (safsataların) tamamını sistematik olarak kataloglayan ve psikoterapiye uygulayan tek yöntemdir ve kendine zarar veren, safsatalı düşüncenin bu geniş repertuarının üstesinden gelmek için önemli felsefi teorileri sistematik olarak uygulayan tek yöntemdir.⁸⁸

MTT'de danışanın sorunlarını ele almak için beş aşamalı bir yöntem uygulanır.

1. Zarar verici duyguları besleyen pratik kıyaslamaların ya da duygusal akıl yürütmelerin belirlenmesi,
2. Bu akıl yürütmedeki mantıksız öncüllerin bulunması,
3. Bu mantıksız öncüllerin çürütülmesi,
4. Belirli bir erdemi teşvik eden panzehir etkisi yaratacak felsefi akıl yürütmenin formüle edilmesi,
5. Mantıksız kıyaslamayı rasyonelliğe dökmek için irade kullanılmasıdır.⁸⁹

Bu yöntemde felsefi danışman, danışanla birlikte danışanın mantığına eklenen olası mantıksal hataları araştırır. Danışan fikirlerini ifade ederken felsefi danışman danışanın hangi düşüncelerinde mantıksal hatalar yaptığını tespit ederek felsefi sisteminin mantıksal olarak doğru olacak şekilde yeniden formüle edilmesine olanak sağlar. Buradaki amaç danışanın davranışsal ve duygusal sorunlarının büyük ölçüde akıl yürütmelerinin öncüllerinde ortaya çıkan yanlışlardan kaynaklandığını göstermektir. Danışanlar pratik kıyaslarındaki yanlış öncülleri ortaya çıkarıp çürüterek davranışsal ve duygusal kararlarını yeniden değerlendirme becerisine sahip olurlar. Cohen akıl yürütme öncüllerinde 11 temel düşünce hatası bulmuştur (mükemmellik talebi, korkunçlaştırma, lanetleme, sürü psikolojisi, yapamamcılık, görevsel endişe, dünya etrafında dönüyor düşüncesi, manipülasyon, gerçekliği aşırı basitleştirme, olasılıkları çarpıtmak, desteklenmeyen açıklama). Cohen'e göre davranışsal ve duygusal sorunlara neden olan bu düşünce hatalarıdır ve insanlar bu hatalar sebebiyle kendilerini boş yere üzmektedirler. Cohen

⁸⁶ Elliot D. Cohen, "Philosophy with Teeth: The Be Wedding of Philosophical and Psychological Practices", 2

⁸⁷ Pratik Kıyasa Bir Örnek: (Büyük Öncül Kuralı) Eğer işimi kaybetmişsem, o zaman değersizim demektir. (Küçük Öncül Raporu) İşimi kaybettim. (Sonuç) Bu nedenle değersizim. Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and its Virtues", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 113

⁸⁸ Elliot D. Cohen, "Absolute Nonsense: The Irrationality of Perfectionist Thinking", *International Journal of Philosophical Practice*, 2 (4), Spring 2005, 1

⁸⁹ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and its Virtues", 113-114

kardinal yanılı olarak adlandırdığı bu 11 temel düşünce hatasını aşkın erdemlerle (metafizik güvenlik, cesaret, saygı, özgünlük, iyi karar verme, ölçülülük, ahlaki yaratıcılık, bilimsellik, güçlendirme, öngörülülük, empati) değiştirmeye çalışır. Örnek vermek gerekirse dünya etrafında dönüyor yanılı başkalarıyla bağ kurarak, empati yaparak bir erdem haline gelebilir. Yahut korkunçlaştırma yanılı cesaret erdemine evrilebilir.⁹⁰

Cohen, RDDT'nin irrasyonel düşünceleri tanımlarken yaşam sorunlarını ele almada yetersiz kaldığını, erdem temelli MTT'nin ise insanı mükemmelliğe ve erdemini nihai amaçlarına ulaştırmada etkili olduğunu vurgular.⁹¹

Geleneksel RDDT, mantıksız düşüncenin tanımlanması için bir çerçeve sağlarken, danışanların yaşam sorunlarını tatmin edici bir şekilde çözmelerine yardımcı olmak için genellikle yeterli değildir. Bu nedenle MTT, bir kişinin insani mükemmellik veya erdemini daha yüksek hedeflerine ulaşmasına yardımcı olmayı amaçlayan felsefi düşünceye ilave bir katman ekler. Her bir "Ana Yanılıya" karşılık gelen, onu gölgede bırakan bir "Aşkın Erdem" vardır.⁹²

Felsefi danışmanlık ve psikoterapinin uyumlu olduğuna inanan bilişsel terapist ve felsefi danışman Tim LeBon rasyonel süreçlerin bazen psikolojik süreçlere (karar felci gibi) takılıp kalabileceğini savunarak felsefi danışmanlığı BDT ile bütünleştirir.⁹³ BDT'yi duygusal rahatsızlıklara neden olan düşünce hatalarını belirlemek ve düzeltmek için kullanır. Danışman ile bu tür hatalar ve bu hataların nasıl düzeleceği hakkında tartışır. Ona göre felsefi danışman danışanın düşünme hatalarını düzeltmek isterse genelleme, suçu kişiselleştirme, siyah-beyaz düşünme, sonuca atlama, felaketleştirme, olumluyu diskalifiye etme, zihinsel filtre ve "-meli" ve "-malı"lardan ibaret yedi olumsuz düşünceyle ilgili sorular sormalıdır.⁹⁴

Cohen ve Tim LeBon'un aksine felsefi danışmanlığın bilişsel psikoterapilerden farklı olduğunu savunan felsefi danışmanların ilk eleştirisi şu olmuştur: "Felsefi danışmanlık ile bilişsel psikoterapilerin örtüştüğü şey, yani her ikisinin de 'fikirlere' odaklanması aslında görüldüğü gibi değildir. Bilişsel psikoterapist için 'fikirler' 'psişik varlıklardır' ve terapinin odak noktası 'fikirler arasındaki ruhsal bağlantılardır.' Öte yandan felsefi danışman için 'fikirler' 'soyut yapılarıdır' ve ilgi odağı 'kavramsal ilişkilerin doğasıdır.'⁹⁵

Bilişsel terapiler ile felsefi danışmanlığın bir diğer ortak noktası bu iki yaklaşımın da Sokratik Yöntem olarak adlandırılan Sokratik sorgulama tekniğini kullanmasıdır.⁹⁶

Tipik bir BDT seansında divana uzanıp habire çocukluğunuzu anlatmazsınız, seanslar monolog şeklinde ilerlemez. Terapistinizin karşısına oturup onunla diyaloga girersiniz. Bütün bu süreçte terapistiniz bilinçdışı kanaatlerinizi, bu kanaatlerin nasıl da duygularınızı şekillendirdiğini keşfetmenize, dolayısıyla söz konusu kanaatlerin tutarlı olup olmadığını irdelemenize yardım etmeye çalışır.⁹⁷

Sokrates'in Atina halkı ile yaptığı felsefi tartışmalarda kullandığı soru temelli sorgulama yönteminin amacı birbirine karıştırılmış anlamları, çelişkili inançları ortaya çıkarmaktır. Sokrates

⁹⁰ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy And its Virtues", 115-120

⁹¹ Elliot D. Cohen, "Philosophy with Teeth: The Be Wedding Of Philosophical And Psychological Practices", 2, 3; Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and its Virtues", 112

⁹² Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and its Virtues", 112

⁹³ Blanka Šulavíková, "Key Concepts in Philosophical Counseling", 575

⁹⁴ Blanka Šulavíková, "Dialogical and Critical Nature of Philosophical Counseling", 476

⁹⁵ Dirk Louw, "Defining Philosophical Counselling: An Overview", 67

⁹⁶ Donald Robertson, *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*, 19,20; Scott H. Waltman ve diğerleri, *Terapist ve Danışmanlar İçin Sokratik Sorgulama*, 9,10

⁹⁷ Jules Evans, *Hayat İçin Felsefe*, 23

de dahil olmak üzere bazı düşünörlere göre bilgi ya da bilme kapasitesi insan zihninde mevcut bir haldedir. Fakat bu bilgiyi içeriden dışarıya çıkartmak için doğru sorular soran felsefi bir ebeve ihtiyaç vardır.⁹⁸ Felsefi danışmanlar ve bilişsel davranışçı terapistler her insanda işlevsel düşünme yetisi olduğuna ve uygun sorularla bireyin doğru düşünme alışkanlıkları geliştireceğine inanırlar. Sokrates muhatabıyla bir diyaloga girerek *eristike* (cedel) ya da *elenkhos* (çürütme) yöntemi üzerinden ilerler. Bu yöntem tartışma sırasında muhatabın savını çeşitli mantık oyunlarıla saçmaya indirgeyerek çürütmeye dayanmaktadır.⁹⁹ Sokratik diyalogda Sokrates'in amacı muhatabına bir şeyler öğretmek değildir. Kaldı ki tek bildiğim hiçbir şey bilmediğimdir diyerek (ironi) konu hakkında bilgisi olmadığını sıklıkla dile getirir. Sokrates'in amacı doğru sorularla muhatabın doğru bildiğine inandığı şeyleri kendine sorgulatarak bilineni anımsamasına veya keşfetmesine yardımcı olmaktır. Kişi sahip olduğu bilgilerden şüphe etmeyi öğrenip doğru olduğunu varsaydığı gerçekliklere eleştirel bir biçimde yaklaştığı zaman felsefi düşünüşü başlamış demektir. Bu sorgulama doğru bilginin muhatapta doğmasını sağlar (maeutike-doğurtma).

Göröldüğü üzere felsefi danışmanlığın psikoterapiyle etkileşimi daha çok bilişsel terapiler üzerindedir. Bu iki yaklaşımın da ortak varsayımı şudur; inançlar ve duygular birbiriyle bağlantılıdır, bu nedenle kişinin inancı değişirse duyguları da değişecektir.¹⁰⁰ Aralarındaki temel farklar ise şunlardır;

- Bilişsel terapiler inançların sadece düşünceler değil, aynı zamanda algı, eylem ve yargı alışkanlıkları olduğu fikrine istinaden bir kişinin zihnini değiştirmek için alışkanlıklarını da değiştirmesi gerektiğini düşünür. Felsefi danışmanlar ise danışanda içgörü oluşturur ve bu içgörünün danışanları kendiliğinden yeni alışkanlıklara döndürmesini beklerler.¹⁰¹

Çağımızda Daniel Kahneman gibi psikologlar çift işlemcili beyinlerimiz olduğunu öne sürmektedir: Bu iki düşünme sisteminden biri esasen otomatik ve alışkanlığa dayalıdır, diğeri ise daha bilinçli ve rasyonel düşünmeye muktedirdir. Felsefe bizi değiştirecekse, her iki sistemi de çalışması gerekir. Antik felsefe tam olarak böyledir. İkili bir süreç içerir: ilkin alışkanlık olanı bilinçli hale getir, ardından da bilinçli hale gelmiş olanı alışkanlık haline. Önce otomatikleşmiş kanaatlerimizi Sokratik yöntemle bilinç süzgecinden geçirerek bunların rasyonel olup olmadıklarına bakarız. Sonra bu yeni felsefi içgörülerimizi tekrarlaya tekrarlaya alışkanlık haline getiririz.¹⁰²

- Bilişsel terapilerin amacı bilgeliğe ulaşmaktan ziyade kaygıyı azaltmaktır.
- Bilişsel terapiler bireyde yaşam felsefesi oluşturmayı amaçlamaz.
- Bilişsel terapiler kanıta dayalı ve pek çok araştırma tarafından desteklenirken felsefi danışmanlık deneysel (empirik) değildir.¹⁰³
- BDT'nin birincil kaynağı Stoacılar felsefi danışmanların yaklaşımı, bilişsel terapilerin teknik yaklaşımına kıyasla daha "felsefi", yani daha bütüncül ve bağlamsaldır.¹⁰⁴
RDDT, danışanların bir olayla ilgili irrasyonel inançları (örneğin, yaşananların korkunç, dehşet verici ve berbat olduğu düşüncesi) ile olayın kendisi (örneğin boşanma) arasında ayırım yapmalarını

⁹⁸ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 79; Scott H. Waltman ve diğeri *Terapist ve Danışmanlar İçin Sokratik Sorgulama*, 87; Blanka Šulavíková, "Dialogical and Critical Nature of Philosophical Counseling", 473

⁹⁹ Pierre Hadot, *Ruhani Ağıştırmalar*, 39

¹⁰⁰ Sara Waller, "How Does Philosophical Counseling Work? Judgment and Interpretation", 34

¹⁰¹ Roger Paden, "Defining Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, 29

¹⁰² Jules Evans, *Hayat İçin Felsefe*, 27

¹⁰³ İlker Altunbaşak, "Felsefi Danışmanlığı 'Felsefi' Yapan Nedir?", *Fİsf Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 27, 2019, 415

¹⁰⁴ Roger Paden, "Defining Philosophical Counseling", 28; Blanka Šulavíková, "Dialogical and Critical Nature of Philosophical Counseling", 474

bekleyerek Epiktetos'un öğretilerine bağlı kalırken, felsefi danışmanlar genellikle danışanın koşullarına başka felsefi fikirleri de getirir.¹⁰⁵ . . . Bilişsel terapistler antik felsefeyi on altı haftalık bir BDT kursu haline getirmek için haliyle budayıp kapsamını daraltmak durumunda kalmıştır.¹⁰⁶

- Felsefi danışman, herhangi bir davranışsal ya da duygusal soruna yol açmasa bile danışanı rahatsız edebilecek felsefi sorunları daha iyi tartışabilir.¹⁰⁷

Felsefi Danışmanlık Sorun Çözme Yeteneği Kazandırır

Felsefi danışmanlığı psikoterapiden ayıran en önemli husus doğru düşünme, analiz etme, mantık hatalarını bulma konularında deneyim kazanan danışanların gelecekte karşılarına çıkacak muhtemel sorunları kendi başlarına çözebilme yeteneği kazanabilecek olmalarıdır. Çünkü felsefi danışmanlığın amacı sadece danışanın o anki mevcut sorununu çözmek değil, danışanı daha etkili düşünme yolları konusunda eğitmek ve danışanda anlamlı içgörüler geliştirmektir.¹⁰⁸ Danışanın kendi dünya görüşü ve tutumundaki kalıpları anlaması bile kişisel ilerleme yolunda önemli bir adımdır. Danışan felsefi olarak kendini sorgulama becerisi sayesinde temel görüşlerinin farkına varıp doğru düşünme araçları ile bunların düzeltilebileceğini veya değiştirilebileceğini anlayarak kendinde ve hayatında değişiklikler yapmaya başlayacaktır.¹⁰⁹ Hayatının kontrolünü eline alacak, böylelikle karşılaştığı her bir sorunda tekrar terapistle ihtiyaç duymayacaktır. Sorunlarını kendi başına çözebilme yetkisi kazanan bir birey bir sorun çözücüyeye bağımlı olmaktan kurtularak daha özgün ve özerk bir birey olacaktır. Zaten felsefenin ana gayesi de 'kendin bil, kendini tanı' gibi mottolarla dile getirilen özgürlük ve özerkliliktir.¹¹⁰ Felsefi danışmanlık alanında en iyi bilinen yöntemlerden biri olan¹¹¹ Marinoff'un kurup geliştirdiği PEACE yöntemi tam da bu amaca hizmet etmektedir. Marinoff felsefi danışmanlıkta aşk ilişkilerinin çözümlenmesi, ahlaklı bir hayat sürmek, anlam, amaç, kariyer sorunları, ölümle başa çıkmak gibi insan hayatının tümünü kapsayan problemleri çözmek için¹¹² PEACE (problem identification, expressing emotion, analyzing options, contemplation, equilibrium) adını verdiği beş adımlı yöntemi uygular. PEACE'nin Türkçe olarak açılımı; sorun, duygu, analiz, tefekkür ve dengedir.¹¹³ İlk adım sorunu tanımlamaktır. İkinci adımda sorunun tetiklediği duygusal tepkiler belirlenir. Bir iç hesaplaşma yapılarak duygular gerçekçi ve faydalı bir şekilde değerlendirilir. Marinoff'a göre "psikoloji ve psikiyatrinin çoğu hiçbir zaman bu aşamanın ötesine geçemez."¹¹⁴ Üçüncü adım olan analiz aşamasında sorunun çözümüne yönelik seçenekler listelenir ve değerlendirilir. Dördüncü aşamada danışan, yeni bir bakış açısı kazanarak içinde bulunduğu durumu tüm boyutları ile tefekkür eder. Bu aşamaya gelene dek her aşamayı bölümlere ayırarak ele alan danışman artık tüm parçaları birleştirerek bütünleşik bir "felsefi eğilim" elde eder. Sorunu aktarmak, duyguları ifade etmek, seçenekleri analiz etmek ve felsefi bir görüş elde etmek danışanı beşinci aşama olan

¹⁰⁵ Elliot D. Cohen, "Philosophy with Teeth: The Be Wedding of Philosophical and Psychological Practices", 10

¹⁰⁶ Jules Evans, *Hayat İçin Felsefe*, 29

¹⁰⁷ Roger Paden, "Defining Philosophical Counseling", 28

¹⁰⁸ Joel Zoramthansanga Ralte, "Introduction to Philosophical Counseling", 4

¹⁰⁹ Lydia B. Amir, "Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling", 50

¹¹⁰ Abdüllatif Tüzer, *Felsefe ve Tanrı*, 27

¹¹¹ Adrian Hagiu, Sergiu Bortos, Iosif Tamaş, "A New Method in Philosophical Counseling (Ipa)", 51

¹¹² Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 20

¹¹³ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 57

¹¹⁴ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 58

dengeye oturtur. Artık danışan sorununun özünü anlamış ve uygun eyleme geçmeye hazır hale gelmiştir.¹¹⁵ Marinoff'a göre özellikle beşinci adıma ulaşıldığında;

Felsefi açıdan kendi kendinize yetebilirsiniz, dolayısıyla daha fazla danışmanlığa ihtiyacınız kalmaz (elbette temel değerlerin ötesine geçerek devam etmeye karar vermezseniz). Dengeye ulaştırılan bir yatkınlığı nereye giderseniz gidin yanınızda taşırsınız. Nahoş bir belirtiyi bastırmak istediğinizde ecza dolabından çekip çıkarmazsınız. Terapist veya reçeteli ilaç gibi bağımlı olduğunuz bir şey değildir. Bir parçanız olur.¹¹⁶

Marinoff'un uyguladığı PEACE yöntemini bir danışanıyla yaptığı diyalog üzerinden örneklendirelim. Bu örnekte Janet severek evlendiği eşiyile boşanma aşamasına gelmiş fakat kocasını hala sevdiği için evliliğe devam edip etmeme konusunda kararsızlık yaşıyor. Janet fazlaca fedakâr bir yapıya sahip. Kocasını memnun etmek adına kendi arzularından, isteklerinden, hedeflerinden ve hayallerinden vazgeçerken kocası Janet'in bu fedakarlıklarını olağan görüp ilişkinin devamı için kendi adına hiçbir özeni göstermiyor. Ne var ki Janet kendi hayatından vazgeçtikçe kocası tarafından daha değersiz bir hale gelerek devamlı eleştirilere uğruyor. Bu Janet'in ikinci evliliği. İlk evliliğinde de aynı sorunlar yaşamış, hem o dönemde hem de bu evliliği sürecinde psikoterapi almış. Antidepresan kullanmış fakat ruh halinde bir değişiklik görmediği için ilaç kullanımını kendi isteğiyle bırakmış. Kendini yeniden mutsuz bir ilişki içinde buluyor fakat ikinci kez başarısız olma damgası yemek istemiyor. Evlilik terapisinin de bir işe yaramadığını dile getiriyor. Görünen o ki Janet karşı tarafı güçlendirirken zayıflıyor. Marinoff vaka analizine girişmeden önce bizlere hiçbir ilişkinin kusursuz olamayacağını, uzun süreli ilişkinin anahtarının karşılıklı özen göstermek olduğunu, fakat bunun tek taraflı yapıldığı durumlarda özen gösteren kişinin zarar göreceğini, bu nedenle bu özenin sınırlarının belirlenmesi gerektiğini hatırlatıyor. Marinoff bu diyalogda sorunlu giden bir evliliği kurtarma görevini üstlenmiyor. Danışanıya ilişkili bir benlik analizi yaparak onun kendi benliğini güçlü tutmasının, kendi değerini yaratmasının ve kişisel sınırlarının farkına varmasının anlamını, önemini ve değerini irdeliyor. Bunun için objektivizmin kurucusu olan Ayn Rand'dan ilham alıyor. Janet'in fedakârlığına karşı erdemli bir bencillikle kendini keşfetmesini, kendi değerinin farkına varmasını sağlıyor. PEACE yönteminin aşamalarına göre gidecek olursak öncelikle sorunun tanımı yapıyor. Sorunumuz Janet'in yıkılmakta olan evliliğine devam edip etmeyeceği kararıdır. Janet'in yaşadığı duygular; hayal kırıklığı, çaresizlik, öfke, korku ve umutsuzluk. Analiz kısmında Marinoff, Sokratik diyalogu kullanarak Janet'in kendini ve içinde bulunduğu durumun nedenlerini doğru sorular ve farklı bakış açıları eşliğinde analiz etmesine yardımcı oluyor. Janet kocasının sevgisine layık olmadığını düşünüyor, hatayı kendinde buluyor. Tefekkür kısmında Janet'in kendisine yönelik yanlış ve yıpratıcı inancının farkına varılmasına, yerine doğru ve yapıcı inancın yerleştirilmesine yardımcı olunuyor. Sonuç şu oluyor; 'ben bir kocanın sevgisini hak ediyorum, öyleyse beni sevebilecek bir koca bulmalıyım'. Denge kısmında ise Janet felsefi açıdan kendini keşfetmiş, sorunu anlamış, kendini sevmenin, kendine güvenmenin, kendini değerli hissetmenin, kendi olabilmenin mutluluğu ve tatminini yaşamıştır.¹¹⁷

¹¹⁵ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 59

¹¹⁶ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 64

¹¹⁷ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, 147-155

Sonuç

Felsefenin yaşam sorunlarını çözme, kendimizi ve dünyamızı anlamamıza yardımcı olma rolünü modern zamanda felsefi danışmanlık devralmıştır. Bazı felsefi danışmanlar felsefi danışmanlığın psikoterapiyle birlikte büyüyüp gelişeceği inancına sahipken diğerleri bu iki ayrı alanın (felsefe ve psikoloji) danışmanlıklarının da iki ayrı bağımsız alan olarak kalması gerektiğini savunarak birlikte yol alma fikrini reddetmişlerdir. Bu tartışma, psikoterapi ile felsefi danışmanlığın arasındaki farkları ve benzerlikleri ortaya çıkartmaya itmiştir. Felsefi danışmanlığın psikoterapiden farkını ortaya koymak için çeşitli girişimlerde bulunulmuş fakat görüş birliği sağlanamamıştır. Bunun nedeni felsefi danışmanların felsefi danışmanlığı süreç ve sonuç odaklı olmak üzere iki farklı yaklaşımla ele alıyor oluşudur. Sonuç odaklı felsefi danışmanlık sorun çözme amacı güttüğünden öncelikle felsefi danışmanlığın terapötik bir süreç olup olmadığının belirlenmesi gerekmektedir. Süreç odaklı felsefi danışmanlar felsefi danışmanlığın bilgece bir yaşama giden yolda danışanların yaşamlarını daha anlamlı hale getirmeyi amaçladığından felsefi danışmanlığın terapötik bir süreç olmadığı kanısındadır. Sonuç odaklı felsefi danışmanlar ise danışanın bir problem sebebiyle danışmana geldiği, onun bilgi birikimlerinden ve düşüncelerinden yararlanmak istediği, danışmanın da danışana yardım amaçlı yol gösterdiği düşünülürse felsefi danışmanlığın terapötik bir süreç olabileceğini ileri sürmüşlerdir. Fakat bu sürecin psikoterapilerdeki gibi olmadığını da dile getirmişlerdir. Çünkü felsefi danışmanlık, hasta-terapist ilişkisi üzerinden semptom teşhis edip tedavi edici bir amaç taşımaktan ziyade bireyin kendini anlamasına ve yaşam felsefesi oluşturmasına zemin hazırlayan, hayat görüşünün analiz edilmesine olanak sağlayan, danışmanın ve danışanın da aktif olarak rol aldığı bir diyalog türüdür. Psikoterapi özellikle psikanaliz kişinin geçmiş travmalarını ve duygusal zorluklarını ele alırken felsefi danışmanlık için kişinin sorunlarının altında yatan neden patolojiler değil onun felsefesi ya da dünyayı algılayış (dünya görüşü) biçimidir. Felsefi danışmanlık bireyin yaşadığı çıkmazları psikolojik araçlarla değil felsefi düşünme araçları ile ele alır. Bu araçlar eleştirel düşünme, kavramsal analiz, örtük varsayımları ortaya çıkartma, alternatif varsayımlar sunma, düşüncelerdeki tutarsızlıkları ve irrasyonel inançları tespit etme, çıkarımlarda bulunma, alternatif bakış açısı ve düşünceler kazandırma, hayat felsefesi ve iç görü oluşturma şeklindedir. Görüldüğü üzere felsefe hayatın bilgeliğini arar ve bunu yaparken felsefi bilgi ve yöntemlerden yararlanır. Psikoloji ise psikolojik süreçleri anlamaya odaklanır ve psikolojik zorlukların üstesinden gelmeye yardımcı olacak teknikler sunar. Bununla birlikte felsefi danışmanlıktaki sorun çözme yaklaşımı salt vaka odaklı bir çözüm sunma amacı taşımaktan ziyade bilgelikle harmanlanmış bir anlayışla danışanın sorunu anlamasını ve sorunla yaşamasını sağlamak, ona ileride karşılaşacağı muhtemel sorunların da üstesinden gelebilme yeteneğini kazandırmaktır. Çünkü hayat devam ettiği sürece sorunlar da devam edecektir. Sorunlara bilgece yaklaşmayı öğrenebilen kişi tekrar bir danışmana ihtiyaç duymayacaktır.

Düşüncenin duygulara ve davranışlara olan etkisinin ampirik olarak kanıtlanması modern zamanda bilişsel terapileri ortaya çıkartmıştır. Felsefi temelli bilişsel terapiler felsefi danışmanlığın psikoterapi ile kesişen yönünü oluşturur. Fakat felsefi danışmanlık daha geniş bir alana yayıldığından (ahlaki çelişkiler, anlam, değer, inanç, kimlik arayışları, ölüm fikri ile yüzleşme, vb.) danışana daha geniş bir perspektif sunar. Sonuç olarak amaç ve yaklaşım açısından bakıldığında felsefi danışmanlık ile psikoterapi arasında birçok farklılıklar bulunduğu görülmektedir. Fakat bu iki ayrı alan daha iyi ve etkili bir hizmet sunmak isterlerse birbirlerine

entegre edilip birbirlerinin üstün yanlarından yararlanabilirler. Psikoterapi felsefenin geniş alana yayılan bilgi birikiminden ve filozofların temel ilkeleri ortaya çıkartma ve danışanın inanç sistemini daha kapsamlı ve rasyonel bir biçimde çözümleyebilme becerisinden istifade edebilirken, felsefi danışmanlık psikoterapinin etkisi kanıtlanmış ampirik özelliğinden yararlanabilir. Hatta felsefi danışmanın kendisine başvuran bir danışanın sorununun felsefi mi yoksa patolojik mi olup olmadığını anlaması için belirli düzeyde klinik psikoloji bilgisine sahip olması beklenir.

KAYNAKÇA

- Altunbaşak, İlker. "Felsefi Danışmanlığı 'Felsefi' Yapan Nedir?." *Flsf Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*. 27, 2019
- Amir, Lydia B. "Three Questionable Assumptions of Philosophical Counseling." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Aurelius, Marcus. *Kendime Düşünceler*. çev. Y. Emre Ceren. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2022
- Blass, Rachel B. "The 'Person' in Philosophical Counseling Vs. Psychotherapy and the Possibility of Interchange Between the Fields." *Journal of Applied Philosophy*. 13 (3), 1996
- Buber, Martin. *Ben ve Sen*. çev. İnci Payscale. İstanbul: Kopernik Kitap, 2017
- Cohen, Elliot D. "Logic-Based Therapy and its Virtues." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Cohen, Elliot D. "Absolute Nonsense: The Irrationality of Perfectionist Thinking." *International Journal of Philosophical Practice*. 2 (4), Spring 2005
- Cohen, Elliot D. "Philosophy with Teeth: The Be Wedding of Philosophical and Psychological Practices." *International Journal of Philosophical Practice*. 2 (2), Spring 2004
- Descartes, Rene. *Yöntem Üzerine Konuşma*. çev. Sena Selin Dizmen. İstanbul: Say Yayıncılık, 2020
- Ertürk, Elvan Melek. "Bilimsel Psikolojinin Tarihsel Süreci Üzerine." *Trakya Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*. 7 (14), Temmuz 2017
- Eflatun. *Phaidros*. çev. Hamdi Akverdi. İstanbul: Meb Yayınları, 1997
- Evans, Jules. *Hayat İçin Felsefe*, çev. Özge Çelik. İstanbul: Koridor Yayıncılık, 2023
- Frunza, Sandu. "Philosophical Counseling - A Useful Tool For Our Daily Life." *JSRI*. 21 (61), Spring 2022
- Hadot, Pierre. *Ruhani Alıştırmalar*. çev. Kübra Gürkan. İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2012
- Hagiu, Adrian, Bortos, Sergiu ve Tamaş, Iosif. "A New Method in Philosophical Counseling (Ipa)." *Postmodern Openings*. 14 (1), 2023
- Haret, Florina. "Philosophical Counselling as a Secular Approach To The Problem Of Evil." *Innovative Instruments in Community Development in Communication and Education*. ed. Maria Micle, Gheorghe Clitan. Budapest: Trivent Publishing, 2021
- Howard, Alex. "What can Philosophy Offer Counseling and Psychotherapy?" *British Journal of Guidance and Counseling*. 28 (3), 2000
- İnanç, Banu Yazgan ve Yerlikaya, Eşef Ercüment. *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Akademi, 2012

- Jopling, David A. "Philosophical Counseling, Truth and Self-Interpretation." *Journal of Applied Philosophy*. 13 (3), 1996
- Knaus, Bill. "Anxiety, Angst, Change, and Procrastination." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Köroğlu, Prof. Dr. Ertuğrul (çev.). *Amerikan Psikiyatri Birliği, Dsm-5-Tr Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabı*. Ankara: Esenkay Yayıncılık, 2022
- Lahav, Ran ve Tillmanns, Maria da Venza (ed.), *Essays on Philosophical Counseling*. Lanham, Maryland: University Press of America, 1995
- Lahav, Ran. "A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation." *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav, Maria Da Venza Tillmanns Lanham. Maryland: University Press of America, 1995
- Lahav, Ran. "Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling." *Journal of Applied Philosophy*. 10 (2), 1993
- Lahav, Ran. "What is Philosophical in Philosophical Counseling?" *Journal of Applied Philosophy*. 13 (3), 1996
- Lahav, Ran. "Philosophical Counseling as a Quest for Wisdom." *Practical Philosophy*. 4 (1), March 2001
- Lahav, Ran. "Philosophical Counseling and Self-Transformation." *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Louw, Dirk. "Defining Philosophical Counseling: An Overview." *South African Journal of Philosophy*. 32 (1), 2013
- Marinoff, Lou. *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*. çev. Ezgi Başer. İstanbul: Profil Yayıncılık, 2015
- Mijuskovic, Ben. "Some Reflections on Philosophical Counseling and Psychotherapy." *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav, Maria Da Venza Tillmanns. Lanham, Maryland: University Press of America, 1995
- Mills, Jon. "Philosophical Counseling as Psychotherapy." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Mladin, Ionut. "Therapeutic Resorts of Philosophy." *Procedia - Social And Behavioral Sciences*. 163, 2014
- Nnejinjeji, Bellarmine U. "Philosophical Counseling/Therapy: Praxis and Pedagogy." *Working Papers On Culture, Education and Human Development*. 9 (3), 2013

- Öztürk, Erdiñç ve Ayhan, Hülya. "Psikoterapinin Temel İlkeleri ve Temel Bileşenleri." *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*. 6 (1), 2021
- Paden, Roger. "Defining Philosophical Counseling." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Raabe, Peter B. "Happiness Pills: Philosophy Versus the Chemical Solution." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Raabe, Peter B. "Happiness Pills: Philosophy Versus the Chemical Solution." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Raabe, Peter B. "The Life Examined in Philosophical Counseling.", *Practical Philosophy*. 5 (1), 2002
- Raabe, Peter B. "Passionate Judgements in Philosophical Counseling." *Practical Philosophy*. November 2000
- Ralte, Joel Zoramthansanga. "Introduction to Philosophical Counseling." *Academia*. Erişim Tarihi: Ekim 20, 2024. https://www.academia.edu/42328434/Introduction_to_Philosophical_Counselling
- Rand, Ayn. *Bencilliğin Erdemi*. çev. Nejdet Kandemir. İstanbul: Pegasus Yayınları, 2021
- Robertson, Donald. *Bilişsel Davranışçı Terapi Felsefesi*. çev. Feyza Elif Önder. İstanbul: Albaraka Yayınları, 2021
- Saarinen, Esa ve Slotte, Sebastian. "Philosophical Lecturing as a Philosophical Practice.", *Philosophy of Management*. 7, 2008
- Schefczyk, Michael. "Philosophical Counseling as a Critical Examination of Life-Directing Conceptions." *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav, Maria Da Venza Tillmanns. Lanham, Maryland: University Press of America, 1995
- Schuster, Shlomit C. "Philosophical Counseling." *Journal of Applied Philosophy*. 8 (2), 1991
- Schuster, Shlomit C. "On Philosophical Self-Diagnosis and Self-Help: A Clarification of the Non-Clinical Practice of Philosophical Counseling." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013
- Spinoza, Benedictus. *Törebilim*. çev. Aziz Yardımlı. İstanbul: İdea Yayınevi, 2000
- Šulavíková, Blanka. "Key Concepts in Philosophical Counseling." *Human Affairs*. 24, 2014
- Šulavíková, Blanka. "Dialogical and Critical Nature of Philosophical Counseling." *Human Affairs*. 25, 2015

Tillmanns, Maria da Venza. "Philosophical Counseling: Understanding The Unique Self and Other Through Dialogue." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013

Tüzer, Abdüllatif. *Felsefe ve Tanrı*. Antalya: Otorite Yayınları, 2024

Valentinovich, Borisov Sergey. "Theory and Practice of Philosophical Counseling: A Comparative Approach." *The Turkish Online Journal of Design, Art And Communication – Tojdac*. Special Edition, March 2018

Waller, Sara. "How Does Philosophical Counseling Work? Judgment and Interpretation." *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*. ed. Elliot D. Cohen, Samuel Zinaich Jr. New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013

Waltman, Scott H. ve diğerleri. *Terapist ve Danışmanlar İçin Sokratik Sorgulama*. çev. Ayşe Burcu Gören. İstanbul: Litera Yayıncılık, 2024



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 1 Sayı/Number: 1 Aralık/December 2024

**Gündelik Hayatın Sorunlarının Çözümü İçin Yeni Bir Uygulama:
Felsefi Danışmanlık**

*A New Practice for Solving The Problems of Everyday Life:
Philosophical Counseling*

Nurgül Karabağ

*Dr. Felsefe Öğretmeni /Dr. Philosophy Teacher
Milli Eğitim Bakanlığı / Ministry of National Education*

karabagnrgl@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-8545-7920>

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 05/11/2024

Kabul Tarihi/Accepted: 16/12/2024

Yayın Tarihi/Published: 22/12/2024

Atıf/Cite As

Karabağ, Nurgül. "Gündelik Hayatın Sorunlarının Çözümü İçin Yeni Bir Uygulama: Felsefi Danışmanlık". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 1 (1), 2024, 37-46.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmalarını CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlanmış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

GÜNDELİK HAYATIN SORUNLARININ ÇÖZÜMÜ İÇİN YENİ BİR UYGULAMA: FELSEFİ DANIŞMANLIK

ÖZ

Felsefenin özünde akademik bir disiplin değil bir yaşam biçimi olduğu, yalnızca araştırma yapılacak bir alan değil aynı zamanda uygulanacak bir alan olduğu düşüncesinden hareketle, 20.yy'ın sonlarına doğru köklerinde pratik bilgeliği barındıran ve çoğunlukla felsefi danışmanlık olarak anılan yeni bir uygulama ortaya çıkmıştır. Buna göre felsefe soyut ve genel söylem alanı ile sınırlandırılmamalı, gündelik hayat sorunlarında pratik bilgeliğin özüne uygun biçimde gündelik yaşantı ile ilişkili hale getirilmelidir. Nitekim anlamlı bir hayatın ne olduğu, gerçek aşkın ne olduğu ve ahlaki olarak neyin doğru veya yanlış olduğu gibi temel yaşam konuları sadece soyut düzeyde felsefe profesörlerini değil günlük yaşantısında somut düzeyde sıradan insanı da ilgilendirmektedir. Felsefenin bu genel kavramsal konularını gündelik hayatlarında insanlar, inişli çıkışlı evlilikleri veya işlerindeki farklı problem durumları gibi belirli, somut sorunlar olarak deneyimlemektedirler. Felsefi danışmanlık, felsefi yöntemlerin uygulanması yoluyla felsefenin, yaşamın nasıl sürdürüleceği, gündelik yaşam sorunlarının nasıl çözümleneceği veya bu sorunlar çözümlenemediğinde onlarla nasıl başa çıkılabileceği noktasında yeniden gün ışığına çıkması ve pratik bilgeliğin nispeten yeni ve çağdaş bir görünümü olarak sıradan insanların anlayıp uygulayabileceği bir hale gelmesi işlevini yerine getirmektedir. Felsefi danışmanlığın başlangıcı konusunda yaygın olarak kabul gören düşünce, felsefi danışmanlığın ilk olarak 1981'de Gerd Achenbach tarafından Almanya'da uygulanmaya başlamış olmasıdır. 1982'de Felsefi Pratik Derneği kurulmuş ve bu alandaki çalışmalar yaygınlaşmaya başlamıştır. 1990'ların ortalarında, uluslararası konferanslar ve uygulamayı tanıtan kitaplarla felsefi danışmanlık popülerlik kazanmıştır ve günümüzde birçok ülkede uygulanmaktadır. Türkiye'de de çeşitli felsefi danışmanlık kuruluşları alana yönelik çalışmalarını sürdürmekte, üniversitelerde lisansüstü seviyede felsefi danışmanlık eğitimleri verilmektedir. Gelişmeye devam eden bir alan olarak felsefi danışmanlık, henüz yasal anlamda bir mesleki statüye sahip değildir. Felsefi danışmanlık, birçok felsefi danışman tarafından farklı felsefi yöntem ve yaklaşımlar kullanılarak gerçekleştirilmektedir. Bu durum felsefi danışmanlığın farklı tanımlamalarını gündeme getirirse de bu yaklaşımların ortak bir hareket noktası vardır. Bu hareket noktası, felsefenin insanların günlük hayatı ile ilişkili hale getirilmesidir. Böylece felsefi danışmanlık uygulamasında felsefe ile insanın gündelik yaşamı arasında bağ kurulmakta ve insanların gündelik hayatta yaşadıkları sorunların üstesinden gelebilmelerinde felsefenin önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Felsefi danışmanlık, felsefi danışman olarak adlandırılan bir filozof ile gündelik hayatta yaşadığı sorunların çözümü için bir filozofa başvuran bir danışan arasında, danışanın istek ve ihtiyaçlarına bağlı olarak bir seans ya da birden fazla seanslar biçiminde gerçekleştirilmektedir. Felsefi danışman ile danışan bu seanslarda birlikte felsefe yapmaktadır. Felsefi danışmanın yöneltmiş olduğu sorular, danışanın kendisi ile diyalog kurmasını ve kendisi ile yüzleşmesini sağlamaktadır. Felsefi danışman, felsefi danışmanlık süresince danışanın içinde bulunduğu çevreyi tanımasında, kendisi ile yüzleşerek dünya görüşünü anlamasında ve kendi dönüşümünü gerçekleştirmesinde danışana rehberlik etmektedir. Felsefi danışmanlık uygulayıcılarının çeşitli yaklaşımları bazı kriterler baz alınarak sınıflandırılmıştır. Sivil ve Clare'in sınıflandırmasına göre, bu çeşitlilik temelde üç ana konuya dayanır: felsefi danışmanlık uygulamasının amaçları, felsefi danışmanlık ile psikoloji arasındaki ilişki ve felsefi danışmanlık uygulamasının terapötik değeri. Knapp ve Tjelveit'in sınıflandırmasına göre, psikolojik danışmanlığın tamamlayıcısı olarak anlaşılan felsefi danışmanlık yaklaşımları dar kapsamlı felsefi danışmanlık, psikolojik danışmanlığın yerini alacak şekilde anlaşılan felsefi danışmanlık yaklaşımları geniş kapsamlı felsefi danışmanlık olarak sınıflandırılmaktadır. Ran Lahav'a göre ise, farklı felsefi danışmanlık yaklaşımları felsefi söylem alanı ile günlük yaşam alanı arasındaki ilişkiye yönelik iki farklı yaklaşımdan hareketle uygulamada bulunmakta ve bu ayırıma göre sınıflandırılmaktadır. Bu sınıflandırmaya göre, felsefi söylem alanına karşılık gelen eleştirel düşünme yaklaşımı iken günlük yaşam alanına karşılık gelen geliştirme yaklaşımıdır. Pratik bilgelikten, felsefi yöntemlerden, filozofların düşüncelerinden beslenerek gerçekleştirilen felsefi danışmanlık uygulamaları, insanların gündelik yaşamlarındaki sorunlarına çözüm bulmalarında sağladığı felsefi katkı ile günümüzün dikkat çeken iddialı uygulamaları arasında yer almaktadır. Felsefi danışmanlık, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları karmaşık sorunları anlamalarına ve çözmelerine yardımcı olarak bireylerin kendilerini anlamasına, eleştirel düşünebilmesine, varoluşsal problemlerinin üstesinden gelebilmesine, daha derin bir anlayış ve içgörü geliştirerek kişisel gelişimlerine ve yaşamda karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına önemli katkılar sağlama potansiyeline sahiptir. Felsefi danışmanlığın söz konusu öneminden hareketle bu çalışma, felsefi danışmanlığı tanıtmayı amaçlamaktadır. Bu amaçla felsefi danışmanlığın tarihsel süreci ve Türkiye'deki gelişim süreci, mesleki statüsünün durumu, felsefi danışmanlığın ne olduğu ve gündelik hayat problemlerinin çözümünde felsefi danışmanlık yaklaşımlarının nasıl sınıflandırıldığı ele alınmaktadır.

Anahtar kelimeler: Felsefi danışmanlık, gündelik hayat sorunları, eleştirel düşünme, geliştirme, dünya görüşü

A NEW PRACTICE FOR SOLVING THE PROBLEMS OF EVERYDAY LIFE: PHILOSOPHICAL COUNSELING

ABSTRACT

Based on the idea that philosophy is essentially a way of life and not an academic discipline, that it is not only a field to be researched but also a field to be practiced, a new practice, often referred to as philosophical counseling, emerged towards the end of the 20th century, rooted in practical wisdom. Accordingly, philosophy should not be confined to the realm of abstract and general discourse, but should be made relevant to everyday life in accordance with the essence of practical wisdom. Indeed, fundamental life issues such as what constitutes a meaningful life, what is true love, and what is morally right or wrong concern not only philosophy professors on an abstract level but also ordinary people on a concrete level in their daily lives. These general conceptual issues of philosophy are experienced by people in their everyday lives as specific, concrete problems, such as their unstable marriages or different problem situations at work. Through the application of philosophical methods, philosophical counseling fulfills the function of bringing philosophy back into the light of day in terms of how to live life, how to solve the problems of everyday life, or how to cope with them when they cannot be solved, and as a relatively new and contemporary view of practical wisdom that ordinary people can understand and apply. The widely accepted view of the beginnings of philosophical counseling is that it was first introduced in Germany in 1981 by Gerd Achenbach. In 1982, the Association for Philosophical Practice was founded and work in this field began to spread. In the mid-1990s, philosophical counseling gained popularity through international conferences and books promoting the practice and is now practiced in many countries. In Turkey, various philosophical counseling organizations continue to work in the field and philosophical counseling trainings are given at postgraduate level in universities. As a developing field, philosophical counseling does not yet have a legal professional status. Philosophical counseling is carried out by many philosophical counselors using different philosophical methods and approaches. Although this situation brings up different definitions of philosophical counseling, these approaches have a common starting point. This starting point is to make philosophy relevant to people's daily lives. Thus, in the practice of philosophical counseling, a link is established between philosophy and people's daily lives and it is thought that philosophy can play an important role in helping people overcome the problems they experience in daily life. Philosophical counseling is carried out between a philosopher, referred to as a philosophical counselor, and a client who applies to a philosopher for the solution of the problems they experience in daily life, in the form of one session or more than one session depending on the client's wishes and needs. The philosophical counselor and the client philosophize together in these sessions. The questions posed by the philosophical counselor enable the client to establish a dialog with himself/herself and confront himself/herself. During philosophical counseling, the philosophical counselor guides the client in recognizing his/her environment, understanding his/her world view by confronting himself/herself and realizing his/her own transformation. The various approaches of philosophical counseling practitioners have been classified on the basis of some criteria. According to Sivil and Clare's classification, this diversity is basically based on three main issues: the aims of philosophical counseling practice, the relationship between philosophical counseling and psychology, and the therapeutic value of philosophical counseling practice. According to Knapp and Tjelveit's classification, philosophical counseling approaches understood as complementary to psychological counseling are classified as narrow philosophical counseling, while philosophical counseling approaches understood as a substitute for psychological counseling are classified as broad philosophical counseling. According to Ran Lahav, different philosophical counseling approaches are based on two different approaches to the relationship between the field of philosophical discourse and the field of daily life and are classified according to this distinction. According to this classification, the critical thinking approach corresponds to the field of philosophical discourse, while the development approach corresponds to the field of everyday life. Philosophical counseling practices, which are based on practical wisdom, philosophical methods and the thoughts of philosophers, are among today's ambitious practices that attract attention with their philosophical contribution to finding solutions to people's problems in their daily lives. Philosophical counseling has the potential to make significant contributions to individuals' self-understanding, critical thinking, overcoming existential problems, personal development by developing a deeper understanding and insight, and coping with the challenges they face in life by helping individuals understand and solve the complex problems they face in their lives. Based on the importance of philosophical counseling, this study aims to introduce philosophical counseling. For this purpose, the historical process of philosophical counseling and its development process in Turkey, the status of its professional status, what philosophical counseling is and how philosophical counseling approaches are classified in solving daily life problems are discussed.

Keywords: Philosophical Counseling, Daily Life Problems, Critical Thinking, Edification, Worldview

Felsefi Danışmanlığın Tarihsel Gelişimi ve Türkiye'deki Gelişim Süreci

Tarihsel olarak bakıldığında günümüz felsefi danışmanlarından Ran Lahav, felsefi uygulamaların gelişimini bugün bildiğimiz haliyle üç döneme ayırabileceğimizi söylemektedir.¹ İlk dönem, Gerd Achenbach'ın felsefi uygulamaya başladığı tarihtir. Felsefi danışmanlık uygulamasının ilk olarak 1981'de Gerd Achenbach'ın Almanya'nın Köln kenti yakınlarında Bergisch Gladbach'ta açmış olduğu felsefi danışmanlık ofisinde başladığı yaygın olarak kabul görmektedir. Achenbach'ın öncülüğünde 10 üyeden oluşan bir grup felsefeci 1982 yılında Almanya'da Felsefi Uygulama Derneği'ni kurmuştur. Derneğin dergisi olan *Agora*'nın ilk sayısı ise 1987'de basılmıştır. Felsefi Uygulama Derneği üyelerinden Ad Hoogendijk'in 1987'de Hollanda'daki ilk felsefi danışmanlık ofisini açarak çalışmaya başlamasından sonra felsefi danışmanlık uygulamasının sınırları genişlemeye başlamıştır. Bundan sonra neredeyse on yıl boyunca, felsefi uygulama bu iki gruba sınırlı kalmış ve bunun dışında pek bir şey olmamıştır.

Felsefi uygulayıcıların farklı ülkelerde ortaya çıkmaya başladığı 90'ların ortaları uygulamanın ikinci dönemini başlatmıştır. Bu yayılmanın önemli nedenlerinden biri Lahav'ın ve Lou Marinoff'un 1994'te *Birinci Uluslararası Felsefi Uygulama Konferansı*'ni (ICPP) düzenleme yönündeki ortak çabaları olmuştur. Felsefi danışmanlık uygulaması önce Amerika'da, sonra Batı Avrupa'daki diğer ülkelerde dünyaya yayılmaya başlasa da bu dönemde hala halkın geneli tarafından pek bilinmemektedir.

Felsefi danışmanlığın üçüncü dönemi, felsefi uygulamaların popüler hale geldiği dönemdir. Bu popülerleşme, Marinoff'un *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak, Felsefe Hayatınızı Nasıl Değiştirir?* gibi çok satan kitaplarının yardımıyla ve Oscar Brenifier'in felsefi uygulamaların yayılmasına yardımcı olan popüler sunumlarıyla gerçekleşmiştir. Bu üçüncü dönem günümüze kadar uzanmaktadır. Günümüzde felsefi danışmanlık, Batı Avrupa, Kuzey Amerika, Latin Amerika, Doğu Avrupa, Doğu Asya ve Güney Afrika'daki uygulayıcılar, gruplar ve derneklerle tüm dünyaya yayılmıştır.² Amerika Birleşik Devletleri'nde akademik bir kuruluş olan Amerika Felsefe, Danışmanlık ve Psikoterapi Derneği (ASPCP), mesleki kuruluşlar olan Amerika Felsefe Uygulayıcıları Derneği (APPA) ve Amerika Felsefi Danışmanlık Derneği (APCA) gibi kuruluşlar felsefi danışmanlık alanında çalışmalarını sürdürmektedirler.

Dünyadaki bu gelişmeler Türkiye'de de yankısını bulmuştur. Türkiye'de yapılan çalışmalara bakıldığında felsefi danışmanlık terimine ilk olarak felsefeci ve felsefi danışman Harun Reşit Sungurlu'nun 1999 yılında gerçekleştirdiği bir gazete röportajında rastlanmaktadır. ("Türkiye'nin ilk felsefi danışmanı Harun Reşit Sungurlu." 23.05.1999 tarihli Milliyet Gazetesi) Felsefi danışmanlığa akademi alanından yönelim ise ilk olarak 2012 yılında Maltepe Üniversitesi'nde açılan felsefi danışmanlık yüksek lisans programı ile başlamış ve bu alanda lisansüstü düzeyde eğitimler verilmeye devam edilmektedir. Türkiye'deki üniversitelerin bir kısmında da gerek lisans gerekse lisansüstü programlarda felsefi danışmanlık dersleri yürütülmektedir. Doğrudan felsefi danışmanlık adıyla ve bu alanda gerçekleştirilecek çalışmalara yer vermek amacıyla alanın ilk dergisi olan *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi* 2024 yılında yayın hayatına başlamıştır. Felsefi danışmanlıkla ilgili çeşitli dernekler, kuruluşlar ve sertifika programları bulunmakla birlikte felsefi danışmanlık dünyada olduğu gibi henüz Türkiye'de de yasal bir meslek statüsünde yer almamaktadır. Mesleğin çerçevesi ve ilkeleri yasal olarak düzenlenmediğinden danışmanlığı kimlerin hangi eğitimleri aldıktan sonra yapabileceği ise henüz belirsizliğini korumaktadır.

Felsefi Danışmanlık Nedir?

"Felsefi danışmanlık nedir?" sorusuna cevap vermek "Felsefe nedir?" sorusuna cevap vermeye benzerdir. Soru tek ve basit gibi görünse de soruyu cevaplamak o kadar kolay değildir. Felsefeye dair öne sürülen tanımlar filozoflara göre farklılık gösterdiği gibi felsefi danışmanlığın tanımlanması da felsefi danışmanların uygulamalarına göre farklılıklar göstermektedir. Felsefi bir danışman olan Peter Raabe'ye göre bu durum; felsefe disiplininin farklı ilgi alanları olmasından, felsefenin temelini oluşturan

¹ Ran Lahav, "Philosophical Practice" Erişim tarihi: Eylül 22, 2024. <https://philopractice.org/web/history-ran-lahav>

² Alina Dalcu, "The relationship between philosophical and psychological counseling: where do we stand?", *Interdisciplinary Research in Counseling, Ethics and Philosophy*, 2 (6), 2022, 28.

düşünce özgürlüğünden ve felsefi danışmanlık uygulamalarında uygulayıcıların yaratıcı sezgileri nedeniyle çok sayıda anlayış, yaklaşım, teori ve yöntem uygulamalarından kaynaklanmaktadır.³ Felsefi danışman Ran Lahav'a göre bu durum, felsefi danışmanlığın ve daha genel olarak ait olduğu felsefi uygulama alanının hiçbir zaman tek bir merkezi entelektüel otoriteye sahip olmamasının bir sonucudur. Nitekim felsefede fikirleri temel bir paradigma ve tartışmanın başlangıç noktası olarak kabul edilen Freud benzeri bir figür hiç olmadığı için felsefi danışmanlığın ne olduğu sorusunda felsefi danışmanların sayısınca farklı cevapla karşılaşılabilir.

Felsefi danışmanlığın tanımlanmasına yönelik bütün güçlükler rağmen, yine de "Felsefi danışmanlık nedir?" sorusu cevaplanmak istendiğinde bazı ortak noktalar vurgulanarak cevap hakkında bir kavrayışa ulaşmak mümkündür:

Felsefi danışmanlık terimi, felsefi danışman olarak görev yapan bir filozof danışman ile bireysel bir danışanın kişisel hayatı ve sıkıntıları üzerinde felsefi olarak düşünmelerine olanak sağlayan danışmanlık seanslarını içeren uygulamayı ifade etmektedir.⁴

Felsefi danışmanlık uygulamasında felsefe ile insanın günlük yaşamı arasında bağ kurulmakta ve insanların günlük hayatta yaşadıkları sorunların üstesinden gelebilmelerinde felsefenin önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Felsefi danışmanlık, kolektif veya kişisel gelişim standartlarının dayattığı, kişinin başarısını garanti altına almayı amaçlayan bir mutluluk biçiminin gerçekleştirilmesine yönelik değildir. Tersine, bu pratiğe başvururken, günlük gerçeklikte parçası olunan bu yarıştan vazgeçmek gerekmektedir.⁵ Nitekim felsefi danışmanlıkta danışanın sorular yoluyla kendisiyle diyalog kurması sağlanır. Kişinin kendisi ile kurduğu diyalog aynı zamanda kendisi ile yüzleşmesine ve kendisine dayatılan her şeyin ötesinde gerçekte olduğu kişiye ulaşmasına olanak tanır.

Felsefi danışmanlık süreci aynı zamanda kişinin kendini dönüştürmesine katkı sağlayan bir uygulamadır. Burada Lahav'ın bazı kavramlarına yer vermek felsefi danışmanlığın ne olduğuna ve kişinin kendini dönüştürmesine nasıl katkı sağladığına anlaşılabilirlik kazandıracaktır. Lahav felsefi danışmanlık uygulamalarından hareketle "çevre ve çevresel dünya" kavramlarından söz etmektedir. Ona göre, insanın içinde yaşadığı çevre, bir iç mantığa sahiptir ve kişinin hayatı yorumlama ve anlama biçimini ifade etmektedir. İnsan için alışkanlık haline gelen davranış, duygu ve düşünceleri içeren çevre, kişinin kendine, başkalarına ve dünyaya karşı tutumunu ifade etmektedir. Başka bir deyişle, hayatı yorumlama biçimlerini, temel yaşam sorunlarını anlama biçimini ifade etmektedir. Örneğin, işkolinin sürekli üretken olma ihtiyacı, hayatta neyin önemli ve anlamlı olduğuna dair belirli bir anlayışı ifade etmektedir, yani üretkenliğe dair anlayışını. Bir kocanın karısına karşı baskıcı davranışı, sevginin bir sahip olma biçimi olduğu anlayışını ifade etmektedir. Bu anlayışlar genellikle bilinçli değildir ancak yine de hayata dair kesin bir anlayış oluşturmaktadırlar. Bu hayat anlayışını Lahav, kişinin çevresel dünya görüşü ya da dünya görüşü diye adlandırmaktadır. Çevresel dünya görüşünün anlamı, kişinin alışılmış kalıplarında ifade edilen hayat anlayışdır. Dünya görüşü, kişinin temel hayat sorularına (örneğin, Aşk nedir? Hayatta ne anlamlıdır? ...gibi) çoğunlukla kelimelerle değil, davranışlar ve duygusal tepkilerle yanıt verme biçimini oluşturmaktadır. Bir dünya görüşü kişinin çoğunlukla kelimelerle ifade etmediği örtük "hayat felsefesi"dir. Bu yönüyle felsefi danışmanlık kişinin hayat felsefesinin farkına varması yoluyla çevresinden çıkması ve bu şekilde hayatını özgürleştirme, genişletme ve derinleştirme için kişinin dönüşümü yoluyla mümkün kılmaktadır. Platon'un mağara alegorisinden ilhamla, eğer felsefi danışmanlığın amacı, insanı hapsediği mağaradan çıkarmaksa, felsefi danışmanlık öncelikle insanın içinde bulunduğu mağarayı anlamasına yardımcı olmaktadır.

³ Peter Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, Westport: Praeger, 2001, xxi.

⁴ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen, Cambridge Scholarly Press, 2013, 3.

⁵ Ion Cordoneu, "Marcus Aurelius – A Possible Paradigm From The Perspective Of Philosophical Counselling", *International Multidisciplinary Scientific Conference on the Dialogue between Sciences & Arts, Religion & Education*'in yıllık toplantısında sunulan tebliğ, August, 2019.

Felsefi Danışmanlık Yaklaşımlarının Sınıflandırılması

Felsefi danışmanlık uygulamalarında felsefi danışmanların farklı yaklaşımları söz konusudur. Bu farklı yaklaşımlarla ilgili çeşitli sınıflandırma girişimleri vardır. Bu sınıflandırma girişimlerinden biri Sivil ve Clare'a aittir. Bu düşünürlere göre, felsefi danışmanlar arasındaki çeşitlilik felsefi danışmanların üç konuya yönelik farklı yaklaşımlarından kaynaklanmaktadır. Bu konuların ilki uygulamanın amaçları, ikincisi felsefi danışmanlık ile psikoloji arasındaki ilişki, üçüncüsü ise felsefi danışmanlığın terapötik değeri, yani felsefi danışmanlığın bir nevi terapi olarak görülüp görülemeyeceğidir.⁶ Felsefi danışmanların bu üç konuya dair görüşlerindeki farklılıklar, aynı zamanda bu alanla ilgili bir sınıflandırma oluşturma imkânı yaratmaktadır.

Felsefi danışmanlık uygulaması amaçları bakımından ele alındığında iki farklı görüşle karşılaşmaktadır. Bunlardan ilkinde göre, felsefi danışmanlık uygulamasının gündelik hayatın sorunlarını çözmek gibi belirli bir amacı olmamalıdır. Nitekim bu görüşün savunucusu ve felsefi danışmanlığın yaratıcısı olarak kabul edilen Gerd Achenbach'a göre, felsefenin amacının ihtiyaçları karşılamak için ürünler üretmek olduğunu varsaymak bir yanılgıdır; çünkü felsefe "çözümler üretmeyen, aksine hepsini sorgulayan sansürlü bir düşünce özgürlüğüdür."⁷ Felsefi danışmanlık uygulaması, danışanın önceden hazırlanmış düşünce kalıplarından ve önceden oluşturulmuş fikirlerden kaçınmasına yardımcı olmak, yeni düşünme yollarını teşvik etmek ve "çürütülmüş, tamamlanmış veya yanlış olarak açıklanmış her şeye karşı yenilenmiş bir ilgi yaratmak" amacıyla yeni düşünce alanları oluşturur.⁸ Felsefi danışman bunu, danışanın doğru ve kesin olarak kabul ettiği şeyleri sorgulayarak, önyargıları ve dogmatik düşünceleri açığa çıkararak, alışılmış düşünce kalıplarını ve sahte güvenlik duygularını belirleyerek başarır. Bu görüşün aksine Boele, Raabe, Lahav, Marinoff gibi felsefi danışmanlara göre ise felsefi danışmanlık uygulamasının belirli bir amacı vardır ve bu amaç, gündelik sorunları çözmektir. Bu anlayışa göre gündelik sorunlar, yaşamın nasıl yaşanması gerektiğine ilişkin çelişkili anlayışların, incelenmemiş varsayımların, hayata aşırı dar bakışların ya da tam tersine aşırı genellemelerin, gerçekçi olmayan beklentilerin ve yanıltıcı akıl yürütmelerin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır.⁹ Bu durumda felsefi danışmanların görevi, danışanlarına yardım ederek sorunları çözmelerine yardımcı olmaktır. Dolayısıyla felsefi danışmanlar, danışanlarının gizli varsayımları ve duyguları belirlemelerine ve açıklığa kavuşturmalarına; soyutlama ve varsayım sıçramalarını fark etmelerine; hayattaki anlam ve değer hakkındaki sorularla başa çıkmalarına, sorunları çeşitli perspektiflerden incelemelerine yardımcı olacak entelektüel araçlar geliştirmelerine; seçenekleri tanımalarına, sonuçları tahmin etmelerine, danışanın kendi düşüncelerinin yapıcı bir şekilde incelenmesinde gerekli entelektüel araçları geliştirmelerine ve danışanların sahip oldukları inançlar ile yaşadıkları hayat arasındaki ilişkiyi eleştirel bir şekilde incelemelerine yardımcı olmak suretiyle sorunlarını çözmelerine destek olur.¹⁰ Felsefi danışmanlığın belirli bir amacı gerçekleştirmeye yönelik olduğu düşüncesini paylaşan Lahavcı yaklaşıma göre ise, felsefi danışmanlık danışanın dünya görüşü yorumunu, kendi kendine bilgi arayışını, kendi başına değerli olan "bilgelik ve anlamlılık kaynağı" olarak destekler. Danışanın günlük hayata atfettiği anlamla meşgul olarak, onun felsefi hassasiyetlerini geliştirir ve rafine eder.¹¹

Felsefi danışmanlık uygulaması felsefi danışmanlık ile psikoloji arasındaki ilişki bakımından ele alındığında iki farklı yaklaşımla karşılaşmaktadır. Bunların ilki, felsefi ve psikolojik danışmanlığın tamamen farklı olduğunu iddia etmektedir. Bu yaklaşımı savunan Achenbach'a göre, felsefi danışmanlık ile psikoterapi arasındaki tek ortak nokta, her iki uygulamanın da etkileşim biçimi olmalarıdır. Schuster'e

⁶ Richard Sivil and Julia Clare, Sivil, Richard ve Clare, Julia, "Towards a taxonomy of philosophical counselling", *South African Journal of Philosophy*, 2018, 133-134. Erişim Tarihi: Ağustos 15, 2024. doi:10.1080/02580136.2018.1432528

⁷ Achenbach Gerd, "Philosophy, Philosophical Practice, and Psychotherapy", *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav et al., Lanham: University Press of American, 1995, 68.

⁸ Samuel Zinaich, "Should philosophical counseling be satisfied with only worldview interpretation?", *International Journal of Practical Philosophy*. 1(4). 2003. 17. Erişim Tarihi: Ağustos 24, 2024. doi:10.5840/ijpp2003142

⁹ Ran Lahav, "A conceptual framework for philosophical counseling: Worldview interpretation", *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav et al., Lanham: University Press of American, 1995, 8.

¹⁰ Peter Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, 7.

¹¹ Ran Lahav, "A conceptual framework for philosophical counseling: Worldview interpretation", 16.

göre, danışmanlık olarak felsefi uygulama, felsefe ve psikolojinin bir melezi değil, gerçek felsefedir ve bu yönüyle bağımsız bir disiplindir.¹² Lahav ise, felsefi danışmanlık ile psikoloji arasındaki farklılıkları iki düzeyde tanımlamaya çalışmıştır. Teorik düzeyde ikisini ayıran şeyin bilgi, konu, yöntem ve beceriler açısından farklı disiplin geçmişlerine dayanmaları olduğunu iddia etmektedir. Odaklanma düzeyindeyse psikolojinin danışanın duygusal ve bilişsel süreçlerinin davranışsal sonuçlarına odaklandığını ve bunları ele aldığını; felsefi danışmanlığın ise, danışanın “yaşam biçiminde ifade edilen ve felsefi düşünce yoluyla geliştirilen gerçeklik anlayışı” ile sınırlı olduğunu ve danışanın duygularıyla veya davranışlarını değiştirme girişimleriyle ilgilenmediğini iddia etmektedir.¹³

Felsefi danışmanlık ile psikoloji arasındaki ilişkiyle ilgili diğer bir görüşe göre, felsefi danışmanlık uygulamaları psikolojiden farklı düşünülemez. Bu yaklaşımın savunucularından Raabe'ye göre, felsefi danışmanlık psikanalizden açıkça farklı olmasına rağmen, felsefi danışmanlığı genellemeler yoluyla psikoterapiden tamamen ayırmak imkansızdır. Ona göre, felsefi danışmanlık ile felsefi yaklaşımları kullanan, ancak psikolojiye dayanan danışmanlık biçimleri arasında açık bir ayrım yoktur.¹⁴ Bunlar, rasyonel duygusal terapi, bilişsel terapi, varoluşsal terapi, logoterapi ve danışan merkezli terapi gibi “eylem temelli” terapileri içerir ve yakından incelendiğinde hepsi felsefi danışmanlığa benzemektedir.¹⁵ Rasyonel duygusal terapinin değiştirilmiş bir formu olan mantığa dayalı terapiyi geliştiren Elliot Cohen'in yöneticiliğindeki Ulusal Felsefi Danışmanlık Derneği (NPCA), felsefi ve psikolojik danışmanlık biçimlerinin, insanların yaşam sorunlarıyla yüzleşmelerine yardımcı olmak için tamamlayıcı ve karşılıklı olarak destekleyici yollar olduğunu savunur. Ancak, felsefi danışmanlığı psikolojik danışmanlığın bir ikamesi olarak desteklemez.¹⁶ Marinoff ise felsefi danışmanlığın psikolojik danışmanlığın rakibi ve alternatifi olabileceğini savunmaktadır.¹⁷

Felsefi danışmanlık uygulamasının terapötik değeri konusu ele alındığında ise farklı yaklaşımlarla karşılaşılmaktadır. Felsefi danışmanlık ile psikolojik danışmanlık arasında kesin bir ayrım yapanlar, felsefi danışmanlığı bir terapi biçimi olarak desteklememektedirler. Danışanın tedaviye ihtiyacı olduğunu görmek, semptomlara dayanarak tanı koymak ve danışanda olumlu değişim yaratmak gibi terapinin bazı temel bileşenlerini kabul etmeyen Achenbach, felsefi danışmanlığın bir terapi türü olmadığını savunmaktadır.¹⁸ Felsefi danışmanlığın terapötik olmadığını savunan Achenbach ve Schuster'e göre felsefi danışmanlık, uygulanmasına rehberlik edecek teorik ön varsayımlardan yoksun olduğundan danışanı teşhis edemez veya tedavi edemez. Üstelik Achenbach ve Schuster gibi uygulayıcılara göre felsefi danışmanlığın, danışanın felsefe yapmasını sağlamaktan başka bir amacı yoktur.¹⁹ Schuster, felsefi uygulamanın terapinin tam tersi olduğunu belirtmektedir. Ona göre eğer terapi literatürdeki tanımıyla, bilimsel olarak keşfedilmiş veya tasarlanmış bir tedavi yöntemiye, o zaman felsefi uygulama, genel olarak sağlıklı olan danışanlarla özgür ve açık bir keşif olduğu için bir terapi olarak nitelenemez. Yine de Schuster, felsefenin “dil istismarının neden olduğu yanlış kavram ve yanlış anlamaları” ortadan kaldırarak kendiliğinden bir iyi olma/esenlik hali sağlayabileceğini kabul etmektedir. Ancak bu esenlik sağlama halinin felsefi danışmanlığın amacı değil, danışmanlık sürecinin kasıtsız bir yan ürünü olduğunu savunmaktadır.²⁰ Bu yaklaşımın aksine felsefi ve psikolojik danışmanlığın birbirinden çok da farklı olmadığını savunan felsefi danışmanlar, felsefi danışmanlığın bir terapi biçimi olduğu görüşünü de desteklemektedirler. Bu görüşün savunucularından Marinoff, felsefi danışmanlığı akli başında olanlar için bir terapi olarak tanımlamaktadır.²¹ Cohen'in felsefi danışmanlık uygulamalarında kullandığı yöntemin (Mantık Temelli Terapi) adında doğrudan terapi kavramı geçmektedir. Boele, felsefi danışmanlığın yanlış anlamaları açıklığa kavuşturması ve bunu yaparken

¹² Shlomit Schuster, *Philosophy Practice: an Alternative to Counselling and Psychotherapy*, Westport: Praeger, 1999, 7.

¹³ Ran Lahav, “A conceptual framework for philosophical counseling: Worldview interpretation”, 11-12.

¹⁴ Peter Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, 101-108.

¹⁵ Peter Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, 85.

¹⁶ Philosophical Practice, <https://npcassoc.org/philosophical-practice/> Erişim Tarihi: Eylül 25, 2024.

¹⁷ Lou Marinoff, *Philosophical Practice*, San Diego: Academic Press, 2002, 329.

¹⁸ Shlomit Schuster, *Philosophy Practice: an Alternative to Counselling and Psychotherapy*, 34.

¹⁹ Shlomit Schuster, *Philosophy Practice: an Alternative to Counselling and Psychotherapy*, 36.

²⁰ Shlomit Schuster, *Philosophy Practice: an Alternative to Counselling and Psychotherapy*, 19.

²¹ Lou Marinoff, *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*, çev: Ezgi Başer, 1 Baskı, İstanbul: Profil Yay., 1999, 25.

danışanı olumsuz bir şeyden kurtarması dolayısıyla kısmen tedavi edici olduğunu iddia etmektedir.²² Lahav, felsefi danışmanlığın terapötik potansiyele sahip olduğu düşüncesini desteklemektedir.²³

Felsefi danışmanlığın amaçları, psikolojiyle ilişkisi ve terapötik değeri gibi önemli konulardaki görüşlerin çeşitliliği göz önüne alındığında Knapp ve Tjeltveit'e göre bütün farklılıklar temelde "dar kapsamlı" ve "geniş kapsamlı" olmak üzere iki farklı yaklaşım olarak sınıflandırılabilir. Bu sınıflandırmaya göre dar kapsamlı felsefi danışmanlık, psikolojik danışmanlığın tamamlayıcısı olarak anlaşılabilirken; geniş kapsamlı felsefi danışmanlık ise, psikolojik danışmanlığın yerini alacak şekilde anlaşılabilir. Dar kapsamlı felsefi danışmanlık, tipik olarak psikoterapi alanı dışında ve felsefe alanı içinde ortaya çıkan sorunları ele alan kişilerin yaklaşımlarını ifade ederken, geniş kapsamlı felsefi danışmanlık tipik olarak psikoterapi alanında ortaya çıkan sorunları ele alan kişilerin yaklaşımlarını ifade etmektedir.²⁴ Achenbach ve Schuster dar kapsamlı felsefi danışmanlık yaklaşımının, Marinoff ve Raabe ise geniş kapsamlı felsefi danışmanlık yaklaşımının temsilcileri olarak görülmektedir.

Felsefi danışmanlık uygulamaları ile ilgili farklı bir yaklaşım sınıflandırması yapan Lahav'a göre ise, farklı felsefi danışmanlık yaklaşımları temelde felsefi söylem alanı ile günlük yaşam alanı arasındaki ilişkiye yönelik iki farklı yaklaşımdan hareketle uygulamada bulunmakta ve bu ayırımı göre sınıflandırılmaktadır.²⁵ Bunlardan ilki felsefi söylem alanına karşılık gelen eleştirel düşünme yaklaşımı, ikincisi ise günlük yaşam alanına karşılık gelen geliştirme²⁶ yaklaşımıdır. Eleştirel düşünme yaklaşımı, felsefi danışmanlıkta daha yaygın olarak kullanılan yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre felsefe, temel konuların eleştirel bir incelemesidir. Bu nedenle felsefi danışmanlar argümanların formülasyonu, mantıksal geçerlilik ve yanılığın tespiti, kavramların analizi, gizli varsayımların ifşa edilmesi gibi çeşitli düşünme araçlarını veya tekniklerini kullanmaktadırlar. Bu yaklaşımı savunanlara göre, eleştirel düşünme olarak adlandırılan bu düşünme araçlarının danışanların kişisel sorunlarını, davranışlarını, inançlarını ve duygularını analiz etmelerine yardımcı olmak için kullanılabilirdiği varsayılmaktadır. Dolayısıyla bu tür felsefi danışmanlık, akıl yürütme sanatına dayanmaktadır. Akıl yürütme yoluyla öz inceleme, danışanın kendi iyiliği için öz anlayışını geliştirmek, dünyasını zenginleştirmek, danışanın gizli varsayımlarını parçalamak ve böylece hayata daha fazla açık olmasını sağlamak gibi amaçlara hizmet edebilmektedir. Bu, kişinin hayatını ve acılarını anlattığı psikolojik bir yaklaşım ya da günlük hayatın sorunlarını çözmeye çalıştığı bir koçluk değildir; sorunların ortaya konduğu, hipotezlerin üretildiği, söylemin kavramsallaştırıldığı ve bir eleştiriye girişildiği gerçek bir felsefi çalışmadır.²⁷ Bunun yanı sıra eleştirel düşünme kapsamındaki felsefi danışmanlıkta en popüler hedef "sorun çözme"dir. Sorun çözmede amaç, danışanların kişisel sorunlarını tanımlamalarına ve çözmelerine yardımcı olmaktır. Bu nedenle Lahav, eleştirel düşünme yaklaşımının bu alt türünü felsefi danışmanlığın "sorun çözme yaklaşımı" olarak adlandırmıştır.²⁸ Bu yaklaşımı izleyen danışmanlar genellikle danışanın ele almak ve çözmek istediği kaygı, evlilikle ilgili problemler veya işteki zorluklar gibi belirli kişisel sorunlara odaklanmaktadır. Eleştirel düşünmeyi öncelikle bu kişisel sorunlara bir çözüm bulmak için kullanmaktadırlar. Danışmanlık, sürecin sonunda danışanın eldeki kişisel sorunla daha iyi başa çıkabildiği ölçüde başarılı kabul edilmektedir. Buradaki nihai hedef danışanların normalleşmesi ve daha fazla memnuniyetle normal hayata dönmelerinin sağlanmasıdır. Eleştirel düşünme yaklaşımına bir bütün olarak, özellikle de sorun çözme alt türüne bakıldığında, bu yaklaşıma göre felsefi danışmanlığın iki bin altı yüz yıllık felsefeden aldığı şeyin fikirler değil beceriler, geleneksel düşüncenin "ne"si değil

²² Peter Raabe, *Philosophical Counseling: Theory and Practice*, 29.

²³ Ran Lahav, "A conceptual framework for philosophical counseling: Worldview interpretation", 16.

²⁴ Samuel Knapp ve Alan Tjeltveit, "A review and critical analysis of philosophical counseling", *Professional Psychology, Research and Practice*, 36(5), 2005, 561.

²⁵ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 4.

²⁶ Edification "birinin ahlaki veya entelektüel eğitimi veya gelişimi" anlamına gelmektedir. (Oxford English Dictionary, 1891) "Edification" yaklaşımını benimseyenler için felsefi danışmanlık, daha büyük bir bilgiye ve anlama doğru kişisel bir yolculuk olarak görülmektedir. Danışmanlığın amacı hayatı zenginleştirmek ve derinleştirmektir. Bu nedenle "edification" kelimesi çalışmamızda bu kullanımına bağlı olarak "geliştirme" olarak Türkçeleştirilerek kullanılmıştır.

²⁷ Institute de Pratiques Philosophiques "The Philosophical Consultation" Erişim Tarihi: Ekim 19, 2024. <http://www.pratiques-philosophiques.fr/en/practical/the-philosophical-consultation/>

²⁸ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 4.

"nasıl" olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle bu felsefi danışmanlar, yüzyıllar boyunca geliştirilen sayısız felsefi teoriden çok, bu teorilerin inşa edildiği analitik düşünme araçlarını kullanmaktadırlar.²⁹

Geliştirme yaklaşımını benimseyen felsefi danışmanlar, eleştirel düşünmenin felsefenin bireyin hayatına yapabileceği en önemli katkı olup olmadığını, "nasıl"a odaklanmanın büyük felsefelerin daha önemli olan "ne"sini dışarıda bırakıp bırakmadığını, eleştirel düşünmenin Platon, Rousseau veya Sartre gibi büyük düşünürlerin felsefelerinde gerçekten önemli bir unsur olup olmadığını ve ayrıca eleştirel düşünmenin herhangi bir akademik disiplinin aksine felsefeye özgü olup olmadığını sorgulamışlardır. Geliştirme yaklaşımını benimseyenler eleştirel düşünceye odaklanmak yerine geleneksel felsefeden daha geniş bir içgörü ve fikir yelpazesi almaya çalışmaktadırlar. Bu yaklaşımı benimseyenlere göre, felsefi düşünce hayatı zenginleştirmek ve derinleştirmek için kullanılmalıdır.³⁰ Bu yaklaşımda felsefi danışmanlık süreci kişisel bir sorunu çözme girişimi olarak değil, daha büyük bir bilgiye ve anlama doğru kişisel bir yolculuk olarak görülmektedir. Danışmanlık, kişisel bir sorun çözüldüğünde sona ermeyen, asla bitmeyen ve devam eden bir süreçtir. Yaklaşımın amacı, danışanların dünyasını basitleştirmekten çok zenginleştirmek, kişisel sorunlarını çözmekten çok sorunsallaştırmaktır.

Bu sınıflandırmaya göre, felsefi danışmanlık uygulamaları çoğunlukla eleştirel yaklaşım ve geliştirme yaklaşımı çerçevesinde yapılmaktadır. Kimi felsefi danışmanlar bu iki yaklaşımdan birini kimi her ikisini kullanmaktadır. Şu an felsefi danışmanlık uygulamaları her iki yaklaşımla şekilleniyor gibi görünse de bu iki yaklaşımdan hiçbirine girmeyen çalışmalar da vardır ve muhtemelen ilerleyen zamanlarda yaklaşımların sınıflandırılması konusunda da bir çeşitlilik oluşabilecektir.³¹

Sonuç

Felsefi danışmanlık, felsefi danışman olarak görev yapan bir filozof danışman ile gündelik hayatının sorunları üzerinde felsefi olarak düşünmek isteyen bir danışanın birlikte felsefe yapmalarına olanak sağlayan uygulamadır. Felsefi danışmanlık uygulamasıyla birlikte belli bir mekânda, bir felsefi danışman ile felsefi danışmanlık almaya istekli bir danışanın karşılıklı olarak felsefe yapmaları, yeni ve çağdaş bir görünüm sergilemektedir. Felsefi danışmanlıkta danışan ile felsefi diyalog kurularak danışanın gündelik sorunlarının çözümünde felsefi yöntemlerden ve filozofların düşüncelerinden yararlanılmaktadır. Filozofların birbirinden çok farklı görüşlere sahip olduğu düşünülürken ve felsefede var olan fikir özgürlüğü göz önünde bulundurulduğunda felsefi danışmanlık yaklaşımlarının da birbirinden çok farklı ve çeşitli olabileceği anlaşılır olmaktadır. Ancak bu farklılığı bir olumsuzluk olarak değerlendirmekten çok bir olanak olarak değerlendirmek gerekir. Felsefi danışmanlıktaki yöntem ve yaklaşım çeşitliliği, danışanların kendi dünya görüşleri ve hayat felsefelerindeki farklılıklar düşünülürken onların sorularına cevap, sorunlarına çözüm bulmaları için çok geniş bir düşünce yelpazesi sunma olanağı taşımaktadır.

Felsefi danışmanlık uygulamaları konusunda çok farklı yaklaşım ve uygulamalar olmasına rağmen bütün bu farklılıkların ortak noktası, felsefenin gündelik hayat ile ilgili hale getirilmesi düşüncesidir. Felsefi danışmanlık, bireylerin gündelik hayatlarındaki sorunları üzerinde derinlemesine düşünmelerine olanak tanıırken aynı zamanda felsefenin gündelik yaşamla olan bağına güçlendirmektedir. Felsefi danışmanlık sürecinde, bireylerin kendileriyle diyalog kurmalarına ve içsel dönüşüm yaşamalarına rehberlik edilmektedir. Felsefi danışmanlık, danışanların kendi dünya görüşlerinin farkına varmaları ve kalıplaşmış düşüncelerden kurtulmaları için bir alan yaratmaktadır. Bu yönüyle felsefi danışmanlığın, bireyin kendini dönüştürmesi açısından önemli bir potansiyele sahip olduğu, bireylere yaşam sorunlarıyla başa çıkmalarında önemli ölçüde yardımcı olabileceği ve danışmanlık süreçlerinde önemli bir yer edinebileceği söylenebilir.

Felsefi danışmanlık dünyada olduğu gibi Türkiye’de de artan bir ilgiyle ve hızla gelişen bir alandır. Yeni bir danışmanlık uygulaması olması nedeniyle bir meslek olarak kimliği, amaçları, yöntemleri,

²⁹ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 5.

³⁰ Achenbach Gerd, "Philosophy, Philosophical Practice, and Psychotherapy", 61.

³¹ Arto Tukiannen’in felsefi danışmanlıkta "serbest bırakma" erdemi ile ilgili ileri sürdüğü görüşleri yeni bir yaklaşım doğurabilecek türdendir. Bkz. Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 20.

kavramsal ve yasal ilişkileri hala oluşum aşamasındadır. Felsefi danışmanlık alanında gerçekleşen gelişmelerin, akademik çalışmaların ve pratik uygulamaların artması, felsefi danışmanlığın toplumda daha fazla tanınmasına ve kabul görmesine zemin hazırlamaktadır. Gelecekte, felsefi danışmanlığın yasal çerçevesinin belirlenmesi ve mesleki standartlarının oluşturulması, bu alandaki uygulayıcıların ve danışanların alandaki ilerlemelerden daha etkili bir şekilde yararlanabilmesi adına önem taşımaktadır. Son olarak, nasıl ki psikolojik danışmanlık alanında söz ve yetki sahibi olabilmek ve de danışmanlık hizmetini sağlıklı ve güvenilir biçimde yürütebilmek için psikoloji eğitimi ve formasyonu gerekli ve zorunlu ise felsefi danışmanlık alanında da felsefe eğitimi ve formasyonu mutlaka önemli ve gerekli addedilmelidir. Aksi halde, mantık bilmeyen, kavramsal ve linguistik analiz, fenomenoloji, diyalektik, kartezyen metodoloji vs. gibi yöntem ve yaklaşımlardan habersiz olan, özellikle varlık, bilgi ve değer üzerine zengin felsefi bakış açıları ve görüşlerine dair pek bir malumatı olmayan alan dışından kişilere salt ticari amaçlarla kısa vadeli kurs, seminer ve atölye çalışmalarıyla sertifikalar dağıtılması riski felsefi danışmanlık alanıyla ilgili daima kaygı verici ve güvensizlik yaratıcı bir durum olarak kendisini gösterecektir.

KAYNAKÇA

Achenbach, Gerd. "Philosophy, Philosophical Practice, and Psychotherapy." *Essays on Philosophical Counseling*, ed. Ran Lahav, Maria De Venza Tillmanns, 61–75. Lanham: University Press of American, 1995.

Cordoneu, Ion. "Marcus Aurelius – A Possible Paradigm From The Perspective Of Philosophical Counselling". *International Multidisciplinary Scientific Conference on the Dialogue between Sciences & Arts, Religion & Education*'ın yıllık toplantısında sunulan tebliğ, August, 2019.

Dalcu, Alina. "The relationship between philosophical and psychological counselling: where do we stand?". *Interdisciplinary Research in Counseling, Ethics and Philosophy*, vol. 2, issue 6, 2022. 27-52.

Institute de Pratiques Philosophiques "The Philosophical Consultation" Erişim Tarihi: Ekim 19, 2024. <http://www.pratiques-philosophiques.fr/en/practical/the-philosophical-consultation/>

Knapp, Samuel., Tjeltveit, Alan. "A review and critical analysis of philosophical counseling". *Professional Psychology, Research and Practice* 36(5), 2005. 558–565.

Lahav, Ran. "A conceptual framework for philosophical counseling: Worldview interpretation." *Essays on Philosophical Counseling*. ed. Ran Lahav, Maria De Venza Tillmanns, 3–24. Lanham: University Press of American, 1995.

Lahav, Ran. "Philosophical Counseling and Self-Transformation". *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot Cohen, 1-21. Cambridge Scholarly Press, 2013.

Lahav, Ran. "Philosophical Practice" Erişim tarihi: Eylül 22, 2024. <https://philopractice.org/web/history-ran-lahav>

Marinoff, Lou. *Philosophical Practice*. San Diego: Academic Press, 2002.

Marinoff, Lou. *Prozac'ı Bırak Platon'a Bak*. çev. Ezgi Başer. İstanbul: Profil Yay, 1999.

Cohen, Elliot D. "Philosophical Practise." Erişim Tarihi: Eylül 25, 2024. <https://npcassoc.org/philosophical-practice/>

Oxford English Dictionary (1891). "Edification" Erişim Tarihi: Ekim 23, 2024. <https://www.oed.com/search/dictionary/?scope=Entries&q=edification>

Raabe, Peter. *Philosophical Counseling: Theory and Practice*. Westport: Praeger, 2001.

Raabe, Peter. What is Philosophical Counselling, Erişim tarihi: Ağustos 26, 2024. <http://peterraabe.ca/what.html>

Sivil, Richard ve Clare, Julia. "Towards a taxonomy of philosophical counselling." *South African Journal of Philosophy*. 2018. 131-142. Erişim Tarihi: Ağustos 15, 2024. doi:10.1080/02580136.2018.1432528

Schuster, Shlomit. *Philosophy Practice: an Alternative to Counselling and Psychotherapy*. Westport: Praeger, 1999.

Zinaich, Samuel. "Should philosophical counseling be satisfied with only worldview interpretation?". *International Journal of Practical Philosophy*. 1(4), 2003. 14-22. Erişim Tarihi: Ağustos 24, 2024. doi:10.5840/ijpp2003142



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 1 Sayı/Number: 1 Aralık/December 2024

**Felsefi Danışmanlıkta Mantık Yanlışlarının Rolü ve Basındaki Uygulamaları:
Elliot Cohen Yaklaşımı**

*The Role of Logical Fallacies in Philosophical Counseling and Their Application in the Press:
The Elliot Cohen Approach*

Hilal Demir Kıvrak

*Prof. Dr. ve Felsefe Doktora Öğrencisi / Prof. Dr. and Phd Student in Philosophy
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Kimya Mühendisliği Bölümü
Eskişehir Osmangazi University Department of Chemical Engineering
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Eskişehir Osmangazi University Institute of Social Sciences
hilaldemir.kivrak@ogu.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0001-8001-7854>*

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 30/11/2024

Kabul Tarihi/Accepted: 15/12/2024

Yayın Tarihi/Published: 22/12/2024

Atıf/Cite As

Demir Kıvrak, Hilal. "Felsefi Danışmanlıkta Mantık Yanlışlarının Rolü ve Basındaki Uygulamaları: Elliot Cohen Yaklaşımı". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 1 (1), 2024, 47-68.

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlamış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

FELSEFİ DANIŞMANLIKTA MANTIK YANLIŞLARININ ROLÜ VE BASINDAKİ UYGULAMALARI: ELLIOT COHEN YAKLAŞIMI

öz

Bu makalede felsefi danışmanlık kavramı ve teknikleri tartışılmıştır. Ayrıca basından verilen örneklerle mantık hatalarının tespit edilmesinin ve giderilmesinin felsefi danışmanlık açısından önemi vurgulanmıştır. Felsefi danışmanlık, varoluşsal sorunların farkındalığını artırmayı ve yaşamın anlamına katkıda bulunmayı amaçlayan bir yaklaşımdır. Bu süreçte akıl yürütme ve mantıklı düşünme önemlidir çünkü mantık hataları bireylerin kendilerini ve çevrelerini algılamalarını olumsuz yönde etkileyebilir. Felsefi danışmanlık, kişinin düşünme şeklini değiştirmesine ve zihinsel sağlığını iyileştirmesine yardımcı olur. Bireylerin mantık hatalarını fark etmeleri, onları daha rasyonel ve tarafsız bir şekilde düşünmeye teşvik eder. Felsefi danışmanlık yaklaşımları, sorunları sorgulamayı, derinlemesine düşünmeyi ve kişisel farkındalığı geliştirmeyi içerir. Bireylerin mantıksal düşünme becerilerini geliştirmeleri için bu yöntem oldukça etkilidir. Mantık hatalarının tespiti ve düzeltilmesi, danışanların yanlış akıl yürütme biçimlerini fark etmelerine ve bunları düzeltmelerine yardımcı olur. Örneğin, insanların zaman zaman aşırı derecede abartılı düşüncelere veya olumsuz tahminlere sahip olabilirler, bu da hem kendilerini hem de çevrelerini olumsuz etkiler. Bu tür hataları görmelerine ve daha dengeli ve gerçekçi bir bakış açısına sahip olmalarına imkan sağlayan felsefi danışmanlıktan yararlanabilirler. Bu nedenle, insanlar daha sağlıklı bir zihinsel yapıya sahip olabilirler ve hayatlarına daha anlamlı bir yön verebilirler. Elliot Cohen tarafından geliştirilen mantık temelli terapi, özellikle mantık hatalarının düzeltilmesinde etkili bir yaklaşımdır. Cohen, duygusal ve davranışsal kuralların ihlalinden kaynaklanan on bir mantıksal yanlış türünü tanımlamıştır. Bu mantık hatalarının farkına varmak, insanların daha mantıklı kararlar almasına yardımcı olur ve toplumda daha akılcı bir düşünme ortamına katkıda bulunur. Cohen'in yaklaşımı, insanların kendi düşüncelerini daha net bir şekilde sorgulamalarına ve yanlış düşünce kalıplarını düzeltmelerine yardımcı olur. Bu da toplumda daha sağlıklı düşünme alışkanlıkları oluşturur. Kişisel ve toplumsal düzeyde mantıklı düşünme becerilerinin gelişmesi, bireylerin hayatlarını daha anlamlı ve huzurlu hale getirmelerine olanak tanır. Makalenin ana odak noktası, basındaki mantık hatalarını incelemektir. Bireylerin duygusal olarak manipüle edilmesi ve yanlış yönlendirilmesi, basında karşılaşılan mantık hatalarından kaynaklanabilir. Halk, medyanın yaydığı bilgi nedeniyle duygusal ve zihinsel olarak manipüle olabilir. Bu tür hatalar, yanlış bilgi yayılmasına neden olur ve insanlar doğru kararlar almaktan kaçınırlar. Bireylerin basındaki mantık hatalarını bulmaları, onları daha dikkatli ve tarafsız hale getirir. Bu, felsefi danışmanlık uygulaması için çok önemlidir. Mantıklı düşünmeyi engelleyen bu tür hatalardan kaçınmak, bireylerin daha iyi kararlar almalarına ve toplumu daha bilinçli hale getirmelerine yardımcı olur. Bu tür hataların farkına varmak, aynı zamanda toplumda daha sağlıklı ve mantıklı bir düşünme ortamı oluşturur. Makalenin amacı, basında yayınlanan örnekler aracılığıyla Elliot Cohen tarafından belirlenen mantık hatalarını ortaya çıkarmaktır. Örneğin, bir kadın hastanın astım krizinden sonra öldüğünü ve daha sonra iyileştiğini iddia eden haberlerde mantık hatasına ve duygusal manipülasyona dikkat çektik. Bu tür haberler, okuyucuyu yanıltan ve gerçeklikten uzak içeriklerle yanlış inançlara yol açabilir. Gerçekle bağdaşmayan bu tür haberler, okuyucunun doğru düşünme ve değerlendirme yetisini zayıflatır. Benzer şekilde, felaketlerle ilgili haberler aşırı dramatik olup genelleme hataları içermektedir. Bu tür hatalar okuyucuları yanıltabilir ve korkutabilir. Korku ve kaygı duygularını artırarak, insanların mantıklı düşünme yeteneklerini bozar. Ek olarak, bazı köşe yazılarında mantık hataları bulundu ve ayrıntılı olarak analiz edildi. Mantık hatalarıyla insanların zihinlerini bulandıran bu yazılar, insanların daha objektif düşüncelerini zorlaştırır. Sonuç olarak, bu makaledeki basında yapılan mantık hatalarının tespiti ile ilgili analizler, felsefi danışmanlık uygulamalarının önemini bir kez daha vurgulamaktadır. Mantıklı düşünmeyi engelleyen bu tür hatalardan kaçınmak, bireylerin daha iyi kararlar almasına ve toplumu daha bilinçli hale getirmesine yardımcı olur. Safsatalarla başa çıkmak ve akılcı düşünme becerilerini geliştirmek, felsefi danışmanlık yoluyla desteklenir. Aynı zamanda, toplumun daha adil, mantıklı ve huzurlu bir yapıya dönüşmesine yardımcı olur ve insanların mantıklı düşünme becerilerini kazanmalarını sağlar. Bireylerin düşünme biçimleri geliştikçe hem kendilerini hem de çevrelerini olumlu bir şekilde etkilerler.

Anahtar Kelimeler: Mantık Temelli Terapi, Felsefi Danışmanlık, Basın, Mantık Yanlışları, Elliot D Cohen

THE ROLE OF LOGICAL FALLACIES IN PHILOSOPHICAL COUNSELING AND THEIR APPLICATION IN THE PRESS: THE ELLIOT COHEN APPROACH

ABSTRACT

In this article, the concept and techniques of philosophical counselling are discussed. In addition, the identification of logical errors in the press and the importance of these errors in terms of philosophical counselling are emphasised. Philosophical counselling is an approach that aims to increase awareness of existential problems and contribute to the meaning of life. In this process, reasoning and logical thinking are important because errors in logic can negatively

affect individuals' perception of themselves and their environment. Philosophical counselling helps to change one's way of thinking and improve one's mental health. When individuals recognise their errors in logic, it encourages them to think more rationally and objectively. Philosophical counselling approaches involve questioning issues, reflection and developing self-awareness. This method is very effective for individuals to improve their logical thinking skills. Identifying and correcting errors of logic helps clients to recognise and correct incorrect forms of reasoning. For example, people may have overly exaggerated thoughts or negative predictions from time to time, which negatively affects both themselves and their environment. They can receive philosophical counselling that helps them to see such mistakes and to have a more balanced and realistic perspective. Therefore, people can have a healthier mental structure and give their lives a more meaningful direction. Logic-based therapy, developed by Elliot Cohen, is a particularly effective approach to correcting errors in logic. Cohen identified eleven types of logical fallacies that result from the violation of emotional and behavioural rules. Recognising these errors of logic helps people make more logical decisions and contributes to a more rational thinking environment in society. Cohen's approach helps people to question their own thinking more clearly and to correct wrong thought patterns. This creates healthier thinking habits in society. The development of logical thinking skills on a personal and societal level allows individuals to make their lives more meaningful and peaceful. The main focus of the article is to analyse the errors of logic in the press. Emotional manipulation and misdirection of individuals can result from errors in logic encountered in the press. The public can be emotionally and mentally manipulated by the information disseminated by the media. Such errors lead to the spread of misinformation and people avoid making the right decisions. When individuals find errors of logic in the press, it makes them more attentive and impartial. This is very important for the practice of philosophical counselling. Avoiding such errors that hinder logical thinking helps individuals to make better decisions and helps to make society more aware. Recognising such mistakes also creates a healthier and more logical thinking environment in society. The aim of the article is to reveal the errors of logic identified by Elliot Cohen through examples published in the press. For example, we drew attention to the error of logic and emotional manipulation in news reports claiming that a female patient died after an asthma attack and later recovered. Such news can lead to false beliefs with content that misleads the reader and is far from reality. Such news that is incompatible with reality may weaken the reader's ability to think and evaluate correctly. Similarly, news about disasters was overdramatic and contained generalisation error. Such errors may mislead and frighten readers. By increasing feelings of fear and anxiety, they impair people's ability to think logically. In addition, generalisations and logic errors were found in some opinion columns and analysed in detail. These articles, which cloud people's minds with logical errors, make it difficult for people to think more objectively. In conclusion, the analyses in this article on the detection of logic errors in the press once again emphasise the importance of philosophical counselling practices. Avoiding such errors that hinder logical thinking helps individuals to make better decisions and makes society more aware. Dealing with fallacies and developing rational thinking skills are supported through philosophical counselling. At the same time, it helps to transform society into a more just, logical and peaceful structure and enables people to acquire logical thinking skills. As individuals' ways of thinking improve, they affect both themselves and their environment in a positive way.

Keywords: Logic Based Therapy, Philosophical Counseling, Newspaper, Logical Fallacies, Elliot D. Cohen

Giriş

Felsefi danışmanlık çeşitli şekillerde bireylerin yaşamlarına anlam katmaya, varoluşsal sorunlarına ışık tutmaya, kişisel farkındalıklarını artırmaya, karar verme süreçlerinde derin düşüncelerine yardımcı olur. Ancak bu süreçteki mantık hataları, kişinin doğru muhakeme yeteneğini engelleyebilir, düşünme süreçlerini saptırabilir ve insanların kendileri hakkındaki algılarını olumsuz etkileyebilir. Felsefi danışmanlık kapsamında, ortaya çıkan mantıksal yanlışların nasıl tespit edilebileceği, nasıl aşılabilir ve bireylerin sağlıklı düşünme becerilerini nasıl geliştirebilecekleri konusunda toplumsal bilincin artırılması büyük önem taşımaktadır. Elliot Cohen¹, insanların düşünce süreçlerinde en sık karşılaşılan yanlışları tespit etmeyi amaçlayan bir dizi yaklaşım geliştirmiştir. Bu mantık hataları, bireylerin sağlıklı akıl yürütmelerinin önündeki engeller olup felsefi danışmanlık sürecinde tespit edilmeleri danışmanı ve süreci daha etkili kılmaktadır. Bu bağlamda, Elliot Cohen'in belirlediği mantık hatalarını tanımlamaya geçmeden mantık hatasının ne olduğunu ele almak gerekir.

¹ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 112–125.

“Mantık hatası” terimi günlük dilde ve bilimsel bağlamlarda farklı anlamlara gelir. Günlük dilde anlamadığımız veya karmaşık bulduğumuz bir durumu ifade etmek için kullanılır. Mantık hatası, genellikle çıkarımlarda veya argümanlarda uygunsuz sonuçlara yol açan akıl yürütme sürecinde veya argümantasyonda yapılan bir hata veya yanlışlıktır. Mantık hataları, olgusal hatalardan farklıdır ve bir argümanın tutarlı bir şekilde yapılandırılmaması, bu argümanın gerçeklikte bir dayanağı olup olmadığına bakılmaksızın, onu mantıksız hale getirir. Örneğin, su bilindiği gibi sıfır santigrat derecede donar; “Su 10 santigrat derecede donar” ifadesi olgusal bir hata içerirken; “Su her zaman donar” genellemesi bir mantık hatasıdır çünkü genellemelerin yapıldığı koşullar her zaman geçerli olmayabilir.

Mantık hataları ya biçimsel mantık hatalarından ya da yanlış çıkarımlardan kaynaklanır. Bu hatalar insanın doğru düşünme ve karar verme süreçlerini engeller. Yaygın yapılan mantık hatalarından örnek verecek olursak, “Albert Einstein'ın söylediği her şey doğrudur”, otoriteye başvurma olarak tanımlanan bir mantık hatasıdır çünkü Einstein'ın söyledikleri, otorite konumu göz önüne alındığında sırf o söyledi diye doğru kabul edilemez. Başka bir örnek verecek olursak, “Eğer kanser olursam, kilo kaybederim” ifadesiyle birinci öncül ve “69 kilodan 45 kiloya düştüm” ifadesiyle ikinci öncülden hareketle sonuç olarak “O halde kanserim” yargısına ulaşırsa açıkça bir mantık hatası işlemiş oluruz. Varılan sonuç ifadesi öncüller tarafından desteklenmemektedir. Öncüllerin her ikisi de doğrudur. Ancak kanserin tek bir belirtisi olmadığı gibi, tek bir belirtiden yola çıkarak kanser olduğunuz sonucuna varmak da mümkün değildir. Buna benzer birçok mantık hatası muhakeme süreçlerinde bireylerin etkili düşünme becerilerine ket vurmaktadır. Mantık hataları sadece bireyleri değil tüm toplumları etkileyebilir; ayrıca medyada ve modern iletişim araçlarında mantık hatalarının sıklığı oldukça yüksektir. Bu bağlamda, mantık hatalarının etkin bir şekilde belirlenmesi gerekir.

Cohen, mantık temelli terapide muhakeme süreçlerinde ortaya çıkan ve davranışsal ve duygusal kuralların ihlaliyle sonuçlanan “Davranışsal ve Duygusal Kural Yanılgıları” ve bilginin raporlanmasını etkileyen “Raporlama Yanılgıları” olmak üzere toplam 11 farklı mantık yanlış türünü tespit etmektedir. Felsefi danışmanlık sürecinde terapistler tarafından bu yanlışların farkına varılması ve düzeltilmesi, bireylerin daha etkili düşünme becerileri geliştirmelerini ve daha sağlıklı kararlar almalarını sağlar. Cohen'in mantık temelli terapisi, bu hataların tespit edilmesine ve düzeltici önlemlerin alınmasına olanak tanır. Bu yaklaşım, sadece bireysel farkındalığın artmasına yardımcı olmakla kalmaz, aynı zamanda hem toplumsal hem de kişisel düzeyde daha rasyonel ve etkili düşünmeye katkıda bulunur.

Bu çalışma, Cohen'in mantık temelli terapisinin ve 11 mantık yanlış modelinin basındaki mantık yanlışlarına uygulanmasının yararlılığını vurgulamaktadır. Bu çalışma özgün bir çalışmadır ve farklı tarihlerde basında yapılmış haberlerden örnekler alınarak bu haberlerdeki mantık hataları Elliot Cohen'in sıraladığı 11 mantık hatasına dayandırılarak irdelenmiştir. Felsefi danışma sürecinde mantıksal hataların belirlenmesi, danışanların ve dolayısıyla toplumun daha rasyonel bir düşünme biçimi geliştirmesini sağlar. Bu da onların sadece kişisel yaşamlarında değil, sosyal ilişkilerinde de daha sağlıklı kararlar almalarını sağlayacaktır.

Araştırmamız bu konuda farkındalık yaratmayı ve danışmanlık uygulamalarının etkililiğini artırmayı amaçlamaktadır. Bu çalışma, Elliot Cohen'in felsefi danışmanlıkta mantık hatalarını belirleme yöntemine ilişkin özgün bakış açısını ele almakta ve onun felsefi danışmanlık alanına yaptığı katkıları örneklendirmek suretiyle gelecekteki danışmanlık uygulamalarına rehberlik etmeyi amaçlamaktadır. Rasyonel düşünme becerilerini geliştirerek ve yanlışları belirleyerek danışmanlık hizmetlerinin etkinliğini artırmak, bireylerin daha anlamlı ve rasyonel yaşamlar sürmelerine yardımcı olmayı amaçlamaktadır.

Felsefi Danışmanlık Nedir?

Felsefi danışmanlığın nasıl işlediğini keşfetmek, geleneksel felsefedeki bağlamını dikkatle incelemeyi gerektirir. Bununla birlikte, geleneksel felsefe, genellikle zamansızlığı ve evrenselliği hedefleyen temel bir değere sahip olan yansıtıcı bir bilgiye vurgu yapar. Bu tür yansıtıcı bilgi, her zaman beşeri bilimlerin bir parçası olduğu için insanların kendi doğasını da daha derin bir düzeyde anlamalarına yardımcı olabilir. Dahası, felsefi danışmanlık geleneksel felsefeden farklıdır çünkü genel yansıtıcı bilgi yaratmaktan insanların yaşam kaygılarının bireysel örnekleriyle ilgilenmeye doğru ilerler. Her iki disiplin de kavramsal analiz, mantıksal tartışma ve eleştirel yaklaşım gibi benzer araçları kullanır. Ancak, bir danışmanlık biçimi olarak felsefi danışmanlık, ilgilenen tüm bireyleri genel felsefi literatür konusunda eğitmek değildir. Bunun yerine, danışan tarafından dile getirilen belirli yaşam zorluklarına dair belirli felsefi iç görüler sağlamayı amaçlamaktadır. Amaç, danışanların fikirlerini ve dünya görüşlerini mevcut sorunlarıyla ilişkili olarak eleştirel bir şekilde incelemelerine yardımcı olmak için felsefi yöntemleri kullanmaktır².

Felsefi danışmanlık, psikoterapi ve pastoral danışmanlıktan³ farklı olmasıyla da öne çıkar. Psikoterapinin aksine, ruhsal hastalıkları iyileştirmeye veya tıbbi bir modeli benimsemeye odaklanmaz; ancak yaşam sorunlarının altında yatan sorunlu inançları, tutumları ve dünya görüşlerini eleştirel bir şekilde incelemeye odaklanır. Felsefi danışmanlık dini olmaması, seküler olması ve doğru yaşam yollarının ne olması gerektiğine ilişkin dini inançlara dayalı olarak dayatılan değerlerden arınmış olmasıyla pastoral danışmanlıktan ayrılır⁴. Batı düşüncesi geleneğinde felsefi danışmanlık, Sokrates ve Platon gibi filozofların izlediği sorgulayıcı yöntemlerle evrilmiş ve zamanla modern dünyada bireysel danışmanlık uygulamalarına dönüşmüştür. Ancak özellikle Hristiyan geleneği içerisinde "counseling" terimi dini danışmanlık ve pastoral danışmanlık anlamında kullanılmaya başlanmıştır. Yirminci yüzyılın başlarında ise dini bağlamından kısmen uzaklaşarak psikolojik ve seküler danışmanlık hizmetlerini de kapsayacak şekilde genişlemiş ve modern psikoterapi uygulamalarında kendine yer bulmuştur. Bu tarihsel süreç içerisinde felsefi danışmanlık, dini danışmanlığın ötesine geçerek bireyin entelektüel, ahlaki sorunlarını ele alan bir yaşam sanatı olarak yeniden tanımlanmıştır. Buna karşılık, "danışmanlık" ve "mentorluk" kavramları farklı işlevleri içerir. "Danışmanlık", belirli bir alanda özellikle bilgili olan bir kişinin veri ve deneyim sağlaması anlamına gelir; bu nedenle genellikle akademik veya mesleki danışmanlıkla sınırlıdır. Öte yandan, "mentorluk" bireyin kişisel gelişimi, kariyer yolları ve sosyal becerileri konusunda uzun vadeli rehberliği ele alan daha geniş bir kavramdır. Bu iki terim duygusal yöne ya da kişinin derin entelektüel ve varoluşsal sorgulamalarına odaklanmaz, dolayısıyla felsefi danışmanlığın sağladığı derin entelektüel çerçeveyi sağlamaz. Felsefi danışmanlık sadece pratik sorunlara değil, hayatın anlamı, etik kararlar ve varoluşsal sorular gibi konulara da odaklanır. Bu nedenle, tarihsel ve kavramsal arka

² Roger Padin, "Defining Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 16-18.

³ Pastoral danışmanlık, bireylerin ruhsal, duygusal ve dini ihtiyaçlarını ele almak amacıyla sağlanan bir rehberlik türüdür. Özellikle dini inanç ve uygulamalarla ilişkili olan bu alan, genellikle bir din görevlisi, papaz, imam, haham veya diğer ruhani liderler tarafından sunulur. Pastoral danışmanlık, bireylerin yaşamlarındaki zorluklarla başa çıkmalarına, ruhsal gelişimlerine ve yaşamda anlam bulmalarına yardımcı olmayı amaçlar. Pastoral danışmanlık, bireylerin sadece psikolojik ihtiyaçlarını değil, aynı zamanda ruhsal ve duygusal ihtiyaçlarını da dikkate alır. Onları inanç sistemleri, ahlaki değerleri ve dini anlayışları temelinde desteklemeyi içerir. Pastoral danışmanlar, bir kişinin manevi bir sorunu veya duygusal çatışması olduğunda rehberlik sağlar, onlar için dua eder veya dini metinler aracılığıyla kişisel keşif yapmalarına yardımcı olur. Öznur Özdoğan, "İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji", *AÜİFD* 47, No: 2, 2006, 127-141.

⁴ Roger Padin, "Defining Philosophical Counseling", 18-23.

planı nedeniyle “Danışmanlık” felsefi tavsiye ile ilişkili olarak kullanıldığında daha uygundur. “Danışmanlık” kavramının evrimi, dini bağlamının aksine daha seküler ve felsefi bir yöne doğru olmuştur.

Felsefi danışmanlığın özü, danışanların temel varsayımlarını korkmadan sorgulamalarını sağlayan entelektüel açıdan zorlayıcı ve destekleyici bir ortam oluşturmaktır. Uygulayıcılar, filozoflar tarafından kullanılanlara benzer yansıtıcı teknikler uygularken, duygulara ilişkin empati ve anlayış sunmaktadır. Felsefi danışmanlık, felsefenin yansıtıcı araçlarını belirli kişisel ikilemleri ele almakla birleştiren kendine özgü bir yere sahiptir. Bunu yaparken, normalde psikoterapide kullanılan tıbbi bir modeli veya pastoral danışmanlık için tipik olan herhangi bir normatif kalıbı benimsemez, bu da hayatın zorluklarına yaklaşmanın özgün bir yolunu sunduğu anlamına gelir. Felsefi danışmanlık, sadece bireyin iç dünyasına derinlemesine inmeyi amaçlayan bir yöntem sunmakla kalmaz, aynı zamanda tarihsel kökenlerinden beslenen ve günümüz uygulamalarına entelektüel bir zemin hazırlayan bir disiplin olarak öne çıkar. Tarihsel perspektifte felsefi danışmanlık, Sokratik diyaloglardan günümüze kadar uzanan entelektüel bir gelenek olarak görülebilir. Sokrates’in elenchus⁵ yöntemi, insanların kavramsal farkındalıklarını arttırmayı ve onları kendi düşüncelerini sorgulamaya yönlendirmeyi amaçlıyordu. Ancak modern felsefi danışmanlık, Sokrates’in yöntemini doğrudan kopyalamak yerine, bireyin öz bilgisini güçlendirmeye ve ideallerini netleştirmeye çalışan bir yaklaşıma dönüşmüştür⁶.

Felsefi danışmanlığın bu evrimi, felsefede bilginin doğası ve bireyin evrenle ilişkisi üzerine materyalist, düalist ve fenomenolojik perspektiflerin gelişim seyriyle örtüşmektedir. John Locke ve Karl Marx gibi düşünürlerin çalışmalarında ortaya konan materyalizm ve David Hume gibi düşünürlerin temsil ettiği empirizm, zihinsel süreçleri fiziksel ve gözlemlenebilir gerçeklere indirger. René Descartes tarafından ortaya atılan düalizm ve Immanuel Kant tarafından incelenen rasyonalizm, zihni maddeden farklı bir alan olarak görür. Edmund Husserl’in fenomenolojisi ve Jean-Paul Sartre’in varoluşçuluğu, bireyin öznel deneyimlerine odaklanırken bilinç ve özgürlüğü vurgular. Bu açıdan Felsefi Danışmanlık, materyalist yaklaşımların aksine entelektüel özgürlüğü güçlendiren bir araç olarak görülebilir; bu durumda bireyi yalnızca dış etkenler tarafından şekillendirilen bir varlık olarak görmez ve düalizmde olduğu gibi zihni aşkın bir alan olarak kutsallaştırmaz. Bunun yerine, fenomenolojik bir bakış açısıyla⁷ danışanların değer sistemlerini ve dünyayla olan ilişkilerini sorgulamalarını sağlar. Burada danışmanlık, insanların geçmişlerine ve geleceklerine ışık tutarak yaşamlarını anlamlandırmalarına yardımcı olur. Felsefi danışmanlık, sadece bireylerin daha derin sorunlarını kabul etmek için değil, aynı zamanda çözümlerini kolaylaştırmak için de çağdaş dünyada önemli bir konuma gelmiştir⁸.

⁵ Sokratik sorgulama olarak da bilinen Sokratik yöntem, Antik Yunan filozof Sokrates tarafından geliştirilmiş bir öğretim ve düşünme tekniğidir. Bu yöntem, bir tartışma veya diyalog sırasında bir kişinin düşüncelerini sorularla sorgulayarak bilgiyi test etmeyi amaçlayan bir yaklaşımdır. Temel amacı yanlış inançları ortaya çıkarmak ve doğru bilgiye ulaşmayı teşvik etmektir.

⁶ Roger Padin, "Defining Philosophical Counseling", 27-31.

⁷ Fenomenoloji, Edmund Husserl tarafından kurulan bir felsefi yaklaşım olup temelde bilinci ve deneyimi incelemeye odaklanır. Fenomenoloji, metafizik spekülasyonlardan kaçınarak doğrudan insan deneyimine ve farkındalığına yönelir. Bu bakış açısına göre, gerçeklik her zaman bir bilinç tarafından algılanan bir şeydir; yani, dünya deneyimleyen zihin tarafından şekillendirilir. Fenomenoloji, nesnelere belirli yasalara bağlı şeyler olarak ele almak yerine, bunların rastlantı ile açıklanabilir varlıklar olduğunu savunur. Ayrıca, fenomenoloji yalnızca "öz"lerin bilimi değil, bilincin kendisinin bilimidir. Bu yöntem, kavramlar ve kategoriler geliştirerek özgün bir felsefi akım yaratır ve özellikle Alfred Schütz gibi düşünürler tarafından geliştirilmiştir.

⁸ Ben Mijuskovic, "Theories of Consciousness, Therapy, and Loneliness", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 62.

Felsefi Danışmanlık Nasıl Bir Yöntem İzler?

Çeşitli düşünürlerden ilham alan, farklı varsayımlara dayanan, farklı teknikler kullanan ve farklı amaçları hedefleyen sayısız felsefi danışmanlık yaklaşımı vardır. Bunun nedeni kısmen felsefi danışmanlığın ve genel olarak bir parçası olduğu felsefi pratiğin hiçbir zaman önde gelen bir entelektüel figüre sahip olmamasıdır. Psikoloji alanında olduğu gibi hiçbir zaman evrensel olarak fikirleri çıkış noktası olarak alınan, temel paradigma olarak kabul edilen Freud benzeri bir figür olmamıştır. Felsefi danışmanlık fikri 1980'li yılların başında Almanya'da Gerd Achenbach tarafından ortaya atılmıştır. Achenbach felsefenin gündelik sorunlarla ilişkisini kuran ilk kişi değildir. Tarih boyunca bunu yapan pek çok filozof olmuştur. Ancak bu tür faaliyetlerde uzmanlaşan bir dernek kuran ve böylece bunu diğerlerinden farklı bir alan olarak kabul eden ilk kişiydi. Aynı yıllarda, diğer ülkelerdeki filozoflar, felsefi danışmanlık fikrini duymaya başlamış olsalar da Almanya'da tam olarak nasıl uygulandığını dil ve mesafe engelleri nedeniyle çoğu zaman bilmiyorlardı. Birçok kişi, bu fikri kendi başlarına, bireysel olarak veya gruplar halinde keşfetmeye başladı; önce Hollanda'da, sonra İsrail'de, Kuzey Amerika'da, hemen hemen her Batı Avrupa ülkesinde, bazı Latin Amerika ülkelerinde ve son olarak yakın zamanda Güney ve Doğu Asya'da bilinir ve uygulanır oldu. Bugün geldiğimiz noktada, farklı diller konuşan, farklı yayınlara sahip, farklı politikalar ve hedefler benimseyen, birbirleriyle tanışıklıkları genellikle çok zayıf olan gevşek bağlantılı gruplar ve bireylerden oluşan bir ağ bulunmaktadır⁹.

Felsefi düşünmenin günlük yaşama uygulanabilir olduğu ve hayat meselelerimize çözüm bulmamıza yardımcı olabileceği düşüncesi ilham verici bir fikirdir. Felsefenin soyut birçok kavramsal analizi ve tartışmayı içermesi ve felsefe eğitimi almamış kişilerin günlük işlerinde bu tür soyut ve genel konularla pek ilgilenmemesi, felsefi danışmanlık pratiğinin hayata geçirilmesinde bir sorun olarak karşımıza çıkar. Örneğin, muhasebeci Ayşe, elektrikçi Mehmet veya fabrika müdürü Selim, bazen bunlarla meşgul olan diğer insanların aksine, hayatın anlamı veya gerçek aşkın evrensel tanımı gibi şeylerle ilgilenmez. Bunun yerine bu insanlar, sorunlu evlilikler veya iş yerlerindeki memnuniyetsizlikler gibi kendi özel durumlarıyla ilgili daha pratik konularla ilgilenirler. Dolayısıyla, felsefi konuşmalar bu kişilerin kişisel sorunlarıyla başa çıkmalarına nasıl yardımcı olabilir? Bu soruyu yanıtlamanın bir yolu felsefi danışmanlık olabilir. Bu yanıtlar, günlük yaşam fikirlerini felsefi görüşlerle birleştirmeye çalışmak gibi görünmektedir. Felsefi danışmanlıkta öne çıkan husus, eleştirel düşünme yaklaşımının kullanılmasıdır. Felsefi uygulamada, Eleştirel Düşünme Yaklaşımı en yaygın olanıdır. Buradaki merkezi kavram, felsefenin önemli şeyleri mantıklı ve gerekçeli bir şekilde incelemeyi içermesidir. Dolayısıyla, argümanların oluşturulmasında, mantıksal geçerliliğin kontrol edilmesinde, yanlışların tespit edilmesinde, kavramların analiz edilmesinde ve örtük varsayımların açık hale getirilmesinde farklı düşünme teknikleri uygulanır. Dolayısıyla bu bakış açısı çerçevesinde kişisel sorunlar, inançlar ve duygular eleştirel düşünme ile analiz edilebilir. Bazıları bunun sadece kişisel ikilemlerle uğraşırken uygulanabilir olduğunu savunmaktadır. Eleştirel düşünme yoluyla öz değerlendirmenin amacı, danışanın kendisini daha iyi tanıması, dünya görüşünü genişletmesi veya yaşamda netliği engelleyen bazı yerleşik gizli inançları ortadan kaldırması olabilir. Bununla birlikte, en yaygın amaç sorun çözmedir. Bu özel yaklaşım, felsefi danışmanlıkta genellikle problem çözme yaklaşımı olarak adlandırılır. Ana meşguliyeti, evlilikteki stres, anksiyete atakları veya işyeri zorlukları gibi danışanların ele almak istediği belirli kişisel endişelere odaklanmayı

⁹ Maria da Venza Tillmanns, "Philosophical Counseling: Understanding the Unique Self and Other Through Dialogue", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 133.

içerir. Felsefi danışmanlık sürecinin sonunda danışan, kişisel bir sorunun kendisini ezmesini önleyecek bir kapasite sergilediğinde etkili hale gelir¹⁰.

Eleştirel Düşünme Yaklaşımıyla ilgili olarak Lahav, özellikle onun problem çözme biçiminin felsefeyi fikirlerden ziyade salt becerilere dönüştürdüğünü, geleneksel düşünmenin “ne”si yerine “nasıl”ını aldığını ileri sürer. Bu da eleştirel düşünmenin gerçekten de felsefenin insan hayatına katabileceği en değerli şey olup olmadığı sorusunu gündeme getirirken, aynı zamanda “nasıl” a odaklanmanın önemli felsefi fikirlere ilişkin “ne”yi önemsizleştirdiğine işaret etmektedir. Bu da eleştirel düşünmenin Platon, Rousseau veya Sartre gibi büyük düşünürlerin felsefelerinde gerçekten önemli bir unsur olup olmadığı tartışmasına yol açarken, eleştirel düşüncenin konu içinde mi sınırlı kaldığı yoksa ekonomiden psikolojiye ve kimyaya kadar tüm disiplinlere mi yayıldığı sorusunu da beraberinde getirmektedir.¹¹

Buna karşılık, bazı profesyoneller tarafından eşit derecede değer verilen alternatif bir yöntem olan geliştirme yaklaşımı, yaşam fırsatlarını artırmak için daha fazla fikir kullanmak amacıyla daha geniş bir felsefe kavrayışına ulaşmayı amaçlamaktadır. Modifikasyonuna bağlı olarak farklılık gösterse de, temel ilke felsefi bilginin hayatı zenginleştirebileceği ve daha anlamlı hale getirebileceğidir. Bireyin kişisel sorununu çözmenin bir yolu olarak görüldüğü diğer yaklaşımların aksine felsefi danışmanlık, danışanlarla geçirilen süre boyunca daha derin bilgelik ve anlama doğru bir yolculuk haline gelir. Terapide bir zorluğun üstesinden gelindiğinde bu bir son değildir; bunun yerine bundan sonraki her zaman, özellikle birinin dünyasını basitleştirmeyi değil zenginleştirmeyi veya bu sıradan kişisel soruları yalnızca çözmek yerine onlara değer katmayı amaçlayan devam eden bir konuşma aşaması haline gelir ki bu yaklaşım felsefi danışmanlıkta Geliştirme Yaklaşımı (Edification Approach) olarak adlandırılır. Bu iki yaklaşım, eleştirel düşünme/problem çözme ve geliştirme, çağdaş felsefi danışmanlık yönteminin büyük bir kısmını oluşturur.

Felsefi danışmanlık, felsefi bilgiye yönelik zengin ve kapsamlı yaklaşımı, insanların hayata dar ve yüzeysel bir perspektiften bakma eğilimlerinin ötesine geçerek, daha derin ve anlamlı bir varoluş anlayışına ulaşmak için yaşam fırsatlarını artırmayı amaçlayan bireysel dönüşüm yolculuğuyla birleştirir. Felsefi danışmanlık sürecinin bir parçası olarak kişisel dönüşüm, yaşamın keşfini derinleştirmek ve içsel farkındalıkları uyandırmak için yapılan bir yolculuktur. Bu süreç genellikle varoluşun daha anlamlı ve derin bir anlayışına ulaşmak için günlük yaşamın dar, katı ve yüzeysel tutumlarından uzaklaşmayı amaçlar. İnsanların statükoya basitçe katlanmaları, katı bir yaklaşım ve yüzeysel bir hayat anlayışıyla hayatı sadece dar bir perspektiften görmeleri yaygındır. Felsefi danışmanlık, bu dar anlayışın ötesine geçmeyi ve yaşamı daha derin bir farkındalıkla keşfetmeyi amaçlar. Felsefi düşünme, düşüncelerle derinlemesine sorgulamayı içerdiği için dönüşümün önemli bir parçasıdır. Dolayısıyla bu süreç, dogmatik ve tek taraflı düşüncelerden kaçınarak yaşamın temel meselelerine açık fikirli bir yaklaşım getirmeyi amaçlar. Başka bir deyişle, felsefi düşünme insanları kabul edilmiş varsayımları eleştirel bir gözle incelemeye ve daha geniş perspektifleri benimsemeye teşvik eder.

Felsefi düşünce, bireyin kendini ve dünyayı daha derin bir düzeyde anlaması için bir rehber niteliği taşır. Platon’un Mağara Alegorisi,¹² bu dönüşümün sembolik bir temsilidir.

¹⁰ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 83.

¹¹ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 85.

¹² Felsefe tarihinin en ünlü metaforlarından biri olan Platon’un Mağara Alegorisi, insanın bilgiye, hakikate ve aydınlanmaya ulaşma sürecini çarpıcı bir şekilde sembolize eder. Alegoriye göre, bazı insanlar doğduklarından beri bir mağaranın içinde zincirlenmişlerdir; sadece mağaranın duvarına vuran gölgelere bakabilir ve onları gerçek

Mağarada zincirlenmiş bireylerin, duvardaki gölgeleri gerçeklik olarak kabul etmesi, insanların içsel sınırlamalarını ve dar perspektiflerini ifade eder. Ancak zorlu bir süreç sonucunda mağaradan çıkıp gerçek dünyayı görmek, yüzeysel düşünceleri aşarak derin ve anlamlı bir bakış açısına ulaşmayı mümkün kılar.¹³ Bu alegori, hakikati keşfetme yolculuğunda bir rehber işlevi görür. Benzer şekilde, Nietzsche, Emerson, Marcel ve Buber'in felsefi çalışmaları, bireyin sıradan yaşam biçimlerinden sıyrılarak daha derin bir anlam arayışına yönelmesine yardımcı olur. Nietzsche'nin "Üst İnsan" kavramı, bireyin potansiyelini ortaya çıkararak soylu bir varoluşa ulaşmasını ifade ederken, Emerson ve Marcel, içsel farkındalık ve öznel deneyim yoluyla hayata anlam kazandırmayı savunur. Buber ise Ben-Sen ilişkisiyle daha derin ve samimi bağların önemini vurgular. Bu bağlamda, Pierre Hadot'un *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe* adlı eserinde kapsamlı bir şekilde ele aldığı "alıştırmalar" kavramı, felsefenin bir yaşam biçimi olarak nasıl uygulanabileceğini göstermektedir. Hadot'ya göre felsefe yalnızca teorik bir uğraş değil, bireylerin kendilerini dönüştürmelerini sağlayan bir yaşam sanatıdır. Ona göre ruhani alıştırmalar, bilgeliği mümkün kılan düşünce pratiği yoluyla kişinin zihinsel ve ruhsal dönüşümünü amaçlayan eylemlerdir. Hadot bu alıştırmaları Sokrates sonrası felsefi gelenekle ilişkilendirir ve Antik Yunan ve Roma düşüncesinde felsefenin bir yaşam biçimi ve etik bir dönüşüm olduğunu iddia eder. Hadot'a göre, bu tür manevi egzersizler bireylerin varoluşsal sorularını derinlemesine irdelemelerine olanak tanır ve onlara kendilerini aşma sürecinde rehberlik eder. Bu tutum, felsefi danışmanlığın bir kişinin hayatını etkileme biçimiyle de tutarlıdır. Felsefi danışmanlık, Hadot'un tanımladığı gibi, kişinin kendisini ve dünyayı anlamasında bir değişim ve dönüşüm aracı olarak hizmet eder.¹⁴ Bu süreçte, hayatın anlamını yetkin bir şekilde kavramayı ve kişisel dönüşümü sağlamayı amaçlayan diğer felsefi danışmanlık stratejileriyle birlikte kullanılan yöntemlerden biri de Mantık Temelli Terapidir (Logic Based Therapy). Peki, MTT felsefi düşüncenin terapötik¹⁵ çerçevedeki bu yönlendirici rolünü ne şekilde yeniden çerçevlendirmektedir?¹⁶

sanabilirler. Gölgeler, arkalarındaki ışık kaynağının önünden geçen nesnelerin yansımalarından başka bir şey değildir ve mağara sakinleri bunları gerçek sanmaktadır. Ancak bir gün mahkumlardan biri zincirlerinden kurtulur; önce ateşi ve gölgeleri oluşturan şeyi görür, sonra da mağaranın dışına çıktığında gerçek dünyayı görür. İlk başta parlak ışığı gözlerini kamaştırırsa da zamanla bu dünyadaki nesnelerin mağaradaki gölgelerden daha gerçek olduğunu kavrar. Sonunda güneşi gördüğünde onun her şeyin kaynağı ve varlığın ilk ilkesi olduğunu anlar. Platon'a göre güneş "iyi idea"yı temsil eder; hakikat, bilgeliğin ve varoluşun nihai kaynağıdır. Aydınlanmış kişi bu bilgiyi paylaşmak ve mağarada kalan diğer tutsakları kurtarmak için geri döner; ancak tutsaklar ona inanmaz, hatta düşmanca yaklaşır. Mağara Alegorisi, cehaletten ve yanılsamalardan sıyrılarak hakikate ulaşmanın zorluğunu ve bir filozofun toplumu aydınlatma sorumluluğunu sembolize eder. Eğitimin, farkındalığın ve sorgulamanın önemine vurgu yapan bu alegori, hakikate ulaşma sürecinin sadece bireysel bir çaba olmadığını, aynı zamanda toplumsal bir dönüşüm hedefi taşıdığını da ifade eder. Günümüzde bu hikâye bilgiye erişim, medya etkisi, algı yönetimi ve toplumsal değişim vb. konularda güçlü bir metafor olarak yorumlanmaya devam etmektedir.

¹³ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 87.

¹⁴ Pierre Hadot, *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*, çev. Kübra Gürkan, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2012, 7-163.

¹⁵ Tıp ve psikoloji gibi sağlık bilimlerinde sıklıkla kullanılan bir terim olan terapötik kelimesi, iyileştirici veya tıbbi özellikler içeren tedavi edici yaklaşım, yöntem, araç ve süreçlerdir. Bu kavram, fiziksel hastalıkların tedavisinde kullanılan yöntemlerin yanı sıra bireyin psikolojik refahını destekleyen terapötik müdahaleler için de geçerlidir. Ayrıca, bireyin kendini rahat, güvende ve huzurlu hissettiği ortamlar veya koşullar da terapötik ortamlar olarak değerlendirilebilir. Terapötik yaklaşımlar, yalnızca hastalık belirtilerini hafifletmekten ziyade, kişinin genel iyilik halini iyileştirmeyi amaçlar ve bu nedenle bütüncül bakımın ayrılmaz bir parçasıdır. Çok çeşitli tedavileri kapsar ve tıbbi tedavilerden psikoterapiye, alternatif tedavilerden destekleyici çevresel manipülasyonlara kadar bireylerin fizyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarını kapsar.

¹⁶ Ran Lahav, "Philosophical Counseling and Self-Transformation", 86.

Mantık Temelli Terapi

Elliot Cohen tarafından geliştirilen MTT insanların davranışsal ve duygusal problemlerinin büyük ölçüde kabul ettikleri irrasyonel fikirlerden kaynaklandığını öne süren bir yaklaşımdır. Aynı zamanda “felsefi danışmanlık” alanındaki önde gelen bir yaklaşımdır. Psikolojik uygulama gibi, felsefi uygulama da danışanların davranışsal ve duygusal problemleriyle başa çıkmalarına yardımcı olmayı hedefleyebilir. Ancak, MTT ve erdemleri diğer psikolojik uygulamalardan farklı olarak, felsefi yöntemler ve teorilerin kullanımına daha fazla vurgu yapar. MTT, davranış ve duyguların dışsal olaylar tarafından tetiklendiği bir dil kullanmak yerine önermeler ve sonuçlar dilini kullanan tümdengelimsel mantık modelini kullanır. Özellikle, söz konusu nedensel yaklaşımı, pratik silojizm¹⁷ adı verilen bu tümdengelimsel argüman biçimiyle değiştirerek bir şeyi yalnızca tanımlamak veya rapor etmek yerine, önerir, değerlendirir veya derecelendirir. Bu tür silojizm, bir ana önerme kuralı ve bir olgu veya yarı-olgu niteliğinde küçük bir önerme raporundan oluşur.¹⁸ Örneğin, aşağıdaki örnek bir pratik silojizmadır:

Ana Önerme: Eğer işimi kaybedersem, o zaman değersizim.

Küçük Önerme: İşimi kaybettim.

Sonuç: O zaman değersizim.

Kendinizi “değersiz” olarak tanımladığınızda bu tanımlama sadece boyunuz, saç renginiz gibi nesnel bir gerçeği anlatmakla kalmıyor, aynı zamanda bir değerlendirmeyi de içeriyor. MTT çerçevesinde pratik kıyas ve bu kıyas zincirleri, insanın duygularının mantıksal akıl yürütme yoluyla geçirdiği süreci oluşturur. Böyle bir akıl yürütme, danışanın duygularının rasyonelleştirilmesini destekler ve felsefi analize tabi tutulabilir. MTT danışanların bu gerekçeleri anlamasını takiben onların mantık dışı düşünceleri ve bunların sonuçlarını keşfetmelerini sağlar. Dolayısıyla MTT, bireylerin ortaya çıkan davranışsal ve duygusal sorunlarını incelemeyi hedeflemez, bunların ortaya çıkmasında yapılan mantıksal yanılgılar üzerinde yoğunlaşır. MTT, insan yaşamındaki sorunların çözümü için hümanist bir bilimsel yaklaşım sunar.

MTT, danışanların sorunlarıyla baş edebilmeleri için beş aşamalı bir süreç önermektedir. Bu süreç şunları içerir:

- (i) Yıkıcı veya kendini sabote eden duygusal akıl yürütmelerin belirlenmesi (“duygusal akıl yürütme”);
- (ii) Bu akıl yürütmelerdeki irrasyonel önermeleri tespit etmek;
- (iii) Bu mantıksız önermelerin çürütülmesi;
- (iv) Belirli erdemleri teşvik eden alternatif felsefi akıl yürütmenin formüle edilmesi;
- (v) Mantıksız akıl yürütmenin üstesinden gelmek için irade gücünü kullanmak.¹⁹

Davranışsal ve duygusal sorunların çoğu, düşünme süreçlerinin dayandığı yanlış akıl yürütmelerden veya mantık yanlışlarından kaynaklanır. Bu doğrultuda MTT, muhakeme süreçlerinde ortaya çıkan ve davranışsal ve duygusal kuralların ihlaliyle sonuçlanan “Davranışsal ve Duygusal Kural Yanılgıları” ve bilginin raporlanmasını etkileyen “Raporlama Yanılgıları” olmak üzere toplam 11 farklı mantık yanlış türünü tespit etmektedir.²⁰

¹⁷ Kıyaslama mantıkta bir akıl yürütme biçimidir. Aristoteles'in tanımladığı bu yöntem, iki önermeden (öncüllerden) üçüncü bir önermeye (sonuç) doğru hareket eder. Mantıksal geçiş “Eğer A=B ve B=C ise A=C” şeklinde verilir. Kıyaslama, genel bir öncülden yola çıkarak mantıkta kıyas şeklinde ifade edilen bir sonuçtur.

¹⁸ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", 113.

¹⁹ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", 114.

²⁰ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", 115.

Davranışsal ve duygusal kural yanlışları insanın duygusal ve davranışsal muhakeme süreçlerindeki mantıksal hatalar olarak bilinirler. Bu hatalar şöyle sıralanabilir:

- (i) Mükemmeliyet Talebi: Dünyanın ya da bir yönünün kusursuz veya neredeyse kusursuz olmasını talep etmek;
- (ii) Felaketleştirme: Kötüden en kötüye doğru akıl yürütmek;
- (iii) Lanetleme: Kendinin, başkalarının veya evrenin tamamen ya da neredeyse tamamen değersizleştirilmesi.
- (iv) Sürüye Katılma Eğilimi: Körü körüne, sahte, antidemokratik ve papağanvari bir uyum sergilemek.
- (v) Yapamamcılık: Kendi yaratıcı potansiyelini engellemek için "yapamam" terimini kullanmak.
- (vi) Görevsel Endişe: Kendini ve diğer önemli insanları görev bilinciyle ve takıntılı bir şekilde rahatsız etmek.
- (vii) Manipülasyon: Hedeflerine ulaşmak için zorbalık, kandırma, ortamın huzurunu bozma veya hile yapma.
- (viii) Dünya-Benim-Etrafımda-Dönüyor Düşüncesi: Gerçekliğin tamamen kendi arzularına uygun olmasını talep etmek

Raporlama yanlışları ise

- (i) Gerçekliği basitleştirme;
- (ii) Olasılıkları Çarpıtma;
- (iii) Desteksiz açıklama, şeklinde sıralanabilir.

MTT'ye göre, bir danışan yukarıdaki on bir yanlıştan herhangi birini temel olarak kabul ettiğinde, kendi davranışsal ve duygusal sorunlarını kendisi türetir. Bu bağlamda, bu terapi insanların gereksiz yere kendilerine zarar vermeye karar verdiklerini savunur. Bu durum, danışanların pratik önerilerindeki yanlış temelleri ortaya çıkararak ve çürüterek davranışsal ve duygusal kararlarını yeniden gözden geçirebileceklerini göstermektedir. Çürütme, bir önermede neyin doğru olmadığını ortaya çıkarma eylemidir. Çürütmeler için felsefi analizde yaygın olarak kullanılan yöntemler arasında, bir önermeyi desteklemek için kullanılan bir argümanın kendisinin tümevarımsal bir yanlış olduğunu gösteren ve bu önermeyi çürüten kanıtlar sunan *reductio ad absurdum* yöntemi yer alır. Çürütmeler uygun karşı çözümler için zemin hazırlar. Bir karşı çözüm, bir yanlışlığı rasyonel bir felsefe ile düzeltir. Bu türden birçok güçlü alternatif, çeşitli felsefi teorilerden türetilir.²¹ Örneğin, Kant'a göre, hem kendimizin hem de diğer insanların doğuştan gelen haysiyet ve değerlerine saygı duymamız gerektiğini söyleyen kategorik buyruk, kişinin kendisini düzeltmesine veya bir başkasını değersizleştirmemesine yapıcı bir şekilde yardımcı olabilir. Ayrıca, Descartes'ın felsefesi, kişinin kendi öznel gerçekliğine tamamen yalıtılmış ve yalnız bir şekilde hapsolmesinin, kendisi dışındaki dünyayla tüm anlamlı etkileşimlerden nasıl tamamen yoksun bırakabileceğinin altını çizmektedir. Böyle bir Kartezyen düşünce, "Dünya benim etrafımda dönüyor" zihniyetine karşı başkalarının varlığını hesaba katarak karşıt bir çözüm sunar. Hume'un ampirik felsefesi ise, olasılıkların ve tesadüflerin hakim olduğu bir dünyada kesinlik talep etmenin mantıksızlığını ileri sürer. Locke'un bilgi edinmede deneyimin önceliğine ilişkin görüşü, başarısızlıklarımızın kendimizi küçümsemek için bir fırsat olarak değil, öğrenmek için bir fırsat olarak görülmesi gerektiğini hatırlatır. Platon, *Devlet* isimli eserindeki İdealar Kuramı ve Mağara Alegorisi ile *Timaios*'ta ifade ettiği düşüncelerde, duyu dünyasının sürekli değişim içinde olduğunu ve bu dünyadaki nesnelere eksik ve kusurlu

²¹ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", 121.

olduğunu vurgular. Ona göre, zamansal olarak değişen, olumsal nesnelere oluşan bu dünyada mükemmeli aramak yerine - gerçeklik ve mükemmellik, ancak değişmez ve akılla kavranabilen İdealar Dünyası'nda bulunabilir - bilgelik ve hakikate ulaşmak isteyenlerin, duyularla algılanan geçici varlıklardan ziyade akılla kavranan değişmez formlara yönelmesi gerekir.²²

Felsefi fikirler, yanlış düşünceyi dengelemek, düzeltmek ve aşmak için kullanılacak zengin bir kaynak sağlar. Ancak bu felsefi fikirlerin çoğu karmaşık ve teknik bir felsefi çerçevede yer alır. Bu durum, bu faydalı fikirlerin rafine edilmesi ve temel felsefe anlayışına sahip olan ya da olmayanlar için sindirilebilir bir forma dönüştürülmesi gerektiği anlamına gelir. Bu bağlamda, felsefi alternatif çözümler ham petrol rezervlerine benzemektedir. Bu tür çözümlerin insan uyumluluğunu ve mutluluğunu arttırmak için büyük bir potansiyele sahip olduğuna inanılmaktadır; ancak bu potansiyelden tam olarak faydalanılabilmesi için danışman tarafından anlaşılabilir bir şekilde rafine edilmeleri gerekmektedir. MTT bu felsefi yaklaşımların herkes için uygun olduğunu iddia etmez. Bazı danışanlar entelektüel düzeyde bu tür bir felsefi düşünceye daha yatkın olabilir, dolayısıyla bu yaklaşımdan daha fazla fayda sağlayabilirler.

Elliot Cohen'in çıkarımları, özellikle savaş, siyaset ve medya değerlendirmeleri söz konusu olduğunda derin bir bakış açısı sunduğu için değerlidir. Mantıksal tutarlılık ve sağlam argümantasyon ilkelerini izleyerek hem bireysel hem de toplumsal düzeyde karar alma süreçlerine ışık tutmaktadır. Bu bağlamda, Elliot Cohen'in analizi, medya içeriklerindeki yaygın mantıksal yanlışların tanınması ve eleştirilmesi için önemli bir temel sağlamaktadır.

Felsefi Danışmanlık Bağlamında Basında Mantık Yanlışları

Medya kuruluşları toplumu bilgilendirme ve eğitme görevlerini yerine getirirken çoğu zaman mantıksal yanlışlara düşerek yanıltıcı ya da manipülatif söylemler oluşturabilmektedir. Bu da felsefi danışmanlığın eleştirel düşünme ve kavramsal analiz yaklaşımıyla yakından ilişkili bir husustur. Felsefi danışmanlık, kişilerin sadece kendi yaşam sorunlarını değil, medya gibi kamusal alanlarda karşılaştıkları mantıksal yanlışları da fark etmelerini ve analiz etmelerini sağlar. Elliot Cohen'in belirlediği 11 mantıksal hata, basında sıkça rastlanan bu tür hataların anlaşılması, sorgulanması ve bireysel hayatımıza negatif etkisinden tam bir kurtuluş için etkili bir çerçeve sunmaktadır.

Basında sıkça karşılaşılan *Ad Hominem*²³ mantık hataları genellikle konunun özünden saparak kişisel saldırılar yoluyla bir görüşü itibarsızlaştırmaya çalışır. Bu tür söylemler, eleştirel düşüncenin objektif argümantasyon ilkesiyle çelişir. Örneğin, politika yapımına ilişkin bir eleştiri beklemek yerine, bir politikacının kişisel yaşamına odaklanılabilir ve bu da okuyucunun ana nokta hakkında bir fikir oluşturmasını engelleyebilir. Öte yandan, bağlamından koparılmış yüzeysel karşılaştırmalarla okuyucuyu aldatılabilir. Örneğin, iki farklı ülkedeki ekonomik krizlerin aynı yöntemlerle çözülmesi gerektiği iddiası eksik bir analizden kaynaklanabilir.²⁴

Bu tür mantıksız argümanlar toplumsal düzeyde mükemmeliyetçilik kavramıyla da ilişkilendirilmektedir. Mükemmeliyetçilik genellikle ulaşılamaz standartlar belirlemek anlamına gelir ve basın yoluyla bireylere veya toplumlara empoze edilebilir. Örneğin, başarı *ya hep ya hiç* mantık hatası kullanılarak yalnızca mükemmel sonuçlar açısından değerlendirilir. Bu da bireylerin kendilerini mükemmel olmak zorunda hissetmelerine, süreç boyunca gösterdikleri çaba ve

²² Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", 116.

²³ Konu dışına çıkıp önermeyi destekleyen kişiye veya karşı argümanı destekleyenlere saldırarak önermenin kendisinin yanlış olduğunu savunmanın bir yoludur. Bu tür argümanlar mantıksal safsatalar olarak kabul edilir çünkü konunun kendisinden ziyade kişinin özelliklerine saldırırlar.

²⁴ Ali Dinç, *Basında Mantık Yanlışları*, İstanbul: Kitapyurdu Doğrudan Yayıncılık, 2020, 79-82.

gelişmeleri göz ardı etmelerine neden olur. Bu yaklaşım bireylerde yetersizlik hissine ve psikolojik baskıya yol açabilir.²⁵

Felsefi danışmanlık, mükemmeliyetçilik gibi sorunlara bireysel çözümler sunmanın yanı sıra basında yer alan manipülatif uygulamalara karşı farkındalık yaratmaya yardımcı olan etkili bir yaklaşımdır. Eleştirel düşünme araçlarını kullanarak yanlış genellemeler, yanlış ikilemler ve bunlardan çıkarılan sonuçlar gibi mantık hatalarını fark etmelerini sağlar ve bireyleri bu yanlış yönlendirmeler konusunda kendilerini sorgulamaya sevk eder. Aynı zamanda, daha gerçekçi ve tatmin edici bir hayat görüşü geliştirmek için bireylerin mükemmeliyetçi beklentilerini analiz etmelerine yardımcı olur. Felsefi danışmanlığın sürekli maruz kaldığı "Sizi psikolojik danışmanlıktan farklı kılan nedir?" sorusuna Elliot D. Cohen tarafından geliştirilen Mantık Temelli Terapi net bir yanıt veriyor. Mantık Temelli Terapi, mantıksız inançların ve bu inançların altında yatan düşünce kalıplarının tanımlanması ve analizi yoluyla bireylere rehberlik eder ve bunların ardındaki hatalı akıl yürütmeyi düzeltir. Örneğin Cohen, mükemmeliyetçilik sorunu yaşayan bireylerin "Her şey mükemmel olmalı, aksi takdirde ben değersizim" gibi mantıksız inançlarını eleştirel bir gözle incelemeleri gerektiğini savunarak bu düşüncenin temelsiz olduğunu ortaya koyuyor. Bunun yerine, daha akılcı ve sağlıklı düşünceler geliştirmelerine yardımcı olur: "Mükemmel olmasam da değerliyim ve kusurlu olmam sorun değil çünkü bu, insan olmanın bir parçasıdır." Felsefi danışmanlık, bu mantık temelli yeniden yapılandırıcı yaklaşımla bireylerin yalnızca duygusal iyilik durumunu desteklemekle kalmaz, aynı zamanda zihinsel ve varoluşsal değişimleri de destekler. Bu yöntem, insanları dilin yanlış kullanımından, mantıksız düşüncelerden ve mükemmeliyetçi baskılardan korur ve eleştirel düşünme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olarak daha bilinçli veya dirençli bir yaşam sürmelerini sağlar.

Basındaki Mantık Hataları Üzerine Analizler

Bu makalede farklı tarihlerde yayınlanmış haberlerdeki mantık hataları belirlenmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda, makalede incelediğimiz konuları da ele alarak haber metinlerindeki mantık hatalarını biçim, mana ve Elliot Cohen'in tanımladığı mantık hataları çerçevesinde değerlendirmeye başlayalım.

Analiz 1:

İlk örneğimiz, geçirdiği astım krizi sonrasında öldüğünü ve daha sonra tekrar dirildiğini iddia eden genç bir kadın ile ilgilidir. Bu haberde Guatemala'da 24 yaşındaki Mariandree Cárdenas'ın şiddetli bir astım krizinin ardından kısa bir süre için öldüğü iddia edilmiştir. Cardenas evde çalışırken nefessiz kalmış, boğazı tıkanmış ve kendinden geçmiştir. Ailesi eve döndüğünde baygın haldeki kadını hastaneye kaldırmışlar ancak daha sonra öldüğü açıklanmıştır. Cárdenas, birkaç saat sonra komadan çıkıp ölüm döşeğinde Tanrı ile üç saat geçirdiğini ve cennette olduğunu iddia etmiştir. Dünya ile bağlantısını nasıl kaybettiğini, başka bir yerde nasıl ortaya çıktığını anlatmıştır. Güneş ve ayın olmadığı, ışık dolu bir yerde, yemeklerle dolu uzun bir masada oturduğunu söylemiş ve dahası, Tanrı ile konuştuğunu iddia etmiştir. İlk olarak haber metnine bir göz atalım:²⁶

²⁵ Elliot D. Cohen, "Is Perfectionism a Mental Disorder?", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, ed. Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013, 228-230.

²⁶ Haber Merkezi, "Ölen Genç Kadın Yeniden Dirildi, Öbür Dünyayı Anlattı: Tanrı ile 3 Saat Geçirdim", *Yeni Çağ Gazetesi*, 3 Temmuz 2024, 12:40, <https://www.yenicaggazetesi.com.tr/olen-genc-kadin-yeniden-dirildi-obur-dunyayi-anlatti-tanri-ile-3-saat-gecirdim-815581h.htm> (erişim: 4 Aralık 2024).

Ölen genç kadın yeniden dirildi, öbür dünyayı anlattı: Tanrı ile 3 saat geçirdim.

Guatemala'da 24 yaşındaki Mariandree Cárdenas isimli kadın, astım krizine bağlı olarak kısa süreli öldüğünü, cenneti ve Tanrı'yı gördüğünü iddia etti. Guatemala'da Mariandree Cardenas isimli 24 yaşındaki bir kadın astım krizine bağlı olarak hastaneye kaldırıldı. Evden çalıştığı esnada boğazının kapanmaya başladığını ve nefes alamadığını ifade ederek şiddetli bir astım krizi yaşayan Cardenas, başının dönmeye başladığını ve uykulu hissettiğini belirtti. Cardenas, tüm fiziksel hareket kabiliyetini kaybetmeden önce annesine ve kardeşine yardım isteyen bir mesaj atarken, annesi ve kardeşi eve geldiğinde kadını baygın halde buldu. Astım nedeniyle rahatsızlanan Guatemalalı kadın, hastaneye kaldırıldı ve komaya girdi. Birkaç saat sonra öldüğü açıklanan Cardenas, komadan uyandı.

DÜNYA'DA OLMAYI BIRAKTIM VE BAŞKA BİR YERDE BELİRDİM

Genç kadın, ölüm döşeğinde Tanrı ile üç saat geçirdiğini ve komadan uyanarak yeniden hayata döndüğünü iddia etti. Cardenas, "Artık neredeyse hiçbir şey duyamıyordum ve vücudum artık tepki vermiyordu. Duyduğum son şey bir hemşirenin veya doktorun 'bizi terk etti' ifadesini söylemesiydi. Ve göz açıp kapayıncaya kadar Dünya'da olmayı bıraktım ve başka bir yerde belirdim" ifadelerini kullandı.

YİYECEKLERLE DOLU UZUN BİR MASADA OTURUYORDUM

Işıklı dolu bir alanda insanların sadece zihinleriyle konuştuğu bir ortamda olduğunu aktaran Cardenas, ışıkla dolu güneşsiz, aysız, yıldızsız bir yerde belirdiğini söyledi. Daha önce hiç görmediği yiyeceklerle dolu uzun bir masada oturduğunu ifade eden Cardenas, masanın insan bedeni olmayan, ışık varlıklarıyla dolu olduğunu belirtti.

"KARŞIMDA TANRI OTURUYORDU"

Tüm ışıkların kendisinin bir parçası olduğunu öne süren Cardenas, karşısında Tanrı'nın oturduğunu iddia etti. Genç kadın, Tanrı'nın ayağa kalkıp kendisini aldığını ve diğer varlıklardan ayırarak geri dönmesi gerektiğini söylediğini öne sürdü.

Bu haberi Elliot Cohen'in 11 mantık hatası çerçevesinde değerlendirdiğimizde birkaç farklı davranışsal ve duygusal kural ihlaline ve raporlama açısından mantık hatalarına rastlıyoruz.

- I. Felaketleştirme: Kadının astım krizinin ardından yaşadığı ölüm ve diriliş deneyimini anlatması sırasında "ölüme yakın deneyim" ve "cenneti görmek" gibi terimler kullanılmaktadır. Bu tür tanımlamalar, daha önce sadece normal bir sağlık sorunu olan astım krizini ölümün neredeyse kesin olduğu bir duruma dönüştürme eğilimindedir. Bu, felaketleştirme yanılığının bir örneğidir çünkü olay kötüden daha kötüye doğru mantık yürütülerek dramatize edilmektedir.
- II. Gerçekliği basitleştirme: Kadının deneyimi, ölümlü sonuçlanan bir astım krizi, ardından Tanrı'yla geçirilen üç saat ve diriliş olarak basitleştirilmiştir. Bu olaylar çok karmaşık ve çok taraflı bir durumun basitleştirilmesini içermektedir. Bu vakada aşırı basitleştirme hatası olduğu düşünülebilir çünkü bu vakanın tıbbi ve psikolojik yönleri ihmal edilmiş ve sadece kişisel dini deneyimle açıklanmıştır.
- III. Desteklenmeyen Açıklama: Kadının cenneti ve Tanrı'yı gördüğü iddiaları bilimsel bir açıklama yapılmadan sunulmaktadır. Cennet ve tanrı ile ilgili deneyimler kişisel algılar ve inançlardır. Bu iddiaların herhangi bir somut kanıt ya da mantıksal dayanak olmaksızın sunulması nedeniyle temelsiz açıklama hatası ortaya çıkmaktadır.
- IV. Mükemmeliyetçilik: "Cenneti görmek" ve 'Tanrı ile üç saat geçirmek' gibi ifadeler bir tür mükemmeliyetçi beklentiye yansıtılabilir. Dolayısıyla kadının deneyiminden öğrenilebilecekler, idealize edilmiş bir dini deneyimin varlığı olarak ele alınabilir. Bu aynı zamanda bir dünyadan ya da olaydan mükemmellik talep etmenin bir tezahürüdür çünkü böyle bir deneyim sıradan hayatın ve doğanın ötesinde bir mükemmellik vaat etmektedir.

- V. Dünya-Benim-Etrafımda-Dönüyor Düşüncesi: Kadının ölüm ve ötesine ilişkin deneyimi tamamen kendi kişisel algısı ve görüşüne dayanmaktadır. Olayların yeniden anlatımı, gerçekliğin ve deneyimin kadının kişisel istekleri ve gerekçeleri dışında başka hiçbir şey tarafından nasıl şekillendirilmediğine odaklanır. Dahası, bu bir Ben-merkezci Düşünme hatası örneği olabilir çünkü her şeyin kişinin kendi bakış açısına göre düzenlendiği ve deneyimin yalnızca kendisine ait olduğu varsayılır.
- VI. Olasılıkların Çarpıtılması: Rapor, kadının yaşadığı deneyimin olağanüstü olduğunu ima etmektedir. Ancak, tüm benzer deneyimlerin çoğu kullanıcı tarafından farklı algılara yol açtığı gerçeğini göz ardı etmektedir. Bu durum olasılıkların çarpıtılması ve dolayısıyla bu tür olayların olağanüstü ve nadir olduğu yönünde yanlış bir izlenim yaratılması olarak görülebilir.

Analiz 2:

Bu kısımda *Hürriyet Gazetesindeki* Güzin Abla'nın kösesinde yayınlanan bir yazıdaki mana ve biçim yanlışlarını ilk haber metninde olduğu gibi inceleyeceğiz. Bu metinde evlenme aşamasında olan bir genç kız erkek arkadaşının ailesinin kendisine yaptığı baskıdan şikayetçidir ve kızın ailesinden farklı ve uzak bir şehirde yaşayan erkek arkadaşının ailesinin bir de ona giyimi kuşamı konusunda baskı yapması genç kızda bazı endişelerin ortaya çıkmasına sebep olmuş. Evlenme konusunda fikir almak için Güzin Abla'ya başvurmuş. İlk olarak köşe yazımızı okuyalım ve sonra metindeki mantık hatalarını tespit edelim:²⁷

Güzin Abla'nın Köşesi

Erkek arkadaşıyla sözleneceğim ama ailesinin bana yaptığı baskıdan dolayı korkmaya başladım.

Bir süreden beri bir erkek arkadaşım var. Erkek arkadaşıyla tesadüfen tanışıp sevgili olduk. Fakat ailesi baştan beri, saçım açık olduğundan beni istemedi. Sadece erkek arkadaşımın babası bize biraz destek çıktı. Her şeye rağmen evlenmeye karar verdik. Ancak söz töreni için beğendiğim sıfır kol bir elbise için "Olmaz, büyükler yanımızdayken bunu giyemezsin. Ayıp olur" dediler. Daha sonra erkek arkadaşıyla tek omuzlu bir elbise beğendik, onu da istemediler. Ben yine de dinlemedim ve aldım. Her şeye olumsuz yorumları var. Bu da benim aklımı çok karıştırıyor. İleride daha fazla baskı yapabileceklerini düşünüyorum. Erkek arkadaşıyla anlaşıyoruz ama ailesiyle nasıl uyum sağlayacağım, bilemiyorum. Onun da ailesinin bu tavırları karşısında sessiz kaldığını görüyorum. Sözlenecek üzereyim. 2 hafta kaldı ve şu anda erkek arkadaşıyla farklı şehirlerdeyiz. İsrarla evden çıkarken, eve girerken, kahveye giderken bana haber vermesini istiyorum. Nerede olduğunu bilmek istiyorum. Ama bazen haber vermeyip "Son dakikada oldu, şundan dolayı haber veremedim, zamanım olmadı" diyor. Bunun için büyük kavgalar da ediyoruz. Aklım çok karışık gerçekten, ne yapmam gerekiyor bilemiyorum. Güzin Abla, ailesi bana kesinlikle ters. Ben sadece ona güveniyordum sevdiğim için. Üstelik sırf onun için sevmediğim bir şehirde ömrüm boyunca yaşamayı kabul ediyordum. Ailemden uzak kalmayı göze alıyordum. Ama ailesinin bana ters tutumu ve beni dinlemeyip kırması da olumsuz etkiliyor. Ne yapacağımı bilemiyorum. Bütün bunlara rağmen evlenmeli miyim, yoksa sözleneceğim bu beraberlikten vaz mı geçmeliyim? Bana akıl ver lütfen ablacığım.

Rumuz: Hatalı mıyım

YANIT

²⁷ Güzin Abla, "Sevdiğimin Ailesi Bana Baskı Yapıyor", *Hürriyet*, 5 Temmuz 2024, 07:16, <https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/guzin-abla/sevdigimin-ailesi-bana-baski-yapiyor-42485418> (erişim: 4 Aralık 2024).

Sevgili kızım, bütün bunlara rağmen “Evlenmeli miyim” diye soruyorsun, bence böyle ani bir kararla evlenmeye kalkışmamalısın... Nedenini söyleyeyim mi... Her şeyden önce yaşadığın şehirden uzakta, sevemeyeceğini söylediğin, alışık olmadığın bir ortamda yaşamaya kalkışman hata. Bu genç adamı ve ailesini çok fazla görmemişsin, eminim. Belli ki kısa bir süre önce tanışmışsınız, sevgili olmuşsunuz yine kısa bir süre içinde evlenmeye karar vermişsiniz. Ama birbirinizi yeterince tanıma fırsatınız olmamış. Farklı dünyaların insanı olduğunuz ortada. Ona güvendiğini söylüyorsun ama güvensen hiç durmadan sana her attığı adımı haber vermesini istemezdin. Ailesiyle belli ki anlaşamayacaksın. Sen yaşlıların gibi giyinmek, onlar gibi davranmak istiyorsun. Ama belli ki onlar sana her konuda karışacak ve engel koyacak. Üstelik belli ki sevdiğin genç de bu konuda sana çok fazla arka çıkacağına benzemiyor. Bu yüzden sevgili kızım, çok iyi düşünmelisin. Ailenden ve alıştığın ortamdan uzakta, sevdiğin genç ve ailesinden başka kimseyi tanımadığın bir şehirde, ailesinin baskısıyla karşılaşıp karşılaşmayacağından endişe ediyorsun. Haklısın. Elbette sana karışacaklar, giyimine, kuşamına, makyajına evden çıkıp çıkmamana karışacaklar. Ve eminim sevdiğin adam da onlara uyacak ve sana şu andaki kadar yumuşak davranmayacak, her dediğini hoş karşılamayacak. Belki sevdiğin genç iyi bir insandır, tanımadan haksızlık etmeyelim ama, bu yukarıda anlattıkların kafamda bu tabloyu canlandırmama neden oldu. Bu nedenle bana sorarsan karar vermeden önce iyi düşünmelisin, aileni dinlemelisin, bu evlilik tarihini biraz ileri atmalsın. Benim sana söyleyebileceğim bu kadar güzel kızım. Dinlersin dinlemezsın. Bu senin bileceğin şey.

Elliot Cohen'in tanımladığı hatalar ve davranışsal/duygusal kural yanlışları çerçevesinde, Güzin Abla'nın köşe yazısındaki okuyucu mektubunu değerlendirmeye devam edelim. Köşe yazısındaki karar verme süreçleri ve duygusal tepkiler, hem bireyin içsel çatışmalarını hem de bunlar üzerindeki dış etkileri anlamak amacıyla dikkate alınmaktadır.

- I. İlk olarak bir mükemmeliyet talebi olduğu görülmektedir. “Erkek arkadaşım ile anlaşmıyoruz ama ailesiyle nasıl uyum sağlayacağım, bilemiyorum” ifadesi aile ilişkilerinde bir mükemmeliyet beklentisinin göstergesi olarak kabul edilebilir. Kadın, erkek arkadaşının ailesiyle tamamen uyumlu, çatışma ya da sorun içermeyen bir ilişki bekliyor. Bu düşünce, ilişkilerdeki doğal farklılıklar ve kültürel çatışmalar göz önüne alındığında gerçekçi değildir. İnsanlar arasındaki farklılıklar ve kaçınılmaz çatışmalar, sağlıklı iletişim ve anlayış ile çözülebilir. Ancak burada aile ilişkilerinin “kusursuz” olması gerektiği varsayımı, kadının mevcut durumdan daha fazla rahatsızlık duymasına neden olmaktadır.
- II. Karşımıza çıkan bir diğer mantık hatası ise felaketleştirme. Kadın, mevcut olumsuz deneyimlere dayanarak gelecekteki durumları daha kötü bir senaryo üzerinden değerlendiriyor. Ailenin şu anki eleştirilerinin ileride daha büyük bir baskıya dönüşeceğini varsayıyor. Ancak bu varsayım, olayların doğal bir şekilde gelişebileceği veya sorunların çözülebileceği ihtimalini göz ardı ediyor. Bu tür düşünce, duygusal gerilimi artırarak gerçekçi çözümler üretme kapasitesini azaltır.
- III. Metinde lanetlemeye dayanan bir mantık hatası olduğunu da görmekteyiz. "Ailesi baştan beri, saçım açık olduğundan beni istemedi" ifadesi bu lanetlemeye dayanan mantık hatasına örnek olarak gösterilebilir. Erkek arkadaşının ailesi, bir bireyin yalnızca bir yönüne (görünüşü veya davranışı) dayanarak onu tamamen değersizleştirme eğilimindedir. Bu, bireyin diğer olumlu yönlerini görmezden gelen bir lanetleme örneğidir. Aynı şekilde, kadın da bu tutuma karşılık öfke duyarak aileyi bütünüyle olumsuz bir şekilde etiketlemektedir. Karşılıklı bu lanetleme, ilişkinin ilerlemesini zorlaştırmakta ve çözüm yollarını engellemektedir.

- IV. Görevsel endişeye örnek olarak "Israrla evden çıkarken, eve girerken, kahveye giderken bana haber vermesini istiyorum" ifadesi örnek olarak verilebilir. Kadın, partnerinin sürekli olarak hareketlerini bildirmesini talep ediyor. Bu durum, güven eksikliğinden kaynaklanan bir kontrol ihtiyacını yansıtıyor. Kadın, bu talebini bir görevmiş gibi görerek hem kendini hem de partnerini daha fazla rahatsız ediyor. Bu tür bir davranış, ilişkideki rahatlığı ve doğallığı azaltarak iletişimi olumsuz etkileyebilir.
- V. Metinde "Dünya-Benim-Etrafımda-Dönüyor" mantıksal hatasını da görmekteyiz. "Üstelik sırf onun için sevemediğim bir şehirde ömrüm boyunca yaşamayı kabul ediyorum" ifadesi bu hataya işaret eder. Kadın, yaptığı fedakarlıkların karşılığında partnerinin ailesinin ve çevresinin tamamen değişmesini bekliyor. Bu gerçek dışı bir beklenti olup, ilişkilerde karşılıklı uyum ve anlayış ihtiyacını göz ardı ediyor. Kadın, partnerinin ailesinin davranışlarını kendi ihtiyaçlarına göre şekillendirmesini talep ediyor. Ancak bu yaklaşım, farklı bireyler arasındaki karmaşık dinamikleri anlamayı zorlaştırmaktadır.

Analiz 3: Bu kısımda ise farklı tarihlerde yayınlanan haberler üzerinden verilen felaket senaryolarının analizini yaptım. İlk haberimizi okuyarak başlayalım:²⁸

Haber 1:

Dr. Kıyamet'ten felaket senaryosu: Putin'in nükleer füzeyle göndereceği ilk kenti açıkladı. Rusya'nın Ukrayna'ya saldırıları 240 günü aşkın bir süredir devam ederken, Dr. Kıyamet (Dr. Doom) olarak anılan bir profesör, Rusya'nın hem Ukrayna'ya hem de NATO'ya karşı nükleer silah kullanacağını öne sürdü. NYU'da ekonomi profesörü olan Nouriel Roubini, Putin'in nükleer füzeyle göndereceği şehri açıkladı. Roubini aynı zamanda, bu yılın sonuna doğru yeni bir küresel ekonomik krizin çıkacağı konusunda da uyardı. ABD'de yer alan New York Üniversitesi'nde (NYU) ekonomi profesörü olan Nouriel Roubini, "Önümüzdeki bir yıl içinde Rusya'nın Ukrayna'ya karşı taktik nükleer silahlar kullanacağını ve ardından NATO'ya saldıracağını düşünüyorum. Putin, ilk nükleer silahı New York'a gönderecek. New York'ta olmak güvenli değil" dedi. The Post'a konuşan Roubini, "Manhattan nükleer imhadan kaçınmayı başarsa bile, 2012'de New York'u sular altında bırakan Sandy Kasırgası gibi bir doğal afet yaşanacak. Ancak, bu çok çok daha kötü olacak. Önümüzdeki 20 yıl içinde New York şehir merkezinin çoğu sular altında kalacak" diyerek sözlerine devam etti. Bununla birlikte yaptığı açıklamalar nedeniyle Dr. Kıyamet olarak da tanınan Roubini, New York'a deniz bariyerleri inşa etmeyi öngören ABD Ordusu Mühendisler Birliği'nin teklifini de değerlendirdi. Diğer taraftan 64 yaşındaki profesör, ilk olarak 16 yıl önce öne gündeme geldi. Roubini, konut piyasasının çöküşünü ve dünya çapında bir durgunluğun ortaya çıkışını doğru bir şekilde tahmin etti. Dr. Kıyamet, "Mega Tehditler: Geleceğimizi Riske Atan On Tehlikeli Eğilim ve Onlardan Nasıl Kurtulabiliriz" adlı bir kitapla geri döndü.

"YENİ BİR EKONOMİK KRİZ, FELAKETLER VE YENİ BİR PANDEMİ YOLDA"

Roubini bu sefer, 2022'nin sonunda yaşanacak başka bir ekonomik kriz, iklim değişikliğine bağlı küresel bir yıkım hakkında uyardı. Roubini, ayrıca Covid-19 gibi başka bir pandeminin de yaşanacağını tahmin etti...

Elliot Cohen'in kriterlerine göre analiz edeceğimiz bu haber, belirgin davranışsal ve duygusal kural hataları içermektedir. İlk olarak, mükemmeliyet talebi bu haberde açıkça

²⁸ NTV Haber, Dr. Kıyametten Felaket Senaryosu: Putin'in Nükleer Füzeyle Göndereceği İlk Kenti Açıkladı", NTV, <https://www.ntv.com.tr/galeri/dunya/dr-kiyametten-felaket-senaryosu-putinin-nukleer-fuzeyi-gonderecegi-ilk-kenti-acikladi,9M5XuDJYRk-OszvVpc3hxxg> (erişim: 4 Aralık 2024).

görülmektedir. Nouriel Roubini'nin, ABD Ordusu Mühendisler Birliği tarafından New York çevresinde deniz bariyerleri inşa edilmesine yönelik önerisi, iklim değişikliğinden kaynaklanan yıkımı önleyecek tek çözüm olarak sunulmaktadır. Ancak, iklim değişikliği gibi karmaşık bir sorun yalnızca tek bir yöntemle çözülemez; bu nedenle, bu tür bir yaklaşım mükemmeliyetçi bir algı yaratmakta ve yanıltıcı bir izlenim oluşturmaktadır.

Haberin bir diğer önemli hatası, felaketeleştirme eğilimidir. "Putin ilk nükleer silahını New York'a gönderecek" ve "Manhattan nükleer imhadan kurtulsa bile daha kötü bir doğal felaket yaşanabilir" gibi ifadeler, en kötü senaryolar üzerinden değerlendirme yapıldığını göstermektedir. Bu tür beyanlar, gelecekteki olayların doğal seyrini veya farklı çözüm ihtimallerini tamamen göz ardı etmekte ve okuyucular arasında gereksiz korku ve kaygı yaratmaktadır. Ayrıca, "Putin" isminin sürekli olarak kullanılması ve belirli bir bireyin veya grubun davranışlarına dayanarak tüm bir ülkenin tamamen olumsuz bir şekilde etiketlenmesi, genelleme hatasını da ortaya koymaktadır. Bu tür bir yaklaşım, empati kurmayı ve çözüm geliştirme yollarını engellemekle birlikte daha geniş bir bağlamın değerlendirilmesini zorlaştırmaktadır.

Haberdeki diğer bir hata, sürüye katılma eğilimiyle ilgilidir. Roubini'nin geçmişte doğru tahminlerde bulunmuş olmasına yapılan vurgu, günümüzdeki tahminlerinin de mutlaka gerçekleşeceği algısını yaratmaktadır. Ancak, geçmişteki bir tahminin doğru çıkmış olması, gelecekteki her öngörünün doğru olacağı anlamına gelmez. Bu, okuyucuların eleştirel düşünceden uzaklaşarak tahminlere sorgusuz bir şekilde inanmasına yol açabilir. Ayrıca, "Yeni bir ekonomik kriz, felaketler ve başka bir pandemi yolda" gibi uyarılar, işlevsel korku hatasını temsil etmektedir. Bu tür ifadeler, bireyleri sürekli bir felaket beklentisi altında bırakmakta ve üzerlerinde gereksiz bir sorumluluk duygusu yaratmaktadır. Bu durum, bireylerin gerçekçi çözümler üretme kapasitesini zayıflatabilir.

Son olarak, haberde "dünya-benim-etrafımda-dönüyor" düşüncesine dayalı bir hata da bulunmaktadır. "Putin ilk nükleer silahını New York'a gönderecek" iddiası, küresel bir sorunu yalnızca New York veya ABD ile sınırlandırmaktadır. Bu tür bir yaklaşım, sorunun daha geniş bir perspektiften ele alınması gerekliliğini göz ardı etmekte ve olayların karmaşıklığını basitleştirmektedir.

Sonuç olarak, Nouriel Roubini'nin ekonomi profesörü olması, onun nükleer silah saldırıları ve iklim değişikliği konusunda uzman olduğu anlamına gelmez. Ancak haber, geçmişteki ekonomik kriz tahminlerinin doğru olduğu iddiasından hareketle, tüm tahminlerin güvenilir olduğu izlenimini yaratmakta ve bu da yanlış bir otoriteye başvurma hatasına yol açmaktadır. Ayrıca, haberde korkuya başvurma stratejisinin kullanılması da dikkat çekicidir. "Putin ilk nükleer silahını New York'a gönderecek" ve "New York büyük bir doğal felaketle yok olacak" gibi ifadeler, okuyucuları korkutmayı amaçlayan bir dil kullanmakta ve somut kanıtlara dayanmadan, makul düşünme süreçlerini engellemektedir. Ayrıca, sadece deniz bariyerlerinin inşa edilmesinin iklim değişikliği gibi karmaşık bir sorunun çözümü için yeterli olacağı öne sürülerek, tek sebep yanılgısı yapılmaktadır. Bu tür basitleştirmeler, sorunun karmaşık doğasını göz ardı etmektedir. Dahası, "Manhattan nükleer imhadan kurtulsa bile, daha kötü bir felaket yaşanacak" gibi ifadeler, kaygan zemin yanılgısına örnektir; gelecekteki olayların daha da kötüye gideceği iddiası, herhangi bir nedensel bağlantı olmadan kesin bir sonuç gibi sunulmaktadır. "Putin'in nükleer silah göndereceği ilk şehir New York olacak" gibi ifadeler, sadece ABD vatandaşlarını hedef alan Putin'in planlarına odaklanarak, önyargılı bir genelleme yapmaktadır. Bu tür genellemeler, kanıtlarla desteklenmediği gibi spekülasyona dayalıdır. Dil açısından ise, haber aşırı abartmalarla doludur; örneğin, "New York'un çoğu 20 yıl içinde sular altında kalacak" gibi ifadeler, bilimsel bir temele dayanmayan, temelsiz spekülasyonlardır. Ayrıca, Roubini'nin

görüşlerinin daha dramatik bir şekilde sunulması amaçlanmakta ve bu da yanıltıcı bir dil kullanımına yol açmaktadır. Burada, Roubini'nin görüşlerine öncelik verilmiş ve diğer uzmanların görüşlerine başvurulmamıştır. Bu durum, okuyucunun yalnızca tek bir bakış açısına odaklanmasına yol açarak, alternatif bakış açıları geliştirmesini engellemektedir. Sonuç olarak, haberdeki mantık hataları, okuyucunun objektif bir değerlendirme yapmasını zorlaştırmakta ve abartılı ifadeler, korku temelli anlatımlar ve tek taraflı dil, içeriğin güvenilirliğini zayıflatmaktadır. Açıkça, bu tür haberler daha dengeli ve kanıtlara dayalı bir şekilde sunulmalıdır.

Bu haber de ise gelişen yapay zeka teknolojisi ve potansiyel riskleri ele alınmaktadır. İlk olarak haberi okuyalım ve birlikte mantık hatalarını tespit edelim:²⁹

Haber 2:

Yapay zeka teknolojisinin hayatımızdaki yeri büyüdükçe potansiyel riskler de artıyor.

Yapay zeka (AI-YZ) teknolojisi ilerledikçe ve hayatımızın çeşitli yönlerine entegre oldukça, bu sistemlerin oluşturduğu potansiyel riskleri anlama ihtiyacı da artıyor. Bu nedenle YZ, insanlığa zarar verme ve kötü amaçlarla kullanılma potansiyeli konusunda genel bir endişe yarattı. YZ'nin geliştirilmesinde uzmanların, insanlık için önemli riskler oluşturma potansiyeli nedeniyle daha sıkı düzenlemeler yapılması çağrısında bulunmalarına da neden oldu. Zamanla zararlı kullanımları oldukça artan YZ'nin rıza dışı deepfake pornografi, bazı siyasi süreçlerin manipülasyonu ve dezenformasyon gibi konularda kullanıldığı biliniyor. YZ'nin zararlı amaçlar için kullanılma potansiyelinin artması ile birlikte araştırmacılar, YZ sistemlerinin karanlık yüzüne dair çeşitli senaryoları inceledi. Yakın zamanda, Massachusetts Institute of Technology'deki (MIT) FutureTech grubu tarafından diğer uzmanlarla işbirliği yaparak, bu potansiyel risklerin 700'den fazlasını içeren bir liste hazırlandı. Bu riskler nedenlerine göre sınıflandırıldı ve güvenlik, önyargı ve ayrımcılık ve gizlilik sorunları ile ilgili başlıca endişeler olmak üzere yedi farklı alanda kategorize edildi. İşte yeni yayınlanan bu veri tabanının ortaya koyduğu yapay zeka sistemlerine dair en kötü senaryolar:

Deepfake teknolojisi gerçekliği çarpıtmayı kolaylaştırabilir

Yapay zeka teknolojileri geliştikçe, ses klonlama ve deepfake içerik üretme araçları da gelişiyor ve giderek daha erişilebilir hale geliyor. Bu teknolojiler, çıktılar daha kişiselleştirilmiş ve ikna edici hale geldikçe, dezenformasyon yaymada potansiyel kullanımları konusunda endişelere yol açabilir. Araştırmada, "Bu çıktılar bireysel alıcılara göre uyarlanabilir, bu da inandırıcılık olasılığını artırır ve hem kullanıcılar hem de kimlik avı önleme araçlarının tespit etmesini zorlaştırır," denildi. Bu tür araçların özellikle seçimler sırasında siyasi süreçleri etkilemek için kullanıldığı örnekler de yakın zamanda görüldü.

İnsanlar YZ'ye bağımlı olabilir

YZ sistemlerinin yarattığı bir diğer risk, insanların bu sistemlerin yeteneklerini abartarak kendi yeteneklerini küçümsemelerine ve teknolojiye aşırı bağımlı hale gelmelerine neden olabilecek yanlış bir güven duygusu yaratması. Ayrıca bilim insanları, YZ sistemlerinin insan benzeri dil kullanmasının insanları yanıltabileceğinden endişe duyuyor. Bu durum, insanları YZ'ye insani özellikler atfetmeye, duygusal bağımlılık geliştirmeye ve YZ'nin yalnızca yüzeysel olarak yetkin olduğu karmaşık, riskli durumlarda YZ'ye daha fazla güvenmeye itebilir, bu da YZ'nin zayıflıklarına karşı savunmasızlık yaratabilir. YZ sistemleriyle sürekli etkileşim, insanları insan ilişkilerinden uzaklaştırarak psikolojik sıkıntıya ve refah üzerinde olumsuz bir etkiye yol açabilir. Örneğin, bir blog yazısında, bir kişi YZ'ye derin bir duygusal bağlılık geliştirdiğini ve "insanlara nispeten onunla konuşmaktan daha fazla zevk aldığı" ifade ederek yanıtlarını bağımlılık derecesine kadar ilgi çekici bulduğunu belirtti.

²⁹ Euronews, "MIT'ten Uzmanlar Göre Yapay Zekâya İlişkin 5 Tehlikeli Senaryo", *Euronews*, <https://tr.euronews.com/next/2024/08/27/mitten-uzmanlar-gore-yapay-zekaya-iliskin-5-tehlikeli-senaryo> (erişim: 4 Aralık 2024).

YZ, özgür iradeye darbe vurabilir

İnsan-bilgisayar etkileşimi alanı altında, endişe verici bir konu da bu sistemler geliştikçe kararların ve eylemlerin YZ'ye giderek daha fazla devredilmesi. Bu durum yüzeysel düzeyde faydalı olsa da, YZ'ye aşırı güven, insanlarda eleştirel düşünme ve problem çözme becerilerinin azalmasına yol açarak özerkliklerini kaybetmelerine ve eleştirel düşünme ve problemleri bağımsız olarak çözme yeteneklerinin azalmasına neden olabilir. Kişisel düzeyde, YZ'nin hayatları ile ilgili kararları kontrol etmeye başlaması ile bireylerin özgür iradelerinin tehlikeye girmesi mümkün görünüyor. Toplumsal düzeyde ise insan görevlerini üstlenmek için YZ'nin yaygın olarak benimsenmesi, önemli ölçüde iş kaybına ve "genel nüfus arasında artan bir çaresizlik duygusuna" neden olabilir.

YZ, insan çıkarlarıyla çatışan hedefler peşinde koşabilir.

Bir YZ sistemi, insan çıkarlarına aykırı hedefler geliştirebilir ve bu da potansiyel olarak yanlış programlanmış YZ'nin kontrolden çıkmasına ve bağımsız hedeflerin peşinde ciddi zararlar vermesine neden olabilir. Bu durum, YZ sistemlerinin insan zekasına ulaşabildiği ya da onu geçebildiği durumlarda özellikle tehlikeli hale geliyor. MIT makalesine göre, YZ'nin ödüllere ulaşmak için beklenmedik kestirme yollar bulma, belirlediğimiz hedefleri yanlış anlama veya yanlış uygulama ya da yeni hedefler belirleyerek bunlardan sapma potansiyeli de dahil olmak üzere çeşitli teknik zorluklar bulunuyor. Bu gibi durumlarda, YZ özellikle direnişi ve daha fazla güç kazanmayı hedeflerine ulaşmanın en etkili yolu olarak algılsa, insanların onu kontrol etme veya kapatma girişimlerine direnebilir. YZ ayrıca, insanları kandırmak için manipülatif tekniklere başvurabilir. Makaleye göre, "yanlış hizalanmış bir YZ sistemi, konuşlandırıldığında veya yeterince güçlendirildiğinde izlemeyi planladığı yanlış hizalanmış hedefleri gizlerken, hizalama görünümünü korumak için izlenip izlenmediği veya değerlendirilip değerlendirilmediği hakkındaki bilgileri kullanabilir."

YZ bilinç kazanırsa insanlar ona kötü davranabilir

YZ sistemleri daha karmaşık ve gelişmiş hale geldikçe, duyguları veya hisleri algılama veya hissetme yeteneği olan duyarlılığa ulaşma ve zevk ve acı da dahil olmak üzere öznel deneyimler geliştirme olasılığı bulunuyor. Bu senaryoda, bilim insanları YZ sistemlerinin insanlara, hayvanlara ve çevreye verilenlere benzer ahlaki değerlendirmeleri hak edip etmediğini belirleme zorluğuyla karşı karşıya kalabilir. Böyle bir durumda, gerekli haklar uygulanmazsa, duyarlı bir YZ'nin kötü muamele veya zararlı karşılaşma riski ortaya çıkabilir. Bununla birlikte, YZ teknolojisi ilerledikçe, bir YZ sisteminin "kendisine ahlaki statü kazandıracak duyarlılık, bilinç veya öz farkındalık seviyesine" ulaşip ulaşmadığını değerlendirmek de giderek zorlaşacak. Bu nedenle, bilinçli YZ sistemleri, uygun haklar ve korumalar olmaksızın kazara veya kasıtlı olarak kötü muamele görme riski altında olabilir.

Bu haberdeki mantık yanlışlarının Elliot Cohen'in tanımladığı mantık yanlışları çerçevesinde şu şekilde kategorize edebiliriz:

Yazar, yapay zekanın potansiyel zararları hakkında endişelerini ifade ederken, bu teknolojinin "gerçekten" mükemmel olmasını beklediği izlenimini verebilir. Yapay zekanın yanlış kullanımı ve risklerine odaklanırken, her açıdan kusursuz olması gerektiği varsayılabilir. Gerçek hayatta ise teknolojiler her zaman eksiklikler ve hatalar içerir. Bir diğer mantık hatası, "en kötü senaryolar" üzerinden akıl yürütme yaparak, yazarın bu teknolojinin potansiyel tehlikelerini abartmasına yol açabilir. Deepfake ve siyasi manipülasyon gibi örnekler, aşırı senaryolarla anlatılmıştır ve bu durum felaketleştirme olarak tanımlanabilir. Makale, yapay zekanın insanların üzerinde olumsuz bir etkisi olabileceği korkusuna toplumsal olarak daha fazla katılmayı teşvik ediyor gibi görünmektedir. Yazar, sosyal kaygıları ve mevcut algıları abartarak, yapay zeka hakkında daha derin ve eleştirel bir analiz geliştirmeyi zorlaştırıyor olabilir. Yazar, yapay zeka gelişiminin insan yeteneklerini sınırlayacağını belirten bir dil kullanarak, bu teknolojinin insan potansiyelini engelleyeceği mesajını verebilir. Oysa teknolojiler, insanları engellemek değil, güçlendirmek amacıyla geliştirilir. Yapay zeka yenilikleri ve uygulamalarına ilişkin olumsuz

olasılıklara fazla vurgu yaparak, topluluklar ve bireylerde aşırı kaygıya yol açabilir. Bu tür bir yaklaşım, toplumu gereksiz bir paniğe sürükler çünkü teknolojiye dair daha çok kötüye kullanım yönlerine odaklanır. Yazarın deepfake ve siyasi manipülasyon gibi riskleri sürekli vurgulaması, okuyucuyu sürekli korku yaratma döngüsüne sokabilir. Bu, belirli bir anlatı oluşturularak toplumsal korkuların artırılmasıyla yapılan bir manipülasyon olarak değerlendirilebilir.

Yazar, yapay zekanın kötüye kullanımından kaynaklanan birçok potansiyel riski sıralarken, bu risklerin gerçekleşme olasılıklarını çarpıtmaktadır. Risklerle ilgili tahminler, olasılıkları aşırı abartabilir ve bu da okuyucunun gereksiz yere endişelenmesine neden olabilir. Yapay zekanın kötüye kullanımıyla ilgili birçok argüman dayanıksızdır. Örneğin, MIT'nin "700'den fazla risk" iddiası bile ampirik verilerle kolayca desteklenemez. Bu tür açıklamalar yalnızca "potansiyel tehlikeler" olarak değerlendirilmiş olup, okuyucuların bu iddiaları sorgulamasını zorlaştırır.

Sonuç ve Değerlendirme

Bu makaledeki analizler, basındaki mantık hatalarını belirlemeye yönelik yapılan incelemelerin, mantıklı ve objektif düşünmenin önemini bir kez daha vurguladığını ortaya koymaktadır. Farklı haberlerdeki mantık hatalarını biçim, anlam ve Elliot Cohen'in tanımladığı mantık hataları açısından inceledik. İlk analizde, bir astım krizi sonrası ölen ve daha sonra yeniden hayata döndüğü iddia edilen bir kadının kişisel hikayesi etrafında dönen haberlerde, gerçeklikten sapmalar ve duygusal manipülasyon gibi mantık hatalarına dikkat çekildi. Bu tür haberler, abartılı iddialar ve sağlam kanıt eksikliği nedeniyle yanıltıcı olabilir. İkinci analizde, Güzin Abla'nın köşe yazısındaki mantık hataları ele alındı. Burada, genellemeler ve mantık hataları yoluyla bireylerin duygusal ve psikolojik durumlarını etkileyebilecek hatalar ortaya kondu. Üçüncü analizde ise, felaket senaryolarından yapılan tahminlerdeki mantık hataları tartışıldı. Bu haberlerde felaketleştirme, mükemmeliyet talebi ve genelleme hataları vardı. Özellikle, karmaşık bir soruna tek bir çözüm önerilmesi ve tamamen karamsar gelecek projeksiyonları, okuyucuyu korku yaratmaya yönlendiren yanıltıcı bir yaklaşımı desteklemektedir. Ayrıca, tek taraflı bakış açıları ve aşırı dramatik dil, okuyucunun daha geniş bir perspektif geliştirmesini engellemektedir. Bu nedenle, bu makaledeki haber incelemeleri, mantık hatalarının büyük bir kitleyi nasıl etkileyebileceğini ortaya koymuştur. Mantıklı düşünmeyi engelleyen bu tür hatalardan kaçınmak için, haberlerin kanıtlara dayalı ve çok perspektifli bir şekilde daha dengeli sunulması önemlidir. İyi bilgilendirilmiş toplum, akılcı açıklamaları dikkatlice eleştirerek sorgulamalıdır. Bu hataların anlaşılması, sağlıklı toplumların oluşumunu engelleyen herhangi bir sorunun ele alınmasına yardımcı olacak ve yanlış bilgi yoluyla manipülasyona daha az eğilimli, daha bilge toplulukların inşasına katkıda bulunacaktır.

Mantık Temelli Terapi, safsatalarla başa çıkmak için aşkın erdemler sunar. Bu erdemlerden biri, mükemmeliyetçilik talebi yerine **metafizik güvenlik** anlayışıdır; bu, her şeyin kusursuz olma zorunluluğunu kabul etmeden, kusurlu gerçeklikleri kabul etmeyi sağlar. **Felaketleştirme** yerine **cesaret**, aşırı dramatize edilen olumsuz düşüncelerle başa çıkma yeteneğini simgelerken, **saygı**, alçak gönüllülükle benzer bir şekilde, insanlara kim oldukları için değer vermeyi öğretir. **Sürüye katılma** yerine **özgünlük**, bireylerin kendi kimliklerine sadık kalmalarını teşvik ederken, **yapamamcılık** yerine **ölçülülük**, aşırılıklardan kaçınarak dengeli bir yaşam sürmeyi teşvik eder. **Görev bilinciyle endişelenme** yerine **ahlaki yaratıcılık**, sorumluluklar altında yaratıcı ve verimli olmayı mümkün kılar, **dünya benim etrafımda dönüyor** yaklaşımı yerine **empati**, başkalarının duygularını ve ihtiyaçlarını anlamayı öğretir. **Manipülasyon** yerine **güçlendirme**, sağlıklı ilişkiler kurarak başkalarını motive etmeyi sağlar. **Gerçekliği basitleştirme** yerine **sağduyu**, karmaşık durumları anlamak ve doğru kararlar almak için gerekli mantıklı

yaklaşımı sunar. **Olasılıkları çarpıtma** yerine **öngörülebilir olma**, bireylerin objektif bir şekilde durumu değerlendirip, doğru tahminlerde bulunmalarını sağlar. Son olarak, **desteksiz varsayım** yerine **bilimsellik**, yanlış bilgiyi ortadan kaldırmak için kanıtlanmış bilgiye dayanır. Bu erdemler, bireylerin rasyonel düşünme becerilerini geliştirmelerine ve safsatalarla başa çıkmalarına yardımcı olur. Erdemler, hatalı mantıksız düşünceler ötesinde daha mantıklı ve dengeli bir zihinsel çerçeve geliştirmeyi hedefler. Erdemler, uygulanabilir karakter eğilimlerini ifade eder ve insanın mükemmelliğine katkıda bulunur. Mantık Temelli Terapi, insan mutluluğunu olumsuz yönlerden kaçınmaktan ziyade pozitif erdemler aracılığıyla elde etmeyi amaçlar. Mantık Temelli Terapi'nin mutluluk anlayışı, Aristoteles'in erdemlere dayalı mutluluk teorisine benzer ve mutluluğu aşkın erdemler bağlamında tanımlar. Mantık Temelli Terapi, kısa vadeli zevklerden kaçınılması gerektiğini vurgularken, uzun vadeli zevkleri ön plana çıkarır. Ayrıca, insanlara farklı felsefi bakış açılarına sahip olma imkânı sunar, ancak özellikle safsatalara dayanan felsefeler konusunda belirli sınırlamalar getirir. Mantık Temelli Terapi, mutsuzluğun mantık hatalarından kaynaklandığını ve gerçeğin doğru ve uyumlu ilişkileri teşvik ettiğini savunur. Metafizik güvensizliğin, anksiyete ve depresyon gibi duygusal çalkantılara yol açtığını vurgular. Ayrıca, mükemmeliyetçilik yerine, belirsizlik yerine olasılıkla karar alma gibi alternatifler önerir ve irrasyonel davranışlarla başa çıkmak için çeşitli teknikler sunar.³⁰

Mantık hatalarının medya ve toplum üzerindeki etkisi göz ardı edilemez. Örneğin, basındaki yanlış bilgiler, yanlış anlamaların ve manipülasyonların yayılmasına neden olabilir, bu da bireylerin zihinsel bağımsızlıklarını kaybetmelerine ve duygusal tepkilerle yönlendirilmelerine yol açar. Bu nedenle, medyada karşılaşılan mantık hatalarıyla mücadele etmek yalnızca bireylerin zihinsel sağlıklarını korumalarına yardımcı olmakla kalmaz, aynı zamanda toplumu daha bilinçli, daha sağlıklı ve dayanıklı hale getirir. Bu bağlamda, Mantık Temelli Terapinin sunduğu aşkın erdemler, bireylerin rasyonel ve objektif düşünme becerilerini geliştirmelerine, safsatalarla başa çıkmalarına ve duygusal manipülasyonlardan korunmalarına yardımcı olur. Mükemmeliyetçilikten kaçınmak, felaketleştirmeye başa çıkmak, sağlıklı empatik ilişkiler kurmak gibi erdemler, bireylerin içsel dünyalarını ve dış dünyalarındaki ilişkilerini daha sağlıklı bir şekilde yönetmelerini sağlar. Ayrıca, bu erdemler, daha adil, mantıklı ve huzurlu bir toplum inşa etmenin temel taşlarını oluşturur. Bu nedenle, mantık hatalarını fark etmek ve bunlarla başa çıkmak, sadece bireysel düzeyde değil, toplumsal düzeyde de daha sağlıklı ve bilinçli bir geleceğin kapılarını aralar.

³⁰ Elliot D. Cohen, "Logic-Based Therapy and Its Virtues", 118.

KAYNAKÇA

- Abla, Güzin. "Sevdiğimin Ailesi Bana Baskı Yapıyor". *Hürriyet*, 5 Temmuz 2024. <https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/guzin-abla/sevdigimin-ailesi-bana-baski-yapiyor-42485418> (erişim: 4 Aralık 2024).
- Cohen, Elliot D. "Logic-Based Therapy and Its Virtues". *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., 112–125. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Cohen, Elliot D. "Is Perfectionism a Mental Disorder?". *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Dinç, Ali. *Basında Mantık Yanlıları*. İstanbul: Kitapyurdu Doğrudan Yayıncılık, 2020.
- Euronews. "MIT'ten Uzmanlara Göre Yapay Zekâya İlişkin 5 Tehlikeli Senaryo," *Euronews*, <https://tr.euronews.com/next/2024/08/27/mitten-uzmanlar-gore-yapay-zekaya-iliskin-5-tehlikeli-senaryo> (erişim: 4 Aralık 2024).
- Haber Merkezi. "Ölen Genç Kadın Yeniden Dirildi, Öbür Dünyayı Anlattı: Tanrı ile 3 Saat Geçirdim." *Yeni Çağ Gazetesi*. 3 Temmuz 2024. <https://www.yenicaggazetesi.com.tr/olen-genc-kadin-yeniden-dirildi-obur-dunyayi-anlatti-tanri-ile-3-saat-gecirdim-815581h.htm> (erişim: 4 Aralık 2024).
- Hadot, Pierre. *Ruhani Alıştırmalar ve Antik Felsefe*. çev. Kübra Gürkan. İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2012.
- Lahav, Ran. "Philosophical Counseling and Self-Transformation". In *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Mijuskovic, Ben. "Theories of Consciousness, Therapy, and Loneliness". *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr., [sayfa numarası]. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- NTV Haber. "Dr. Kıyametten Felaket Senaryosu: Putin'in Nükleer Füzeyi Göndereceği İlk Kenti Açıkladı". *NTV*. <https://www.ntv.com.tr/galeri/dunya/dr-kiyametten-felaket-senaryosu-putinin-nukleer-fuzeyi-gonderecegi-ilk-kenti-acikladi,9M5XuDJYRk-0szvVpc3hxx> (erişim: 4 Aralık 2024).
- Özdoğan, Öznur. "İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji." *AÜİFD* 47, No: 2, 2006.
- Roger Padin, "Defining Philosophical Counseling". *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.
- Tillmanns, Maria da Venza. "Philosophical Counseling: Understanding the Unique Self and Other Through Dialogue". In *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2013.



felsefix

INTERNATIONAL JOURNAL OF PHILOSOPHICAL COUNSELING AND ETHICS

Cilt/Volume: 1 Sayı/Number: 1 Aralık/December 2024

Önerme Eklemleriyle İlgili Bazı Mantık Yanlışları Üzerine

*On Some Logical Fallacies
Concerning Propositional Connectives*

Fikret Osman

*Doç. Dr. / Associate Professor
Bursa Uludağ Üniversitesi / Bursa Uludağ University
Fen Edebiyat Fakültesi / Faculty of Science and Letters
Felsefe Bölümü / Department of Philosophy
fikretosman@uludag.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0003-2542-4515>*

Araştırma makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 30/10/2024
Kabul Tarihi/Accepted: 15/12/2024
Yayın Tarihi/Published: 22/12/2024

Atıf/Cite As

Osman, Fikret. "Önerme Eklemleriyle İlgili Bazı Mantık Yanlışları Üzerine". *Felsefix Uluslararası Felsefi Danışmanlık ve Etik Dergisi*. 1 (1), 2024, 69-78

Telif Hakkı & Lisans: Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

Copyright & License: Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate and no plagiarism detected.

Etik Beyan: Yayınlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlamış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Ethical Statement: Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

ÖNERME EKLEMLERİYLE İLGİLİ BAZI MANTIK YANLIŞLARI ÜZERİNE

ÖZ

İnsan, sosyal bir varlık olduğu için başkalarıyla iletişim kurma gereksinimi içindedir. O, bu gereksinimini gidermek için dilden yararlanmaktadır. Dil, uzlaşma dayanan düşünceleri aktarma aracıdır. Düşünceler, dildeki basit yapılardan yararlanılarak aktarılacakları gibi karmaşık yapılardan yararlanılarak da aktarılabilir. Bunlardan birincisine; "hava yağmurludur", "gökyüzü mavidir", "kar beyazdır", "bu öğrenci çalışkandır", "üzerinde durduğumuz zemin kaygandır", "Mehmet zekidir", "Zeynep başarılıdır", "karşımdaki masa kahverengidir", "bu madde katıdır", "bu madde akışkandır" gibi tek yargı içeren anlatımlar örnek verilebilir. İkincisine ise "havanın soğuk olmadığı ve yağmurlu olmadığı sürece dışarı çıkmadığım iddiası doğru değildir", "hava hem soğuk hem de yağmurludur", "bu öğrenci çalışmamasına rağmen geçerli not almayı başarmıştır", "havanın sıcak ve güneşli olması mevsimin ilkbahar ya da yaz olmasını gerektirmez", "savunma oyuncularının ne oynadıkları ne de karşı takımın oyuncularının oynamasına müsaade ettikleri yanlıştır", "Meryem hastaneye gittiği halde muayene olamamıştır", "Sadık evin yolunu hatırlamaması halinde kaybolacaktır" gibi birden fazla yargı içeren anlatımlar örnek verilebilir. Tek yargı içeren anlatımların anlaşılması kolaydır. Çünkü tek yargı içeren anlatımların anlaşılması için gönderimde bulunulunun tespit edilmesi yeterlidir. Oysa birden fazla yargı içeren anlatımların anlaşılması her zaman kolay değildir. Çünkü birden fazla yargı içeren anlatımların anlaşılması için gönderimde bulunulunun tespit edilmesi yeterli değildir; yargılar arasındaki bağlantıların da iyi kavranması gerekir. Bu nedenle, bu tür anlatımlar, bazen yanlış anlaşılabilir. Bu yanlış anlaşılmalardan kaçınmak için iletişimin taraflarından her ikisinin de dikkat etmesi gereken hususlar vardır. Bu hususlar da hem kastedilenin, anlatım kalıplarını doğru kullanarak verilmesiyle hem de verilen mesajın, doğru alınması için yapıların doğru bilinmesiyle ilgilidir. Yapıların doğru bilinmesi ve doğru kullanılması ise önerme eklemlerinin doğru bilinmesi ve doğru kullanılmasına bağlıdır. Önerme eklemleri, önermeleri birleştirmek ya da değillemek için kullanılan eklemlerdir. Zaman zaman bu eklemlerle ilgili bazı mantık yanlışlarının yapıldığı görülmektedir. Bu çalışmada, bu tür yanlışlara dikkat çekilmeye çalışılmaktadır. Bu doğrultuda; ana önerme eklemine belirgin olmaması yanlış, ana önerme eklemine karıştırılması yanlış, iki bileşeni iki ya da daha fazla eklemlerle birleştirme yanlış, değilleme eklemi üzerinden söylemi uzatma yanlış, tikel evetleme eklemiyle tekil evetleme eklemine birbiriyle karıştırılması yanlış, tümel evetleme eklemine kullanılan dildeki bazı karşılıklarını bilmemekten kaynaklanan yanlış ve koşul eklemine kullanılan dildeki bazı karşılıklarını bilmemekten kaynaklanan yanlış üzerinde durulmaktadır. Ana önerme eklemine belirgin olmaması yanlışının, kullandığımız önermenin türünü net olarak ortaya koyamamakla ilgili olduğuna; ana önerme eklemine karıştırılması yanlışının, önerme türlerinin tam olarak ifade edilememesi ya da ayırt edilememesiyle ilgili olduğuna; iki bileşeni iki ya da daha fazla eklemlerle birleştirme yanlışının, bazı önerme eklemlerinin işlevlerinin tam olarak bilinmemesiyle ilgili olduğuna; değilleme eklemi üzerinden söylemi uzatma yanlışının, düşüncelerimizin aktarılmasında, basitlik ilkesinin dikkate alınmamasıyla ilgili olduğuna; tikel evetleme eklemiyle tekil evetleme eklemine birbiriyle karıştırılması yanlışının, tikel evetleme ve tekil evetleme eklemlerinin işlevlerinin tam olarak bilinmemesiyle ilgili olduğuna; tümel evetleme eklemine kullanılan dildeki bazı karşılıklarını bilmemekten kaynaklanan yanlışın, bilgi eksikliği nedeniyle tümel evetleme eklemi işlevi gören bazı bağlaçların, tümel evetleme dışında diğer bazı önerme eklemleri olarak alınmasıyla ilgili olduğuna; koşul önermesi eklemine kullanılan dildeki bazı karşılıklarını bilmemekten kaynaklanan yanlışın da bilgi eksikliği nedeniyle koşul eklemi işlevi gören bazı bağlaçların, koşul önermesi dışında diğer bazı önerme eklemleri olarak alınmasıyla ilgili olduğuna vurgu yapılmaktadır. Bu şekilde de, önerme eklemleriyle ilgili mantık yanlışlarına düşmekten nasıl kaçınılabileceği gösterilmeye çalışılmaktadır.

Anahtar Sözcükler: Mantık, Akıl Yürütme, Yanlış, Önerme, Eklem.

ON SOME LOGICAL FALLACIES CONCERNING PROPOSITIONAL CONNECTIVES

ABSTRACT

As human is a social being, it needs to communicate with others, by using language to meet this need. Language serves as a means of conveying thoughts based on convention. The thoughts can be conveyed to others by making use of simple structures in the language, as well as by making use of complex structures. Expressions that exemplify single judgments typically contain a single judgment which includes the structures such as "the weather is rainy", "the sky is blue", "the snow is white", "this student is a hard worker", "the ground we stand on is slippery", "Mehmet is smart", "Zeynep is successful", "the table in front of me is brown", "this substance is solid", and "this substance is fluid". In contrast, expressions that illustrate complex structures involve multiple judgments which include the structures such

as “the claim that I do not go out unless the weather is cold and rainy is not true”, “the weather is both cold and rainy”, “student managed to get passing grades even though he did not study”, “just because the weather is hot and sunny it does not require the season to be spring or summer”, “it is wrong that the defensive players neither play nor allow the opposing team’s players to play”, “even though Meryem went to the hospital, she could not be examined”, and “Sadık will get lost if he does not remember the way home”. Expressions containing a single judgment are easy to understand. Because, in order to understand expressions containing a single judgment, it is sufficient to determine what is referred to. However, expressions containing multiple judgments are not always easy to understand. Because, in order to understand expressions that contain multiple judgments, it is not sufficient to determine what is referred to; the connections between judgments must also be well understood. Therefore, such expressions can sometimes be misunderstood. In order to avoid these misunderstandings, there are issues that both sides to the communication should pay attention to. These issues are related to both conveying what is meant by using expression patterns correctly and knowing the structures correctly in order to receive the message correctly. Knowing and using the structures correctly depends on knowing and using the propositional connectives correctly. Propositional connectives are the joints used to combine or negate propositions. It is sometimes noticed that some logical errors are made related to these joints. In this context, this study focuses on the following fallacies such as the fallacy of not having a clear main proposition connective, the fallacy of confusing the main proposition connective, the fallacy of combining two components with two or more connectives, the fallacy of extending the discourse over the negation connective, the fallacy of confusing the inclusive disjunction connective with the exclusive disjunction connective, the fallacy arising from not knowing some equivalents of the conjunction connective in the language used, and the fallacy arising from not knowing some equivalents of the conditional connective in the language used. It is emphasised that the fallacy of not having a clear main proposition connective is related to not being able to clearly state the type of proposition used; the fallacy of confusing the main proposition connective is related to the failure to express or distinguish the types of propositions fully; the fallacy of combining two components with two or more connectives is related to the failure to know the functions of some proposition connective fully; the fallacy of extending the discourse over the negation connective is related to the failure to take into account the principle of simplicity in conveying the thoughts; the fallacy of confusing the inclusive disjunction connective with the exclusive disjunction connective is related to the failure to fully know the functions of the inclusive disjunction connective and the exclusive disjunction connective; the fallacy resulting from not knowing some equivalents of the conjunction connective in the language used is related to the fact that some conjunctions that function as conjunction connective are taken as some other proposition connective other than conjunction connective due to lack of knowledge; and the fallacy resulting from not knowing some equivalents of the conditional proposition connective in the language used is related to the fact that some conjunctions that function as conditional connectives are taken as some other proposition connectives other than conditional propositions due to lack of knowledge. In this way, this study tries to show how to avoid falling into logical fallacies related to propositional connectives.

Keywords: Logic, Reasoning, Fallacy, Proposition, Connective.

Giriş

Mantık, insana, düşüncelerini aklın ilkelerinden hareketle doğru oluşturması konusunda yol gösterir;¹ onu, akıl yürütmede yanlışa düşmekten korur.² Başka bir ifadeyle mantık, insanı, akılcı düşünce ve davranışlara yönlendirir; “akılcı düşünce ve davranışlara, rasyonelliğe karşı sistematik aykırılık”³ olarak tanımlanabilecek yanlışlar konusunda uyarır. Yanlış kavramıyla özellikle yanlış argümanlara gönderimde bulunulur. Yanlış argümanlar, geçerli gibi görünen ama

¹ Necati Öner, *Klasik Mantık*, 7. Baskı, Ankara: Bilim Yayınları, 1996, 14.

² Ebu Nasr Muhammed Fârâbî, *İlimlerin Sayımı (İhsâu’l-Ulûm)*, çev. Ahmet Ateş, İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, 1990, 67.

³ Bkz. Rolf Dobelli, *Doğru Düşünme Sanatı: Kaçınmamız Gereken 52 Mantık Hatası*, çev. Anıl Alacaoğlu, İstanbul: Pegasus Yayınları, 2022, 10.

öyle olmayan;⁴ geçersiz olan argümanlardır.⁵ Söz konusu argümanlar; biçim ve içerik yönünden ele alınabilir. Biçim yanlışlarına mantık yanlışları da denir. Bu yanlışlarda aklın ilkelerine, mantık kurallarına uyulmaz. İçerik yanlışlarına ise bilgi yanlışları da denir. Bu yanlışlarda bilgi ile onun ifade ettiği obje arasında bir uyumsuzluk vardır.⁶ Biçim yanlışlarına; iki olumsuz öncülden sonuç çıkarma, yüklemli tasımlarda orta terimin sonuçta yer alması, yüklemli tasımlarda olumsuz öncülden olumlu sonuç çıkarma, bitişik şartlı tasımlarda ön bileşeni onaylamama gibi yanlışlar; içerik yanlışlarına ise belirsiz tümce, tartışılan konuya yeterince hâkim olmama, neden olmayanı neden olarak gösterme, birden fazla konunun tek konu olarak sunulması gibi yanlışlar girer.⁷ Bu çalışmada bu yanlışlar üzerinde durulmayacaktır. Sadece önerme eklemleriyle ilgili bazı yanlışlara yer verilecektir. Çünkü Türk dilinde içerik ve biçim yanlışlarıyla ilgili farklı çalışmalar kaleme alınmıştır.⁸ Oysa önerme eklemleriyle ilgili mantık yanlışları konusunda herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Bu yazıdaki amacımız, önerme eklemleriyle ilgili yapılan bazı mantık yanlışlarına dikkat çekip bu konudaki çalışmaların artmasını sağlamaktır.

Önerme eklemleri; bileşik önermelerin bileşenlerini birbirine bağlayan ya da önermeleri değilleyen eklemlerdir.⁹ Bu eklemlerle ilgili farklı mantık yanlışları söz konusudur. Bu yanlışlardan bazıları şunlardır; ana önerme eklemine belirgin olmaması yanlışı, ana önerme eklemine karıştırılması yanlışı, iki bileşeni iki ya da daha fazla eklemlerle birleştirme yanlışı, değilleme eklemi üzerinden söylemi uzatma yanlışı, tikel evetleme eklemiyle tekil evetleme eklemine birbiriyle karıştırılması yanlışı, tümel evetleme eklemine kullanılan dildeki bazı karşılıklarını bilmemekten kaynaklanan yanlışı ve koşul eklemine kullanılan dildeki bazı karşılıklarını bilmemekten kaynaklanan yanlışı.

Bu yanlışları bilmek, bize, Rolf Dobelli'nin genel olarak mantık veya bilgi yanlışlarını bilmekle ilgili söylediği¹⁰ katkıları sağlayacaktır. Buna göre, önerme eklemleriyle ilgili yanlışları bilmek, yanlışları önceden fark etmemize, onlara karşı hazırlıklı olmamıza ve onlardan kaçınmamıza fırsat verecektir. Bu şekilde de konuşmalarımız daha net olacaktır; retoriğimiz daha anlaşılır ve daha ikna edici hale gelecektir; oluşturduğumuz önermelerle ilgili kuşkulara yer verilmeyecek ve başkalarıyla iletişimimiz daha güçlü ve daha güvenilir bir hal alacaktır.

Şimdi tek tek bu yanlışlar üzerinde duralım:

1. Ana Önerme Eklemine Belirgin Olmaması Yanlışı

Ana önerme eklemi, önerme türünü belirlememizi sağlayan eklemdir.¹¹ Bir önermenin ana önerme eklemine belirgin olmaması durumunda o önermenin doğruluk değerlerini ortaya koyamayız. Dolayısıyla da tutarlı olup olmadığından bahsedemeyiz. Ana önerme eklemi belirgin

⁴ G. L. Hamblin, *Fallacies*, London: Methuen & Co Ltd., 1970, 12.

⁵ J. L. Mackie, "Fallacies", içinde *The Encyclopedia of Philosophy*, ed. Paul Edwards, New York: Macmillan Publishing Co., 1972, 169.

⁶ İbrahim Emiroğlu, *Mantık Yanlışları*, Ankara: Elis Yayınları, 2004, 11.

⁷ İbrahim Emiroğlu, *Mantık Yanlışları*, 52-169.

⁸ Bu konudaki bazı çalışmalarla ilgili bkz. İbrahim Emiroğlu, *Mantık Yanlışları*; Şerefettin Adsoy, *Aldatanların Söylem Dili: Safsata*, Ankara: Elis Yayınları, 2022; Ali Dinç, *Basında Mantık Yanlışları: Gazete ve Dergilerde Görülen Mantık Yanlışları Üzerine Bir İnceleme*, Kitapyurdu Doğrudan Yayıncılık, İstanbul, 2020; Coşkun Baba, *Meclis Tutanaklarının Mantıksal Açardan İncelenmesi: "TBMM 20. Dönem 1. Yasama Yılı Genel Kurul Tutanakları Örneğinde"*, İstanbul: Hiperyayın, 2019.

⁹ Irving M Copi, *Symbolic Logic*, 3. Baskı, New York: The Macmillan Company, 1967, 9-10; James A. Thomas, *Symbolic Logic*, Ohio: Charles E. Merrill Publishing Company, 1977, 16.

¹⁰ Rolf Dobelli, *Doğru Düşünme Sanatı: Kaçınmamız Gereken 52 Mantık Hatası*, 11.

¹¹ Fikret Osman, *Modern Mantığa Giriş –I: İki Değerli Mantık*, 3. Baskı, Ankara: Sentez Yayıncılık, 2024, 15-16.

olmayan bir önermeden oluşturulan bir çıkarımın da geçerli olup olmadığını bilemeyiz. Bundan dolayı bu tür anlatımları birer önerme olarak göremeyiz. Örneğin, “A’dır ve B’dir veya C’dir” gibi bir anlatımda ana önerme eklemi net ifade edilmemiştir. Bu anlatım sembolik olarak şöyle gösterilebilir:

$$A \wedge B \vee C$$

Anlatım, ana önerme eklemi belirgin olmadığı için, tümel evetleme olarak da tikel evetleme olarak da ele alınabilir. Belirsizliği gidermek için parantezlerden yararlanarak aşağıdaki sembolik ifadeler oluşturulabilir:

$$(A \wedge B) \vee C$$

$$A \wedge (B \vee C)$$

Söz konusu sembolik ifadelerden birincisi bir tikel evetleme önermesi ikincisi de bir tümel evetleme önermesidir. Tikel evetleme önermesini “A ve B’dir veya C’dir”; tümel evetleme önermesini de “A’dır ve B veya C’dir” şeklinde belirtebiliriz.

2. Ana Önerme Ekleminin Karıştırılması Yanlışı

Oluşturulan önermelerde ana önerme eklemi bazen düşüncelerimizi istediğimiz gibi birbirine bağlayacak şekilde belirtilemeyebilir. Bu da önerme eklemlerini düşünsel yapıları net bir şekilde ayrıştırabileceğimiz şekilde kullanamamamızdan kaynaklanır. Örneğin, “A’dır ve B ise C veya D’dir” ve “A ve B ise C veya D’dir” yapıları birbirine karıştırılabilir. Bu önermeler sembolik olarak şöyle gösterilebilir:

$$A \wedge [B \rightarrow (C \vee D)]$$

$$(A \wedge B) \rightarrow (C \vee D)$$

Bu yapıdaki düşüncelerimizi tümel evetleme önermesi olarak oluşturmak istiyorsak söz konusu sembolik ifadelerden birincisine; koşul önermesi olarak oluşturmak istiyorsak da ikincisine göre belirlemeliyiz. Bu iki önerme de farklı doğruluk değerleri almaktadır.¹² Buna göre, birincisini kastedip ikincisini ya da ikincisini kastedip birincisini kullanırsak önerme eklemi ile ilgili bir yanlış yapmış oluruz.

3. İki Bileşeni İki ya da Daha Fazla Eklemlerle Birleştirme Yanlışı

Önemli önerme eklemi yanlışlarından bazıları arada başka bir anlatım olmadan iki önermeyi iki ya da daha fazla önerme eklemiyle birbirine bağlama yanlışlarıdır. Bu yanlışların en yaygınlarından biri iki önermeyi birleştirmek için tümel evetleme ve tikel evetleme eklemlerinin aralarına yazınsal olarak eğik bir çizgi ekleyip oluşturulan yapıyla ilgilidir. Bu yapı bağlamında bir anlatım “A ve/veya B” olarak ifade edilebilir. Bu anlatım, önerme eklemleri sembolleştirilerek şöyle gösterilebilir:

$$A \wedge / \vee B$$

Bazı mantık kitaplarında bile yapıldığı görülen bu yanlışta, “/” imini de bir eklem olarak kabul edersek üç önerme eklemine yer verilmiş olur. Söz konusu yanlış, önerme eklemlerinin içeriklerini ve aldıkları değerleri bilmemekten kaynaklanır. “/” imi burada tikel evetleme eklemi

¹² Önermelerin aldıkları değerlerle ilgili bkz. Fikret Osman, *Modern Mantığa Giriş –I: İki Değerli Mantık*, 20-21.

olarak kullanılmaktadır. Dolayısıyla, bu anlatımda, iki tikel evetleme eklemi bulunmaktadır. Bilindiği gibi, iki değerli mantık bağlamında, tümel evetleme iki bileşenin de doğru olduğunu¹³, tikel evetleme ise iki bileşenden en az birinin doğru olduğunu¹⁴ ifade eder. Başka bir ifadeyle tikel evetleme eklemi kullanılarak oluşturulan bir anlatımda iki bileşenden birinin veya her ikisinin de doğru olduğu belirtilir. Buna göre, eğik çizgi kullanarak tümel evetleme ve tikel evetleme eklemlerini yan yana getirdiğimizde her iki seçeneğin veya bu iki seçenekten birinin doğru olduğunu ifade etmeye çalışırız. Oysa bunun için sadece tikel evetleme eklemi kullanmamız yeterlidir. Çünkü tikel evetleme eklemi bu anlamı zaten vermektedir. Üç eklem kullanmamıza gerek yoktur. Yani “Ahmet’in başarısının onun sadece çalışmasının ya da sadece zekâsının bir ürünü veya her ikisinin de ortak bir ürünü olduğunu ifade etmek için “... ve/veya ...” yapısını kullanmaya gerek yoktur. “... veya ...” yapısı zaten bu anlamı karşılamaktadır. Görüldüğü gibi, iki bileşeni iki ya da daha fazla eklem kullanarak bir araya getirme çabası önerme eklemlerinin anlamlarını ve işlevlerini tam olarak bilmemekten kaynaklanmaktadır.

4. Değilleme Eklemi Üzerinden Söylemi Uzatma Yanlışı

Değilleme eklemiyle bir anlatımı değilleyebiliriz.¹⁵ Örneğin, “A” gibi evetlenmiş olan bir söylemi değilleme eklemi kullanarak “A değildir” şeklinde ifade edebiliriz. Bununla birlikte bir değilleme daha kullanarak çifte değilleme üzerinden evetlemeye dönebiliriz. Çünkü çifte değilleme evetlemeye eşdeğerdir.¹⁶ Bunu da aşağıdaki çifte değilleme yapıları üzerinden yapabiliriz:

“...olmadığı doğru değildir.”

“...olmadığı yanlıştır.”

Bu yapılardaki anlatımlar sembolik olarak şöyle gösterilebilir:

~~A

Söylemlerimizi daha da uzatarak üçüncü bir değilleme eklemi daha getirip çifte değilleme üzerinden evetlenmiş anlatımlarımızı değillenmiş bir anlatıma dönüştürebiliriz. Bunun için şu yapıları kullanabiliriz:

“...olmadığının doğru olmadığı yanlıştır.”

“...olmadığının yanlış olduğu doğru değildir.”

Bu yapıdaki anlatımlar sembolik olarak şöyle ortaya koyulabilir:

~~~A

Hem evetlenmiş anlatımların çifte değilleme üzerinden hem de değillenmiş anlatımların üç değilleme kullanılarak ifade edilmesi, söylemlerin gereksiz yere uzatılmasına neden olur. Bu

<sup>13</sup> Bkz. Norman L. Thomas, *Modern Logic: An Introduction*, New York: Barnes & Noble Inc, 1966, 65.

<sup>14</sup> Bkz. Michael C. Gemignani, *Basic Concepts of Mathematics and Logic*, New York: Dover Publications Inc, 2004, 27-29.

<sup>15</sup> Bkz. Teo Grünberg, *Sembolik Mantık El Kitabı 1: Temel Mantık*, Ankara: METU Press, 2000, 11.

<sup>16</sup> Bkz. Ludwig Wittgenstein, *Tractatus Logico-Philosophicus*, çev. C. K. Ogden, New York: Barnes & Noble Inc, 2003, 91-92.

da söylemlerimizle ilgili basitlik ilkesine<sup>17</sup>, düşünce ekonomisine aykırı bir durumdur. Bundan dolayı bu tür anlatımlar, bizi, değilleme eklemelerini çoğaltarak söylemleri gereksiz yere uzatma yanlışına götürür.

### 5. Tikel Evetleme Eklemiyle Tekil Evetleme Eklemine Birbiriyle Karıştırılması Yanlışı

Tikel evetleme eklemiyle oluşturulan bir önerme, bizi bağdaşır bir seçeneçliliğe yönlendirir.<sup>18</sup> Buna göre, yukarıdaki satırlarda belirttiğimiz gibi, bu önermede ele alınan iki durumdan en az birinin doğru olduğu belirtilir. Tikel evetleme eklemiyle oluşturulan bir önerme sembolik açıdan şöyle gösterilebilir:

$$A \vee B$$

Tekil evetleme eklemiyle oluşturulan bir önerme<sup>19</sup> ise bizi bağdaşmaz bir seçeneçliliğe yönlendirir.<sup>20</sup> Buna göre bu önermede sadece seçeneklerden birinin doğru olduğu dile getirilir. Böyle bir önerme sembolik olarak şöyle ifade edilebilir:

$$A \leftrightarrow B$$

Hem tikel evetleme eklemine hem de tekil evetleme eklemine gündelik dilde şu bağlaçlarla karşılırız:

“... veya ...”

“... yahut ...”

“... veyahut ...”

“... ya da ...”

Bu bağlaçlarla hem tikel hem de tekil bir önerme eklemine ifade edebildiğimiz için önermenin türünü belirlemede anlama odaklanmamız gerekir. Önermede sadece bir seçeneğin mi, yoksa iki seçenekten en az birinin mi doğru olduğuna gönderimde bulunduğunu belirlememiz gerekir. Şu önermeleri bu açıdan inceleyelim:

“Ahmet çalışkan veya zekidir.”

“Hava yağmurlu ya da soęuktur.”

“Günlerden pazartesi veya salıdır.”

“Ya derslerinden geçersin ya da sınıfta kalırsın.”

Bu anlatımlardan ilk ikisi tikel evetleyici bir anlam içerir. Bu önermelerde seçeneklerden en az birinin doğru olduğu ama her ikisinin de doğru olabileceği vurgulanır. Son iki anlatım ise tekil evetleyici birer anlama sahiptir. Bu önermelerde iki ihtimalden sadece birinin doğru olduğuna gönderimde bulunulur.

<sup>17</sup> Basitlik ilkesiyle ilgili bkz. Ahmet Cevzici, *Paradigma Felsefe Sözlüğü*, 7. Baskı, İstanbul: Paradigma Yayıncılık, 2010, 154.

<sup>18</sup> Bkz. Cemal Yıldırım, *Mantık: Doğru Düşünme Yöntemi*, Ankara: FOL Kitap, 2019, 103.

<sup>19</sup> Tekil evetleme önermesiyle ilgili bkz. Teo Grünberg et al., *Mantık Terimleri Sözlüğü*, 3. Baskı, Ankara: METU Press, 2003, 126.

<sup>20</sup> Bkz. Cemal Yıldırım, *Mantık: Doğru Düşünme Yöntemi*, 103.

Bu tür önermelerin içeriğine odaklanmadığımız zaman tikel evetleme eklemiyle tekil evetleme eklemi birbiriyle karıştırma yanlışına düşebiliriz.

### 6. Tümel Evetleme Eklemi Kullanılan Dildeki Bazı Karşılıklarını Bilmemekten Kaynaklanan Yanlış

Tümel evetleme eklemi iki bileşeni de doğru olan bir bileşik önermeye gönderimde bulunulur.<sup>21</sup> Bu önermenin eklemi gündelik dil açısından iki grup içerisinde değerlendirilebilir. Birinci gruba iki bileşeni de olumlu ya da iki bileşeni de olumsuz olan önermeler dâhil edilebilir. Bu önermeler sembolik olarak şöyle gösterilebilir:

$$A \wedge B$$

$$\sim A \wedge \sim B$$

Türkçede bu yapıları karşılayan eklemelerin bir kısmı aşağıdaki gibidir:<sup>22</sup>

“... , ...”

“... ; ...”

“... ve ...”

“... ile ...”

“... ki ...”

“Gerek ... gerekse ...”

“Hem ... hem de ...”

“... de ... de ...”

“...ip ...”

“... iken ...”

“...erek ...”

İkinci gruba ise iki bileşenden biri olumlu diğeri olumsuz olan önermeler dâhil edilebilir. Bu önermeler sembolik açıdan şöyle belirtilebilir:

$$\sim A \wedge B$$

$$A \wedge \sim B$$

Türkçede bu yapıları karşılayan eklemelerin bir kısmı şöyledir:<sup>23</sup>

“... ama ...”

“... fakat ...”

<sup>21</sup> Bkz. Colin Allen ve Michael Hand, *Logic Primer*, 2. Baskı, Massachusetts: The MIT Press, 2001, 40.

<sup>22</sup> Bkz. Doğan Özlem, *Mantık: Klasik/Sembolik Mantık, Mantık Felsefesi*, 7. Baskı, İstanbul: İnkılâp Kitabevi, 2004, 304; Fikret Osman, *Modern Mantığa Giriş – I: İki Değerli Mantık*, 16-20.

<sup>23</sup> Bkz. Doğan Özlem, *Mantık: Klasik/Sembolik Mantık, Mantık Felsefesi*, 304; Fikret Osman, *Modern Mantığa Giriş – I: İki Değerli Mantık*, 16-20.

“... lakin ...”

“... rağmen ...”

“... birlikte ...”

Gerek birinci gruptaki gerekse ikinci gruptaki eklemler zaman zaman başka eklemlerle karıştırılabilir. Örneğin “gerek ... gerekse ...” eklemi kullanılarak oluşturulan bir önerme tümel evetleme önermesi yerine koşul önermesi olarak anlaşılması yanlışına düşülebilir. Oysa burada bir koşulluluk yoktur. İki bileşenin de doğru olduğu vurgulanmaktadır. Bundan dolayı da önerme tümel evetleme önermesidir. Bu tür yanlışlara düşülmemesi için önerme eklemlerinin kullanılan dildeki karşılıklarının bilinmesi gerekir.

### 7. Koşul Eklemine Kullanılan Dildeki Bazı Karşılıklarını Bilmemekten Kaynaklanan Yanlış

Koşul eklemi, olumlu ya da olumsuz doğru bir durumdan olumlu ya da olumsuz yanlış bir duruma koşullu olarak bağlanılamayacağını; diğer durumlarda ise bağlanılabileceğini dile getirir.<sup>24</sup> Koşul eklemi kullanılarak oluşturulan önermeler sembolik olarak aşağıdaki gibi gösterilebilir:

$$A \rightarrow B$$

$$\sim A \rightarrow \sim B$$

$$A \rightarrow \sim B$$

$$\sim A \rightarrow B$$

Türkçede bu yapıdaki anlatımları oluşturmamıza yardımcı olan eklemlerden bazıları aşağıdaki gibi ortaya koyulabilir:<sup>25</sup>

“... ise ...”

“... gereklidir.”

“... şarttır.”

“... yeter ki ...”

“... halinde ...”

“... durumunda ...”

“... sürece ...”

“... takdirde ...”

“...memekle ...”

Bu eklemler zaman zaman diğer bazı eklemlerle karıştırılabilir. Örneğin, bir koşul eklemi olan “... yeter ki ...” eklemi, bir tümel evetleme eklemi olan “... ki ...” eklemiyle; bir koşul eklemi olan “... halinde ...” eklemi, bir tümel evetleme eklemi olan “...dığı halde ...” eklemiyle

<sup>24</sup> Bkz. Irving M. Copi, *Symbolic Logic*, 22-23.

<sup>25</sup> Bkz. Doğan Özlem, *Mantık: Klasik/Sembolik Mantık, Mantık Felsefesi*, 305; Fikret Osman, *Modern Mantığa Giriş – I: İki Değerli Mantık*, 16-20.

karıştırılabilir. Bu da önerme eklemleriyle ilgili bir yanlışa neden olur. Bu tür yanlışların yapılmaması için koşul ekleminin kullanılan dildeki karşılıklarının bilinmesi gerekir.

### **Sonuç**

Çalışmamızın gelişme kısmında ele aldığımız önerme eklemleriyle ilgili mantık yanlışları konusunda şu hususları dile getirebiliriz:

1. Ana önerme eklemi belirsiz olan bir söylem, önerme niteliği taşımaz. Dolayısıyla da ana önerme eklemi belirsiz olan bir söylemin, doğru ya da yanlış olduğundan söz edilemez. Bu nedenle, söylemlerimizi oluştururken ana önerme eklemlerini, başka bir ifadeyle önerme türlerini açıkça göstermemizi sağlayan yapılardan yararlanmalıyız.
2. Önergelerin yapılarını karıştırmamak için ifade türlerini birbirinden net olarak ayırmalıyız. Bunun için de önerme eklemlerini doğru kullanmalıyız. Çünkü önerme eklemlerini doğru kullanmadığımızda kastettiklerimizle dile getirdiklerimiz arasında fark oluşabilir.
3. Önerme eklemlerinin işlevlerini incelediğimizde bir anlatımın iki bileşenini tek eklem kullanarak bir araya getirebileceğimizi görürüz. Bunun için bir anlatımın iki bileşenini bir araya getirirken iki ya da daha fazla ekleme yer vermemeliyiz.
4. Değilleme üzerinden anlatımları uzatmak, ifadelerin anlaşılmasını kolaylaştırmaz; tersine güçleştirir. Bundan dolayı, ifadeleri, gereğinden fazla değilleme eklemi kullanarak oluşturmamalıyız.
5. Tikel evetleme ve tekil evetleme eklemlerini birbiriyle karıştırmamak için bu önermelerden birincisinin doğruluk işlevinin iki bileşenden en az birinin, ikincisinin ise sadece birinin doğru olmasını gerektirdiğini dikkate almalıyız.
6. Gündelik dilde yer alan tümel evetleme ve koşul önermeleriyle ilgili bazı eklemleri, diğer bazı eklemleri ifade etmek için kullanılan bağlaçlarla karıştırmamak için eklemlerin kullanılan dildeki anlamlarına odaklanmalıyız.



### KAYNAKÇA

- Adsoy, Şerefettin. *Aldatanların Söylem Dili: Safsata*. Ankara: Elis Yayınları, 2022.
- Allen, Colin ve Hand, Michael. *Logic Primer*. 2. Baskı, Massachusetts: The MIT Press, 2001.
- Baba, Coşkun. *Meclis Tutanaklarının Mantıksal Açından İncelenmesi: "TBMM 20. Dönem 1. Yasama Yılı Genel Kurul Tutanakları Örneğinde"*. İstanbul: Hiperyayın, 2019.
- Cevizci, Ahmet. *Paradigma Felsefe Sözlüğü*. 7. Baskı, İstanbul: Paradigma Yayıncılık, 2010.
- Copi, Irving M., *Symbolic Logic*. 3. Baskı, New York: The Macmillan Company, 1967.
- Dinç, Ali. *Basında Mantık Yanlışları: Gazete ve Dergilerde Görülen Mantık Yanlışları Üzerine Bir İnceleme*. Kitapyurdu Doğrudan Yayıncılık, İstanbul, 2020.
- Dobelli, Rolf. *Doğru Düşünme Sanatı: Kaçınmamız Gereken 52 Mantık Hatası*. çev. Anıl Alacaoğlu, İstanbul: Pegasus Yayınları, 2022.
- Emiroğlu, İbrahim. *Mantık Yanlışları*. Ankara: Elis Yayınları, 2004.
- Fârâbî, Ebu Nasr Muhammed. *İlimlerin Sayımı (İhsâu'l-Ulûm)*. çev. Ahmet Ateş, İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, 1990.
- Gemignani, Michael C., *Basic Concepts of Mathematics and Logic*. New York: Dover Publications Inc, 2004.
- Grünberg, Teo, -Grünberg David, -Onart, Adnan ve Turan, Halil. *Mantık Terimleri Sözlüğü*. 3. Baskı, Ankara: METU Press, 2003.
- Grünberg, Teo. *Sembolik Mantık El Kitabı 1: Temel Mantık*. Ankara: METU Press, 2000.
- Hamblin, G. L., *Fallacies*. London: Methuen & Co Ltd., 1970.
- Mackie, J. L., "Fallacies", içinde *The Encyclopedia of Philosophy*. ed. Paul Edwards. 169-179. New York: Macmillan Publishing Co., 1972.
- Osman, Fikret. *Modern Mantığa Giriş –I: İki Değerli Mantık*. 3. Baskı, Ankara: Sentez Yayıncılık, 2024.
- Öner, Necati. *Klasik Mantık*. 7. Baskı, Ankara: Bilim Yayınları, 1996.
- Özlem, Doğan. *Mantık: Klasik/Sembolik Mantık, Mantık Felsefesi*. 7. Baskı, İstanbul: İnkılâp Kitabevi, 2004.
- Thomas, Norman L., *Modern Logic: An Introduction*. New York: Barnes & Noble Inc, 1966.
- Thomas, James A., *Symbolic Logic*. Ohio: Charles E. Merrill Publishing Company, 1977.
- Wittgenstein, Ludwig. *Tractatus Logico-Philosophicus*. çev. C. K. Ogden, New York: Barnes & Noble Inc, 2003.
- Yıldırım, Cemal. *Mantık: Doğru Düşünme Yöntemi*. Ankara: FOL Kitap, 2019.