

# İnsani Erdemleri Yüceltmek İçin Sosyal Hizmet

## Social Work To Elevate Humanitarian Virtues

\*Zeki KARATAŐ

### ÖZET

İnsan davranışını anlamaya ve açıklamaya çalışan disiplinler genellikle insanın ve toplumun hastalıklı, sorunlu ve yetersiz yönleri üzerinde daha çok durmuşlardır. Medikal yaklaşım olarak adlandırılan bu bakış açısı günümüzde varlığını sürdürmeye devam etmektedir. Ruhsal bozuklukların ve hastalıkların teşhis ve tasnifinde kullanılan uluslararası ölçütler de insanda yanlış olanı bulmaya yönelik düzenlenmiş olup “insanda doğru olan nedir?” sorusuna yer vermemiştir. Sosyal hizmet disiplini de bireyin sosyal işlevsizlikleri üzerine yoğunlaşarak iyileştirme çabalarına ağırlık vermiştir. Matematiksel ifadeyle; hayat doğrusu üzerinde negatif yönde olan insanı nötrleştirmek için hizmet modelleri sunmuş ve bunda da kısmen başarılı olmuştur. Ancak insan manevi boyutu olan bir varlık olduğu için bu boyutu güçlendirilmeden uzun süre nötr kalarak yaşaması mümkün değildir. Bu nedenle insanın temel erdem ve güçlerinin desteklenmesi ve geliştirilmesi gerekmektedir. Bu çalışmanın temelini sosyal hizmet uygulamalarında insani erdemlerin nasıl ele alınması gerektiği konusu oluşturmaktadır. Affedicilik, yardımseverlik, şükür ve alçakgönüllülük gibi dört temel erdem insanın sosyal işlevselliği üzerindeki etkisi değerlendirilmektedir.

Sosyal hizmet uygulamaları, insan hakları ve sosyal adalet ilkeleri temel alınarak yerine getirilir. Sosyal hizmet uzmanları müracaatçıları ile çalışırken insan onurunu koruma ve yüceltme adına insan davranışlarına ve sosyal sistemlere ilişkin bilgi ve değer temelinden hareketle özgürleştirme ve sosyal değerişim becerilerini ortaya koyarlar. İnsan davranışına dair fikirler ortaya koyan yaklaşımlar insanı bir kaç boyutuyla ele alarak tanımlamış, çoğu zaman insanın manevi erdemler boyutunu ihmal etmişlerdir. Hayatı yaşamaya değer kılan erdemler insanda iyi olana vurgu yapması bakımından, sosyal hizmet disipli-

\* Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, İİBF, Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Üyesi, zeki.karatas@erdogan.edu.tr

ninde güçlendirme yaklaşımına farklı bir boyut kazandıracaktır. Psiko-sosyal ve ekonomik sorunlarla mücadele eden insanların temel ihtiyaçlarının karşılanması yanında iyi olan yönlerinin desteklenip geliştirilmesi gerekmektedir. Bu bildirinin temel amacı; sorunları nedeniyle benlik saygısı ve kendilik değeri düşük olan risk grubu bireylerin insani erdemlerinin geliştirilmesi sayesinde yeniden işlevsel bir yaşama kavuşmalarına yardımcı olacak uygulamalara zemin hazırlamaktır.

**Anahtar Sözcükler:** İnsan onuru, erdemler, sosyal hizmet, güçlendirme

#### **ABSTRACT**

Disciplines which try to understand and explain human behavior have generally discussed the aspects of humans and societies regarded as insufficient, weak, and problematical. Today, this perspective named medical approach still exists. Also, international criteria used to diagnose and classify psychological disorders and illnesses have been identified to find the bad sides of human beings. However, an answer for the question “what aspects of humanity are good?” has not been sought. Similarly, the discipline of social work focuses on social dysfunctions of individuals and efforts to help them recover from these dysfunctions. In other words, it offers service models to neutralize individuals in the negative direction and partially succeeds. Nonetheless, humans, who have a spiritual dimension, cannot survive if this dimension is not strengthened. Therefore, humans’ basic virtues and powers should be supported and developed. The present study discusses how to deal with humanitarian virtues in social work practices. In the study, the effect of four major virtues which are forgiveness, helpfulness, gratitude, and modesty on humans’ social functioning is evaluated.

Social services are provided taking into consideration human rights and the principle of social justice. Social work specialists use their emancipation and social change skills to save and elevate human dignity while working with their clients. Approaches which bring forward ideas related to human behavior discuss several dimensions of human beings and mostly neglect the dimension of spiritual virtues. Virtues, which make life valuable to live, will add a different dimension to the reinforcement approach in the discipline of social service. Besides meeting basic needs of the individuals who have psychosocial and financial problems, it is necessary to support and improve their good sides. The aim of this study is to form a basis for the practices which will help at-risk people with low self-esteem and self-worth to lead a functional life again.

**Key Words:** human dignity, virtues, social work, reinforcement

## **Giriş**

Sosyal hizmet; risk grubu birey, grup ve toplulukların sosyal işlevselliklerini yeniden kazanmaları için insan davranışına ve sosyal sistemlere ilişkin bilgilerden yararlanarak sorunlara müdahale eden beceri ve değer temeli olan bir meslektir. Sosyal hizmet mesleği tüm insanların onurunun eşit olduğu gerçeğinden hareket ederek insan haklarını sağlamak ve sosyal adaleti hâkim kılmak için çalışır, politika ve programlar geliştirir. Bireyin yaşadığı sorunların temelinde sosyal çevre ve bireyi kuşatan sistemlerdeki yetersizlikler olduğunun bilincinde olan sosyal çalışmacılar, bireyin etkileşim içinde olduğu sistemlere de müdahale eder. Sosyal çalışmacılar bir yandan sorunlarla uğraşırken diğer yandan da bireyin güçlü yönlerine vurgu yaparak insanın özünde var olan karakter güçlerin ve erdemlerin geliştirilmesi konusunda da çalışmalar yaparlar.

Sosyal hizmet insan davranışına ilişkin eklettik telakkisini ağırlıklı olarak psikoloji disiplininin aktarır. Ancak psikolojinin tanımladığı insan, psikanaliz ve davranışçılık yaklaşımının savunduğu gibi sadece uyaranlara pasif tepkiler veren bir varlık konumunda değildir. İnsan tercihte bulunan, karar veren etkin bir varlıktır. Hatta olumsuz koşullarda ve yardımsız kaldığında bile özgür iradesiyle tercihte bulunmaktadır. Zorluklar içinde de olsa insanın temel hedefi anlamlı bir hayat yaşamaktır. İnsanın anlamlı ve huzurlu bir hayat sürebilmesi manevi boyutta bazı erdemlere sahip olmasıyla mümkündür. Erdemler ile sağlık ilişkisini araştıran çalışmalarda, erdemlerin umutsuzluk ve depresif eğilimleri azaltabileceğine dair bulgular elde edilmiştir. Örneğin Seligman, Rashid ve Parks (2006) bu konuda yaptıkları araştırmalarda cömertlik, şükür, alçakgönüllülük ve yardımseverlik gibi erdemlerin depresyonu ve umutsuzluğu anlamlı bir şekilde azalttığını ve mutluluğu arttırdığını bulmuşlardır. Seligman'a (2007) göre bencilliğin artması ve değerlerden uzaklaşılması insanı işlevsizleştirmektedir. Erdemlerin geliştirilmesi sonucu bireyin prososyal davranışlarda bulunması psikolojik dayanıklılığı ve başa çıkma gücünü arttırmaktadır. Özellikle korunmaya muhtaç ve suça sürüklenen çocuklar, şiddet mağduru kadınlar, bakıma muh-

taç engelliler gibi risk grubu bireylerle çalışılırken erdemlerin iyileştirici gücünden yararlanmak sosyal hizmet uygulamalarını daha etkili kılacaktır.

Bencilliğin ve bireyselliğin ön plana çıktığı günümüzde insani erdemlere duyulan ihtiyaç her geçen gün daha da artmaktadır. Affedicilik, yardımseverlik, alçakgönüllülük ve şükür gibi temel erdemlerin geliştirilmesi sayesinde insanın daha anlamlı bir yaşam süreceği gerçeği sosyal hizmet uygulamalarında erdemlere yer verilmesinin önemini ortaya koymaktadır.

### **Erdemler İnsanlık lemini Terk Mi Ediyor?**

İnsanlık lemi, küreselleşme ve neoliberal politikalarla hızlı bir dönüşüm yaşamakta ve geleneksel olan ne varsa modernlik adı altında yok oluşa doğru sürüklenmektedir. 1980’lerde gündeme gelen neoliberal küreselleşme politikalarının 35 yıllık uygulama dönemi, iki ana sonuç üretmiştir: Birincisi, gelir dağılımındaki adaletsizliğin dünya genelinde artması ve toplumsal sınıflar arasındaki eşitsizlik ve çelişkilerin derinleşmesidir. Küreselleşme sürecinde sermayenin giderek tekelleşmesi, mülksüz, işsiz ve geçim araçlarından yoksun bırakılan kitlelerin çoğalmasına ve yaşam koşullarının daha da ağırlaştırılmasına neden olmuştur. Sermaye birikim sürecinin doğasında yatan zenginliğin merkezileşmesi ile yoksulluğun yayılması arasındaki bu ters orantı, toplumsal sınıfların evrensel düzeyde yeniden üretildiğine; sermaye sınıfının daralmasına karşılık, emeğinden başka geçim aracı olmayan kesimlerin genişlediğine işaret eder. Küreselleşmenin ortaya çıkardığı ikinci sonuç ise, uluslararası bağımlılık ve sömürü ilişkilerinin derinleştirilmesidir. Bu ise, küreselleşmenin bağımlı ülkelerin halkları için bir anlamı daha olduğunu; bunun uluslararası bağımlılık ve sömürü ilişkilerinin yeniden yapılandırılması demek olduğunu; küreselleşmenin aynı zamanda bir yeniden smrleştirme süreci olduğunu ortaya koyar. Küreselleşmenin bu her iki sonucu da, onun bir sermaye stratejisi olmasıyla ve emperyalist bir karakter taşımasıyla bağlantılıdır (zdek, 2012).

İnsanlığa refah ve demokrasi getirme iddiasında bulunan küresel güçlerin, gelişmekte olan ülkelere yönelik politik ve ekonomik müdahaleleri sonucunda; Dünya nüfusunun % 46'sı; 2,5 milyar insan, günlük 2 doların altında bir gelire yaşamak zorunda kalmıştır. UNICEF verilerine göre, dünyada yoksulluk yüzünden her gün 34 bin çocuk hayatını kaybetmektedir. Dünyanın en yoksul 48 ülkesinin gayr-i safi milli hasılası dünyanın en zengin 3 insanının servetlerinin toplamından daha azdır. Gelişmiş ülkelerdeki nüfusun % 20'si dünyadaki malların % 86'sını tüketmektedir. Dünyada her yıl silahlara harcanan paranın % 1'inden daha azı ile bütün çocuklar okula gitmesi sağlanabilirdi (Arpacıoğlu & Yıldırım, 2011). Bu ve buna benzer istatistikler, modern dünyada insanlığın geldiği son aşamayı göstermesi bakımından ibret vericidir.

3 Eylül 2015 tarihinde Suriye kökenli üç yaşındaki Aylan bebeğin cesedinin Türkiye'de Bodrum Sahili'nde kıyıya vurması insani değerlerin nerede olduğunun bir kez daha sorgulanmasına neden olmuştur. Ortadoğu'da Arap Baharı olarak başlayan değişim eğiliminin iç savaşa dönüşmesi ülkelerini terk etmek zorunda kalan milyonlarca insanı mülteci ve sığınmacı konumuna getirmiştir. Küreselleşmenin güçlü aktörleri olarak kabul edilen Avrupa ve Amerika Birleşik Devletleri özellikle Ortadoğu'dan akın eden mülteci sorunu karşısında duyarsız davranmış ve Türkiye yaklaşık 2,5 milyon Suriyeli mülteciye tek başına ev sahipliği yapmak zorunda kalmıştır. Mülteciler ve daha pek çok konuda gelişmiş ülkelerin duyarsız kalması insan hakları ve insani değerler konusunda medeni ülkelerin konumunun bir kez daha gözden geçirilmesi gerektiğini göstermiştir. Türkiye ise kadim bir medeniyet geleneğinin temsilcisi olarak insani erdemlerin bu coğrafyada hala daha yaşıyor olduğunun müşahhas örneğini mütevazı uygulamalarıyla tüm dünyaya göstermeye devam etmektedir. Bu nedenle insani erdemlerin daha da güçlendirilmesi için sistematik sosyal hizmet çalışmalarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bildiride ele alınan insani erdemler kavramının sosyal hizmetle ilişkisi ortaya konularak, daha sonra yapılacak çalışmalara yol gösterici olması umut edilmektedir.

## **İnsani Erdemler ve Sosyal Hizmet İlişkisi**

Erdem (fazilet), asırlar boyunca din ve felsefenin ana konularından birisi olmuş ve insanın iyi olma halini etkileyen unsurların ne olduğu üzerine din adamları ve filozoflar görüşlerini dile getirmişlerdir. Tarihsel süreçte pek çok düşünür erdemın insanın bireysel ve sosyal hayatı için taşıdığı değere işaret etmiştir. Erdeme dayalı bir yaşantının bireysel i huzuru ve sosyal uyumu arttırdığı vurgulanmıştır. Erdemlerin sistematik olarak ilk tanımının Doğu dünyasında Konfcys tarafından M.Ö. 500’l yıllarda yapıldığı belirtilmektedir. Batı dünyasında ise erdemlerden açık bir Şekilde ilk bahseden kişi Platon (M.Ö. 427-347) olarak kabul edilir. Platon Cumhuriyet adlı kitabında ideal Őehrin özelliklerinden bahsederken hikmet, cesaret, itidal (lllk) ve adaletin idari sistemde olması gereken temel unsurlar olduğunu dile getirmiştir. Bundan dolayı erdem, insan için en iyi olanın gerçekleştirilmesidir (Ayten, 2014; Ocak, 2011).

Erdemlerden ilk bahseden olmasa da Aristo, erdemleri güçlü bir Şekilde vurgulayan, sınıflandıran, derecelendiren ve mutlulukla bağlantısını kuran filozofların başında gelmektedir. Aristo’ya göre; istemli bir davranış olan ve akıl tarafından belirlenen erdem ifrat (aşırılık) ve tefrit (yüzeysellik) arasında orta yolu bulabilme becerisidir. Aristo erdemleri karakter ve düşünce erdemleri olarak iki ana kategoride değerlendirmiştir. Karakter erdemleri olarak cesaret, itidal, cömertlik, sknet, adalet, doğruluk gibi değerleri; düşünce erdemleri olarak da bilgelik, aklı başında olma, anlayış ve doğru karar alma gibi vasıfları ön plana çıkarmıştır. Aristo bu fikirleri ile kendisinden sonra gelen Doğu ve Batı düşünürlerini etkilemiştir (Aristoteles, 2014).

İslam felsefe tarihinde Farabi, İbni Sina ve İbni Miskeveyh gibi filozoflar, el-İsfahanî ve Gazali gibi mutasavvıflar erdem-erdemsizlik konusuyla ilgilenmişler, erdemleri kemale erme süreciyle ilişkilendirmişlerdir. Hikmet, iffet, cesaret ve adalet gibi erdemler üzerinde duran İslam düşünürleri erdemlerin eğitim ve tecrübe yo-

luyla kazanıldığına vurgu yapmışlardır. Gazali (1058-1111) erdemi, nefsin güçlerini orta düzeyde (sırat-ı müstakim), dengeli kullanma durumu olarak görmüştür. Örneğin Gazali'ye göre; öfke gücünün fazlalığı atılganlığı, eksikliği korkaklığı ve kararında kullanılması ise cesareti ortaya çıkarır (Corbin, 2013).

Aydınlanma döneminde Spinoza (1632-1677) Etika isimli ünlü eserinde başta sevgi olmak üzere diğerkâmlık, alçakgönüllülük, cömertlik, cesaret, şükran ölçülülük, affedicilik, insanlık gibi erdemlere yer vermiştir. Erdem ve mutluluğu kişinin tabiatına uygun davranmasıyla bağlantılandıran Spinoza'ya göre erdem bizatihi amaçtır ve insan için en faydalı şeydir. Kişi kendisine faydalı yani erdemli oldukça başkalarına da yararlı olur. Spinoza'nın görüşleri erdem üzerine çalışan 20. yüzyıl psikoloji düşünürlerini de etkilemiştir (Ayten, 2014).

Günümüzde erdemleri yeniden psikolojinin konusu yapan pozitif psikoloji ekolü temsilcileri olmuştur. Pozitif psikolojinin öncülerinden kabul edilen Cristopher Peterson ve Martin Seligman; değerden ve insana dair olumlu olandan uzaklaşan, insanı kusurlu bir varlık olarak gören ana akım psikolojinin mantıkçı pozitivist anlayış tarafından yönlendirildiğini belirtmiştir. Gerçek ile değer arasında keskin bir ayırım yapan psikoloji, din ve felsefenin konusu olduğu gerekçesiyle değerler üzerinde yeterince durmamaktadır. Psikologlar "hayatı yaşamaya değer kılan şeyle" ilgilenmek yerine daha çok patolojik durumlar ve yetersizlikler üzerine yoğunlaşmışlardır. Bu görüşü ispatlamak için Myers (2000), 1887'den bu yana elektronik veri tabanlarında psikoloji alanında yayınlanan makalelerin özetlerini inceleyerek bir değerlendirme yapmıştır. Bu değerlendirmeye göre, öfke üzerine 8.072, kaygı üzerine 57.800, depresyon üzerine 70.856 makale yazılmasına rağmen neşe üzerine 851, mutluluk üzerine 2.958, hayat memnuniyeti üzerine 5.701 çalışma yapılmıştır. Bir başka ifadeyle, psikolojide yaklaşık 14 olumsuz konuya karşılık, 1 olumlu konu çalışılmıştır. Bu verilerden de anlaşıldığı üzere, tarihsel süreçte psikologlar daha çok olumsuzluklar üzerine yoğunlaşmış hayatın olumlu tarafını ihmal etmişlerdir. Seligman'a göre üzüntü

konusundaki 100 makaleye karşılık mutluluk konusunda sadece 1 makale bulunmaktadır. Özellikle iki büyük dünya savaşı sonrasında insanın olumsuz yönüne, hastalıklarına ve czm yollarına odaklanan psikoloji daha ck ruh hastalığının tedavisine yoğunlaşmış, insanda iyi olanın ve potansiyelin bulunup geliştirilmesi şeklindeki diğer bir amacını ihmal etmiştir (Ayten, 2014).

Psikolojide yaşanan bu gelişmelerin bir benzeri sosyal hizmet alanında da yaşanmıştır. Başlangıcıda sosyal hizmet alanında; medikal model olarak adlandırılan ve ağırlıklı olarak psikanalitik yaklaşımdan etkilenen, sadece sorunların teşhisi ve tedavisiyle uğraşılan bir anlayış benimsenmiştir. Mary Richmond'un 1917 yılında yayımlanan Sosyal Teşhis adlı kitabı sosyal hizmetin ilk yöntem kitabı olarak kabul edilmektedir. Mary Richmond (1861-1928) kitabında sosyal teşhisi; "mracaatcının durumu ve kişiliği ile ilgili olabilecek en kesin tanımlamayı yapmaya calışmak" olarak kavramsallaştırmıştır. Medikal yaklaşımda insanların yaşadıkları koşullara ve cvrelerine uyum sağlayamamalarının nedeni olarak bireysel ve içsel yetersizlikler görülmüştür (Zastrow, 2013).

1960'lı yıllarda sosyal calışmacılar medikal yaklaşımın yararlılığını sorgulamaya başlamış ve mracaatcılarının sorunlarında cvresel faktörlerin de en az içsel faktörler kadar önemli olduğunu dile getirmişlerdir. Bu paradigma değişiminden sonra sosyal hizmette reform anlayışı hâkim olmaya başlamış ve güçlendirme yaklaşımı gündeme gelmiştir. Güçlendirme yaklaşımıyla birlikte sosyal calışmacılar sadece problemleri tespit etme ve tanımlamayla kalmayıp, mracaatcılarının yeterli oldukları alanları ortaya cıkartma ve sosyal aksiyon öğelerini de içeren czmler bulmaya başlamışlardır. Yardıma muhtaç ve gcsz durumda olan mracaatcının güçlendirilmesinin temel amacı, onun hayatının kontrolünü kendisinin sürdürdüğü inancını ve var olan potansiyellerine güvenme hissini geliştirmesine yardımcı olmaktır. Erdemler de insanda potansiyel olarak var olan ancak eğitim ve deneyim yoluyla geliştirilmesi gereken özellikler olduğu için sosyal calışmacılar bazı mracaatcı gruplarıyla calışırken bu boyutu dikkate almak durumundadırlar (Teater, 2015).



Sosyal çalışmacılar sıklıkla kendilik değeri ve benlik saygısı düşük bireylerle çalışmaktadır. Bireyden ve/veya sosyal çevreden kaynaklanan nedenlerle uzun süre risklere maruz kalmak, insani ve ahlaki değerlerde aşınmalara neden olmakta, insan onuru zedelenmektedir. Risklerle kuşatılmış bir hayat yaşamak bir süre sonra umutsuzluğa neden olmakta ve öğrenilmiş çaresizlik durumunu ortaya çıkarmaktadır. Özellikle suça sürüklenen ya da sistematik şekilde şiddete maruz kalan bireyler kendilerine ve başkalarına olan güvenlerini yitirmekte, topluma yabancılaşmaktadırlar. Bu insanları yeniden işlevsel hale getirmek, sosyal çevreyle birlikte bireyde planlı değişim sürecini başlatmakla mümkündür. Bireyin insani erdemlerini ortaya çıkarma ve geliştirme çalışması bu planlı değişim sürecinin temel hedeflerinden birisidir.

### **Güçlendirme Çalışmalarında Erdemlerin Etkisi**

“İnsanda iyi ve doğru olan nedir” sorusuna cevap arayan pozitif psikoloji yaklaşımı temsilcilerinden Peterson ve Seligman 2000 yılında Aksiyonda Değerler Enstitüsü (Values in Action Institute) bünyesinde bir proje geliştirdiler. Bu proje kapsamında insanın temel erdem ve güçlerini belirleyen araştırmacılar, iyi bir hayatı mümkün kılan altı temel erdemi oluşturan yirmi dört karakter gücünü tespit ettiler. Peterson ve Sligman’a göre erdemler, insan varlığının temelini oluşturur ve iyi bir hayat için istikamet belirler. Erdemler binlerce yıldır Sokrates, Platon, Aristoteles, Augustine, Aquinas, Kindî, Farabi, İbni Sina ve İbni Rüşd gibi filozofların dile getirdiği, bireyi iyi insan yapan temel karakter özellikleridir. Hikmet/bilgelik (wisdom), cesaret (courage), insanlık (humanity), adalet (justice), ılımlılık/itidal (temperance), aşkınlık (transcendence) altı temel erdemdir. Karakter güçleri ise erdemleri görünür kılan ve tanımlayan psikolojik içeriklerdir. Örneğin; hikmet erdemine üreticilik, merak, öğrenme arzusu, açık fikirlilik gibi güçler görünürlük kazandırmaktadır. Bu şekilde yirmi dört tane olan karakter güçlerini birey elde eder, yönlendirir ve hayatında onlara sık sık başvurur. Peterson ve Seligman tarafından pek çok kadim dinî ve felsefi gelenek taranarak

hazırlanan bu erdem ve güçler listesi, psikolog, eğitimci ve sosyal çalışmacılara aile, toplum, okul/kurum ve iş yaşamında insanların geliştirilebilecek yönlerinin belirlenmesi ve bu potansiyellerin keşfedilip geliştirilerek olası patolojilerin ve olumsuzlukların önlenmesi için bir rehber niteliğindedir (Peterson & Seligman, 2004; Ayten, 2014).

Sosyal hizmetlere ihtiyaç duyan insanların temel özelliklerinden birisi de içinde buldukları durum ve başlarına gelen olaylar nedeniyle yaşamlarının olağan akışının bozulmuş olmasıdır. Yaşamları üzerindeki kontrolü kaybeden ve istemedikleri bir yaşamı sürdürmek zorunda kalan müracaatçıların önem attıkları ve bağlandıkları anlamlar zarara uğrar. Çoğu zaman “neden ben?” sorusunu sorarak başına gelenleri anlamlandırmaya, yaşadığı acı ve stresle başa çıkmaya çalışırlar. İnsanın acıda da anlam bulabileceğini belirten Viktor E. Frankl, insanın anlam arayışının, içgüdüsel itkilerin ikincil bir ussallaştırması olmadığını aksine yaşamın temel bir güdüsü olduğunu vurgular. Çünkü anlam hedefler, inançlar, iyi oluş, tatmin olma gibi pek çok psikolojik yapıyı içine aldığı için bireyin sosyal yaşama uyum sağlamasında, aidiyet duygusunu hissetmesinde ve öz denetimi gerçekleştirmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Frankl, 2009; Paloutzian & Park, 2013).

Bireyin olağanüstü durumlarla karşılaştığı dönemde sergilediği başa çıkma çabasında erdemlerin önemli bir fonksiyonu vardır. Pek çok psikolog iyimserlik, umut, hikmet, affetme, şükür, alçakgönüllülük, yardımseverlik ve mizah gibi erdemlerin başa çıkma sürecinde olumlu bir etkisinin olduğunu savunmuştur. Örneğin Peterson ve Seligman (2004) umut gücüne sahip iyimserlerin seçenekler arasındaki en iyisini ümit ettikleri için olumsuzluklarla karşılaştıklarında, pes etmeksizin hedeflerine ulaşmak adına yeni bir yol arayışına girdiklerini vurgulamıştır. İyimser kişi olumsuzluklarla karşılaştığında bu durumu genellemez, kişiselleştirmez ve dışsal nedenlerle açıklama eğilimi gösterir. Kötümser ise olayı geneller, içsel nedenlerle açıklar ve kalıcı olduğunu düşünür (Ayten, 2014).

Sosyal hizmet alanında müracaatçılara içinde bulunduğu durumun değişeceği konusunda umut aşılmak ve iyimser bir bakış açısı kazandırmak sorunun çözümlü açısından avantaj sağlamaktadır. Örneğin daha önce madde bağımlılığı tedavisini denemiş ancak başarısız olmuş bir gencin yeniden tedavi sürecine dâhil olabilmesi için umut ve iyimserlik içerikli motivasyonel görüşmelere ihtiyacı vardır. Aynı şekilde aile içi şiddet nedeniyle kadın konukevine yerleşmek talebiyle başvurmuş müracaatçıların alışkın oldukları sosyal çevreden ayrılmaları nedeniyle yaşadıkları korku ve belirsizlik durumundan kurtulabilmesi için umuda ve iyimserliğe ihtiyaçları vardır.

Sorunlarla başa çıkmada affetme, alçakgönüllülük, şükür ve yardımseverlik gibi erdemlerin kültürel şartlara bağlı olarak etkili olduğuna dair araştırmalar yapılmıştır. Örneğin Pargament ve Rye (1998) tarafından affetme erdeminin, olumsuz durumun üstesinden gelme ve ötekiyle olan ilişkinin tamiri sürecinde özellikle anlamın kaybolduğu bir aşamada başa çıkma sürecine katkıda bulunduğu dile getirilmiştir. Başa çıkma sürecinde şükürün de rolü olduğuna dair pek çok araştırma yapılmıştır. Robert Emmons (2009); depremzede ve hastalar üzerindeki gözlemlerine dayanarak olumsuz durumunu, daha kötü durumda olan başkalarıyla kıyaslayarak şükredenlerin sorunlarıyla başa çıkmada daha pozitif olduklarını vurgulamıştır. Başkalarına yardım etme ise özellikle kişi zor durumda kaldığında ortaya çıkan bir erdemdir. Birey zorluklarla karşılaştığında kaygısını gidermek ve daha büyük belalardan uzak olmak amacıyla yardım etme davranışında bulunabilmektedir. İnsanlar yaşamda zor zamanlar yaşadıkları, anlam ve kontrol duygusunu kaybettikleri, teselli arayışına girdikleri dönemlerde erdemlerden önemli ölçüde destek almaktadırlar (Ayten, 2014).

### **Sosyal Hizmet Uygulamalarında Dört Temel Erdem**

Sosyal hizmet; insan onurunu yücelterek insanların iyi olma hallerini geliştirmeye, bireyi güçlendirmeye ve özgürleştirmeye çalış-

şan, bu nedenle insanların çevreleriyle etkileşim noktalarına müdahale eden bir meslektir. Sosyal hizmet müdahalesi uygulanırken, insan davranışına ilişkin bilgi temeli ağırlıklı olarak psikoloji ekollerinden yararlanılarak sosyal hizmetin temel yaklaşımları ereve-sinde birey-sosyal evre ilişkisinden kaynaklanan sorunlara çözüm bulunmaya çalışılır (Duyan, 2012). Son yıllarda pozitif psikoloji ekolü; insanın olumlu yönlerine vurgu yaparak insanda potansiyel olarak var olan erdemlerin başa çıkma sürecinde nasıl bir katkı sağladığı konusunu araştırmaya başlamıştır. İnsanın işlevsel yönüne odaklanan bilimsel bir çalışma alanı olarak pozitif psikoloji, insanın negatif yönüne dair özellikle davranışçılık, psikanaliz ve diğer yaklaşımlarda vurgulanan görüşler ile insanın olumlu yönleri arasında bir bütünleşme kurarak, psikoloji alanında gerek kavramsal ereve-de gerekse terapi süreçlerinde uzun yıllar süregelen dengesizliği onarma çabası içindedir (Ayten, 2014).

Psikolojinin hümanist eğilimine paralel olarak sosyal hizmet disiplini de ekolojik sistem yaklaşımı yanında güçlendirme yaklaşımından yararlanarak bireyin pozitif yönüne vurgu yapmıştır. Bu paradigma değişimiyle birlikte sosyal çalışmacı bireyi hastalığı, yetersizliği ve eksikliği olan yardıma muhtaç birisi olarak görmenin ötesinde, iyi olma halini geliştirme potansiyeli olan ve kendi kararlarını alabilecek kapasiteye sahip insan olarak görmeye başlamıştır. Güçlendirme yaklaşımının erdemlerle desteklenmesi her mra-caatının özünde var olan iyi olma halinin geliştirilmesi açısından önemli bir yere sahiptir. İnsan özünde iyi bir varlıktır ve yeterince desteklenirse fabrika ayarlarına dönme konusunda çaba sarf edecek potansiyelindedir.

Sosyal hizmet uygulamalarında erdemlerden yararlanma iki şekilde olabilir: Birincisi koruyucu-önleyici hizmetler kapsamında bireyin yılmazlık (resilience) zelliğinin geliştirilmesi açısından erdemlerden destekleyici psikolojik faktörler olarak yararlanılabilir. İkincisi ise müdahale aşamasında bireyin ruh sağlığının yeniden işlevsel duruma gelmesi ve kendisiyle ilgili pozitif düşünceler geliştirmesi için erdemlerin iyileştirici etkisinden istifade edilebilir.

Bu bölümde; örnek olması açısından affedicilik, şükür, yardım-severlik ve alçakgönüllülük gibi erdemlerin güçlendirme yaklaşımı çerçevesinde nasıl ele alınabileceği tartışılmaktadır. Sosyal hizmetin bireyle ve grupla çalışma yöntemleri kullanılarak bireyin olağandışı durumlara uyum sağlaması noktasında bu dört temel erdemden yararlanılabileceği düşünülmektedir. Aşağıda bu erdemlerle ilgili tanımlara ve açıklamalara yer verilerek erdemlerin sosyal hizmet uygulamalarına nasıl aktarılabileceğiyle ilgili öneriler sunulmaktadır.

### **Affedicilik**

Affetme başkasının yararına yapılan prososyal davranışlar çerçevesinde, 1960'lı yıllardan itibaren sosyal psikoloji alanında bilimsel çalışma konusu yapılan erdemlerden birisidir. Genel olarak affetme, kişinin kendisine ve çevresine zarar veren olumsuz duygulardan gönüllü olarak vazgeçmesi, bu duyguların nötrleşmesi, hatta olumlu duygulara dönüşmesi olarak tanımlanmaktadır. Affetmeyle ilgili yapılan çalışmalarda üzerinde durulan temel konu; kişinin kin, nefret ve öfke gibi olumsuz duygularını kontrol etmesi sonrasında başkasını düşünerek prososyal bir tutum içerisinde bulunmasıdır. Psikolog Rye ve Pargament (2002) affetmeyi şu şekilde tanımlamıştır: “Bireyin kendisine karşı yapılmış haksızlığa cevap olarak, suçluya hak etmediği halde merhamet ederek, düşmanlık gibi negatif duyguları, intikam almayı düşünme gibi olumsuz durumları ve küfretme, sözle öfke gibi olumsuz davranışı terk etmesidir.” Bu anlamda affetme adaletten vazgeçme anlamında olmayıp, kişinin içinde büyüttüğü kin, nefret ve öfke gibi olumsuz duygulardan vazgeçmesidir. Bu açıdan affetme öncelikle kişinin kendi ruh sağlığına iyi gelmektedir. Davary'e (2006) göre affetme; suçluyu suçlu olmaktan ve sorumluluktan kurtarmaz. Affetme kırgınlık yaşayan ve suçluya karşı olumsuz duygulara sahip kişinin, hak etmediğini düşünse de bu olumsuz duygularını suçlu lehine terk etmesidir (Aytan, 2014; Çapan & Arıcioglu, 2014).

Affetmenin kişi içi (intrapersonel), kişilerarası (interpersonel) ve duruma yönelik olmak üzere üç yönü bulunmaktadır. Kendine yöne-

lik affedicilik, yapılan yanlışlardan sonra kişinin kendini sevmesi ve saygı duyabilmesidir. Diğerlerine yönelik affedicilik, kendine zarar veren kişiye yönelik olumsuz duygulardan vazgeçebilmesi olarak tanımlanırken, duruma yönelik affedicilik ise yaşanan durumların bireyin kontrolünde olup olmamasına bağlı olarak olumsuz duygulardan vazgeçilebilmesi olarak ifade edilmektedir (Çapan & Arıcıoğlu, 2014). Kendini affetme kişinin zihninde ve gönlünde olumlu bilişsel, duyuşsal değişiklikler gerçekteştirmesi anlamındadır. Sosyal hizmet alanında sıklıkla istismar mağduru bireylerle çalışılmaktadır. İstismar mağduru bireyler çoğu zaman istismarda kendi sorumlulukları da olduğunu düşünerek içe dönük suçluluk duygusu hissederler. Bazen bu duygu nedeniyle cinsel istismar mağduru çocuklar istismara uğradığını dile getiremezler. Affedicilik erdemi bu gibi durumlarda bireyin kendine dönük hissettiği suçluluk, kirlenmişlik gibi yıkıcı duygulardan kurtulması için önemli bir araç olma özelliği taşımaktadır.

Smedes (1998) affetme sürecini dört aşamalı bir modelle açıklamıştır. Birinci aşamada uzaklaşma vardır. Kişi sevdiği ve güven duyduğu birisinden beklemediği bir davranışla karşılaştığında ondan uzaklaşır. İkinci aşamada affetme yer alır. Kişi kendisine karşı kusurlu davranandan uzaklaştığında onunla ilgili olumsuz duygu ve değerlendirmelere sahiptir. Kişi affetme aşamasında bu olumsuz duygulardan kurtularak suçludan intikam alma eğilimini terk eder. Uzlaşma üçüncü aşamadır. Affeden affettiği kişiyle olan ilişkilerini normalleştirmek için çaba sarf eder. Son aşama ise ümittir. Affetme, kişiyi geçmişin hatalarına bağlanıp kalmaktan kurtarır ve özgürleştirir. Kişiye umut duygusunu kazandırır. Bu sayede affetmeyle normalleşen ilişkiler, umut duygusuyla istikrar kazanmaktadır (Ayten, 2014).

Affetmenin insanlar arasındaki ilişkilerin korunması, aile içindeki çatışmaların çözümlenmesi ve sosyal uyumun sağlanması gibi pek çok sosyal sonuçları bulunmaktadır. Ostendorf'a (2000) göre affedicilik, psikolojik sağlamlığı etkileyen önemli kişilik özelliklerinden biridir. Faison (2007) ve Ostendorf'un (2000) araştırmalarında da,

affedicilik ve psikolojik sağlamlık arasında olumlu ilişki bulunmuştur. Literatür, affetmenin insan hayatında olumlu sonuçlar oluşturduğunu belirtmektedir. Affetme, öfke, saldırganlık, kaygı, suçluluk, korku ve depresyon gibi olumsuz duyguların azalmasını sağlamaktadır. Aynı zamanda affetme, olumsuz duyguların azalmasının yanında olumlu duyguların artmasına da yol açmaktadır. Affetme sonucu umut, kendilik algısı gibi olumlu özellikler de artmaktadır. Maltby, Day ve Barber (2005), affediciliğin, uyumu hızlandırmak için bir başa çıkma yolu olarak kullanıldığını, kişisel hayal kırıklıkları, stres, olumsuz duygular ve anksiyete gibi psikolojik travmalara karşı bireyi koruyucu bir tampon olarak hizmet ettiğini vurgulamaktadırlar. Affedici kişiler, olumsuz duygularından sıyrılıp olumlu duygulara odaklanmakta kendilerine ve hayata daha olumlu bakmaktadırlar. Olumluya odaklandıkları için bu kişiler, karşılaştıkları riskli durumlarla, daha sağlıklı baş edebilmekte ve yeniliklere uyum sağlamaları da daha kolay olmaktadır. Dolayısıyla affedici kişilerin psikolojik sağlamlıkları da artmaktadır (Çapan & Arıcıoğlu, 2014).

### **Şükür**

İslam düşünürlerinden İsfahani'ye göre şükür; "kendisine nimette bulunan kimsenin bu nimet üzerinde düşünmesi ve bunu açığa vurması" olarak tanımlanmıştır. Spinoza'ya göre şükür, "bize iyilik yapan bir kimseye iyilik yapmaya çalışmamızı ve onun hakkında aynı suretle sevgi ile karşılık vermemizi sağlayan duygu durumu"dur. Peterson ve Seligman (2004) ise şükürü, "iyiliği düşünebilme ve takdir etme" olarak değerlendirmiştir. Tanımlardan da anlaşıldığı üzere şükürün temelinde öz farkındalığın olduğu görülmektedir. Bu, kişinin sahip oldukları, bulunduğu konum, yaşadığı hayat, başarı, mutluluk, sağlık ve sıhhati için başka kişilerin varlığına bir şeyler borçlu olduğuna dair bir farkındalıktır. Şükür insanın yaşamında sahip olduklarında ve başarılarında Allah'ın ve başta ailesi ve yakınları olmak üzere başka insanların katkılarının farkına varması ve bu katkıları bilişsel, duygusal, davranışsal olarak ifade edebilmesidir. Burada kişinin kendi çabasını inkâr etmesi söz konusu değildir; kendi gayretinin

yanına başkalarının katkısını da ilave etmesidir (Ayten, 2014). İslam düşünürlerine göre şükretmenin göstergesi; israftan uzak bir yaşam sürmek, elindekilerle yetinmeyi bilmek, sahip olduklarına memnun olabilmek ve başına gelen yaşam olaylarına rıza göstermektir.

Şükür erdemi kişinin sahip olduğu imkânlar, kendilik değeri hakkında olumlu değerlendirmeler ve bireyi motive eden olumlu duygular barındırdığından ve kişinin aşkın güçle olan bağlarını güçlü tutarak maneviyatını arttırdığından hem ruh sağlığıyla hem de dolaylı olarak fiziksel sağlıkla ilişkilidir. Şükür ve ruh sağlığı bağlamında yapılan araştırmalarda şükür ile mutluluk, iyi oluş ve yaşam memnuniyeti ilişkisi incelenmiştir. Araştırmalarda şükürün hem mutluluğu hem de kişinin kendisine yönelik olumlu değerlendirmeleri ve hoşnutluğunu artırdığını gösteren sonuçlara ulaşılmıştır. Peterson ve arkadaşları (2007) yaklaşık 13 bin kişilik büyük bir örnekleme, erdemlerle yaşam memnuniyeti ilişkisini ele alan bir araştırma yapmışlardır.

Araştırmaya İsviçreli ve Amerikalı katılımcılar dâhil edilmiştir. Araştırmada Amerika örnekleminde şükürün, Avrupa örnekleminde ise azmin yaşam memnuniyetinin en güçlü belirleyicisi olduğu anlaşılmıştır. Pozitif psikoloji anlayışını benimseyen psikologlar, şükür gibi erdemlerin depresif eğilimleri azaltacağını düşünerek çalışmalarında şükürün geliştirilmesine yer vermişlerdir. Bu çerçevede araştırmacılar, pozitif psikoloji müdahaleleri içerisine şükür günlüğü tutma, minnet duyulan kişiye mektup yazma gibi şükürün geliştirilmesini de içeren ödevler dâhil etmişlerdir. Lambert, Fincham ve Stillman (2012) tarafından 3 bin kişilik örneklem üzerinde yapılan 8 farklı araştırmada, depresif eğilimler ile şükür arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırmada, şükürün depresif eğilimleri azalttığı tespit edilmiştir (Ayten, 2014).

Günümüzde seçeneklerin ve imkânların çok olması karşısında insanların tercih etmekte zorlanması ya da tercih edilen şeyle birlikte reddedilen seçeneklere karşı pişmanlık duyması, kaygı düzeyini arttıran temel unsurlardan birisi haline gelmiştir. Özellikle medyanın etkisiyle tüketim kültürü yaygınlaştırılmaya çalışılmakta ve insanın



tüketebildiği kadar mutlu olabileceği imajı dayatılmaktadır. Bu durum sosyo-ekonomik açıdan yeterli imkâna sahip olmayan insanlarda hayal kırıklığına ve umutsuzluğa neden olmaktadır. Kapitalist kültürün sürekli tüketimi teşvik ettiği bu ortamda şükür erdemi bireyin psikolojik sağlamlık özelliğini geliştirmesi açısından önemli bir etkiye sahiptir.

### **Yardımseverlik**

Seligman ve Peterson (2004) yardım etmeyi “insanlık” erdeminin ortaya çıkışını sağlayan bir güç olarak ele almışlardır. Bu kapsamda yapılan araştırmalarda, yardımseverliğin insan ilişkilerinde yapıcı yönü ve insanın mutluluğu, huzuru, iyi oluşu ve ruh sağlığına katkıları ele alınmıştır. Yardımseverlik, bir erdem olarak daha çok karşılık beklemezsiniz, herhangi bir çıkar ilişkisine girmeksizin başka bir kişiye, kuruma veya gruba zaman, emek, mal, para ve enerjiden fedakârlık yaparak verebilme ve bağışlama durumudur. Yardımseverliğin ortak kimliğin güçlenmesi, biz bilincinin gelişmesi, sosyal dayanışmanın yaygınlaşması gibi pek çok olumlu toplumsal katkıları bulunmaktadır. Seligman’a (2007) göre bir arkadaşına yardım etmek, ötekinin hayatını olumlu şekilde etkileyebilecek herhangi bir çaba içerisinde bulunmak gibi düşünceli ve prososyal davranışlar mutluluk konusunda daha kalıcı bir etki oluşturmaktadır (Ayten, 2014).

Bireyselliğin ve bencilliğin yaygınlaştığı günümüzde insanların refah düzeyleriyle birlikte kaygı ve doyumsuzluk düzeyleri de artmıştır. Benötesi psikoloji yaklaşımını benimseyen Psikiyatrist Mustafa Merter, kaygı depresyon gibi psikolojik rahatsızlıkların giderilmesinde cömertlik ve yardım erdemini içeren “hayır (iyilik) terapisi”nin etkili olabileceğini belirtmiştir. Bu terapi kapsamında kişi zamanından, malından, bilgisinden vererek muhtaç birinin ihtiyaçlarını diğerkam bir motivasyonla karşılık beklemezsiniz giderir. Yardım içeren her türlü davranış, içten ve samimiyetle yapıldığı takdirde insanın yaşamının güzelleşmesi, kişinin kendini daha iyi hissetmesi açısından katkı sunmaktadır (Merter, 2006).

Özmete (2011) yardımseverlik ve gönüllülük gibi erdemlerin bir

ülkenin “sosyal kapitali” olduğuna dikkat çekerek, sosyal hizmet açısından önemli olan sosyal dayanışma ve sosyal destek sistemlerini güçlendirmek için sosyal kapitalin yapılandırılması gerektiğini vurgulamıştır. Sosyal kapitali yapılandıran sosyal iletişim ağı, yardımseverlik ve gönüllülük gibi esaslar, bireyler arasında duyulan güveni, etkili ve güçlü iletişimi, ortak değerleri, aidiyet ve aynılık duygusunu belirlemektedir. Sosyal kapitalin, toplumu oluşturan bireylerin ortaklaşa hareket edebildikleri ve iş yapabildikleri kültürel düzeyi hazırlayan bir birikim olduğu söylenebilir. Bu açıdan sosyal kapital, “insanlar arasında bağlantı kuran, kurumlar, ilişkiler, tutumlar ve değerlerin ekonomik ve sosyal gelişmeye yaptıkları katkıları”dır. Bu noktada, Michael Woolcock (2001) sosyal kapitalin güçlendirilmesi için ilişkiler esasına dayanarak sosyal kapitalin üç farklı boyutu arasındaki bağlantıyı şu şekilde açıklamıştır: Bunlar;

Aile, yakın arkadaş veya komşular gibi benzer gruplardaki bireyler arasındaki bağları gösteren bağ kuran sosyal kapital,

Farklı sosyo-ekonomik statü, farklı kuşak ve farklı gruplardan gelen, aralarında mesafe bulunan bireyler, arkadaşlar ve dostlar arasındaki ilişkiler gibi insanların daha uzak bağlarını çevreleyen köprü kuran sosyal kapital,

Özel alan dışında, yakın çevrenin ötesinde daha geniş formal kurumlardan kaynak, fikir ve bilgi alışverişinde bulunan birey ve toplulukların birbirleriyle iletişim kurmalarını sağlayan sosyal kapitaldir (Özmete, 2011).

Yardımseverliğin toplumda yapılandırılmış ve organize edilmiş bir şekilde yaygınlaştırılması sosyal hizmetin temel uğraşı alanı olan yoksulluk sorununun azaltılması açısından önemlidir. Özellikle Türkiye gibi kolektif bilince sahip Doğu toplumlarında manevi değerlerden kaynaklanan yardım etme motivasyonu iyi yönlendirilemezse yardım tekrarlarına ve istismarlara neden olabilmektedir. Bu açıdan sosyal hizmet bireylerde var olan yardımseverlik erdemini toplumsal sınıflar arasında barışı ve kardeşliği tesis edecek şekilde profesyonel sosyal yardım ilişkisine dönüştürme misyonu üstlenecek tecrübeye sahip bir meslektir. Sosyal alışmacılar sosyal yardım amacı güden

sivil toplum kuruluşlarında aktif görev alarak toplumun yardımseverlik özelliğinin doğru yönlendirilmesine yardımcı olmalıdır.

### **Alçakgönüllülük**

İsfahani'ye göre alçakgönüllülük, "kişinin üstünlük ve makam bakımından hak ettiği mertebenin altında kalmaya rıza göstermesidir." Ona göre alçakgönüllülük, bilim adamları ve yöneticilerde daha fazla görünürlük kazanabilir. Kibir ile düşkünlüğün ortasında bir haldir. Düşkünlük kişinin kendi hakkını yitirerek acınacak duruma düşmesiye, kibir kişinin kendisini hak ettiği durumdan daha üst bir yerde görmesidir (Ayten, 2014).

1990'lı yıllardan itibaren psikologlar alçakgönüllülük erdemiy-le ilgilenmeye başlamışlardır. Bu konuda kapsamlı çalışmaları olan June Tangney'e (2002) göre alçakgönüllülük; "kişinin karakteristik özelliklerine dair sahici bir değerlendirmesi, sınırlarını kabullenebilmesi ve enaniyetini unutabilmesi yeteneğidir." Başka bir ifadeyle alçakgönüllülük, kişinin ne olduğunu ve ne olmadığını bilmesidir. Peterson ve Seligman (2004) alçakgönüllülüğu ölçülü olma (itidal) erdeminin türevi olan bir güç olarak değerlendirmiştir. Onlara göre alçakgönüllülük, takdir beklememe, yaptıklarını abartmama, başarılı olmayı nasipli olmakla ilişkilendirme ve hatalarını, kusurlarını kabul edebilme durumudur.

Alçakgönüllülük, ötekine ilgi ve alaka bağlamında affetme, yardımlaşma ve dürüstlük gibi prososyal kavramlarla ilişkilidir. Alçakgönüllü insan herkesin kusurlu olabileceğinin ve hata yapabileceğinin bilincinde olduğundan affetme ve yardım etme konusunda daha istekli olur. Alçakgönüllü olan kişi gerçekçi bir özsaygıya sahiptir ve narsizimden uzak durur. Tangney, narsizmi alçakgönüllülüğuün tersi olarak değerlendirmiştir. Kendine hayran olma olarak tanımlanan narsizimde yeteneklerini ve başarılarını abartma durumu vardır. Alçakgönüllülükte sınırlarını bilme ve kendini olduğ u gibi kabullenme söz konusudur (Ayten, 2014).

Tangney (2002), bireyin kendine aşırı yoğunlaşmasının depresyon, kaygı ve sosyal fobi gibi bazı sorunlarla ilişkilendirilebileceğini dile getirmiştir. Bu çerçevede bazı psikologlar, narsistik kişilik bozukluğunun tedavi sürecinde alçakgönüllülüğü terapi süreçlerine dahil etmişlerdir. Varoluşsal ve bilişsel terapilerde, kişinin eksikliklerini ve güçlü yönlerini daha doğru bir şekilde bilmesi ve kişinin kendisiyle ilgili daha gerçekçi algılamasının gelişebilmesi yönünde yönlendirmeler de yapılmaktadır (Aytan, 2014).

Sosyal kontrol mekanizmaların yetersiz kaldığı, kibir ve gösterişin had safhada olduğu günümüzde öz farkındalık bilinci olmayan insanlar öz denetimden uzak yaşamakta ve dürtüsel hareket etmektedirler. Dürtü kontrolünde zorlanan birey kolaylıkla suça yönelmekte, madde kullanmakta ya da suç mağduru olabilmektedir. İnsanlara çocukluk yıllarından itibaren alçakgönüllülük erdemiyle birlikte öz denetim öğretilmeli, kendi yetenekleriyle ilgili gerçekçi bir farkındalık geliştirmeleri sağlanmalıdır.

## **Sonuç**

Son yıllarda psikolojide ve sosyal hizmet disiplinde bireyin iyi olma haline yapılan vurgu sayesinde, insanda iyi olan yönlerin geliştirilmesi için güçlendirilmesi gerektiği anlayışı uygulamalarda yol gösterici olmaya başlamıştır. Güçlendirme ve pozitif psikoloji yaklaşımı insanın özünde var olan potansiyel karakter güçlerin ve erdemlerin bilimsel açıdan ele alınarak araştırılması ve bireyin başa çıkma sürecinde bu güçlerden nasıl yararlandığının ortaya konulmasının önemli olduğunu vurgulamaktadır. Özellikle risk grubu bireylerle çalışılırken kendilik değerinin ve benlik saygısının gerçekçi bir şekilde algılanabilmesi için insani erdemlerin müracaatçı grubuna yeniden hatırlatılması gerekmektedir. İnsan çok ağır travmalar ve acılar yaşamış olsa da tabiatında var olan onur ve değerinden bir şey kaybetmeyeceğini bilmelidir. Bu noktada affedicilik erdeminden yardım alınarak; kişi kendi iradesi dışında oluşan şartların da etkisiyle yaşadıkları konusunda kendine yönelik affedici tutum sergilemesi konusunda desteklenmelidir.

Koruyucu - önleyici sosyal hizmet uygulamaları kapsamında psiko-eğitim modeli olarak erdemlerin kullanılması birçok müracaatçı grubunun öznel iyi oluş düzeyine katkı sağlayacaktır. Güçlendirme yaklaşımıyla birlikte sorun merkezli yaklaşımdan daha çok insanın sahip olduğu güç ve erdemlerin kullanılarak sağlık ve mutlu bir hayatın sağlanması ve olası psikolojik sorunların engellenmesi anlayışı daha öncelikli duruma gelmiştir. Suça sürüklenen çocuklar, madde bağımlıları, suç mağdurları gibi risk grubu bireylere yönelik sosyal hizmet müdahalesi uygulanırken affedicilik, şükür, alçakgönüllülük ve yardımseverlik gibi erdemlerden yararlanılması bu bireylerin sosyal işlevselliklerini yeniden kazanmalarına yardımcı olacaktır.

İnsanın biyo-psiko-sosyo-kültürel yönü olan manevi bir varlık olarak tanımlandığı günümüzde, erdemlerin sadece felsefenin konusu olduğu iddiası artık geçerliliğini yitirmiştir. Erdemler; psikolojinin de, sosyal hizmetin de temel konuları arasında yer almaya başlamıştır. İnsani erdemler ve karakter güçlerin sağlıkla ilişkisinin araştırıldığı pek çok çalışmada, bireyin yaşam memnuniyeti ve iyi oluş hali ile erdemler arasında pozitif ilişkiler tespit edilmiştir. Sosyal hizmet alanında da bu tarz ampirik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Örneğin; affedicilik erdeminin şiddet mağduru çocukların içe dönük suçluluk, kirlenmişlik ve değersizlik gibi olumsuz duygulardan arınmalarına ne ölçüde katkı sağladığı belirlenmelidir. Aynı şekilde affedicilik, alçakgönüllülük, şükür ve yardımseverlik gibi erdemlerin psiko-eğitim yoluyla risk grubu bireylere öğretilmesinin yaşam kalitelerine etkisinin ne olacağı gibi konuların araştırılması gerekmektedir.

Bu çalışmada özet olarak ele alınan insani erdemlerin sosyal hizmetin müracaatçı gruplarının psiko-sosyal yapıları dikkate alınarak psiko-eğitim ve grup çalışması şeklinde yapılandırılmasının olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Aristoteles. (2014). Nikomakhos'a Etik. İstanbul: Say Yayınları.
- Arpacıoğlu, Ö., & Yıldırım, M. (2011). Dünya'da ve Türkiye'de Yoksulluğun Analizi. Niğde Üniversitesi İİBF Dergisi, 4(2), 60-76.
- Ayten, A. (2014). Erdeme Dönüş: Psikoloji ve Mutluluk Yolu. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Corbin, H. (2013). İslam Felsefesi Tarihi (9. b., Cilt I). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Çapan, B. E., & Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Affedicilik. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi, 5(4), 70-82.
- Davary, B. (2006). Forgiveness. O. Leaman içinde, The Qur'an: An Encyclopedia. New York/London: Routledge.
- Duyan, V. (2012). Sosyal Hizmet Temelleri Yaklaşımları Müdahale Yöntemleri. Ankara: SHUD Yayınları.
- Emmons, R. A. (2009). Teşekkür Ederim. İstanbul: Doğan Egmont Yayıncılık.
- Farnkl, V. E. (2009). İnsanın Anlam Arayışı. İstanbul: Okyan Us Yayınları.
- Lambert, N. M., Fincham, F. D., & Stillman, T. F. (2012). Gratitude and Depressive Symptoms: The Role of Positive Reframing and Positive Emotion. Cognition and Emotion, 26(4), 615-633.
- Merter, M. (2006). Dokuz Yüz Katlı İnsan. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends and Faith of Happy People. American Psychologist, 55(1), 56-67.
- Ocak, H. (2011). Bir Ahlak Felsefesi Problemi Olarak Erdem Kavramına Yüklenen Anlamın İlkçağdan Ortaçağa Evrimi. Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi(11), 79-101.
- Özdek, Y. (2012). Küresel Yoksulluk ve Küresel Şiddet Kısılcacında İnsan Hakları. www.sendika8.org: <http://sendika8.org/arsiv/yoздеk1-2009-04-12.pdf> adresinden alındı
- Özmete, E. (2011). Sosyal Kapitali Yapılandırmak: Sosyal İletişim Ağı ve Yardımseverlik-Gönüllülük. Aile ve Toplum Dergisi, 6(22), 83-104.
- Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2013). Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları. Ankara: Phoenix Yayınları.
- Pargament, K. I., & Rye, M. (1998). Forgiveness as a Method of Religious Coping. E. Wordhington içinde, Dimensions of Forgiveness Psychological Research Theological Perspectives. London: Templeton Foundation Press.

- Peterson, C., & arkadaşları. (2007). Strengths of Character, Orientations to Happiness and Life Satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 2(3), 149-156.
- Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character Strength and Virtues: A Handbook and Classification*. New York: Oxford University Press.
- Rye, M. S., & Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and Romantic Relationships in College: Can it heal the wounded heart? *Journal of Clinical Psychology*(58), 419-441.
- Seligman, M. E. (2007). Gerçek Mutluluk: Kalıcı Doyum Potansiyelinizi Gerçekleştirmek İçin Yeni Olumlu Psikolojinin Kullanılması. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive Psychotherapy. *American Psychologist*, 774-778.
- Semedes, L. (1998). Stations on the Journey from Forgiveness to Hope. E. Worthington içinde, *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research Theological Perspectives*. London: Templeton Foundation Press.
- Tangney, J. P. (2002). Humility. C. R. Snyder, & S. J. Lopez içinde, *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Teater, B. (2015). *Sosyal Hizmet Kuram ve Yöntemleri: Uygulama İçin Bir Giriş*. Ankara: Nika Yayınevi.
- Zastrow, C. (2013). *Sosyal Hizmete Giriş*. Ankara: Nika Yayınevi.