T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DOKTORA TEZİ

VAROLUŞÇU SOSYAL HİZMETTE ÖZGÜRLÜK, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM ANLAMININ OTANTİKLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: KARMA MODELLİ BİR ARAŞTIRMA

Yunus BAYRAM

DANIŞMAN
Doç. Dr. Taner ARTAN

Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

Sosyal Hizmet Programı

Eylül, 2022

TEZ KABUL VE ONAYI

Yunus BAYRAM tarafından, **Doç. Dr. Taner ARTAN** danışmanlığında hazırlanan **"VAROLUŞÇU SOSYAL HİZMETTE ÖZGÜRLÜK, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM ANLAMININ OTANTİKLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: KARMA MODELLİ BİR ARAŞTIRMA"** başlıklı bu çalışma, jürimiz tarafından **06/09/2022** tarihinde yapılan sınav sonucunda **oy birliği** ile başarılı bulunarak **Doktora Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Tez Jürisi

		İmza	Sonuç
DANIŞMAN	Doç. Dr. Taner ARTAN İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal Hizmet Anabilim Dalı		☐ Kabul ☐ Ret
ÜYE	Prof. Dr. Doğaç Niyazi ÖZÜÇELİK İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal Hizmet Anabilim Dalı		☐ Kabul ☐ Ret
ÜYE	Prof. Dr. İsmet Galip YOLCUOĞLU İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Hizmet Anabilim Dalı		☐ Kabul ☐ Ret
ÜYE	Doç. Dr. Reyhan BAHÇİVAN SAYDAM İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal Hizmet Anabilim Dalı		☐ Kabul ☐ Ret
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Sayra LOTFİ İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Hizmet Anabilim Dalı		☐ Kabul ☐ Ret

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve bilimsel etik kuralları içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını ve her türlü hukuki sorumluluğu aldığımı kabul ederim.

Yunus BAYRAM

(İmza)

Beni hayat karşısında bıkmadan düşünmeye iten ve kendisiyle kendimi var etmemi sağlayan Alaattin ağabeyime ithaf ediyorum…

BÜTÇE DESTEKLERİ

VAROLUŞÇU SOSYAL HİZMETTE ÖZGÜRLÜK, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM ANLAMININ OTANTİKLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: KARMA MODELLİ BİR ARAŞTIRMA

Bu tez çalışması için herhangi bir kurumdan bütçe desteği alınmamıştır.

TEŞEKKÜR

İlk olarak tez yazım sürecinde benimle birlikte yaşamlarından büyük fedakarlıklarda bulunan değerli aileme teşekkürlerimi sunarım. Aylarca görmedikleri oğullarının kısa süreli tatilinin neredeyse tamamını tezine ayırmasını hoşgörü ile karşılayan ve yaşamlarının tamamını çocuklarının iyiliklerine adayan çok değerli annem Fatma BAYRAM ve çok değerli babam Mehmet BAYRAM'a emeklerine karşılık olabileceğini düşündüğüm herhangi bir teşekkür metnim bulunmamaktadır. Benim içim maddi ve manevi büyük fedakarlıklar gösteren, benim için zaman zaman ağabeylik yerine babalık rolünü üstelenmiş değerli ağabeylerim Mehmet BAYRAM ve Selehattin BAYRAM 'a teşekkürlerimi ve derin saygılarımı iletirim. Sevgili eşim Özge BAYRAM'a tez yazım sürecinde bana göstermiş olduğu maddi ve manevi desteklerinden dolayı çok teşekkür ederim. Bu süreçte yaptığı fedakarlıkları ve destekleri unutmam mümkün değil. Varlığıma kattığı anlamın tezime taşmasından müteşekkirim. Kalbimdeki derin sevgi ve saygıyla sonsuz zamanıma kattığım değerli eşimin varlığı için her daim minnettar olacağım. Ve Alaattin BAYRAM: Ağabeyim, arkadaşım, yol göstericim.. Onun ahlaki mentorluğu olmasaydı nerede olurdum bilemiyorum. Etik, estetik, epistemolojik ve ontolojik anlayışıma yaptığın zengin katkı için edebileceğim bir teşekkürüm yok. İyi ki vardın ve iyi ki olacaksın. Kıymetli danışmanım Doç. Dr. Taner ARTAN başta olmak üzere Tez İzleme Komitesi Üyeleri değerli Doç. Dr. Reyhan Bahçıvan SAYDAM ve değerli Dr. Öğr. Üyesi Sayra LOTFİ'ye tezimin olgunlaşmasında ve oluşturulmasında kıymetli yapıcı eleştirileri ve değerlendirmeleri için çok teşekkür ederim. Bu zor süreçte kıymetli hocalarımın yönlendirmeleri ve kolaylaştırıcı tutumları benim için çok önemliydi. Ayrıca tez danışmanım Doç. Dr. Taner ARTAN'a tez konuma inandığı, bana inandığı ve beni desteklediği için bir kez daha teşekkürlerimi sunarım. Kıymetli üstadım ve değerli dostum Fazilet ÇOLAK ASLAN'a kendi tezi gibi titizlikle emek sarfettiği için teşekkür ederim. Onun hiçbir zaman tam anlamıyla hak etmediğim iyi yürekliliği ve arkadaşlığı için sonsuza dek minnettarım. Son olarak doktora eğitimim boyunca maddi destekleri için Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu'na (TÜBİTAK 2211-A Yurt İçi Lisansüstü Burs Programı) teşekkür ederim.

Eylül 2022 Yunus BAYRAM

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

TEZ KABUL VE ONAYI ..... **ii**
BEYAN ..... **iii**
BÜTÇE DESTEKLERİ ..... **v**
TEŞEKKÜR ..... **vi**
İÇİNDEKİLER ..... **vii**
ŞEKİL LİSTESİ ..... **x**
TABLO LİSTESİ ..... **xi**
SİMGE VE KISALTMA LİSTESİ ..... **xii**
ÖZET ..... **xiii**
ABSTRACT ..... **xv**
1. GİRİŞ **1**
1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU VE KAPSAMI 3
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ 3
1.3. ARAŞTIRMADA KULLANILAN TEMEL KAVRAMLARIN TANIMLARI 4
1.4. ARAŞTIRMANIN NİCEL DESENİNİN HİPOTEZLERİ VE ALT HİPOTEZLERİ 5
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE **6**
2.1. VAROLUŞÇULUK 6
2.2. VAROLUŞÇU FELSEFE: ATALAR 12
2.2.1. Varoluşçu Felsefede Düşünüm 12
2.2.2. Varoluşçu Felsefenin Dünya Anlayışı 14
2.2.3. Varoluşçu Felsefede Kişi-Varoluş İlişkisi 17
2.2.4. Varoluşçu Felsefede Aşkınlık 20
2.2.5. Varoluşçu Felsefede Kendini Aldatma Meselesi 25
2.2.6. Varoluşçu Felsefede Öz-bilinç ve İçsel Tutum 29
2.2.7. Öncü Varoluşçu Düşünürlerin Felsefi Kavrayışları 31
2.3. VAROLUŞÇU PSİKOTERAPİ: YAKIN AKRABALAR 57
2.3.1. Varoluşçu Psikoterapinin Gelişimi 58
2.3.2. Varoluşçu Psikoterapi: Dinamik Bir Yaklaşım 62

2.4. VAROLUŞÇU SOSYAL ÇALIŞMA 67
2.4.1. Varoluşçu Sosyal Çalışmanın Tarihsel Gelişimi 69

2.4.2. Varoluşçu Sosyal Çalışma Perspektifleri 71
2.4.3. Varoluşçu Sosyal Çalışma Yaklaşımın Temel İlkeleri 80
2.5. TEMEL VAROLUŞSAL TEMALAR 84
2.5.1. Ölüm 84
2.5.2. Özgürlük 97
2.5.3. Anlam 112
2.5.4. Otantiklik 123
3. YÖNTEM 131
3.1. GENEL ARAŞTIRMA TASARIMI 131
3.2. GENEL VERİ TOPLAMA SÜRECİ 131
3.3. ARAŞTIRMANIN NİCEL DESENİ 132
3.3.1. Evren ve Örneklem 132
3.3.2. Veri Toplama Araçları 134
3.3.3. Veri Toplama Süreci 138
3.3.4. Verilerin Analizi 139
3.3.5. Araştırmanın Sınırlılıkları 140
3.4. ARAŞTIRMANIN NİTEL DESENİ 141
3.4.1. Evren ve Örneklem 141
3.4.2. Veri Toplama Aracı 142
3.4.3. Veri Toplama Süreci 143
3.4.4. Verilerin Analizleri 143
3.4.5. Araştırmanın Sınırlılıkları 144
4. BULGULAR 146
4.1. NİCEL DESENE İLİŞKİN BULGULAR 146
4.1.1. Kullanılan Ölçeklerin Psikometrik Özellikleri 146
4.1.2. Öz-Bilinç Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği 146
4.1.3. Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği 148
4.1.4. Yaşam Anlamı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği 150
4.1.5. Otantiklik Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği 152
4.1.6. Kullanılan Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistikleri 154
4.1.7. Yapısal Model Testlerine İlişkin Bulgular 159
4.2. NİTEL DESENE İLİŞKİN BULGULAR 172

4.2.1. Özgürlük Temasına İlişkin Bulgular 173
4.2.2. Öz-Bilinç Temasına İlişkin Bulgular 177

4.2.3. Yaşam Anlamı Temasına İlişkin Bulgular 180
4.2.4. Otantiklik Temasına İlişkin Bulgular 183
5. TARTIŞMA 188
5.1. H1: ÖZGÜR İRADE, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR 189
5.2. H2: ÖZGÜR İRADE, ÖZ-BİLİNÇ ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR. 191
5.3. H3: ÖZ-BİLİNÇ, ÖZGÜR İRADE ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR. 192
5.4. H4: ÖZGÜR İRADE, OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR. 193
5.5. H5: YAŞAM ANLAMI, ÖZ-BİLİNÇ ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR. 194
5.6. H6: ÖZ-BİLİNÇ, YAŞAM ANLAMI ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR. 195
5.7. H7: YAŞAM ANLAMI, OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR 196
5.8. H8: ÖZ-BİLİNÇ, OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR 197
5.9. H9 VE H10: ÖZ-BİLİNÇ, YAŞAM ANLAMI VE ÖZGÜR İRADENİN ARACILIK ETKİLERİ 198
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 200
6.1. SONUÇ 200
6.2. ARAŞTIRMACILAR İÇİN ÖNERİLER 202
6.3. UYGULAMACILAR İÇİN ÖNERİLER 203
KAYNAKLAR 205
EKLER 244
İNTİHAL RAPORU İLK SAYFASI 254
ETİK KURUL İZİN YAZISI 255
KURUM İZNİ YAZILARI 256
ÖZGEÇMİŞ 257

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa No

Şekil 4-1. Öz-bilinç Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı 147

Şekil 4-2. Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı 149

Şekil 4-3. Yaşam Anlamı Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı 151

Şekil 4-4. Otantiklik Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı 153

Şekil 4-5. Birinci Yapısal Modeldeki Yol Katsayıları ve Varyans Değerleri 161

Şekil 4-6. İkinci Yapısal Modeldeki Yol Katsayıları ve Varyans Değerleri 164

Şekil 4-7. Birinci Yapısal Modelde Aracılık 166

Şekil 4-8. İkinci Yapısal Modelde Aracılık 170

TABLO LİSTESİ

Sayfa No

Tablo 3-1. Nicel Desendeki Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri (N=599) 134

Tablo 3-2. Nitel Desendeki Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri (N=60) 142

Tablo 4-1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler 156

Tablo 4-2. Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar 158

Tablo 4-3. Birinci Yol Analizine İlişkin Parametre Tahmin Değerleri (N=599) 160

Tablo 4-4. İkinci Yol Analizine İlişkin Parametre Tahmin Değerleri (N=599) 163

Tablo 4-5. Doğrudan Etkiler 167

Tablo 4-6. Dolaylı Etkiler 168

Tablo 4-7. Doğrudan Etkiler 170

Tablo 4-8. Dolaylı Etkiler 171

Tablo 4-9. Endojen Değişkenlerdeki Varyans (R^2) Oranları 172

Tablo 4-10. Endojen Değişkenlerdeki Varyans (R^2) Oranları 172

Tablo 4-11. Üst ve Alt Tema Listesi 173

SİMGE VE KISALTMA LİSTESİ

Simgeler	Açıklama
$\chi 2$	: Ki-kare
p	: İstatistiksel Anlamlılık

Kısaltmalar	Açıklama
ÖÖ	: Öz-bilinç Ölçeği
OÖ	: Otantiklik Ölçeği
YAÖ	: Yaşam Anlamı Ölçeği
ÖİBÖ	: Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği
AFA	: Açıklayıcı Faktör Analizi
DFA	: Doğrulayıcı Faktör Analizi
YEM	: Yapısal Eşitlik Modellemesi
CFI	: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi
GFI	: Uyum İyiliği İndeksi
NFI	: Normlaştırılmış Uyum İndeksi
RMSEA	: Ortalama Hataların Karekökü
SRMR	: Standartlaştırılmış Ortalama Hataların Karekökü
TLI	: Tucker ve Levis Uyum İyiliği İndeksi
df	: Serbestlik Derecesi

ÖZET

DOKTORA TEZİ

VAROLUŞÇU SOSYAL HİZMETTE ÖZGÜRLÜK, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM ANLAMININ OTANTİKLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: KARMA MODELLİ BİR ARAŞTIRMA

Yunus BAYRAM

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

Sosyal Hizmet Programı

Danışman : Doç. Dr. Taner ARTAN

Amaç: Varoluşçu sosyal çalışma kuramında otantikliğin, ulaşılması istenen ideal birey ve ilişkinin temel özelliği olduğu görülmektedir. Otantik birey ve otantik ilişki bireyin kendi varoluşuna uygun bir konum alması sonucunda ortaya çıkmaktadır. Yapılan araştırmada bireyin ve ilişkilerinin otantik bir konuma getirilmesinde varoluşsal temalardan özgür iradenin, öz-bilincin ve yaşam anlamının ne derecede etkili olduğu araştırılmıştır.

Yöntem: Araştırma karma model yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın nicel deseninde ve nitel deseninde evren olarak Türkiye'deki genç yetişkinler belirlenmiştir. Nicel desende amaçlı örneklem tekniği ile belirlenen 599 kişi ile nitel desende ise yine amaçlı örneklem tekniği ile belirlenen 60 kişiyle veri toplama süreci gerçekleştirilmiştir. Nicel desendeki veriler, Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği, Öz-bilinç Ölçeği, Yaşam Anlamı Ölçeği, Otantiklik Ölçeği ve Sosyo-demografik Bilgi Formu'ndan oluşan anketler aracılığıyla toplanmıştır. Nitel desendeki veriler, kuramsal ve felsefesi metinler göz önünde bulundurularak araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla toplanmıştır. Nicel

desende elde edilen verilerin yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla ölçüm testleri, yapı testleri, aracılık testleri ve çoklu kareli korelasyon katsayı testleri analiz edilmiştir. Nitel desende elde edilen veriler ise tematik analiz yöntemiyle test edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Yapılan nicel analizler sonucunda ölçeklerin ölçüm testlerinin yüksek güvenirliliğe (ölçeklerin Cronbach alfa katsayıları .72 ile .78 arasındadır.) ve ortalama uyuma sahip olduğu (ölçeklerin uyum değerleri RMSEA: .06-.08; SRMR: .06-.08; GFI: .90-.94; CFI: .87-.94; TLI: .90-.92; NFI:.90-.92 arasındadır), yapı testlerinin ise ortalama uyuma sahip olduğu görülmektedir (her iki yapı modeli için de uyum değerleri *RMSEA = 0.05; CFI = 0.90; GFI= 0.94; SRMR= 0.05* olarak bulunmuştur). Modellerdeki egzojen değişkenlerin tamamı endojen değişkenleri anlamlı ve pozitif bir şekilde yordamıştır. Aracılık testlerinin sonuçlarında ise öz-bilinç, özgür irade ve yaşam anlamının kısmi arabulucuk etkisine sahip olduğunu sonucuna varılmıştır. Nitel desende yapılan tematik analiz sonucunda dört üst tema (özgür irade, öz-bilinç, yaşam anlamı, otantiklik) ve on iki alt tema saptanmıştır. Araştırmada ileri sürülen tüm ana ve alt hipotezler veri sonuçlarıyla doğrulanmıştır. Elde edilen nitel araştırma bulguları nicel desen bulgularını desteklemektedir.

Eylül 2022 , 274 sayfa.

Anahtar kelimeler: Varoluşçu Sosyal Çalışma, Otantiklik, Öz-bilinç, Özgür İrade, Yaşam Anlamı

ABSTRACT

Ph.D. THESIS

THE EFFECT OF FREEDOM, SELF-CONSCIOUSNESS AND LIFE MEANING ON AUTHENTICITY IN EXISTENTIAL SOCIAL WORK: A MIXED MODEL RESEARCH

Yunus BAYRAM

İstanbul University-Cerrahpaşa

Institute of Graduate Studies

Department of Social Work

Social Work Programme

Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Taner ARTAN

Objective: In the existential theory of social work, it is seen that authenticity is the main feature of the ideal individual and relationship to be achieved. The authentic individual and the authentic relationship emerge as a result of the individual taking a position suitable for his own existence. In the research, it was investigated how effective freedom, self-consciousness and the meaning of life from existential themes are in bringing the individual and his relationships to an authentic position.

Method: The research was carried out with the mixed model method. In the quantitative and qualitative design of the study, young adults in Turkey were determined as the universe. The data collection process was carried out with 599 people determined by the purposive sampling technique in the quantitative design and with 60 people determined by the purposive sampling technique in the qualitative design. The data in the quantitative design were collected through questionnaires consisting of a four-scale socio-demographic information form. The data in the qualitative design were collected through a semi-structured interview form prepared by the

researcher considering the theoretical and philosophical texts. Measurement tests, structure tests, mediation tests and multiple square correlation coefficient tests were analyzed by means of structural equation modeling of the data obtained in the quantitative design. The data obtained in the qualitative design were tested with thematic analysis method.

Findings and Conclusion: As a result of the quantitative analysis, it is seen that the measurement tests of the scales have high reliability and average fit, while the structure tests have average fit. All of the exogenous variables in the models significantly and positively predicted the endogenous variables. In the results of the mediation tests, it was concluded that self-consciousness, free will and meaning of life had a partial mediation effect. As a result of the thematic analysis made in the qualitative design, four upper themes (free will, self-consciousness, meaning of life, authenticity) and twelve sub-themes were determined. All the main and sub-hypotheses put forward in the research were confirmed by the data results. The qualitative research findings obtained support the quantitative design findings.

September 2022, 274 pages.

Keywords: Existential Social Work, Authenticity, Self-consciousness, Freedoom, Meaning of Life

1. GİRİŞ

Varoluşçu sosyal çalışma kuramında bireyler tamamlanmamış birer "varoluş" olarak ele alınmaktadır. Her kişi, kendini arayan ve tamamlamaya çalışan varlıklar olarak değerlendirilmektedir. Bireylerin bu amacı onları zorunlu olarak varoluşu ile yüzleştirmeye yönlendirmektedir. Krill (1978b, 2017)'e göre bir birey, ona yaşamının ilk dönemlerinden itibaren verilen anlamları, değerleri ve fikirleri aştığında saf varoluşuyla karşılaşmaktadır. Thompson (1992) bu verimli karşılaşmanın bireyi en gerçek haline yani otantik özellikleri olan bir varlığa dönüştürdüğünü belirtmektedir. Bu noktada Yalom (2018) bireyin saf varoluşuyla karşılaştığında yüzleşmek zorunda olduğu dört temel temanın varlığından bahsetmektedir. Bunlar kişinin kaçınılmaz ölümü, yüklenmek zorunda olduğu özgürlüğü, yaşamın anlamsızlığının dehşeti, bireyin paylaşılmaz olan kökensel yalıtılmışlığı ve yalnızlığıdır. May (2019a) kişinin saf varlığında karşılaştığı bu temel temaların en kökensel kaygıları var ettiğini belirtmektedir. Randall (2001) bu nedenle varoluşçu sosyal çalışma müdahalelerinin temel amacının, hizmet verilen bireyin belirtilen temalarla karşılaşması ve bunların yarattığı kaygıları aşması sürecinde ona destek sağlama olduğunu belirtmektedir. Bugental (1965) ise varoluşçu psikoterapinin temel amacını bir saflığa/ilk hale geri dönüş olarak açıklamaktadır. Kişi kendisine dikte edilen anlam, değer ve fikirlerle saf/otantik varoluşundan uzaklaşmaktadır. Bu uzaklaşma nevrozun temel nedenidir. Yapılması gereken kişinin varlığında zorunlu olarak verilmiş olan ölümünü, özgürlüğünü, anlamsızlığını ve yalıtımını kabullenmesine destek olmaktır.

Heidegger (2019b) bireyin otantik varoluşuna doğru yolculuğunun her bir aşamasında en temel varoluşsal yöntemin bireyin öz-bilincine yönelme hareketi olduğunu belirtmektedir. Sartre (2021) bireyin kendi üzerine düşünmedikçe varoluşunun temel sorunlarını fark edemeyeceğini belirtmektedir. Marcel (1963) ise ileri sürdüğü varoluşçu felsefesini kendi üzerine düşünüm yoluyla ortaya koymaktadır. Jaspers ve Schilpp (1957), kişinin öz-bilincine yönelmeksizin varoluşun şifrelerini deneyimleyemeyeceğini belirtmektedir. Bu nedenle Thompson (2007) kişinin otantikleşmesi sürecinde öz--bilincine yönelme yoluyla temel varoluşsal temalarla yüzleştiğini belirtmektedir. Bununla birlikte yine öz-bilincine yönelme yoluyla bu temaların

kaygılarını sağlıklı bir biçimde aştığını ifade etmektedir. Bu noktada özgürlük, anlam, öz-bilinç ve otantiklik arasındaki ilişki açık bir biçimde ortaya çıkmaktadır.

Bilim tarihi incelendiğinde, herhangi bir kuramsal ve felsefi argümanın bilimsel yöntemlerle doğrulanmaksızın kabul edilmediği görülmektedir. Bu durum varoluşçu perspektifin bilimsel olarak yaygın hale gelememesinin de temelini oluşturmaktadır (Krill, 2017). Yalom (2018) varoluşçu perspektif üzerine bilimsel çalışmaların yürütülememesinin nedeni olarak varoluşçuluğun felsefi alt yapısını göstermektedir. Öncelikle varoluşçuluk her bireyin eşsiz/otantik bir varlık olduğunu belirtmektedir. Bununla birlikte varoluşsal temalara ancak belirli bir farkındalık düzeyindeki bireylerin erişebileceği söylenmektedir. Bu durumlar kişilerden bilimsel anlamda genel geçer bilgilerin toplanmasını güçleştirmektedir (Krill, 1978b; May, 2019; Thompson, 1992; Yalom, 2018). Ancak belirtilen öncü varoluşçu psikoterapistler ve sosyal çalışmacılar bu alanda yapılacak bilimsel çalışmalara ihtiyacın var olduğunu belirtmektedirler (Krill, 1978b; May, 2019; Thompson, 1992; Yalom, 2018). Bu noktada alanyazında varoluşçu perspektife ilişkin yapılan bilimsel çalışmaların, varoluşçu temaların birey üzerindeki gözlemlenebilir etkileri üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Varoluşsal temalara erişimin belirli bir farkındalık düzeyi gerektirmesi ise vaka çalışması ve belirli örneklem teknikleri yöntemleriyle aşılmaya çalışılmaktadır. Tüm bu bilimsel zorluklar varoluşçulukla ilgili bilimsel alanda yapılan çalışmaların sayısının az olmasıyla sonuçlanmıştır (Krill, 2017; Thompson ve Pascal, 2011; Thompson ve Walsh, 2010; Yalom, 2018).

Yapılan araştırma varoluşçu temaların birbirileriyle ilişkilerini bireyler üzerindeki etkileri aracılığıyla belirlemeye çalışmaktadır. Bu noktada araştırma ilk olarak araştırmanın alt yapısını, konusunu, önemini, temel sorunlarını, alt sorunlarını ve temel kavram tanımlarını içeren giriş bölümüyle başlamaktadır. Giriş bölümü sonrasında araştırmayı oluşturan temel kavramların varoluşçu felsefe, varoluşçu psikoterapi ve varoluşçu sosyal çalışma bilimi üzerinden açıklamalarını içeren kavramsal çerçeve ile devam etmektedir. Kavramsal çerçeve bölümü sonrasında araştırmanın metodolojik alt yapısına ilişkin bilgilendirmeleri içeren yöntem kısmı gelmektedir. Yöntem kısmı sonrasında araştırmanın nitel ve nicel deseni üzerinden elde edilen verileri içeren bulgular kısmı gelmektedir. Bulgular kısmı sonrasında elde edilen verilerin güncel bilimsel araştırmalar ve kuramsal yaklaşımlar üzerinden değerlendirildiğini ve çalışmanın özgün değerinin dayanaklarını içeren tartışma bölümü gelmektedir. Araştırma son olarak ulaşılan sonuçları ve sonraki araştırmalar için yapılan önerileri içeren sonuç ve öneriler kısmıyla tamamlanmaktadır.

1.1. ARAŞTIRMANIN KONUSU VE KAPSAMI

Araştırma özgür irade, öz-bilinç ve yaşam anlamının otantiklik üzerindeki etkilerini konu edinmektedir. Bu varoluşsal temalar arasındaki ilişkilerin belirlenmesi, geliştirilecek varoluşçu sosyal çalışma müdahalelerini temellendirecektir (Krill, 2014; Thompson, 1992). Bu noktada araştırma bireylerin özgür iradeyi veya otantikliği betimlemesini hiçbir koşulda konu edinmemektedir. Bu, varoluşsal perspektifin felsefi alt yapısı gereği mümkün değildir. Çünkü varoluşsal deneyimler bireye özgüdür ve aktarılamaz (Heidegger, 2019b; Jaspers, 1959; Marcel, 1963; Sartre, 2021). Bu araştırmada konu edinilen olgu, belirtilen varoluşsal temaların bireyler üzerindeki gözlemlenebilir etkilerini içermektedir. Bu etkiler üzerinden bir ilişkisellik belirlenmeye çalışılmaktadır. Ayrıca gerçekleştirilen araştırma varoluşçu sosyal çalışma perspektifi dahilinde yürütülmüştür. Bulguların elde edilmesinde, yorumlanmasında ve sonuçlandırılmasında temel olarak sosyal çalışma zemininde hareket edilmiştir. Araştırma, belirtilen varoluşsal temaların Türkiye'deki genç yetişkinler üzerindeki etkilerini değerlendirmekte ve kapsamaktadır. Bu kapsamın belirlenmesinde varoluşçu perspektifin anlaşılmasında ve kavranmasında yaşanan zorluklar etkili olmuştur.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Yapılan araştırma varoluşçu sosyal çalışma kuramının bilimsel olarak kabul edilebilirliliğini ve yaygınlığını arttırmayı amaçlamaktadır. Bireyin biyo-psiko-sosyo-tinsel iyilik halini amaçlayan bir bilim ve meslek olan sosyal çalışma disiplinin, oldukça güçlü ve verimli olan varoluşçu kuramdan faydalanması, bu disiplinin var olma amacına katkı sağlamaktadır (Krill, 2014; Krill, 2017; Thompson, 1992). Araştırma varoluşçuluğun belirttiği ideal insan varlığına -yani otantik insana- ulaşmayı sağlayan değişkenleri bilimsel yöntemlerle belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu sosyal çalışma bilimine hizmet verdiği bireye bilimsel olarak destek olmanın bir başka yolunu açmaktadır (Kominkiewicz, 2006; Lantz ve Greenlee, 1991). Bu nedenle yapılan araştırma, sosyal çalışma biliminin insanın iyilik halinin sağlanmasında uygulama ve müdahale çantasına bir başka tedavi bakışını yerleştirmeyi amaçlamaktadır.

Yapılan araştırma gerek edindiği konu gerek metodolojisi gerekse elde ettiği sonuçlarla varoluşçu sosyal çalışma alanyazınında oldukça ihmal edilmiş bir alanı doldurmaktadır (Griffiths, 2017; Krill, 2017; Nilsson, 2018; Thompson ve Walsh, 2010). Bu bağlamda araştırmanın kendi alanında nadir bulunan bir çalışma olduğu söylenebilmektedir. Varoluşçu perspektifin bilimsel yöntemlerle çalışmada yarattığı zorluk bu alandaki bilimsel araştırmaların

sayısını azaltmıştır (Krill, 2017; Lantz ve Kondrat, 1997; Thompson, 1992; Yalom, 2018). Bilimsel araştırmaların nadir olmasına karşın kuramsal ve felsefi olarak oldukça köklü ve güçlü bir alt yapıya sahip olan varoluşçu sosyal çalışma argümanları, araştırmanın zeminin de güçlü olduğunu göstermektedir. Bu nedenle yapılan araştırma güçlü bir kuramsal alt yapıya sahip olan ve kendi alanındaki ulusal ve uluslararası alanyazında önemli bir boşluğu dolduran yüksek bir özgün değeri bulunan önemli bir çalışmadır.

Araştırmacıyı böyle bir çalışma yapmaya iten temel motivasyon kendi yaşam deneyimleri olmuştur. İnsanı anlama çabasıyla yola çıkan araştırmacı, varoluşçu temalarla yüzleşmenin yararlı olabileceğini bizzat kendi deneyimleri aracılığıyla öğrenmiştir. Bu yararlı karşılaşmaların insanın iyilik halini amaç edinmiş bir meslek olan sosyal çalışma içerisinde kullanılması, araştırmacı için kabul edilebilir bir ilişki olarak görülmüştür. Bu alanda yapılan bilimsel, felsefi ve sanatsal çalışmalar incelendikçe; araştırmacının konuya olan ilgilisi daha da derinleşmiştir. Araştırmacı kendisinde ve yaptığı uygulamalarda varoluşçu bakışın yararlılığını deneyimledikçe kendisine uygun çalışma alanının bu perspektif olması gerektiği kanaatine varmıştır. Bunun dışında araştırmacının içinde yaşadığı çağın özellikleri de onu varoluşsal düşünmeye yöneltmiştir. Değerlerden yoksunlaştırılmış insanlar, tüketim kültürüyle dolu dijital medya, salgın hastalıklar, ölümler, zorunlu göçler ve savaşların olduğu bu dönemde varoluşçu perspektif, insanın iyiliğinin sağlanmasında çok daha fazla ön plana çıkmaktadır. Çünkü bu çağ insana ölümünü, anlamlarını, yalıtılmışlığını ve özgür iradesini yeniden hatırlatmaktadır.

1.3. ARAŞTIRMADA KULLANILAN TEMEL KAVRAMLARIN TANIMLARI

Özgür İrade: Bireyin yalnızca kendisine ait olan davranışlarını, arzularını, değerlerini ve fikirlerini oluşturabilme ve hayata geçirebilme gücüdür (Heidegger, 2019b). Sartre (2022) özgür iradeyi, bireyin kendi varlığını, varoluşsal zamanını ve çevresindekilerle (nesneler ve diğer insanlar) kurduğu ilişkiyi oluşturan; yalnızca kişiye ait bir olumsuzlama olarak nitelemektedir.

Öz-bilinç: Kişinin kendi benliğindeki derin gerçeklikleri fark edip yorumlamasına ve kendisindeki derin varlık yapılarına yönelmesine öz-bilinç denir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Marcel (1963) öz-bilinci, insanın kendi zihinsel yapısında ilk bakışta fark edemediği derin özelliklerine yönelebilme gücü olarak açıklamaktadır.

Yaşam Anlamı: Bireyin kendisine dayanarak hayattaki amaçlarını, değerlerini ve fikirlerini var ettiği ve yaşamını bunlar üzerine şekillendirdiği temel anlamlardır (Frankl, 2017). Heidegger (2019a) yaşam anlamının, bireyin çevresiyle (nesneler ve diğer insanlar) kurduğu bütün etkileşimin temel dayanak noktası olduğunu belirtmektedir.

Otantiklik: Bir insanın yaşamında benimsediği anlamların, düşüncelerin, seçimlerin ve değerlerin, kökensel varoluşundaki temelleriyle uygunluk göstermesidir. Kişinin varoluşunun gerçekliğine uygun davranması ve sahiciliğidir (Bugental, 1965). Yalom (2018) otantikliği, özgürlük, anlamsızlık, yalıtım ve ölümün yarattığı temel kaygılarıyla yüzleşen insanın kendi varoluşuna uygun hale gelmesi olarak açıklamaktadır.

1.4. ARAŞTIRMANIN NİCEL DESENİNİN HİPOTEZLERİ VE ALT HİPOTEZLERİ

Araştırma şu temel hipotezi ölçmeyi amaçlamaktadır:

H1: Özgür irade, öz-bilinç ve yaşam anlamı otantiklik üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

Araştırmanın temel hipotezi etrafında şekillenen dokuz adet alt hipotezi bulunmaktadır:

H2: Özgür irade, öz-bilinç üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H3: Öz-bilinç, özgür irade üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H4: Özgür irade, otantiklik üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H5: Yaşam anlamı, öz-bilinç üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H6: Öz-bilinç, yaşam anlamı üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H7: Yaşam anlamı, otantiklik üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H8: Öz-bilinç, otantiklik üzerinde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahiptir.

H9: Öz-bilincin, özgür irade- otantiklik ve yaşam anlamı-otantiklik ilişkilerinde aracılık etkisi bulunmaktadır.

H10: Özgür irade ve yaşam anlamının, öz-bilinç-otantiklik ilişkisinde aracılık etkileri bulunmaktadır.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. VAROLUŞÇULUK

Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde sıklıkla varoluşçuluk ile varoluş felsefesinin birbiri yerine kullanıldığı anlaşılmaktadır. Ancak varoluşçuluk, felsefi bir düşünümden kaynağını almış olsa da felsefe ile birlikte toplum bilimlerini, edebiyatı, görsel ve plastik sanatları da derinden etkilemiştir. Bu durum varoluşçuluğun, toplumun bilim, sanat ve değer çerçevesine yönelik kapsamlı bir etkiye sahip ekol veya akım olarak değerlendirmesini gerekli kılmaktadır (Colette, 2017; Mounier, 2019). Bu bakış "varoluşçu felsefenin" temel fikirlerini tartışmaktan ziyade "varoluşçuluğun" temel fikirlerini tartışmayı mümkün kılacaktır. Dahası bu geniş bakış, varoluşçu sosyal çalışmanın yalnızca varoluşçu felsefeden değil varoluşçu psikoloji, edebiyat ve sanattan da etkilenmesinin mantıklı bir temellendirmesini oluşturmaktadır (Krill, 2017).

Felsefe alanına ait en önemli çağdaş ansiklopedilerden birinde varoluşçuluğun kolayca tanımlanamayacağının altı çizilerek varoluşçu tartışmaya başlanmaktadır (Crowell, 2020). Dahası varoluşçu olarak değerlendirilen birçok düşünür ve sanatçının böyle bir ekol isimlendirilmesinin içinde var olmaktan hiçbir zaman memnun olmadıkları bilinmektedir (Blackham, 2020). Bu durumun en temel nedeni varoluşçuluğun kendine has belirsizliği ve herhangi bir dizge veya yapıya tahammül edemeyişi ile açıklanmaktadır (Aho, 2014). Basit bir dilbigisel değerlendirmeyle varoluşçuluk "varoluşu" savunan, benimseyen ve kabul eden anlamına gelmektedir (Colette, 2017). Varoluşçu ekole belirsizlik, tam olarak varoluş kelimesi üzerinden giriş yapmaktadır. Çünkü varoluş ancak belirsizliğin, kaygının ve olasılığın uçurumlarında kendisini göstermektedir (Aho, 2014; Crowell, 2020; Krill, 1978b, 2017). "Varoluşçuluğu" açıklamayı zorlaştıran şey "varoluşun" açıklanamaz yapısından kaynaklanmaktadır. O halde sosyal çalışma bilimini derinden etkileyen varoluşçuluğu anlamak için belirsizliğe ve olasılığa doğru bir adım atmak gereklidir (Krill, 2017).

Varoluş çevremizdeki "şeyler" gibi duyumlarımızla elde edebileceğimiz bir algı değildir. Dahası geleneksel felsefe ve bilim yöntemleriyle elde edilebilecek bir soyutluk veya metafizik bir "şeylik" de değildir. Varoluş elde edebileceğimiz bir yapıdan ziyade tanıklık edebileceğimiz

bir şeydir (Blackham, 2020). Ve bu tanıklık acıkmak veya bir sesi duymak gibi iradesiz ve kendiliğinden gerçekleşemez. Bu tanıklık için bireyin iradesi, özgürlüğü, yalıtımı ve öz-bilinci gerekmektedir (Bakewell, 2016). Bu nedenle varoluşa ilişkin bir tanımın yapılması mümkün değildir. Varoluşa ilişkin yalnızca "elde edilen tanıklıkların anlatımı" gerçekleştirilebilir ki varoluşçu felsefe, psikoloji, edebiyat ve sanatın temsilcilerinin yaptıkları da tam olarak budur (Aho, 2014). Varoluşu tanımlamak isteyen bir kişi tanıklık ettiği bir gizemi veya bir "hiç" i anlatmaya çalışacağı için bu emelinde sürekli olarak başarısız olmaktadır. Bu nedenle varoluşu tanımlamak yerine varoluşa tanıklık edenlerin anlatımlarına bakmak varoluşçuluğu anlama çabasında çok daha anlamlı bir uğraş olacaktır (Blackham, 2020; Colette, 2017). Mounier (2019)'nin de belirttiği gibi insanın temel arzusu varoluşa sahip olmak ve onu anlamaktır ancak hiçbir koşulda bunu yapamaz. O ancak varoluşa yakarabilir, onu sevebilir ve onu kabullenebilir ancak ona sahip olamaz.

Varoluşun tanımlanması demek onun ele geçirilmesi anlamına gelmektedir. Ancak varoluş ele geçirilebilecek bir varlık yapısına sahip değildir (Cooper, 1999). Birey varoluşa hiçlik olarak tanıklık etmektedir (Sartre, 2022). Bu nedenle Mounier(2019), varoluşu hiçlik kumaşından varlık yaratabilme deneyimi olarak açıklamaktadır. O halde varoluş eylemsel bir meseledir (Marcel, 1963). Colette (2017)'e göre varoluş kendisini bireye ancak eylem halinde göstermektedir. Sartre (2021), varoluşun bireyin kendini yaratma eylemi sırasında ortaya çıkan bir deneyim olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle varoluş, varlıkla hiçlik arasında orta yolda kalmaya çalışan kişinin var olma eyleminde tanıklık edebileceği bir deneyimdir (Crowell, 2012).

Bireyin dış dünyadaki herhangi bir şeyi katı, sıvı, güzel kokan ve ses çıkaran gibi özelliklerle duyumsaması kendiliğinden gerçekleşen ve metafizik bir çabaya ihtiyaç duyulmayan bir süreçtir. Tıpkı bunun gibi içgüdüsel dürtüler de soyut bir çaba olmaksızın kendiliğinden gerçekleşmektedir. Ancak insanın duyumlarının ve dürtülerinin ötesindeki bir var olma biçimi olan varoluşa metafizik bir çaba ile erişmek gerekmektedir (Crowell, 2001). Yalom ve Lieberman (1991)'a göre bireyin varoluşa tanıklık edebilmek için özgürlüğün, öz-bilincin, anlamın ve yalıtımın yarattığı somut/soyut acılara ve kaygılara göğüs germesi gerekmektedir. Kierkegaard (Kierkegaard, 1946 akt. Yalom, 2018:28) bu kaygı ve acıların altını şu şekilde çizmektedir:

" ... bazıları tren yollarıyla, bazıları otobüs ve gemilerle, diğerleri telgrafla, bir kısmı bilmeye değer her şeyin kolayca anlaşılabilir özeti ve kısa ifadesiyle hayatı daha kolay hale getirerek insanlığa nasıl yardım edeceğini

bilen çağın iyilikseverleri… Düşünce sayesinde manevi varoluşu sistematik bir şekilde daha kolay hale getiren çağın gerçek iyilikseverleri.(…) Sen de bir şey yapmalısın, fakat sınırlı kapasitenle herhangi bir şeyi olduğundan daha kolay hale getirmen olanaksız; sen diğerleriyle aynı hümanist hevesle bazı şeyleri daha da zorlaştırma işini üstlenmelisin."

Kişi bu zorluklara ancak kendi üzerine düşünerek anlam verebilmektedir. Kendi üzerine düşünen birey bu acılar, kaygılar ve korkularla yüzleşmeyi öğrendiği zaman yeni bir var olma biçimine yani varoluşa tanıklık edebilecektir (Aho, 2014). "Tanık olma" ifadesi kendi içerisinde bir şeyi dışarıdan gözlemleme anlamını taşımaktadır (*Türk Dil Kurumu*, 2022). Ancak varoluşa tanıklık etmek, onu dışarıdan gözlemlemek değil varoluşun kendisi olmak anlamına gelmektedir (Tillich, 1944). Kişinin dış dünyanın değer ve arzuları ile üzeri örtülen varoluşu deneyimlemesi demek bizzat o olması anlamına gelmektedir. O halde varoluşa tanıklık etmek demek bireyin kendini dönüştürmesi ve yeniden var etmesi anlamını taşımaktadır (Blackham, 2020; Colette, 2017; Mounier, 2019). Felsefe ve sanat aracılığıyla belirtilen tanıklıklar, düşünür ve sanatçıdan bağımsız anlaşılmaz. Bu nokta, düşünür ve sanatçının yaşamının yapıtlarına en yakın olduğu yerdir (Bakewell, 2016; Cooper, 1999; Crowell, 2020). Kierkegaard (1941), varoluşçu düşünür ve sanatçının temel malzemesinin zorunlu olarak kendi yaşamları olduğunu belirtmektedir. Varoluşçuluk, felsefe ve sanatın soğuk kapalı odalardan sıcak yaşamın içerisine taşındığı yerdir (Crowell, 2020). Blackham (2020), varoluşçu düşünür ve sanatçıların soğuk ve kişiye uzak bilgi ve deneyimlerden değil kendilerinin en mahrem bilgilerinden faydalanarak eserlerini oluşturduklarını belirtmektedir. Heidegger (2019)'in de belirttiği gibi varoluşun bilgisi dışarıdan verilemez. Bu bilgi kelimeye ve tanımlamaya dökülemeyen, bir şey olmaktan ziyade bir eylem olan ve ancak acıyla tanıklık edilebilecek kişiye ait mahrem bir yaşantı deneyiminde elde edilir. Dolayısıyla Sartre (2022)'ın de belirttiği gibi varoluş bir "şey" olmaktan ziyade "hiç" olmaya daha yakındır.

Varoluşu anlamada bir diğer önemli unsur "güvenli dünya" perspektifidir. Aho (2014)'ya göre geleneksel felsefe ve bilim ile şekillenmiş insan güvenli ve belirli bir nesneler dünyasında yaşamaktadır. Ona göre geleneksel bilim ve felsefe bir şeyin var olmasını onu "tanımlanabilir olmasıyla" eş tutmaktadır. Örneğin elimdeki kalem vardır çünkü beş duyu organım ve akıl yürütme ilkelerim aracılığıyla bu kalemi tanımlayabiliyorum. Bir şeyi tanımlamak demek onun sınırını, yapısını ve benimle olan ilişkisini bilmek demektir. Bu da o şeye sahip olmak ve o şeyle ilgili belirsizlikten kurtulmak anlamına gelmektedir (Crowell, 2020). Dış dünyadaki şeyleri bu yöntemle anlayan geleneksel felsefe ve bilim bireyi tehlikesiz, korku, belirsizlik ve

kaygı olmayan, her şeyin bilindiği mutlu bir dünyaya itmektedir (Bakewell, 2016; Blackham, 2020; Crowell, 2012; Tillich, 1944). Kierkegaard (1941)'ın şiddetle karşı çıktığı bu dünya perspektifinde varoluş ancak kendisine "hiç" kategorisinde yer bulmaktadır. Çünkü varoluş beş duyu organı ile duyumsanamayan ve geleneksel felsefenin ileri sürdüğü mantık yürütme ilkelerine ters düşen paradoksal bir zeminde kendine yer bulan bir varlıktır (Bakewell, 2016; Blackham, 2020; Crowell, 2020). Bu tanım geleneksel bilim ve felsefenin güvenli dünyasına belirsizlik, kaygı ve gizem sokmaya çalışmaktadır. Bu dünya perspektifinde böyle bir tanım "şey" olarak kabul edilemeyeceğinden "hiç" olarak kabul edilmek mecburiyetindedir (Blackham, 2020; Colette, 2017; , Mounier 2019). Mounier (2019)'e göre varoluşçu sanat ve düşüncede "hiçlik" kavramının sıklıkla kullanılmasının nedeni geleneksel felsefe ve bilim içerisinde yer bulamayan varoluşla ilgilenmenin zorunlu bir sonucudur. Bu nedenle Kierkegaard varoluşun dil ve kavramlar aracılığıyla formalize edilip sistematik bir yapıya/dizgeye indirgenebilecek bir varlık olmadığını belirtmektedir (Mackey, 1969).

Varoluşu anlama çabasında değerlendirilen tanıklıklarda bir diğer önemli özelliğin "aşkın olma veya aşma" eylemi olduğu görülmektedir. Collette'nin (2017:92) de altını çizdiği gibi varoluş ancak şu çağrının eyleme dökülmesiyle deneyimlenir: *"Kendine ve dünyaya dair bütün bilgileri aş!"*. Bu noktada Mounier (2019:69) varoluşa erişmek isteyenlerin aşması gereken yaşam şeklini şu şekilde netleştirmektedir:

"…Bu düşmüşlük sabahtan akşama dek belirsiz bir bilinçsizlik içinde bilet zımbalayan memur için de rahat içinde uyuşup kalan küçük bir rantiye için de aynıdır. Bunlar iyiden iyiye işlevselleşmiş olmalarının sıkıntısını duyulan; gizli kaynakları, büyüleyici güçleri yavaş yavaş tükenen yaşamlardır. Bunlar, en uç noktada hiçbir giz taşımayan birer yaşam olacaktır. Böylesi varoluşdışılıklar karşısında bizi alt edilemez bir istem, bir giz ortaya çıkarma gereksinimi, tıpkı gözümüzün önünde olan bir şey gibi tutarsız bir olaylar bütününe ya da bir delinin anlattığı öyküde indirgenemeyen gizli bir doluluk özlemi kaplamaktadır…"

Belirtilen bu yaşam şeklinin varoluşa erişmekte temel bir engel olduğu anlaşılmaktadır. Ancak bu tek başına yeterli değildir. Kişi varoluşa tanıklık edebilmek için arzuları, istekleri, değerleri ve bilgilerini de aşmalıdır. Çünkü bunların hiçbiri kişiye ait değildir. Daha çok ona savunmasız bir küçüklükten itibaren dikte edilmiş zorlantılardır (Plantinga, 1983). Blackham (2020) hayvani itkilerin kendiliğindenliği azaldığında ve saf düşünme ortaya çıktığında irade ve özgürlük dolayısıyla varoluşa tanıklık edilebileceğinin altını çizmektedir. Bu nedenle Marcel (1962) varoluş ile yaşamak arasında bir fark tespit etmektedir. Ona göre yaşamak arzularımın ve toplumsal kuralların benim üzerimdeki diktelerinin sonucu olan bir varlık biçimidir. Buna

karşın varoluş tüm bu diktelerin aşılması eylemiyle ortaya çıkan bir varlık biçimidir (Marcel, 1949). Sartre insanın kendisini tanıyarak varoluşa ulaşma yolundaki tarihsel, ahlaki ve entelektüel spekülasyonlardan kurtulabileceğini belirtmektedir (Webber, 2009). Mounier (2019)'e göre insan üzerine düşüncelerin, inançların veya öğütlerin işlendiği bir bal mumu heykeli değildir. İnsan körcesine isteyen bir istençten iradeli ve özgür bir istence doğru sürekli gidip gelen bir devinimdir. Varoluş bu devinim esnasındaki aşma eylemlerinde kendisini doğrulatma imkanını vermektedir (Jaspers, 1955).

Varoluşa tanık olmaya imkân veren aşma eyleminin en temel ve kutsal öğesi "özgür seçim"dir. Özgür seçim, yukarıda ifade edilen içsel ve dışsal engelleri aşarak varoluşa erişmenin en belirgin yollarından biridir (Russo, 2022). Bu nedenle Kierkegaard (1941) özgür bireyin yaptığı seçim anının geçmiş ve gelecekten koparak sonsuz bir anda var olduğunu belirtmektedir. Ona göre varoluş ancak sonsuz bir zamanda tanıklık edilebilecek bir deneyimdir. Geleneksel felsefe ve bilim, insanı geçmişe ve geleceğe hapsetmiştir. İnsan özgür seçimiyle tüm bunları aşarak varoluşun kendisi olmakta ve onun sonsuzluğuna dokunmaktadır (Kierkegaard, 1941, 2005). Jaspers (2014), insanın varoluşu dışarıdan bir göz olarak deneyimlemediğinin altını çizer. Ona göre kişinin varoluşu deneyimlemesi, varoluşun bireyi sarması, yüceltmesi, boğması ve daha önemlisi ona sorununu göstermesiyle gerçekleşmektedir. Böylece insan kendi içindeki sorularla boğuşarak varoluşunu deneyimleyebilmektedir. "Varlıkdışılık" olan bir insanın ise kendisine soru sorma sıkıntısına dahi girmeyen bir insan olduğu ortadadır (Jaspers, 1955, 2003; Jaspers ve Schilpp, 1957).

Kierkegaard (1941, 2005; Mackey, 1969) aşma eylemi ile varoluşun kendisi olmayı açıklamak için tanrıbilimsel metinlerden "Eyüp peygamber" ve "İbrahim peygamber" örneklerini vermektedir. Eyüp peygamber büyük bir fedakarlıkla yaratıcısına bağlanarak dostlarının değer, fikir ve davranışlarına karşı çıkmıştır. Eyüp'ün etrafındakiler ona dönemin güven veren değer ve yargılarına uygun davranışları önerseler de o bunları aşarak belirsizlik ve kaygıya rağmen kendini adamayı ve feda etmeyi seçmiştir (Mounier, 2019). İbrahim peygamber örneğinde ise aşılan yalnızca dönemin ahlaki değerleri ve fikirleri değil aynı zamanda içgüdünün zorlantılarıdır. Dönemin ahlaki değerleri ve içgüdüsel zorlantılar birleşerek İbrahim'e çocuğunu öldürmeye teşebbüs etmemesi gerektiğini belirtmişlerdir. Ancak o fedakarlık ve teslimiyetle tüm bu baskıları aşarak, belirsizliğe ve kaygıya göğüs gererek yaratıcısına yakarma yolunu seçmiştir (Kierkegaard, 1941, 2005). Kierkegaard'ın dinbilimsel metinler aracılığıyla

yaptığı bu iki gönderme varoluşun kaygı ve belirsizlik getiren bir aşma hareketiyle deneyimlenebileceğini göstermektedir (Kierkegaard, 2014, 2021).

Aşma eylemi gerçekleştiğinde ise bireyin varlığı yeniden yapılandırılmış olmaktadır. Çünkü varoluş bir eylemdir (Aho, 2014). Bu eylem ise bireyin kendi varlığına yönelik bir eylemdir. Bu nedenle varoluşa tanıklık etmek demek bireyin varlığını aşması demektir. Birey varoluşu deneyimlediği anda kendisini baştan var etmektedir (Crowell, 2020). Bu nedenle Sartre (2021) özgür seçimin bireyi yeniden varoluşturduğunun altını çizmektedir. Bu noktada varoluşçuluğa göre insanın yönelmesi gereken bir doğru yoktur. Kişi kendisini dayandırabileceği genel kabul görmüş bir doğru için aşma ve özgür seçim hareketinde bulunmaz. Aksine birey varlığını baştan aşağı değiştiren bu aşma hareketini kesinlik olmaksızın kaygının ve belirsizliğin ortasında gerçekleştirmek mecburiyetindedir (Blackham, 2020; Colette, 2017; Crowell, 2012). Peki ya seçim yanlışsa, ya varlığımı yanlış bir seçimle yeniden oluşturuyorsam? Varoluş, belirsizliği, kaygıyı ve korkuyu çağıran bu sorulara göğüs gererek erişilebilecek bir deneyimdir (Kierkegaard, 2020). Birey kendini varoluşa erişerek var etmektedir. O halde bireyin kendini var etmesi, kaygı ve belirsizliğin zemininde gerçekleşmektedir (Marcel, 1995). Jaspers (1955), varoluşa erişmenin bir yaratım olduğunun altını çizmekte ve bu yaratımın bireyi, belirsizliğin bağrında inşaa ettiğini ifade etmektedir. Marcel (1995) ise varoluşun belirsizlikler içinden elde edilen bir varlık kumaşı olduğunu belirtmektedir. Öyleyse varoluş Jaspers (1959)'in altını çizdiği gibi bireyi var eden bir köken durumundadır. Heidegger, (2019) bu durumu, varoluşun "insanın kendi varlığını kazanması" meselesi olması üzerinden açıklamaktadır. Çünkü varoluşun en temel amacı her varolanın kendi varlığının anlamını aydınlatabilmesidir (Blackham, 2020). Ancak bu hiçbir zaman kesin ve güvenli bir sonuçla ortaya çıkmaz. Bu aydınlanma belirsizliğe doğru verilmiş kararın sonuçlarına dair alınan sorumluluk bilinci ile gerçekleşmektedir (Cooper, 1999).

Varoluş varolan bilgi, değer ve tarihsel dayatmaların aşılmasıyla ortaya çıkan bir var olma görevidir (Webber, 2009). Bu görev bireye her an sürekli olarak verilmektedir (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Özgür seçim yoluyla Kierkegaard'ın sonsuz zamanına yerleşen birey, belirsizliğin ve kaygının ortasında sürekli olarak varoluşa tanıklık etmeye çağrılmaktadır (Kierkegaard, 2021). Bu nedenle varoluş Marcel (1995)'in de belirttiği gibi zaman içerisinde her an gerçekleşme potansiyeli olan, elde edilmesi için çaba sarfedilmesi gereken insanın sürekli olarak tanıklık edebileceği bir gizemdir.

2.2. VAROLUŞÇU FELSEFE: ATALAR

Colette (2017)'ye göre varoluşçu felsefenin tartıştığı temel konular onun başlangıcını insanlık tarihiyle eşitlemektedir. İnsanın varoluş, ölüm, özgürlük, anlam ve yalıtım karşısında aldığı konum, Sokrates önceki Antik Yunan Felsefesi, Stoacılar, Sokrates – Platon – Aristotales felsefeleri, Antik Mısır ve Hindistan metinleri ve kutsal dini metinlerde tartışılan konular olmuşlardır (Aho, 2014; Crowell, 2020; Krill, 2017; Plantinga, 1983). Ancak sistemli bir şekilde varoluşçuluğu felsefe alanında ilk defa tartışan Danimarkalı düşünür Soren Kierkegaard olmuştur. Kierkegaard ilk defa sistemli bir şekilde, bugün çağdaş dünyada halen geçerliliğini büyük ölçüde koruyan geleneksel felsefe ve bilimin ileri sürdüğü dünya kurgusunu reddetmiştir (Blackham, 2020; Colette, 2017; Crowell, 2012, 2020; Mounier, 2019; Tillich, 1944). Mounier (2019)'e göre bu öyle bir kökensel başkaldırıydı ki kimse bu geleneksel akla ters, çizgi dışı düşünürle ne yapacağını bilememiştir. Kierkegaard'ın yüzyıllardır süren, geleneksel felsefe ve bilimin teminat altına aldığı, huzurlu ve güven veren dünya kurgusuna açtığı savaş, kendisinden sonra iki temel kol üzerinden yürütülmeye devam etmiştir. Bunlardan ilki tanrı tanıyan varoluşçu düşünürlerdir. Karl Jaspers, Gabriel Marcel ve Martin Buber gibi düşünürler bu kolun en önemli temsilcileridir. Kierkegaard sonrası ikinci gelişim kolu ise tanrı tanımayan varoluşçulardır. Frederic Nietzsche, Martin Heidegger ve Jean Paul Sartre gibi düşünürler bu kolun en önemli temsilcileridir (Blackham, 2020; Colette, 2017; Crowell, 2012, 2020; Mounier, 2019). Belirli konularda birbirinden ayrılsalar da tüm varoluşçuların büyük oranda Kierkegaard'ın benimsediği karşı çıkışa sahip oldukları söylenebilmektedir (Crowell, 2012, 2020). Bu karşı çıkış öncelikle geleneksel felsefe ve bilimin sınırlandırılmış aklına yöneltilmiştir.

2.2.1. Varoluşçu Felsefede Düşünüm

Immanuel Kant'tan itibaren herhangi bir düşünüm gerçekleştirilecekse öncelikle bu düşünümün gerçekleştirileceği aracın -yani düşüncenin- yapısını analiz etmek gelenek haline gelmiştir. Bu nedenle herhangi bir felsefe Kant sonrasında genellikle bilgi kuramlarıyla başlamaktadır. Eğer bir "şey" üzerine düşünülecekse öncelikli olarak "şeyi nasıl düşüneceğim" üzerine analitik yapmak gerekmektedir. Bu, "şeye" ilişkin algımı derinden etkileyecektir. Böylece düşünümün, yapısı ve çalışma sistemi belirlenmiş olan bir araç olarak değerlendirilmesi sonucu ortaya çıkmıştır (Aho, 2014; Blackham, 2020; Cooper, 1999; Marcel, 1995; Mounier, 2019). Varoluşçu felsefenin karşı çıkışının temellendiği yer burasıdır. Mounier (2019)'e göre varoluşçu felsefe, geleneksel felsefeyi insanı anlama noktasında kendisini sınırlandırmakla

suçlamaktadır. Nietzsche (2020), geleneksel felsefenin önce düşünümü veya aklı tanımlayıp sonra bu tanımlı akıl ile şeyleri anlamaya çalışan zihnini "iğdiş edilmiş" olarak kavramsallaştırmaktadır. Jaspers (2003) ise böyle bir akıl yürütmenin insanın yalnızca belirli bir yönünü anlamlandırabileceği görüşünü benimsemektedir. Felsefi düşünümün özellikleri ve yapısı belirlendiği andan itibaren düşünüm, bu yapının baskısı altında kısıtlanmaktadır. Bu nedenle varoluşçu felsefe, öncelikli olarak akla ve düşünüme dair herhangi bir yapı, özellik ve dizge tanımı yapmadan insanı anlama gayretine girişmektedir (Burch, 2013; Crowell, 2001). Bu akıl tüm doğallığıyla kendisi tarafından "iğdiş edilmemiş" bir akıldır (Elliott, 2022). Bu akıl ile gerçekleştirilen düşünüm varoluşun gizemli ve paradoksal yapısına dayanabilmektedir. Böylesi bir düşünüm el değmemiş, sınırları ve özellikleri olmayan özgür ve gerçek bir düşünümdür (Kaufmann, 1975; Marcel, 1995). Şeyler ve insanın bizatihi kendisi, ancak böylesi bir doğal felsefi akıl ile gerçeğin/varoluşun bilgisine erişebilmektedir. Aksi takdirde özellikleri belirlenmiş akıl yürütme, şeylerin bilgisiyle ilgili olarak kendi yapısına uygun şeyleri var olarak kabul edecek geriye kalan her şeyi belirsizliğe iterek "hiç" olarak tespit edecektir (Lee, 2022; Lowith, 1948). Bu durumun en belirgin örneği geleneksel bilim felsefesinde kendisini hissettirmektedir. Çok kabaca bilimsel yöntem, deney ve gözlem ile farklı yer, zaman ve bağlamlarda tekrarlanabilen bilgileri var kabul etmektedir. O halde bilimsel bir akıl yürütmeyle dünyaya bakan zihin yalnızca deney ve gözlemle elde edilebilecek şeyleri varlık olarak benimseyecek ve geriye kalan şeyler düşünümün alanına gelmeyecektir (Blackham, 2020). Kierkegaard (1941, 2005)'a göre böyle bir zihnin varlığa ilişkin tespitleri ve açıklamaları oldukça yetersiz ve yanlıdır. Bu yanlılık düşünümün bilimsel bir bakışla sınırlandırılmasından kaynaklanmaktadır. Herhangi bir şekilde tanımlanarak bir yapıya/dizgeye indirgenmeyen akıl varlık alanına dair çok doğru bir bakış açısına sahip olacaktır. Bu nedenle henüz ilk felsefi eylemden -düşünme biçiminden- itibaren varoluşçu felsefe kendisini geleneksel felsefeden ayırt etmeye başlamaktadır (Marcel, 1995; Watts, 2014; Werkmeister, 1941).

Varoluşçu düşünürler felsefi harekete, bilme ve bilginin incelenmesiyle başlamak yerine varoluşun incelenmesiyle başlama gerekliliğinin altını çizmektedirler. Bilginin ve düşünümün öncelikle incelenmesi düşünürün, varoluşu tespit edememesine neden olmaktadır. Oysa bir felsefi hareketin temel amacı düşüneni varoluş karşısına itmektir (Cooper, 1999; Crowell, 2020; Marcel, 1995). Varoluşun belirli bir yapıya indirgenemeyecek biçimi karşısında geleneksel bilim ve felsefenin yöntemleri etkisiz kalmaktadır. Pascal (2019)'a göre geleneksel bilim ve felsefe insanın temel varoluşu ve ölümü karşısında kılını dahi kıpırdatmamıştır. Ona göre acil

olan nesnelerin yapısını veya gezegenlerin hareketlerini anlamaktan ziyade insanın bizatihi kendisini anlamaktır. Kierkegaard (2005), bu nedenle felsefeye İyonyalı düşünürlerin evrenin oluşumuyla ilgili düşlemlerine karşı Sokrates'in benimsediği "*Kendini tanı!*" buyruğunu hatırlatmaktadır. Colette (2017)'e göre, öncelikli olarak varoluş üzerine düşünen bir filozof, "Düşünüyorum o halde varım." önermesi yerine "İnanıyorum, kendimi adıyorum, oluyorum ve deneyimliyorum o halde varım." önermesini ön plana çıkarmaktadır. Çünkü "hiç" e daha yakın, deneysel bir temeli olmayan varlıkla kurulan ilişki, geleneksel bilim ve felsefenin yöntemleriyle değil kendini adama, teslim olma ve deneyimleme davranışlarıyla gerçekleştirilebilir (Aho, 2014; Bakewell, 2016; Marcel, 1995). Diğer taraftan Mounier (2017), bu noktada varoluşçu felsefenin akla tamamen karşı olduğu algısının yanlış olduğunun altını çizmektedir. Karşı olunan akıl geleneksel felsefe ve bilim tarafından "iğdiş edilmiş" akıldır. Pascal (2019), varoluşa ulaşmada aklı ön plana çıkarmaktadır. Yalnızca "aklın sınırlarında" bir sorgulama varoluşa erişebilmektedir. Ona göre anlaşılmaz olan saçma değildir. Akıldaki bir şey bize, saçmanın var olmasının saçma olmadığını, dünyanın saçma oluşunun tutarlı bir anlamının var olduğunu söylemektedir (Mounier, 2019). Blackham (2020) ve Collette (2017), varoluşçu felsefenin akıl olan ilişkisini tamamen kesmek yerine onu özgürce yeniden kullanmayı tercih ettiğini belirtmektedirler.

2.2.2. Varoluşçu Felsefenin Dünya Anlayışı

Varoluşçu felsefenin bir diğer önemli karşı çıkışı geleneksel felsefe ve bilimle şekillenmiş "güvenli ve anlaşılan" dünya kurgusudur (Aho, 2014; Crowell, 2020). Kierkegaard (2014, 2021)'a göre böyle bir dünya kurgusu bireyi belirsizlikle yaşamayı bilmeyen ve kaygılarının/korkularının üstesinden gelemeyen çocukluk ruhuna hapsetmektedir. Jaspers (2003) ise bilim, felsefe ve ütopyaların bireyi gerçek dışı bir güven ve mutlulukla yanılttığının altını çizmektedir. Nietzsche (2020), bireylerin gerçek dışı bir güven ve huzur uğruna hakikati yok saydığını ve "bir sürünün parçası olmayı" yeğlediğini belirtmektedir. Varoluşçu felsefe sınırlandırılmamış bir düşünümle kendisine ve şeylere bakan her insanın, kaygı ve korkuyla dolu bir belirsizlik içinde yapılan seçimleri göreceğini belirtmektedir. Bu felsefi anlayışa göre dünya belirsizliği ve gizemi içerisinde barındıran bir yerdir. Burada bireyin acı dolu özgürlüğünü kabullenmesi ve özgürce yaptığı seçimlerin sorumluluğunu alması gerekmektedir (Crowell, 2012).

Varoluşçu felsefeye göre dünyada sayılıp dökülemeyen, anlaşılamayan ve belirli bir yapıya oturmayan dahası beş duyu organı ile duyumsanamayan varlık biçimleri bulunmaktadır

(Blackham, 2020). Bu konuda Jaspers, bireylerin çevresindeki şeyleri geleneksel felsefe ve bilimin sınırlandırılmış akıl yürütmeleriyle kavramalarının onlara bir güven verdiğinin altını çizmektedir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Geleneksek felsefe ve bilim, insanlara var olduklarından emin oldukları, tehlike ve zarar teşkil etmeyen ve bu nedenle içinde güvende hissedebileceğimiz bir dünya vermektedir (Watts, 2014). Ancak Marcel (1949, 1962)'in de altını çizdiği gibi hakikatin kendisi bu çocuksu gerçek dışı kurgunun ötesindedir. Bu nedenle Sartre gerçeğin hiçlik, belirsizlik, kaygı, özgürlük, sorumluluk ve acıyla iç içe olduğunun altını çizmektedir (Webber, 2009).

Geleneksel felsefe ve bilim anlayışları, dünya kurgularını evrensellik, nesnellik ve us değerleri üzerine inşa etmektedirler. Böylece bireylere insanlara kendilerine bağlanabilecekleri evrensel doğrular verilmektedir. Bireylerden hazır buldukları bu doğrulara uygun yaşayarak yaşamlarını anlamlı ve mutlu hale getirmeleri beklenmektedir (Colette, 2017). Nesnellik bu dünya kurgusunda önemli bir parametredir. Buna göre insan ve onun çevresinde, bireyden bağımsız şeyler ve gerçeklikler bulunmaktadır. Bu şeyler ve gerçeklikler, insana kendilerini geleneksel felsefenin akıl yürütme ilkeleri yoluyla açmaktadırlar. Özne ve nesne arasında kurulan bu ilişki, bireylerin var olarak nitelendirdikleri şeylerin temelini meydana getirmektedir. Örneğin, kâğıt vardır çünkü kendisini bana beş duyu organım ve aklım aracılığıyla açmaktadır. Hırsızlık yapmamalıyım çünkü evrensel insan hakları beyannamesi bu davranışı reddetmemi söylemektedir (Blackham, 2020; Crowell, 2020; Marcel, 1995). Mounier (2019) böyle bir kurguda bireyin, kendisine hiçbir kaygı, korku ve belirsizlik yaratmayan apaçık şeylerle dolu güvenli bir dünyada yaşadığını belirtmektedir. Bu dünyada bireylerin yapması gerekenler, evrensel doğrularla belirlenmiştir. Böylece birey, güvenli bir dünyada hazır bulduğu doğrulara göre yaşayan bir varlık haline dönüşmektedir.

Varoluşçu felsefe ise yukarıda bahsedilen geleneksel felsefe ve bilim kurgusuna karşı çıkarak öznellik, bireysellik ve tutku kavramlarını ön plana çıkarmaktadır (Blackham, 2020; Crowell, 2020; Marcel, 1995). Varoluşçu felsefeye göre "evrensel doğrular/gerçeklikler" kabul edilmemektedir (Kaufmann, 1975). Heidegger (2019b), insan sayısı kadar dünya ve gerçekliğin var olduğunu belirtmektedir. Ona göre insanın varlığını çevresindeki şeylerin varlığından bağımsız hale getirmek mümkün değildir. İnsanın varlığı ile şeylerin varlığı bir bütün halinde var olarak bir dünya kurgusu yaratmaktadır. Bu noktada bireyin insandan bağımsız bir "şey"e yönelmesi mümkün değildir (Watts, 2014). Marcel (1962, 1995), Heidegger ile benzer bir perspektife sahiptir. Ona göre insan kendisinden bağımsız şeyleri, geleneksel felsefenin aklı ile

anlamaya çalışması gerçeklikten uzak bir fikirdir. Çünkü varoluş, bir bütün halinde insana ve onunla bütünleşik halde olduğu dünyaya gizem ve belirsizlik yüklemektedir. Jaspers (1955, 1959) bireyin dünya içindeki varoluşunun asıl anlamının, kişinin dünyadan bağımsız veya dünyanın ötesinde duramayacağı gerçeği olduğunun altını çizmektedir. O bir dünya değildir; o benim dünyamdır. Benden bir şeyler ona, ondan bir şeyler ise bana sızmaktadır. Bu da dünyamı bizzatihi kendimin yaratması demektir (Jaspers, 2014). Sartre (2022)'ın de belirttiği gibi insanın değişimi, dünyanın değişimi için gayet yeterli bir nedendir. Ona göre bu, insan ve dünyanın bütünleşik varlığının temelini meydana getirmektedir. Colette (2017), varoluşçu felsefenin ileri sürdüğü dünya yapısında özne ve nesne gibi birbirinden bağımsız yapılara yer olmadığını belirtmektedir. Nietzsche, bilimin ve geleneksel felsefenin dilinden arındıkça insanın ve nesnenin birbirilerinin yaşamlarına katılışına şahit olunacağının altını çizmektedir. Dahası sınırlandırılmış akıl ile belirlenen "güvenli şeyler dünyası" fikri ise oldukça eksik ve gerçeklerden uzak olması nedeniyle varoluşçu felsefenin kabul edebileceği bir kurgu değildir (Lee, 2022; Nietzsche, 2020). Varoluşçu felsefenin dünyasında birey ve içinde yaşadığı dünya bir bütün halindedir. Nietzsche'nin de belirttiği gibi bireyin kendisi bu dünyanın yaratımından bizzat sorumludur (Elliott, 2022; Nietzsche, 2020). Ancak Sartre bireyin bu yaratımı nasıl gerçekleştireceği konusunda kendisine dayanabileceği bir evrensel doğrular kümesinin mevcut olmadığını belirtmektedir (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Böylece kişi Heidegger'in belirttiği belirsizlik kaygısıyla yüzleşmektedir (Burch, 2013). Bu bütünleşik dünyada belirsizlik, acı ve özgürlüğün sorumluluğu bulunmaktadır. Bu dünyada yaşayan yetişkin insanlar belirsizlik içinde özgür iradeleriyle yapmış oldukları seçimlerin sorumluluklarını alarak kendi doğrularını/gerçekliklerini ve dolayısıyla dünyalarını yaratmaktadırlar (Bakewell, 2016). Jaspers (2003)'ın da belirttiği gibi bu dünyada, geleneksel bilim ve felsefenin ileri sürdüğü hayali güven, evrensel doğrular ve özne-nesne ikiliği gibi yapılara/dizgelere yer bulunmamaktadır. Gizem, belirsizlik, kaygı, yapıya indirgenemezlik ve özgür iradeyle alınan sorumluluk bu dünyaların -çünkü bireyin seçimi kadar dünya vardır- köşe taşlarıdır (Jaspers, 1959). Bu nedenle varoluşçu felsefe, zamanı ve mekânı aşan evrensel doğruların ne olduğundan çok bireysel var olanların deneyimlerini incelemeye odaklanmaktadırlar (Crowell, 2012, 2020; Marcel, 1995). Kierkegaard (1941, 2005)'ın da belirttiği gibi varoluşçu felsefe aracılığıyla gittiğim yer genel geçer hakikatler evreni değil yalnızca kendi doğrularımın anlamlarıdır.

2.2.3. Varoluşçu Felsefede Kişi-Varoluş İlişkisi

Mounier (2019)'e göre varoluşçu felsefe bireyi varoluşun/gerçeğin önüne sürüklemektedir. Ancak bireyin varoluşu ile karşı karşıya gelmesi ve ilişki kurma biçimi "saçma", "paradoks", "kendini adama" ve "yakarış" gibi kavramları ortaya çıkarmaktadır (Blackham, 2020; Colette, 2017; Marcel, 1995). Bu durumun en temel nedeni Marcel (1995)'in de altını çizdiği gibi varoluşun ele geçirilemez, yapıya indirgenemez sonsuz yapısıdır. Kierkegaard (1941, 2005) varoluşla karşılaşılan zaman diliminin "sonsuz an" olduğunu ifade etmektedir. Blackham (2020) varoluşuyla yüzleşen insanın durumunu anlatırken, sonlu bir varlığın sonsuz bir varlıkla karşılaşmasını geleneksel bilim ve felsefenin idrak edemeyeceğini belirtmektedir. Bu nedenle Kierkegaard, varoluşun bilgisinin geleneksel dil ve kavram öğeleri ile aktarılamayacağını belirtmektedir (Mackey, 1969). Ona göre varoluşun bilgisini aktarmak istenirse bunun için en uygun yöntem "paradoks" yöntemidir. Çünkü paradoks geleneksel bilim, felsefe ve mitolojilerin ortaya koyduğu mantıklı iletişimin tam olarak karşısındadır (Kierkegaard, 1941). Kierkegaard, paradoksa dayalı iletişimin tıpkı kendisinin geleneksel felsefe ve bilime baş kaldırması gibi geleneksel iletişim ve mantık kurallarına başkaldırdığını düşünmektedir (Blackham, 2020). Varoluşun kendisi, geleneksel bilim ve felsefeye göre bir varlık yapısı olmayan hiç ise; onun bilgisini de ancak paradoks gibi mantık dışılık içeren bir aktarım yöntemiyle gerçekleştirmek mümkündür (Hoeltzel, 2022). Chestov (Chestov, 1948 akt. Mounier, 2019), Kierkegaard'ın paradoksal yöntem ile oluşturduğu varoluşçu felsefeyi Tertullianus'un şu metnine yakın görmektedir:

"Tanrı'nın Oğlu çarmıha gerildi; bu, utanılacak bir şey olduğu için utanılacak bir şey değil ve Tanrı'nın Oğlu öldü. Bu çok daha inanılabilir bir şey; çünkü saçma. Ve gömüldüğünde dirilmiş olması kesin; çünkü olanaksız."

Marcel (1995), varoluşun bilgisinin kişiden kişiye aktarılamayacağının altını çizmektedir. Çünkü geleneksel iletişimde, kişilerarası aktarımdaki bilgilerin bir yapısı, özelliği, şekli ve biçimi bulunmaktadır. Ancak varoluşun dizgeye indirgenebilecek bir yapısı bulunmamaktadır. O halde varoluş ile ilgili bir felsefe gerçekleştirilirken yapısal bir bilgi metninden ziyade kişiyi varoluşa iten deneyim, hikaye, bilmece, paradoks, imgeleme ve günlük yönteminden bahsedilmesi gerekmektedir (Aho, 2014; Blackham, 2020; Crowell, 2020). Mounier (2019), varoluşçu düşünürlerin çoğunun kendilerine "varoluşçu" denmesinden memnun olmadıklarını belirtmektedir. Çünkü onlara göre bu kendilerini bir yapıya ve dizgeye oturtmak demektir ki bu varoluşçu felsefede kabul edilebilir bir şey değildir. Bu nedenle Kierkegaard (1941, 2005) yazılarında paradoks ve hikaye anlatımı yöntemini, Marcel (1962) de metinlerinde bir felsefi

bütünlükten ziyade günlük yazma yöntemini kullanma eğilimindedir. Jaspers (1959) ise varoluşa dair söylemlerde birbiri ile çatışan zıtlıkların, imlemlerin ve şifrelerin kullanılması gerektiğini söylemektedir. Çünkü paradoks "skandal bir başkaldırıdır", hikayeler, imler, bilmeceler ve şifreler ise kişiyi varoluşun önüne itmeye gayret eden "tanıklıklardır" (Crowell, 2020). Blackham (2020) Kierkegaard'ın metinlerinde sıklıkla zıtlıklara başvurmasının nedenini varoluşçu felsefenin ilgi alanıyla açıklamaktadır. Sonsuz ve sahip olunamayan bir varlığın bilgisini elde etmek ve onu aktarmak mümkün değildir. Öyleyse onun hakkında ancak mantık dışı, zıtlıklarla dolu, şifreli, örneğe ve imgeleme dayanan konuşmalar gerçekleştirilebilir (Kierkegaard, 2020).

Varoluşçu felsefenin kritik diğer noktası onun kabul edilebilir saçma önermelerden oluşmasıdır. Mounier (2019)'in de belirttiği gibi varoluşçu felsefe 20. yüzyılın son saçmalığıdır. Colette (2017), varoluşçu felsefenin saçma oluşunu, baskın olan geleneksel felsefe ve bilimin aklının referans noktası kabul edilmesi nedeniyle ortaya çıktığını ifade etmektedir. Marcel (1949, 1962)'in de altığı çizdiği gibi varoluşçu felsefe saçmadır çünkü gerçeğin/hakikatin kendisi saçmadır. Hakikat yapıya/dizgeye indirgenebilir bir varlıktan ziyade gizem ve şifrelerle dolu bir kaygı ve belirsizlik alanıdır. Bu nedenle saçmadır. Geleneksel akla aykırıdır (Lee, 2022). Ancak Pascal (2019)'a göre, Nietzsche (2020)'nin ifadesiyle "iğdiş edilmemiş" akılda saçma ve belirsiz olanı kabul etme ve var sayma özelliği bulunmaktadır. Özgür bir akıl geleneksel aklın saçmalığını tutarlı bir biçimde var kabul edebilecek güçtedir. İşte bu akıl hiç olan bir şey üzerine felsefe yapma imkanını yani varoluşçu felsefeyi doğurmaktadır (Aho, 2014; Cooper, 1999).

Varoluşçu felsefeye göre birey varoluşu geleneksek akıl yerine teslimiyet, kendini adama, kendini feda etme gibi içsel tutumlarıyla deneyimlemektedir (Crowell, 2012). Kierkegaard (2005)'ın Sokrates'i yüzyıllar sonra yeniden incelemesinin temel nedenlerinden birisi de budur. Ona göre Sokrates, felsefeyi bilgi düzeyinde gerçekleştirmemiştir. Aksine Sokrates için felsefe, bir yaşama eylemidir. Sokrates ruhun ölümsüzlüğünü mantıksal akıl yürütmeler aracılığıyla ifade etmiş olsa da onun bu bilgisi, kendisini varoluşa/hakikate erişme isteğine feda etmesiyle ortaya çıkmıştır (Meadows, 2022). Kierkegaard (2020) bilgiden önce içsel tutumu ön plana çıkarmaktadır. Bu nedenle varoluşçu düşünürün bir felsefi eylem gerçekleştirmesinde yararlanacağı en önemli kaynağı, kendi bireysel varoluşudur. Çünkü varoluşun bilgisi dışarıdan verilemez veya iletilemez. Bu sebeple varoluşçu düşünür felsefesini hayatını ve yaşamını feda ederek ortaya koymak zorundadır (Fremstedal, 2022). Kierkegaard'a göre antik yunanda en

zengin yaşamı düşünürlerin yaşadıkları kabul edilmiştir. Oysa varoluşçu felsefede en zengin yaşamı kendini yaratma cesaretini gösteren başkaldıran, meydan okuyan, inançlı ve teslim olmuş cesaretli herhangi bir birey yaşayabilmektedir (Kaftanski, 2022).

Marcel (1962)'e göre geleneksel bilim ve felsefenin hakikati "çözülmesi ve ele geçirilmesi gereken bir sorun" olarak değerlendirmesi, onların varoluşa erişmesini engellemektedir. Oysa varoluş, ele geçirilebilecek bir sorun değil çabayla kendisine katılıp "o" olabileceğim bir gizemdir. Varoluş ancak varoluşun kendisine dönüşerek deneyimlenebilir. Bu da ancak tutkulu bir içsel tutumla gerçekleştirilebilir. Bu içsel eylemde birey, tutkulu bir samimiyet, ciddiyet, bağlılık ve fedakarlıkla kendi içine yönelmeli ve varoluşuna erişebilmek için özgürlüğün, belirsizliğin ve kaygının ve korkunun üstesinden gelmelidir. Çünkü varoluş ancak tekil bireylerin kendi çabalarıyla tanıklık edebileceği bir gizemdir (Marcel, 1949, 1962). Kierkegaard (1941) varoluşa erişmedeki en önemli içsel tutumu "iman" ve "yakarış" üzerinden açıklamaktadır. Ona göre insan varoluşuna, tutkulu bir şekilde inanarak, onun için kendisini feda ederek ve hayatını onun yolunda harcayarak erişebilmektedir. İnanç sayesinde bilmenin sınırları aşılmakta ve paradoksal olan varoluş ile "saçma" bir ilişki kurulmaktadır (Blackham, 2020; Mounier, 2019). Kierkegaard'daki inanç ve teslimiyet, bu saçma paradoksa doğru yönelmektedir (Fremstedal, 2022). Dolayısıyla Kierkegaard'ın varoluşçu felsefesinde, varoluşun varlığı ve onunla yüzleşebilme, ancak tutkulu bir inanç ve feda edilmiş bir yaşamla mümkün olmaktadır. Kişi eğer güven veren deneyimden ve geleneksel akıldan vazgeçip kendisini inanç ve imanın belirsizlik ve kaygılarla dolu paradoksuna bırakırsa, varoluşa doğru yola çıkmış demektir. Bu yola çıkış kişinin en değerli şeyini -yani yaşamının tamamını- hakikat yolunda riske atmasıyla mümkün hale gelmektedir. Bundan sonra varoluşa erişme inanç, teslimiyet ve kabullenme deneyimlerinde elde edilebilecektir (Meadows, 2022; Vera, 2022). Blackham (2020), Kierkegaard'ın geleneksel felsefe ve bilim dünyasına İlyas gibi meydan okumayı, varoluşa erişme noktasında İbrahim gibi kararlı olmayı ve bu yolda ortaya çıkan acıları, kaygıları ve korkuları kabullenip aşma noktasında İsmail gibi teslim olmayı önerdiğini belirtmektedir.

Sartre, varoluşa erişme noktasında insanın kendi yaşamı dışında inceleyebileceği bir kaynağının olmadığını belirtmektedir. Ona göre varoluşçu düşünür bizatihi kendi yaşamını felsefenin kaynağı yapma mecburiyetindedir. Bu ise gerçeği arama yolundaki tutkulu bir kendini adama, kabullenme ve feda etme içsel tutumuna gönderme yapmaktadır (Sartre, 2021; Webber, 2009). Heidegger (2019b), varoluşu anlama noktasında samimiyetle içe yönelme ve kabullenme

tutumunun altını çizmektedir. Ona göre varlık geleneksel yöntemlerle rasyonelleştirilerek düşünülemez. Varlık ancak insan aracılığıyla tecrübe edilebilir bir hiçliktir. Bu nedenle varoluşçuluk bir tanıklık ve kabullenme felsefesidir. Dolayısıyla varoluşa erişmede tek araç Pascal (2019)'ın saçmalığı dahi kabul eden özgür aklı ile birlikte inanç, kendini feda etme, kabullenme, teslimiyet, hayatını felsefe yapma, sadakat, bağlılık ve ciddiyet gibi içsel tutumlardır (Burch, 2013; Kaufmann, 1975; Watts, 2014; Werkmeister, 1941). Mounier (2019)'e göre bunların her biri varoluşa doğru açılan birer sondaj araçları olarak değerlendirilmelidir. Dolayısıyla kişinin bu içsel tutumlarını kaybetmesi en az aklını kaybetmesi kadar kötüdür.

2.2.4. Varoluşçu Felsefede Aşkınlık

Aşma eylemi ve "aşkınlık" özelliği varoluşçu felsefenin köşe taşlarını oluşturmaktadır. Varoluşçu felsefe bir eylem felsefesidir ve "aşkınlık" bu eylemin kendisidir (Blackham, 2020; Crowell, 2020; Tillich, 1944). Sartre, bir insanı diğer canlılardan ayıran en önemli özelliğin "aşma eylemi" olduğunu belirtmektedir (Sartre, 2022). Aşma eylemi, kelime anlamı itibariyle "yüksek, uzak veya geçilmesi güç bir yerin öte yanına geçmek" anlamına gelmektedir (Türk Dil Kurumu, 2022). Varoluşçu felsefe için geçilmesi güç olan yer, bireye iradesi dışında doğumundan itibaren dikte edilen fikir, düşünce, değer, dünya kurgusu ve akıl yürütme biçimdir. Bunlara ek olarak bireyin içgüdüsel, ilkel arzuları ve istekleri de varoluşçu felsefenin "aşılması güç" yerlerini oluşturmaktadır (Adewumi ve Jemilaiye, 2022; Marcel, 1995; Plantinga, 1983).

Wahl (Wahl, 1964 akt. Mounier, 2019)'a göre Heidegger aşkınlık kavramını dört temel anlamda kullanmaktadır:

1) Varoluşun hiçliği aşması
2) Varolanın dünyayı aşması
3) Dünyanın varolanı aşması
4) Varolanın kendi geleceğini tasarlayarak kendisi aşması.

Mounier (2019) ise varoluşçu felsefede aşkınlığın üç temel anlamda kullanıldığı belirtmektedir. Bunlardan ilki Sartre'ın sıklıkla kullandığı çatlak (*fissure*) kavramıdır (Sartre, 2021, 2022; Webber, 2009). Sartre (2022)'a göre diğer varlıklardan farklı olarak insanın bütünsel varlığının

içerisindeki çatlaklardan sızan bir "hiçlik" yapısı bulunmaktadır. İnsanlar, diğer varlıklara bu çatlaklardan sızan "hiçlikler" aracılığıyla anlam yükleme kudretine sahip olabilmektedirler. Bu varoluşçu felsefenin temel aşkınlık durumudur (Aho, 2014; Crowell, 2020). Özellikle Sartre (2021, 2022; Webber, 2009) ve Heidegger (Crowell, 2001; Heidegger, 2019b; Watts, 2014)'de karşılaşılan "tasarı" kavramı, varoluşçu felsefede kullanılan aşkınlık kavramının ikinci anlayışını oluşturmaktadır. Buna göre insanın içinde bulunduğu "şimdiki zamandan" gelecekte olmak istediği varlığı tasarlayabilmesi, onun aşkınlaşmasına neden olmaktadır. Çünkü gelecekte olmak istediğimiz, tasarladığımız varlık olmak için şimdiki zamandaki varlığımızın ötesine geçmemiz gerekmektedir (Marcel, 1995; Plantinga, 1983). Varoluşçu felsefede aşkınlığın üçüncü anlamı ise bireyin sonsuz varoluşa doğru gittiği devinime gönderme yapmaktadır. Bu noktada aşkınlık, varlığı aşarak hiçliğin kendisinde var olabilme çabasıdır. Böylesi bir aşkınlık, özellikle Heidegger'in felsefesindeki otantik birey için kaçınılmazdır (Burch, 2013; Lee, 2022; Watts, 2014).

Varoluşçu felsefede bireyin, kendisine hazır olarak verilen ve onu pasifleştiren/edilginleştiren dünyayı, varlığı ve zamanı aşması beklenmektedir (Crowell, 2020). Kierkegaard modern dünyanın insanı, varoluşa ulaşma noktasında engelleyen en önemli unsur olduğunu belirtmektedir. Ona göre insan, modern dünya kurgusunda tıpkı bir makine gibi özellikleri, değerleri ve fikirleri bilinen, kontrol edilebilen ve üzerinde öngörüde bulunulabilen bir varlık haline getirilmeye çalışılmaktadır (Kaftanski, 2022). Kierkegaard (2020), bu varlığın bir insan olmadığını, en iyi ihtimalle bir nesne veya ölü olduğunu kabul etmektedir. Modern dünyanın temel dünya kurgusu, fikirleri, değerleri ve kültürel öğeleri aracılığıyla bu kişiyi "istila etmiştir". Bu durum, kişinin varoluşa yönelme noktasındaki bütün varlığını elinden almış ve onu içi boş ölü bir nesne varlığa dönüştürmüştür.

Varoluşçu felsefe, insanı varoluşun keşfine yönlendirebilmek için onu reklam aygıtlarından, uyuşukluklardan ve zararlı toplumsallaşma faaliyetlerinden kurtarmayı amaçlamaktadır. Toplumun zararlı nimetlerinden faydalanmış, denetim ve kontrol altına alınmış, sanayileşmiş ve kentlileşmiş insan, aşkınlık özelliğini yitirmiş bir varlıktır. Bu onu zorunlu olarak gizemden, bireysellikten ve özgürlükten yoksun bırakmıştır. Teknik modern dünya, belirsiz ve öngörülemez insanlar yerine kesin ve öngörülebilir/kontrol edilebilir makineler koymaya çalışmaktadır (Crowell, 2012; Kierkegaard, 2005).

Nietzsche (2020) modern insanın birer "hayalet veya sürü canlısı" olduğunu belirtmektedir. Bu insan kendisini toplumsal rollerde ve kültürel değerlerde kaybetmiştir. Kusursuz bir itaat ile kendisini içinde bulunduğu topluma uyarak var eden insan, bunun sonucunda "bir başkası olan" kendisinin hayaleti olmak zorundadır. Kendisini yalnızca ötekilere göre var etmiş bir varlık, gerçek varoluşuna dair bir aşma eylemi olmadığı müddetçe hayalet olarak varlığını devam ettirecektir. Burada özgür, kendi değerlerini oluşturan erdemli bir birey yoktur. Burada bir ölü/hayalet varlığa yüklenmiş modern değer ve düşünceler vardır. Bu nedenle Nietzsche'nin "insan sürüleri" birer ölü veya hayalet sürüleridir (Garbe, 2022).

Jaspers (1955, 2003) bireyin varoluşunun yalıtım ve özgürlük aracılığıyla gerçekleşen aşkınlıkla elde edileceğini ileri sürmektedir. İtki, içgüdü, göreve bağlılık ve otoriteye boyun eğme gibi hayattaki her şey "ben" olarak kabul edildiğinde; nesneler dünyası, varoluşu bireyden gizlemektedir. Jaspers (2003, 2014)'e göre birey, arzu ve içgüdülerinden oluşan bedenine, toplumdaki rolüne, gerçekleştirdiği eylemlerine ve tüm hayatına yansıyan karakter özelliklerine indirgenemez. Çünkü birey, özgürlüğün ve olasılığın içerisinde her an yeniden var olmaktadır. Eğer kişi yukarıda belirtilen bu özelliklerine indirgenirse onu diğer nesnelerden ayırmak mümkün değildir. Ancak insan nesne değildir. Fakat kendisi ve çevresi tarafından nesne haline getirilebilecek bir varlıktır (Jaspers, 1959). Jaspers (2003) insanın ampirik bir nesne haline getirilmesinin zararını, ölüm teması üzerinden açıklamaktadır. Ona göre insan ölümden korkar, çünkü kendisini nesne olarak görür. Her bir nesne, sonuç olarak parçalanıp yok almaktadır. O halde insan da ölünce yok olacaktır. Bu varsayım insanı dehşete düşürür. Halbuki bundan daha kötü olan şey, hiçbir zaman kendisini var edememiş; kültür, siyasal inançlar, toplumsal roller ve toplumsal fikirler aracılığıyla var olmadan öldürülmüş insanlardır. Bu insanlar, nesnelerin dünyasına batarak eşyalaşmışlar ve hiçbir zaman yaşama şansı bulamamışlardır (Blackham, 2020).

Marcel (1962), modern dünyanın düşünme alışkanlıklarının varoluşun belirli alanlarını uyuşturduğunu belirtmektedir. Varoluşçu felsefenin yapması gereken şey, bu dünyanın özgür irade ile aşılması ve böylece varoluşun uyuşan alanlarının uyandırılmasıdır. Modern dünya insanın özgür düşünmesini engelleyerek onu herhangi bir gizem olmayan "labirent dünyasına" hapsetmektedir. Bu dünyada birey çeşitli nesnelere sahip olduğunu iddia etmektedir.

Marcel (1949) bu noktada bireyin nesne ile ilişkisinde bir "sahip olma" münasebetinin varlığını kabul etmektedir. Ancak bu ilişki tek yönlü olmaktan ziyade çift yönlüdür. Yalnızca birey bir

nesneye sahip olmaz. Aynı zamanda nesne de bireye sahip olmaktadır. Bu nedenle birey, sahip olduğu nesneler haline dönüşmektedir. Sahip olma perspektifi yalnızca nesneler için değil fikirler için de geçelidir. Bu nedenle bir fikre sahip olma, çoğu zaman fikir tarafından baskılanma anlamına gelmektedir. Bu noktada bireyin aşkınlığı, sahip olunan şeyin yok edilmesi ile mümkün hale gelir. O halde birey, modern dünyanın kendisine sunduğu nesneleri, fikirleri, değerleri ve kültürel inançları sahiplenerek varoluşundan vazgeçip bu nesneler ve fikirler haline dönüşmektedir (Marcel, 1995).

Heidegger ()'e göre insanın varlığı, hem bir araç olarak kullandığı nesneler ile ilişkileri hem başkalarıyla olan ilişkileri üzerine kuruludur. İnsan varlığı, doğası gereği çevresindeki şeylerden etkilenir ve bu ilişkileri, kendi varlığını yaratmada kullanır. O halde insan, özü itibariyle çevresindeki etkilere karşı "kırılgan bir varlık"tır. Bu nedenle Heidegger, insanın varoluşa yönelmesinde engelleyici olan iki temel tehditten bahsetmektedir. Bunlardan ilki, çevremizdeki bireylerin ve nesnelerin üzerimizde yarattığı baskıdır. Kişi bu baskı nedeniyle köleleşebilmektedir. Bu ilişkiler kişiyi özgürlüğünden ve varoluşundan alıkoyabilmektedir. Ancak bundan daha tehlikelisi "*Das Man*" dır. *Das Man* aynı anda her yerde mevcut olan bir "diktatör" ve soyut bir varlıktır. Bu varlık, modern düşünce şekillerinin, akıl yürütmelerin, kültürel değerlerin, siyasi inançların, reklamların ve medyanın oluşturduğu bir "soyut adam"dır (Lowith, 1948; Werkmeister, 1941). Bu "soyut adam", kişiye neyin yapılması gerektiğini ve neyin yapılmasının uygun görülmeyeceğini içeren bir "talimatname" vermektedir. Böylelikle kişi kurulu ve hazır bulduğu bir düşünce-değer sistemi aracılığıyla temel ve doğal varoluşunu feda etmektedir. *Das Man*'a direnmek ve ona karşı çıkmak, bireyin hayatını altüst eden bir kriz yaratmaktadır (Blackham, 2020). Heidegger (2019b) bireyin *Das Man*'ın diktatörlüğüne boyun eğerek kendini sahte bir varlığa hapsettiğini belirtmektedir. Bu sahte varlık içerisindeki kişi, kendisini yanlış yorumlayarak varlığını şeyler dünyasındaki bir nesne ve belirlenmiş özellikleri olan bir gerçeklik haline dönüştürmektedir. Varoluş, *Das Man* ile üretilen gündelik sahte varlıkların engellemeleriyle ulaşılamaz hale gelmektedir. Böyle bir insan, kendisine has bir benliğe sahip değildir. O bir kişi değildir. O yalnızca uyandırılmayı bekleyen, *Das Man*'ın "sürüsünün" bir parçasıdır. Bir süre sonra bu kişi, *Das Man*'lığa bulaşarak soyut/hayalet bir varlık halini almaktadır. Heidegger'de böyle bir varlık, en iyi ihtimalle "ölü" olarak tasniflendirilebilmektedir. Aşılması gereken budur (Burch, 2013; Watts, 2014).

Sartre (2022) bireyin aşması gereken ve onu varoluşundan uzaklaştıran yapıları belirlerken çağın "rasyonel/sağduyulu" argümanlarını gözler önüne sermektedir:

"Özgürlüğe karşı sağduyunun kullandığı belirleyici argümanlar bize kendi iktidarsızlığımızı hatırlatmaktan ibarettir. Konumumuzu iradeyle değiştirebilmekten uzakta kendimizi değiştiremediğimiz görülür. Sınıfımın, ulusumun, ailemin kaderinden kaçma, hatta kendi gücümü ya da kaderimi inşaa etme, zevklerimin ya da alışkanlıklarımın en az önemli olanlarını zapt etme "özgürlüğüm" yoktur. Irsi bir frengi ya da tüberkülozla, bir işçi, bir Fransız olarak doğdum. Her ne olursa olsun bir hayatın tarihi bir hüsran hikayesidir. Olayların zorluk katsayısı öylesine yüksektir ki en önemsiz sonucu elde etmek için yıllarca sabır göstermek zorunda kalırız. Dahası 'ona hükmedebilmek için doğaya itaat etmek' gereklidir; yani eylemimi iç içe geçmiş bir determinizmle gerçekleştirmek zorundayımdır. İnsanoğlu, 'kendisini yaratmaktan' çok daha fazla, iklim ve toprak, ırk ve sınıf, dil, parçası olduğu kolektivitenin tarihi, mirası, çocukluğundaki belirli olaylar, edinilmiş alışkanlıklar, hayatın büyük ve küçük olayları tarafından 'yaratılmış' gibi görünür."

Sartre (2021) kendi çağının sağduyu ve rasyonel açıklamalarının bireyi, gerçek olmayan sahte bir varlık biçimine hapsettiğini belirtmektedir. Çünkü gerçek, hiçliğe daha yakın olan varoluşta gizlidir. Ancak varoluşa ulaşmak, modern çağın rasyonel argümanları ile güçsüzleştirilen bireyin gerçekleştirebileceği bir eylem değildir. Bu birey, kendisine verilen hazır anlamlara ve kurallara itaat ederek, kişisel olmayan bir varlık haline indirgenmektedir. Böylece kişi, hazır anlamlar, kurallar, fikirler ve değerler aracılığıyla örgütlenmiş hazır bir dünya kurgusunda, kendisini keşfetmeksizin yaşamını devam ettirmektedir (Adewumi ve Jemilaiye, 2022; Webber, 2009). Sartre (2022) bu noktada, "sahip olma" perspektifini ön plana çıkarmaktadır. Ona göre insanın ilişki kurduğu şeyler, fikirler, arzular ve değerler "yapışkan" bir yapıya sahiptir. Birey tüm bunlara sahip olarak varlık alanını arttırmak istemektedir. Ancak bu yapışkan varlıklar, eğer kişi bu sahiplikleri aşıp yok etmezse, bireyin varlığına sahip olmaya başlamaktadırlar. Bu da bireyi özgürlükten, sorumluluktan ve varoluştan uzak bir apaçık nesneye, bir çeşit eşyaya dönüştürmektedir (Blackham, 2020). Sartre (2019) "*Bulantı*" isimli yapıtında bu tarz bireyi "pis herif" (*Saloud*) olarak nitelendirmektedir. Mounier (2019) "pis herif"in kendisini çağın belirlenmiş sahte yapıları içerisinde tutan kişi olduğunu belirtmektedir. Ona göre "pis herif", özgürlük için kesin bir seçim yapmaksızın kendisine verili belirli fikir ve değerlerle örgütlü dünyanın aldatmacasıyla oyalanan kişidir. "Pis herif", bu örgütlü dünyaya sahip olmaya çalışarak sonunda bu sahte dünyanın ölü nesnesi haline gelmektedir. Böylece varoluşa ilişkin konuşmalardan ziyade, talimatname ile belirlenmiş gündelik gevezeliklerle yaşamına devam etmek zorundadır. Böyle bir insan her türlü gerçek ilişkiden kopmuş ve varoluşu ile bağı tamamen koparılmış bir yaşam tarzını deneyimlemektedir. Wahl (1964)'a göre bireyin endüstriyel makinenin, dijital çağın teknolojisinin, bürokratik idarelerin, propaganda ateşiyle beslenen militan ideolojilerin, geleneksel bilim ve ahlakın öğretilerine bir "saf reddetme savaşını" açması gerekmektedir. Bu kökensel reddediş, Marcel (1995)'in e altını çizdiği gibi

bireyi en saf ve doğal haline yani varoluşu ile ilişkisine yakınlaştıracaktır. Ancak Kierkegaard'dan Sartre'a kadar birçok varoluşçu düşünür bireyin *Das Man* veya "Pis Herif"in sahte dünyasına eğilimli olduklarının altını çizmektedirler (Crowell, 2020).

2.2.5. Varoluşçu Felsefede Kendini Aldatma Meselesi

Kierkegaard (1941, 2005)'a göre insan doğal yapısı gereği belirsizlikten, kaygıdan, korkudan, sorumluluktan kaçmaya eğilimlidir. Bu nedenle yüzleşmek ve kabullenmek yerine kaçmak ve yön değiştirmek insanoğlunun sıklıkla tercih ettiği eylem seçimidir. Ancak varoluşa/hakikate erişmek belirsizliği, kaygıyı ve özgürlüğün dayattığı sorumluluğu kabullenmekle mümkündür. Varoluşçu felsefe, geleneksel bilim, felsefe ve teknoloji gibi insanın hayatını kolaylaştıran, onu sorumluluktan kurtaran ve ona belirli bir dünya kurgusu veren fikirsel bir perspektif değildir. Aksine varoluşçu felsefe, insana gerçeğin belirsiz, acı dolu, hiçbir standarda dayanmayan özgürlüğün getirdiği sorumlulukla iç içe olduğunu söylemeye çalışmaktadır (Aho, 2014; Bakewell, 2016). Elbette bu çaba insanlar içinde geniş bir taraftar topluluğu oluşturmamıştır. Kierkegaard (1941) konuyla ilgili olarak şunları belirtmektedir:

"... Her şey kendini, bir akımın parçası olacak şekilde bir şeye bağlamalıdır; insanlar kendilerini olayların, dünya tarihinin bütünlüğünde kaybetmeye kararlıdır; hiç kimse birey olmak istemez. Belki de Hegel'e [Hegel geleneksel felsefe ve bilimi temsil etmektedir] bağlı kalmaya devam etme çabalarının, hatta felsefenin sorgulanabilir karakterine dair bir görüşe ulaşmayı başarmış kişilerin çabalarının bile nedeni budur."

"Genel olarak önemli kararın sorumluluğundan kaçışta insanoğlunun ne denli hünerli ve yaratıcı olabileceği tahmin edilemez."

Kierkegaard (2005, 1941)'a göre geleneksel bilim ve felsefe, insanların belirsizliği ve acılarıyla yüzleşmelerini engelleyen bir dünya kurgusu yaratmıştır. Ancak insanlar da bu sahte dünya kurgusunun yarattığı güven mutluluğa isteyerek "aldanmışlardır". Gerçeğe apaçık bir fikir-değer talimatnamesiyle ulaşmak ve bunun sonucunda mutluluğu elde etmek, bireye güven ve huzur verir. Fakat gerçek, Kierkegaard (2021)'ın tabiriyle belirsizliğin, kaygının ve acının uçurumunda verilen ve tamamen bireye ait dayanaksız bir seçimde gizlidir. İnsanlar, varoluşun bu gerçekliğini, tutkulu ve kararlı bir biçimde benimseyip yaşamak yerine, geleneksel bilimin ve felsefenin dikte ettiği sahte dünya tasarımlarına yönelmektedirler. Bu dünyada her şey, akıl ve beş duyu organı ile anlaşılabilecek yapılardan oluşmaktadır. İnsanın yapması gereken bu yapıları ve yapılar arasındaki ilişkileri belirlemektir. Bu durum, belirsizliklerle dolu bir dünyada özgürlük ve sorumluluğun acısıyla yaşama fikrinden daha fazla güven ve mutluluk vermektedir (Hoeltzel, 2022; Vera, 2022).

Kierkegaard geleneksel bilim ve felsefenin mutlak güven ve açıklık vaat eden dünyasında yaşayan insanların, sanayi teknoloji ve kent kültürü aracılığıyla denetim ve kontrol altına alındığını belirtmektedir. Ona göre bu insanlar, kendilerini bu mutluluk ve haz dünyalarına öyle akıllıca hapsederler ki onları kurtaracak hiçbir düşünce ve fikir kalmaz (Blackham, 2020). İnsanın bu yeteneği, varoluşçu felsefe düşünürleri tarafından hayret verici olarak nitelendirilmiştir (Aho, 2014).

Nietzsche (2020) bireyin yabanıl insan sürülerine dahil olmasını teknik dünyanın belirsiz, gizem ve tutkuyla dolu bir kişi yerine kesin, tahmin edilebilir ve güvenilir kişileri tercih etmesiyle açıklamaktadır. Ona göre özellikle bilim ve geleneksel felsefe, herhangi bir bireyselliği ve özgürlüğü olmayan sahte bir gölge veya köle olarak yaşamaya mahkûm, yabanıl insan sürülerini yaratmaktadır (Nietzsche, 2020):

"Ah bugün bilimin gizlemediği ne kaldı ki? Her durumda, ne denli çok şeyi gizlemeye çalışmaz ki? En iyi bilim adamlarımızın titiz çalışmaları, anlamsız çalışkanlıkları, beyinlerini fazlasıyla yormaları, işlerine hakimiyetleri; kendilerini belirli bir şeyi görmekten sürekli alıkoyan bütün bunların gerçek anlamı hangi sıklıkla belirir? Uyuşturucu olarak bilim: bunu biliyor muydunuz?"

Nietzsche, açık bir şekilde varoluşun belirsiz, kaygılı ve korkulu dünyasından bilimin "kesin ve huzur veren topraklarına" kaçmayı seçen insanları betimliyordu. Ona göre Batı kültürü insanları rahatlık, güven ve huzur "çayırlarına" "koyun sürüleri halinde" salmıştır (Wininger, 2022). Nietzsche'nin felsefesinde insanları uyuşturma bağlamında, bilim, felsefe ve demokrasiyle harmanlanmış modern kültürün, Hristiyan düzenden hiçbir farkı yoktur. Nesnellik ve bilimsel ruhla uyuşan insan, sürülere özgü bir atalete, tek düzeliğe, eşitliğe ve yokluğa sürüklenecektir. Böylece "sürü insanı", tüm ilgi alanlarının çökmesine, görkeminin ve kendi hayatının kalitesinin tükenmesine, sıkıntıya ve son olarak yaşam arzusunun tükenmesine neden olacaktır (Blackham, 2020; Elliott, 2022).

Jaspers (1959), bireyin nesneler dünyasına battığını ifade etmektedir. Ona göre birey kendini deneysel -beş duyuya dayalı bir dünya içerisinde fark eder. Ancak bu varlık alanına takılmak, onu gerçekliği yaşama noktasında engellemektedir. Her çağın kendine özgü bir "ayartması" bulunmaktadır. Bu ayartma bireyi acı, sorumluluk ve özgürlükle dolu bir dünyadan kurtarmayı vaat etmektedir. Bireye bunun karşılığında verdiği ise sahte bir nesne olmaktır (Balckham, 2020; Mounier, 2019). Jaspers bireyin varlığının akışkan olduğunu ve içinde bulunduğu varlık alanına dönüştüğünü belirtmektedir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Kişi eğer güven ve mutluluğun

uyuşukluğunda deneysel-nesnel dünyaya batıp kalırsa; varlığı bu dünyadan etkilenerek deneysel-nesnel bir hal almaya başlayacaktır. Ancak kişi çoğu zaman sahte bir uyuşturucuyu (mutluluğu ve güveni) gerçek bir acıya tercih etmektedir (Jaspers, 2014).

Marcel (1995) bu nedenle varoluşçu felsefenin amacının uyuşmuş insanı canlandırmak olduğunu belirtmektedir. Ona göre insanın aracısız saf bir biçimde düşünüp varoluşa erişme ve gizemi, acıyı ve kaygıyı kabullenme kudreti modern çağın baskısı altındadır. Bu baskı kendisini bireye ısrarlı ve geçerli bir davet olarak göstermektedir (Marcel, 1949). Birey bu ısrarlı "sahip olma" davetini acı ve belirsizlikten kaçmak uğruna kabul ederek varoluş ile olan saf bağlantısını kaybetmektedir. Modern çağın kültürü bireye, deneysel- duyusal (nesnelere) ve geleneksel mantıksal ürünlere (fikirlere) sahip olabileceğini dikte etmektedir. Dahası bu "sahip olma" faaliyetinin bireyi huzura, mutluluğa ve güvene sevk edeceğini belirtmektedir (Blackham, 2020). Ancak Marcel (1949)'e göre yalnızca birey, bir nesne veya fikre sahip olmamaktadır, aynı zamanda bu nesne ve fikir de bireye sahip olmaktadır. "Fanatik fikirlerin" ve nesnelerin boyunduruğu altında birey uyuşuk bir halde yapay mutluluk, güven ve apaçıklığı deneyimlemektedir. Böyle bir deneyimle varoluşa tanıklık etmek mümkün değildir (Marcel, 1963). Bizzat kendisi tarafından aldatılan insan, kendini nesnel bir duyumsal-deneysel dünyaya hapsederek öznelliğin bağrındaki inancı, kendini feda etmeyi ve sadakati görmezden gelmektedir. (Blackham, 2020; Marcel, 1949, 1962).

Varoluşçu düşünürler içerisinde insanın kendisini aldatmasının nedenini en etkili şekilde açıklayan filozoflardan biri Heidegger'dir (Aho, 2014; Blackham, 2020; Crowell, 2020; Mounier, 2019). Ona göre bir kişi çevresindeki bireylerin/fikirlerin veya *Das Man*'ın diktelerini kabul etmektedir. Çünkü temelde güvende olmak istemektedir. Bireyin güvende olmasını temin etmek için "ne yapacağını" bilmesi gerekmektedir. Güvende olmanın bir diğer önemli şartı ise diğer bireyler tarafından kabul edilmektir. *Das Man* bireye doğum anından itibaren bu ikisini de hazır olarak vermektedir. Kişi ne yapacağına ne düşüneceğine ve neye inanacağına dair hazır bir talimatnameye sahiptir. Dahası bu talimatname uygulandığında, diğer insanlar bireyin varlığını güvenli bir biçimde kabul etmektedir. Birey kendi içerisindeki bu anonim (bireye ait olmayan toplumsal) ve onaylanmış varlığın tesellisi ve güveni içerisinde "varoluşun anlamının ne olduğu" sorusundan kaçmaya dair güçlü bir eğilime sahiptir (Heidegger, 2017, 2019b). Böylece birey, Heidegger (2019b)'in ifadesiyle "kişisel sorumluluktan anonimliğe doğru firar" eder. Bu kaçış, kişinin varlığını yanlış konumlandırmasına, kendisini nesneler dünyasındaki bir şey ve belirli özellikleri olan apaçık bir gerçek olarak değerlendirmesine neden olmaktadır. Kişi

bu kaçışı ile bireyselliğini feda ederek anonimleşmekte ve *Das Man* içerisindeki bir sahte verili nesne konumuna indirgenmektedir. Çünkü insanın varlığı ilişki kurduğu şey ile kendisini yapılandırmaktadır. Bu nedenle varoluştan sahte güvene kaçma eğilimi, kişinin şeyleşme\nesneleşme sürecini temellendirmektedir (Kaufmann, 1975; Werkmeister, 1941). Heidegger (2017) bu tarz bireylerin varlıklarını gündelik yaşamın yanılsamaları içerisinde kaybettiğinin altını çizmektedir. Ona göre çağın bilim, ahlak ve değerleriyle oluşturulmuş talimatname dünyası, bireyin varlığının kökensel anlamını değerlendirmesine müsaade etmemektedir. Güven ve kabullenme odaklı insan ise bu engellemeyi sahte karşılıklar için desteklemektedir (Lowith, 1948). Blackham (2020) Heidegger'in çağın, insanı nesneye indirgeyen ve saf varlığını keşfetmesini olanaksızlaştıran bakış açılarını ve değerlerini reddettiğini belirtmektedir. Bunun yerine bireye tüm tekinsizliği ve kaygısına rağmen varlıkla saf bir biçimde ilişki kurmasını önermektedir. Çünkü varoluş çok yakındır; insanın yalnızca içine yönelmesi gerekmektedir. Ancak bir o kadar da uzaktır çünkü kendisi acı, çaba ve kaygı olmaksızın bireye açımlamamaktadır.

Sartre (2022) ise insanın varlığının kalabalığa karışmaya eğilimli olduğunu belirtmektedir. Böylece insan çaresiz yalnızlığını, sorumluğunu ve özgürlüğünü unutma eylemini gerçekleştirebilecektir. Ona göre bir insanın hiçbir zemin, talimatname ve kurala dayanmaksızın dünyaya "saçma bir biçimde" gelmesi, tüm belirsizliği, korkuyu ve kaygıyı temellendirmektedir (Kaufmann, 1975). Bireyin verdiği kararın doğru olup olmadığı, yaşamının doğru olup olmadığı, benimseyeceği değerlerin ne olması gerektiği, herhangi durumda hangi davranışı gerçekleştirmesi gerektiği yalnızca onun özgür iradesine bağlıdır. Bu özgürlük bireyi "dehşete" düşürmektedir. Bu tanımsız ve belirsiz özgürlükten kaçış bireyin isteyebileceği bir şeydir. Ancak Sartre bu kaçışın gerçeklikten yapaylığa, köleliğe ya da ölülüğe doğru olduğunu belirtir (Webber, 2009).

İnsanın kendini aldatarak (*mauvoise foi*) gerçekleştirdiği bu kaçış, bireyin "sahip olma" davranışıyla gerçekleştirdiği bir uyuşmadır. Birey gerçekliğin hiçlik, acı ve özgür iradeyle örülü varlığını "sahip olduğu" nesnelerle doldurmaktadır. Sahip olduğunu sandığı bu şeyler, bireyin acısız, kaygısız ve güvenli bir şekilde varoluşunu ele geçirme çabasıdır. Kişi sahip olduğu duyusal nesnelere bizzat kendi varlığını taşıyarak kendisine sahip olmayı istemektedir. Bu kökensel kendini kandırış, başarısızlıkla sonuçlanmaya mahkumdur. Çünkü varoluşun varlık biçimi, onun ele geçirilmesini ve ona sahip olunmasını olanaksız kılmaktadır (Crowell, 2020). Sartre bu nedenle sahip olma davranışının tatmin edilmesinin mümkün olmadığını çünkü

anlamsız bir temel hedef üzerine şekillendiğini belirtmektedir (Blackham, 2020). İnsan varoluşunu güvenli, kaygısız ve rahat bir biçimde ele geçirmek için sahip olmak isteyecek ancak varoluşun yapısı gereği bu olanaksız olacaktır. Bu durum da kendini tekrarlayan sahte ve doyumsuz bir "sahip olma" amacı yaratacaktır (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Bireyin "sahip olma" eylemi, Marcel (1949) ve Heidegger (2019b)' in düşünce yapılarında da olduğu gibi kişileri nesnelerin ve şeylerin baskısına maruz bırakmaktadır. Sartre (2022) bu nedenle duyusal nesnelerin ve şeylerin yapısının "yapışkan" olduğundan bahsetmektedir. Bu yapışkan, gündelik ve modern "sahtekarlıklar", bireye bulaşarak onun varlık yapısını ve saflığını bozmaktadır. Bu da bireyin bizzat kendi kendisini kandırarak, sahip olma sahteliğiyle dolu aldatıcı bir dünya kurgusuna yapışmasını ve buraya "batarak" kalmasını koşullandırmaktadır. Sartre (2019)'nin insanı kendini boş yere kaybeden faydasız bir tutkudur. Mounier (2019), Sartre'ın kendini aldatan insanının varoluşunu yitirdiğini belirtmektedir. Bu insan, sahte dünya ile gerçek varoluş arasında tercih yapamayan ve kendisini sorumluluk ve acıdan uzak tutmak için kendisine söylediği yalan içerisinde tutan bir varlıktır. "Pis herif" dünyasında yaşayan bu kişi, kendine söylediği yalan nedeniyle "neden buradayım, varlığımın anlamı ne, ben kimim" gibi sorulara yönelememektedir. Varoluş ise kendisini ancak içsel bir düşünce tutumuyla deneyime sunmaktadır (Marcel, 1995).

2.2.6. Varoluşçu Felsefede Öz-bilinç ve İçsel Tutum

Varoluşçu felsefede varoluşa aynı anda hem içe hem de dışa doğru yönelen bir devinim ile erişilebilmektedir (Crowell, 2012). Kierkegaard'tan Sartre'a kadar birçok varoluşçu düşünür, modern çağın değer, düşünce ve teknolojik "ayartmaları"nı, bireyin varoluşuna erişmesinin önündeki tehdit olarak nitelendirmektedirler (Crowell, 2020). Bu aldatıcı fikir ve değerler, Heidegger (2019)'in ifadesiyle bireyin içsel tutumu ve öz-bilinci ortadan kaldırarak "anonimleştirmektedir". Marcel (1995)'in içe yönelme noktasındaki tutumu, bu konuda oldukça aydınlatıcıdır. Bireyin geleneksel felsefe ve bilim karşısında kişisel saf varlığını elde etmesi, sürekli olarak gerçekleştirilen bir içsel tutumu ve öz-bilince yönelişi gerektirmektedir. Ona göre varoluş, bireyin en mahrem ve en içteki yapısına yönelerek (*intimus intimo meo*) erişilebilecek bir varlıktır (Blackham, 2020). Heidegger (2019b) ise kişinin çağın düşünce ve değerleriyle sınırlandırılmamış saf tasarılar aracılığıyla kendine yönelme durumunu ön plana çıkarmaktadır. Ona göre birey, gerçekliğe dair bir analiz yapacaksa bunu öz-bilincine yönelerek gerçekleştirmesi gereklidir. Böylece bireyin kendi içine yönelerek öz-bilincini anlamaya ve keşfetmeye çalışması, varoluşçu bir eylem olarak değerlendirilmektedir (Colette, 2017).

Bireyin kendi içine yönelmesi, onun aşkınlığının ve özgürlüğünün temelini oluşturmaktadır (Crowell, 2020). Kierkegaard (1941) bu nedenle geleneksel felsefe ve bilimsel yöntemlerle anlaşılamayacak olan varoluşa erişmede, öz-bilince yönelmiş bireyi ön plana çıkarmaktadır. İçe yönelmiş bir birey, saf bir bağlantıyla herhangi bir aldatmaya kapılmadan gerçekliğe erişeceği cesaretli özgür seçimi gerçekleştirebilecektir. Bu kendini feda etme, cesaretle meydan okuma ve tutkuyla inanma kudreti, bireyin ancak içe yönelmesiyle elde edebileceği kabiliyetlerdir. Öz-bilincine yönelmiş bir kişi acı dolu gerçekliği kabullenebilme yürekliliğini de gösterebilecektir (Fremstedal, 2022). Jaspers (2003) bireyleri varoluşa doğru sürükleyen "sınır durumlar"dan bahsetmektedir. Ona göre yaşamda bireyler birçok defa ölüm, özgürlük, acı ve hata gibi sınır durumlarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Ancak her birey, bu durumlar aracılığıyla varoluşuna doğru devinime geçememektedir. Bunu ancak öz-bilince yönelmiş bireyler gerçekleştirebilmektedir. İçe yönelmiş bir birey için belirtilen sınır durumlar, varoluşa doğru götüren kestirme yollardır (Jaspers ve Schilpp, 1957). Bu noktada öz-bilinç ve içe yönelme, varoluşçu felsefenin temelini oluşturan "aşkınlık" kavramının temeline yerleşmektedir. Çün aşkınlık ancak kişinin kendisinde (içinde) gerçekleşebilmektedir (Aho, 2014; Marcel, 1995).

Bir bireyin aşkın olabilmesinin en temel yolu çağın felsefi, bilimsel ve kültürel araçları tarafından yapılan anonimleştirme üzerindeki farkındalığıdır. Ancak kişi bu yapışkanlığın içerisindeki devinimi yaşarken belirtilen farkındalığa erişememektedir. Bu noktada birey içe yönelme hareketiyle öz-bilincine, saflığına ve varoluşu ile doğal bir biçimde ilişki kurabileceği sahaya yönelebilmektedir (Blackham, 2020; Colette, 2017). Ponty'nin de altını çizdiği gibi bireyin kendi içine doğru yönelme hareketi, doğrudan içinde bulunduğu durumu aşma hareketidir. Bireyin öz-bilince yönelişi ona "el değmemiş" özgürlüğünü vermektedir (Priest, 2002; Smith, 2005). Marcel (1995)'in çağın içinde ölü halde bulunan bireyleri canlandırma girişimi içe yönelme çağrısından başka bir şey değildir. "Uyuşuk" halde olan bireyin özgürleşmesinin ve varoluşuna doğru yönelişinin yöntemi olarak öz-bilince yönelme, gerekli ve önemlidir. Böylece içsel tutum, sahte bir dünya kurgusundan "yalıtım biçimi" olarak değerlendirilmelidir (Marcel, 1962). Bir zincirleme etki olarak bireyin içsel tutumu ve öz-bilince yönelmesi anlam yaratmasının da temel koşuludur. Varoluşçu felsefeye göre acı, korku ve belirsizlik getiren özgürlük ve yalıtım olmaksızın anlam yaratımı gerçekleştirilemez. Bireyin kendine yönelmesi, sahtelikten yalıtım ve saf özgürlüğe doğru bir adım olmakla birlikte yeni anlamlar ve benimsenecek yeni değerler yaratımında da önemli bir koşuldur (Colette, 2017).

Heidegger, Marcel ve Jaspers'in belirttikleri içe yönelme ve öz-bilince erişme hareketlerinin modern bilim, felsefe ve kültürel değerin "ığdiş ettiği" öznelcilik/bireycilik ve bencillikle karıştırılmaması gerekmektedir (Mounier, 2019). Bireyselcilik kişiyi çevresindeki şeylerden ve fikirlerden soyutlayan ve onu Marcel (1963)'in ifadesiyle "kutu içine hapseden" bir fikirdir. Bu doğal olarak bencilliği doğuracaktır (Mounier, 2019). Ancak varoluşçu felsefede bireyin öz-bilincine yönelik hareketi, çevresindeki ilişkilere, fikirlere, değerlere ve şeylere doğru bir "fışkırma" ve "yönelme" eylemiyle tamamlanmaktadır. Bu nedenle varoluşçu felsefede birey, içe yönelme ile dışa yönelme hareketi arasında bir devinime sahiptir (Blackham, 2020). Jaspers'ın da belirttiği gibi bireyin felsefi hareketi ilişki ve dışa yönelme olmaksızın mümkün değildir. Kişi içe yönelme hareketiyle derinleştirdiği varlığıyla dışa yönelerek aşkınlaşmakta ve varoluşuna erişmektedir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Heidegger (2019a)'in konuyla ilgili tutumu çok daha belirgindir. Ona göre insan çevresinde ilişki kurduğu her şey ile bir bütündür. Hiçbir şey bireyin varlığından bağımsız değildir. Aksine birey varlığını dışa yönelme hareketiyle elde ettiği ilişki örgütlenmeleriyle inşa etmektedir. Bu nedenle kişinin öz-bilince doğru yönelmesi zorunlu bir biçimde dışa yönelmesini gerekli kılmaktadır (Crowell, 2001). Ponty varoluşçu düşüncenin toplumsal sorunlarla ilgilenmesinin kaçınılmaz olduğunu belirtmektedir. Ancak bu birey dışı konuların başarılı çözümü, ancak bireyin öz-bilince doğru gerçekleştirdiği içe yönelme hareketiyle mümkün hale gelmektedir (Reynolds, 2001).

Kendi yaşamlarını felsefe konusu haline getiren varoluşçu düşünürler, kendi içlerine doğru saf bir düşünme ile yöneldiklerinde varoluşa ilişkin birçok ortak tema keşfetmişlerdir. Bunların başında acı, sorumluluk, özgürlük, anlam, değer, kaygı ve yalıtım gelmektedir. Felsefe tarihçilerinin bu düşünürleri "varoluşçu felsefe" başlığı altında değerlendirmelerinin nedeni budur (Crowell, 2020; Aho, 2014; Blackham, 2020). Bu düşünürlerin tüm benzerliklerine karşın varoluşa ilişkin farklı yaklaşımları da olmuştur. Araştırmanın kavramsal süreçlerine katkı sunacağı düşünülmesi nedeniyle varoluşçu felsefe içerisinde öne çıkan altı büyük düşünürün varoluşçu perspektifleri kısmi olarak -araştırmanın getirdiği zaman ve amaç kısıtlaması nedeniyle- değerlendirilecektir.

2.2.7. Öncü Varoluşçu Düşünürlerin Felsefi Kavrayışları

2.2.7.1. Soren Kierkegaard (1813 – 1855)

Kierkegaard'ın bütün felsefi düşünümü Hegel ile en yüksek noktasına ulaşan "dizge/yapı" absürtlüğüne tepki olarak ortaya çıkmıştır (Kierkegaard, 1941). Kierkegaard bilimsel bilginin ve geleneksel felsefenin yönteminin kısıtlılığı nedeniyle varlığın yalnızca bir kısmını tespit

edebileceğini ileri sürmektedir. Bu noktada insan doğasının hakikatini anlamada, beş duyu organına dayalı pozitivizm ve Hegelci mantık yürütmeye ek olarak iman, kendini feda etme, kabullenme, özgür iradeyle karar verme ve verilen kararın sorumluluğunu üstlenme gibi yöntemleri eklemiştir (Colette, 2017; Blackham 2020). Beş duyu organının varlığı anlamada bir araç olması gibi kendini bir inanca feda etme, hiçbir öneriye ve koşula bağlı olmaksızın karar vermenin de hakikati anlamada bir araç olduğu görülmektedir (Kupś, 2022). Kierkegaard (1941) bu yöntemlerin bireyin saf bir şekilde varoluşla ilişki kurmasını sağladığını ve yararcı modern çağın fikirlerini çürüttüğünü göstermektedir. Bu yöntemler kullanılarak hakikat anlaşılmaya başlandığında insan varoluşunun geliştirici, acılı, belirsiz ve hiçbir güven vermeyen "hiç" liği deneyimlenmektedir. Bu deneyim sonlu bir varlık olan insanın sonsuz bir varlık olan varoluşu ile ilişkisinin doğal bir sonucudur (Kierkegaard, 2020). Kierkegaard (2020), sonlu bir varlık olan insanın sonsuz bir varlık olan varoluş karşısında acı çekme, özgür iradeyle seçinde bulunma ve belirsizliğin içinde hareket etme gibi eylemlerle konum alabileceğini belirtmektedir. Bu durum Kierkegaard'ı tanımlayan paradoks yöntemini ve zıtlık düşüncesini temellendirmektedir (Fremstedal, 2022).

Sonlu bir varlığın sonsuz bir varlığı deneyimleme girişimini geleneksel felsefe ve bilimin ileri sürdüğü bir sistem ve yapıyla açıklamak mümkün değildir. Çünkü geleneksel felsefenin akıl yürütmelerinin ve pozitivizmin yöntemlerinin böyle bir ilişkiyi kavramaları mümkün değildir. Bu nedenle böyle bir ilişkiyi belirli bir tematik ve sistematik yapıyla açıklamak mümkün değildir (Aho, 2014). Kierkegaard (2005) böyle bir ilişkinin ancak paradoks yöntemi kullanılarak açıklanması gerektiği ileri sürmektedir. Çünkü ona göre paradoks modern çağın düşünme yöntemlerine başkaldırmaktadır. Bu paradokslar vardır ancak doğaları gereği modern çağın aklıyla anlaşılabilir değildir. Bu nedenle varoluşu açıklamada oldukça önemli bir yazım yöntemidir.

Chestov (Chestov, 1948 akt. Mounier, 2019)'un aktardığı Tertullianus'un alıntısından daha önce bahsedilmiştir. Bu söylemin modern akıl yürütmelerle anlaşılıp bilim yöntemleriyle ispat edilmesi mümkün değildir. Çünkü yazının kendisi paradokstur. Bu paradoksu yaratan ise sonlu insanın sonsuz varoluşa yönelmesiyle ortaya çıkan zıtlıklardır (Kierkegaard, 2020). Kierkegaard'ın varoluşçu felsefesinin kökenini oluşturan zıtlık anlayışı en az paradoks yazım yöntemi kadar gerekli ve önemlidir. İnsan bir taraftan beş duyu organına hapsolmuş, içinde yaşadığı çağın kültürel değerleriyle meydana getirilmiş belirli bir varlıktır (Kaftanski, 2022). Ancak diğer taraftan tüm bunları içe çekilme-öz bilince yönelme hareketiyle aşmayı

başardığında sonsuz bir özgürlük ve olasılıkla dolu bir hiçlikte yaşayan belirsiz bir varlıktır (Crowell, 2012). İnsanın aynı anda bu iki varoluş biçimi arasında gerçekleştirdiği devinim onu zıtlıklarla dolu bir bilinç dünyasına götürmektedir. Kierkegaard insan varlığının sonlu-sonsuz, varlık-hiçlik, nesnel-öznel, verili-olasılık, köle-özgür gibi zıtlıklar içerisinde hareket ederek kendi varlığını konumlandırdığını belirtmektedir (Blackham, 2020). Kierkagaard tüm bu zıtlıklar içerisinde hareket eden bireyin hakikate erişmesinin en temel yolunun özgür karar verme ve bağlanmayla gerçekleşeceğini belirtmektedir (Mounier, 2019).

Kierkegaard (1941)'a göre birey, içerisinde toplumsal verili bir hayalet olmayı ve varoluşa erişen bir sonsuz öznellik olmayı içinde barındıran paradoks bir varlıktır. Bireyin kendisine dayatılan bilgi-değer-kültür yığınını aşabilmesi öz-bilince yönelme hareketiyle mümkün olan özgür iradeyi gerektirmektedir. Mounier (2019) bu noktada Kierkegaard'ın özgür iradeyle verilen kararın bireyi sonlu-verili bir nesne olmayı aşarak sonsuz-olası bir varlık olmasını sağladığını düşündüğünü belirtmektedir. Bu nedenle özgürlük, onun felsefesinde "kutsal" derecede önemli bir eylem olarak kabul edilmektedir. Ancak insan varlığı bir devinimdir. İnsan sürekli olarak özgür seçimleriyle aşkınlaşsa dahi içinde yaşadığı köleleştirici çağın arzu ve tutkularına batma eğilimindedir (Crowell, 2020). Bu nedenle Kierkegaard (2005) bireyin yalnızca kendisine dayanarak olasılıklar içinde gerçekleştirdiği seçimi için "hayatını feda etmesi" gerektiğini belirtmektedir. Bu feda ediş ise sonsuz bir bağlanmayı ve aşkınlaşma tekrarını gerektirmektedir. Basit bir alegoriyle ifade etmek gerekirse, insan yere düşmeye meyillidir. Ancak yükseklere çıkma davranışına kendini feda eden insan, bu eylemin tekrarıyla yüksek bir varlık olmayı hak etmektedir. Onun felsefesinde varoluşa, sahte bir huzur, güven ve haz uyaranlarına batmaya rağmen özgür seçimlerin tekrarlanması ve kişinin kendini bu devinime feda etmesi yoluyla ulaşılmaktadır (Kierkegaard, 2021).

Kierkegaard bu noktada Tanrı inanışı örneğini ileri sürmektedir. Ona göre pozitivist bilim ve geleneksel felsefenin yöntemi ve yapılandırılmış aklı ile Tanrı'ya erişmek mümkün değildir. Tanrı'ya erişebilmenin yolu kişinin kendi yaşamını ona feda edebilme kudretinde yatmaktadır (Mounier, 2019). Bu özgür bir seçimle, içtenlikle gerçekleşen bir kabullenmeyle ve derinleşmiş bir inanma (iman) ile mümkün hale gelmektedir (Blackham, 2020). Çünkü hakikat, acı dolu bir olasılıklar kümesinde bireyin özgür seçimiyle belirlenmiş bir karara sıkı sıkıya bağlı kalarak var edilmektedir. O halde Tanrı'ya ancak yakararak, ona inanarak ve onu seçerek ulaşmak mümkündür. Aksi halde onu duyusal anlamda deneyimleme veya ona geleneksel felsefenin

akıl ilkeleriyle erişme isteği her zaman boşa çıkacaktır. Çünkü Kierkegaard'ın felsefesinde Tanrı, varoluş alemine yani sonsuzluğa aittir (Fremstedal, 2022).

2.2.7.2. Frederich Nietzsche (1844 – 1900)

Kierkegaard'ın felsefesi olasılıklar, belirsizlikler, zıtlıklar ve paradokslarla dolu iken Nietzsche'nin varoluş felsefesi coşkunluklar, çılgınlıklar ve şiirlerle doludur (Kaufmann, 1975). Nietzsche (2020) öncelikle yapı/dizge kavramlarının faydacılıkla ilgili olduğunu belirtmektedir. Faydalı olmak ise tamamen insana göredir. Bir diğer ifadeyle insanın yalnızca olmasını istediği bir olasılıktır. Bu nedenle sistemli bütün yapıların, insana bir umut veya olasılık pazarlama anlamına geldiğini belirtmiştir (Elliott, 2022). Ancak hakikat, insanın arzularına dayanan hazcı yapısına göre şekillenmiş yararcı dizgelere göre işleyiş göstermemektedir. Bu nedenle Nietzsche kendi çağındaki bilim anlayışına ve rasyonalist (akılcı) felsefelere karşı çıkmıştır (Crowell, 2020). Bununla birlikte Hristiyanlık etiğini de hakikatten uzaklaşması bağlamında en az çağının bilimi ve felsefesi kadar suçlamıştır. Nietzsche'ye göre içinde yaşadığı çağdaki bilim felsefe ve Hristiyanlık aynı hatayı benzer bir biçimde yapmaktadırlar: Kaotik sonsuz varoluşu basit yapılara indirgemeye kalkışmaktadırlar (Lee, 2022). Ancak varoluşa insanın arzu ve faydasına uygun "birbiri üzerine yığılmış yapılarla" erişilemez. İnsan ona ancak öz-bilincine yönelerek erişebilmektedir. Çünkü felsefe bir eylem meselesidir. Bunu en başarılı şekilde yapan Antik Yunan düşünürleri olmuştur. Sokrates, Platon ve Aristotales gibi antik düşünürlerin tamamı, yaşamlarını felsefeleri haline getirip eyleme geçmişlerdir (Poellner, 2022). Nietzsche (2020) de bu yüzden Antik Yunan felsefesine geri dönmeyi arzulamıştır. Bu nedenle Blackham (2020)'ın da altını çizdiği gibi o felsefesini tüm varlığı ve öznelliğiyle yaşayarak ortaya koymuştur. Yaşamını felsefesi haline getirmiştir. Ve varoluşçu felsefesinin kökenini başlatan şu soruyu sormuştur (Nietzsche, 2020): "*Kendi içimizde gerçeklik arzusu bir sorun olarak bilince dönüşmüyorsa, varoluşumuzun anlamı nedir?"*

Nietzsche (2020)'nin varoluşçu felsefesinin bir başka yönünü oluşturan soru ise şu olmuştur: İnsan denen hayvanın hangi ihtiyacı bilmek ve bilgiyi formüle etmek çabasıyla karşılanır? Nietzsche (2020) bu soruya "insan denen oluşmuş varlığı, halen devam eden olma sürecine dahil etme ihtiyacı" şeklinde cevap vermektedir. Ona göre bu ihtiyaç, bir taklitten öteye gidememektedir. Çünkü insanın bizatihi kendisi süreçtir ve olmaya devam etmektedir. Dünyada durağanlık bulunmamaktadır. Ancak bilgi belirli bir durağanlık olmaksızın mümkün değildir. Bu nedenle bilgi en iyi ihtimalle sahte bir olasılıktır. Bu nedenle hakikat arayışında bilgiyi

(bilimin ve geleneksel felsefenin) kullanmak doğru değildir (Blackham, 2020). Nietzsche (2017) hakikatin, insan tarafından varoluşun "hiçlik kumaşından" sadık ve tutarlı bir özgür iradeyle var edildiğini belirtmektedir. Ona göre insan, modern çağın sahte huzur veren "faydacı çayırlarına yayılmış yaban insan sürüsünden" öz-bilincine yönelip aşkınlaştığında varoluşun hiçliği ile karşılaşacaktır. Bu hiçlik bireyin kararlı bir özgür iradeyle değerlerini, fikirlerini ve yaşamını yeniden var etmesini mümkün kılmaktadır (Nietzsche, 2011).

Kierkegaard'da olduğu gibi Nietzsche (2017)'de de aşkınlaşma eyleminin sürekliliği ve kararlı bir şekilde devamı oldukça önemlidir. Nietzsche (2011) öngörülemeyen bir sonucun kaygısına rağmen özgür iradesine dayanarak seçim yapan insanın, bu eyleminin tekrarıyla kendi tarihini var ettiğini belirtmektedir. Ona göre bireyin kendisini dış dünyadaki yaban insan sürüsünden ve bu sürünün yabanıllığını arttıran kültürel değerlerinden yalıtması gerekmektedir. Bu yalıtım gerçekleştiğinde bireyin acı ve belirsizlik içerisinde yaratacağı değerler, onun kişisel tarihini oluşturmaya başlayacaktır (Poellner, 2022). Özgür iradeyle birlikte yaratılan bu değerlere uyum, sadık ve tutarlı aşkınlaşma eylemlerini gerektirmektedir (Aho, 2014). O halde Nietzsche (2011)'nin felsefesinde varoluşa, yeni bir değer yaratma ve yaratılan değerlere uygun eylemleri gerçekleştirip kişisel tarih yaratmada ihtiyaç bulunmaktadır. Bu perspektif zorunlu olarak her bireyin kendi varoluşuna erişerek kendi gerçeklerini ve kişisel tarihini yaratması gerektiği sonucunu doğurmaktadır. Ancak tüm bu yaratım süreci tehlikeli, acı dolu ve tekinsizdir. Nietzsche (2021)'nin de altını çizdiği gibi gerçekliği varoluştan var etmek, uçurum kenarında dans etmeye benzemektedir:

"Kişi her türlü inanç, her türlü kesinlik arzusuna veda etmeyi sağlayacak bir kendini gerçekleştirme hazzı ve gücünün ve bir irade özgürlüğünün hayalini kurabilir; kendini ince bağlar ve olasılıklarla desteklemeye alışkındır ve hatta uçurumun kenarında dans etmeye."

2.2.7.3. Karl Jaspers (1883 – 1969)

Jaspers (1955), varoluşçu felsefe ile pozitivist bilim arasındaki sorunlu ilişkiye başarılı bir yaklaşım önerisi getirmiştir. Onun felsefesi bilimin nerede başlayıp varoluşçu felsefenin nerede durması gerektiğini çok açıklayıcı bir şekilde analiz etmektedir (Blackham, 2020). Jaspers varlığın bütünsel olarak anlaşılması sürecinde, pozitivist bilimsel yöntemlerin ve geleneksel felsefi akıl yürütmelerin yetersiz olduğu noktasında Kierkegaard (1941) ve Nietzsche (2020) ile aynı fikirdedir. Ona göre Descartes özgürlüğü ve özgür iradeyi savunması bağlamında oldukça varoluşçu bir düşünüme sahiptir. Ancak söz konusu varoluşun belirsizliği ve hiçliğine geldiğinde, Antik Felsefenin ve Hristiyan etiğinin doğmalarına sığınmaktadır. Bu nedenle öz-

bilince dönmeyi ve özgür düşünceyi ön plana çıkaran Descartes'in "cogito" kavramı gerçekliği anlamada önemli bir gelişim olsa da yeterli değildir (Jaspers ve Schilpp, 1957).

Jaspers (1959)'in diğer varoluşçularla benzer şekilde yapı/dizge kavramının gerçekliği anlamada tek araç olduğuna dair dikteye şiddetle karşı çıkmaktadır. Bireyi deneyim dünyasındaki şeylere indirgemeye çalışan yapı/dizge kavramı onun felsefesinde de kabul edilemez. Ancak diğer varoluşçulardan farklı olarak yapı/dizge kavramının ampirik/duyumsanabilir varlık düzleminde işlevsel olduğunu belirtmektedir. Ancak o insan denen ve içerisinde birden fazla varlık düzeyini barındıran bir varlığı, ampirik (duyu organlarıyla belirlenebilen) varlık düzeyinde tutma çabasına şiddetle karşı çıkmaktadır. Bu durum bireyin kendisini yalnızca bir şey ve eşya olarak konumlandırmasına varlığın bütünsel kısımlarına erişememesine yol açmaktadır (Jaspers, 2014).

Blackham (2020)'a göre Kierkegaard ve Nietzsche, bireyin öz-bilinci ve koşulsuz özgür iradesiyle eriştiği sonsuz varoluşa odaklanarak yalnızca bu varlık düzeyini "var" kabul etmişlerdir. Pozitivist bilim ve geleneksel felsefe ise bunun tam karşısında duyu organı verileri ve mantık ilkeleriyle bir yapıya oturtulabilen varlık düzeyini "var" kabul etmişlerdir. Jaspers ise bireyin bütünsel varlığını bu iki perspektifi de içerisinde barındıran üç düzeyde incelemiştir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Bunlardan ilki "orada-varlık" düzlemidir. Jaspers (1959)'a göre birey gözünü açtığında kendisini bir duyumlar ve gözlemler dünyasında bulur. Ona göre bu varlık düzlemi gözlemler ve deneyimler yoluyla bilinen nesnel/ampirik dünyadır. Dolayısıyla her düşünüm kendisini bu dünyada bulmak zorundadır. Bu varlık düzeyinde pozitivist bilimin yöntemleri oldukça açıklayıcı ve yeterlidir. Dahası bilimsel yöntemler kendisini bu varlık düzeyindeki şeyleri tespit etmeye yönlendiren bir yöntemle hareket eder. Bilim ve teknolojinin ilerleyişi bu varlık düzeyinde yapılan açıklamaları içermektedir. Bu varlık düzeyi yapı/dizge yoluyla açıklanmaya müsaittir (Crowell, 2020). Jaspers varoluşçu düşünürün gözlerini zorunlu olarak açtığı bu ampirik "orada-varlık düzeyi"ni özgür iradesiyle aşarak bir sonraki varlık düzeyine "bizatihi-varlık" alanına erişebileceğini belirtmektedir. Onun felsefesinde "orada-varlık" düzeyine zorunlu olarak gelen insanın "bizatihi-varlık" düzeyine öz-bilince yönelerek özgür iradeyle aşkınlaşması aşamalarıyla erişildiği anlaşılmaktadır. Bu nedenle "bizatihi-varlık" düzeyine erişmek, acı dolu amaçlı bir çaba gerektirmektedir (Blackham, 2020). Mounier (2019) Jaspers'ın felsefesinde "orada-varlık" olmaksızın herhangi bir aşkınlaşma eyleminin gerçekleşemeyeceğini vurgulamaktadır. Bu nedenle bütünsel hakikate erişmek için kendisini

aşacağımız bir zorunlu varlık düzeyine yani "orada varlığa" ihtiyaç vardır. Bu nedenle ayakları "orada varlığa" basmayan hiçbir insan varlığı "bizatihi varlığa" erişemez (Colette, 2017).

Jaspers'ın varlık tasnifinde ikinci varlık düzeyi "bizatihi-varlık" aşamasıdır (Gordon, 2000). Jaspers (1959)'a göre bizatihi varlığa erişmek için bireyin ampirik orada-varlık düzeyini aşması gerekmektedir. Çünkü orada-varlık düzeyinde kalma bireyin varlık biçimini etkilemektedir. Yalnızca ampirik bir nesneler ve bu nesnelere ilişkin oluşturulan yapılar dünyasında yaşayan birey Jaspers'a göre bir eşya ve nesne olma tehdidi altında yaşamaktadır. Çünkü bireyin varlığı içinde bulunduğu varlık düzlemine uyum sağlamaktadır. Dolayısıyla birey ampirik bir varlık düzleminde yaşadığında kendisini beş duyu organı ve gözlemlerle anlaşılabilir bir varlık formuna indirgemektedir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Bireyin bu "eşyalaşma" hareketinden kurtulmasının yolu öz-bilincine yönelmesidir. Bu yöneliş ile birlikte ortaya çıkan özgür irade, ona bu varlık düzeyini aşma olasılığını sağlamaktadır. Jaspers (2014) bu aşkınlığın gerçekleşmesi durumunda, bireyin beş duyu organı ve gözlemleriyle erişemeyeceği varlık yapılarına ulaştığını belirtmektedir. Burada nesnellik değil özgürlük, bilgi değil seçim, düşünen bir zekâ değil mutlak-sonsuz bir konumla ilişkili olarak arzulanan insan vardır (Jaspers, 1952, 1959). Bu varlık düzleminde insan varlığı, kararlı özgür seçimlerine ve değerlerine dönüşmektedir. Yine bu varlık düzleminde insan varlığı, Jaspers'ın varlık tasnifindeki üçüncü varlık düzlemi olan "kendinde-varlık[1]" (varoluş) ile ilişki kurma olanağını yakalamaktadır (Blackham, 2020). Ancak bu ilişki, düşünme ve zekayı kullanma hareketi yerine sadakatle bağlanma, kendini feda etme, acılara göğüs germe gibi konumsal bağlamlardır. Çünkü mutlak/sonsuz olana zekâ ve düşünme yoluyla ortaya çıkan bilgilerle sahip olunamaz. Bu varlıkla ilişki ancak sahip olma yerine yaşamı riske ederek elde edilen bir konumsal ilişkiyle mümkün hale gelmektedir (Aho, 2014; Crowell 2012).

Kierkegaard'ın sonlu insanın sonsuz varoluşla ilişkisini anlatmak için kullandığı gizem ve paradoks kavramlarının Jaspers' ın felsefesindeki karşılığının "şifre" kavramına denk düştüğü görülmektedir. Jaspers (1959)'a göre insan "bizatihi-varlık" düzeyinde "kendinde-varlık"la ilgili deneyimleri birer şifredir. Yaşanan deneyimler ise bu şifrelerin çözümüdür. Bu deneyimler şifrelidir çünkü kendilerini anlatmak mümkün değildir. Ve bu deneyimler şifrelidir çünkü ancak özgür iradesiyle çabalayan kişiler bu şifreleri çözebilmeyi başarabilmektedirler.

[1] "Kendinde-varlık" kavramı Sartre'ın felsefesinde de kullanılmaktadır. Ancak Sartre'ın "kendinde varlığı" ile Jaspers'ın "kendinde varlığı" birbirinden çok farklı anlamlara gelmektedir. Metin içerisinde kullanılan bu iki kavramın karıştırılmaması gerekmektedir.

Jaspers'a göre şifreler anlatılmaya çalışıldığında bize hiçbir şey söylemezler. Onların söyleyebildikleri tek şey şudur: Bu varlıktır. Geriye kalanı ise özgür irade ve seçimlerinin sorumluluklarına, acılara ve olasılığın kaygı ve korkularına göğüs geren insanın keşfedebileceği şeylerdir (Jaspers, 1959). Bu nedenle Colette (2017) Jaspers felsefesindeki şifrelerin bir insandan diğerine her aktarılış çabasında mutlak bir yenilgiyle karşılaşılacağını belirtmektedir.

Jaspers'ın felsefesinde insan varlığı "orada-varlık" düzeyiyle "bizatihi-varlık" düzeyi arasındaki gerilimden meydana gelmektedir (Blackham, 2020). "Bizatihi-varlık" düzeyinde meydana gelen deneyimler, yalnızca insanın bireysel olarak yaşayabileceği anlatılamaz şifrelerdir. Jaspers bireyin öz-bilince yönelerek özgür iradesinin acı dolu olasılığına göğüs germesini "orada-varlık" düzeyini aşmasının koşulu olarak belirtmektedir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Ancak onun felsefesinde "sınır durumlar" olarak ifade edilen belirli yaşam deneyimleri bu iki varlık düzeyi (orada-varlık – bizatihi-varlık) arasında bir kısa yol oluşturmaktadır. Açıklayıcı bir benzetme ile anlatılmak gerekirse, insan gözünü açtığında iki katlı varlık binasının alt katında (orada-varlık) bulunmaktadır. Varlığa bütüncül bir perspektifle bakabilmesi için bir üst kata (bizatihi-varlık) çıkması şarttır. Bunu ise ancak dik ve zorlu merdivenlerin (özgür seçim, sorumluluk, yalıtım, değer yaratma vb.) acılarına göğüs gererek yapabilmektedir. Ancak bu iki kat arasında hızlı ulaşımı sağlayan asansörler (sınır durumlar) vardır. Birey bu asansörler aracılığıyla hızlıca ikinci kata çıkabilmektedir. Ancak kişinin o katta kalıcı olarak bulunabilmesi için yine acıya, belirsizliğe ve kaygıya göğüs germesi beklenmektedir (Jaspers, 1959). Jaspers'a göre bu sınır durumlar değer verilen birinin ölümü, bireyin yakın zamanda kendisinin öleceğinin haberini alması, ölüme yakın deneyimlerin yaşanması, zor bir yaşamsal karar verme süreci ile baş başa kalma, ağır sonuçları olan hatalar ve yanlış kararların sorumluluklarıyla yüzleşme gibi deneyimlerdir (Blackham, 2020; Jaspers, 1955, 2003; Mounier, 2019). Colette (2017) bireylerin sınır durumlardan adeta bir beton duvara çarpıyormuş gibi darbe aldıklarını belirtmektedir. Örneğin çok sevdiği annesini kaybeden bir çocuğun ölüm sınır durumuna çarpması oldukça acı vericidir. Ancak bu acı, bireyi tüm sahte nesnel/ampirik "orada-varlık" düzeyinden yalıtır ve öz-bilinciyle baş başa bırakır. Çocuğun annesini geri getirebilmesinin hiçbir yolu yoktur. Bu hiçlik "kendinde varlığın" anlam yaratan hiçliğine kısa süre de olsa erişmenin yolunu sunmaktadır. Annesinin ölümüyle hiçliğe çarpan ve öz-bilinciyle baş başa kalan çocuğun acı da olsa özgür bir şekilde karar verme ile baş başa kalması olasıdır. Tüm bunlar "bizatihi varlığın" düzleminde var olmak için gerekli araçlardır. Jaspers hataların, zor seçimlerin, ayrılıkların ve radikal yaşam değişimlerinin bireyi "bizatihi

varlığa" ileten, "orada-varlık" ile "bizatihi varlığın" sınırında bulunan "sınır durumlar" olduğunu belirtmektedir (Aho, 2014; Crowell, 2020; Kaufmann, 1975).

2.2.7.4. Gabriel Marcel (1889 – 1973)

Marcel (1962) varoluşçu düşünürler içerisinde pozitivist bilim ve geleneksel felsefenin kutsallaştırdığı özne-nesne arasındaki yapılara/dizgelere en fazla karşı duran varoluşçu düşünürlerdendir. Öyle ki o düşünümünü, bir felsefe olarak nitelendirmekten ziyade yaşamsal deneyimlerin ifadeleri olan bir günlük olarak ifade etmeyi yeğlemiştir. Kendi felsefesinin geleneksel felsefenin yapısal kavrayışı ile eş değer tutulması ihtimali dahi Marcel (1995) için hayati bir tehdit olarak algılanmıştır. Bu noktada diğer varoluşçularla aynı düşünce özelliğini paylaşmaktadır: Yapılar ve dizgeler bütünsel varoluşu açıklamaya yetkin değildirler (Blackham, 2020).

Marcel'in felsefesi bireyleri "bir tür geriye çağırma" hareketidir (Marcel, 1995). Jaspers gözlerimizi açtığımızda zorunlu olarak ampirik bir dünya varlığında olduğumuzu söylemektedir. Ancak Marcel, insanın dünyaya varoluşu ile bir bütün olarak doğduğunu belirtmektedir. Bir başka ifadeyle insan doğduğunda varoluşu ile etkileşen doğayla bütünleşmiş bir varlık yapısına sahiptir (Crowell, 2020). Ancak Marcel'in "birinci düşünme hareketi" dediği süreç, onu varoluşundan koparan pozitivist/geleneksel felsefeci aklın "eline düşürmektedir". Bireye içinde var olduğu çağın bilgi, değer ve kültür yüklemeleri, bireyin doğal olarak var olan varoluşuna erişim imkanını yok etmektedir. Bu yüklemeler bireyi "liyakatsiz" bir ölü varlık olmaya sürüklemektedir (Blackham 2020; Aho, 2014).

Marcel (1962), saf düşünmesi birinci düşünme hareketiyle bozulan bireyin kendisini ve çevresini ölü eşya ve nesneler konumuna indirgediğini belirtmektedir. Bu tarz bir bireyin sahte uyuşukluğu ancak kendisini onun haline getirebileceği nesneler ve "köle" insanlar arzı ile tatmin edilebilmektedir. Marcel insanın bu uyuşuk varlık düzeyinden kurtuluşunu, bu varlığı aşma eylemine bağlamaktadır. Diğer varoluşçu yazarlarda olduğu gibi aşma hareketinin kökeni, bireyin kendisini birincil düşünme hareketlerinden yalıtarak mümkün kıldığı özgür iradesi ve seçimlerine dayanmaktadır (Marcel, 1963). Bireyin öz-bilincine yönelerek gerçekleştirdiği bu aşkınlık hareketi Marcel'in felsefesinde "ikincil düşünme" hareketi olarak belirtilmektedir. İkincil düşünme hareketi bireyin varoluşu ile bağlantı kurabildiği saf haline geri dönüşü vurgulamaktadır (Marcel, 1995).

Marcel (1962)'e göre bireyin kendi içselliğine yönelmesi, saf-doğal varoluş biçimine yönelmesi anlamına gelmektedir. Samimiyetle kendi derinliğine yönelen biri, sonuç olarak üzerini örttüğü saf varoluşun gizemini deneyimleme imkânı bulacaktır. Marcel (1995) bireyin varoluşu ile ilişkisini "gizem" ler olarak açıklamaktadır. Ona göre bilim ve felsefe bu ilişkiye "sorun" olarak yaklaşarak varoluşun bilgisini ele geçirmek ve varoluşu elde etmek istemektedir (Mounier, 2019). Ancak Jaspers ve Kierkegaard'da olduğu gibi Marcel de varoluşun ele geçirilemeyeceğini ona ancak yakarılabileceğini belirtmektedir. (Crowell, 2020; Aho, 2014). Varoluşun bilgisi gizemdir ve ancak inanma, kendini feda etme, içtenlik ve sadakat bu gizemleri bireylerin şahsi olarak deneyimlemesini mümkün kılmaktadır. Bu gizemler, Jaspers'ın şifreleri gibi bireye özgüdür ve kesinlikle bir bireyden diğerine aktarılmaya müsait varlıklar değildirler (Blackham, 2020). Marcel (1995) birinci düşünme hareketinin temeli olan pozitivist bilimin ve geleneksel felsefenin "aklını" bir tiyatro oyunundaki seyirciye benzetmektedir. Çünkü akıl, bilgi edinmek istemekte ve bilgiler üzerinden izlenimlerine sahip olmaya çalışmaktadır. Oysa ikinci düşünme hareketinin temeli olan varoluş, bir seyretme meselesi değil bir "doğaçlama" meselesidir. Bu tiyatro oyununda doğaçlayan oyuncu kendini o oyuna feda etmekte ve oyunu yaşama dönüştürerek oyuna sadık kalmaktadır. Marcel (1962)'in felsefesinde saf düşünme (ikinci düşünme) seyircilerin gözlemleri değil doğaçlayan oyuncunun deneyimleridir. Fakat gizemleri deneyimlemek, kendini feda etmek, belirsiz bir geleceğe doğru özgürce karar verme sancısı ve bu kararın sorumluluğunu almak insanlara acı vermektedir. Bu acı, bireylerin sahte güven ve huzur veren birincil düşünme süreçlerinde kalıp nesneleşmesine neden olmaktadır. Nesneleşmenin kökeni ise "sahip olma" davranışına dayanmaktadır (Blackham, 2020).

Marcel (1949)'in felsefesinde "sahip olma" bireyin şeylere ve başkasına (içinde varoluş barındıran öteki insanlar) yönelme biçimidir. Bir diğer ifadeyle nesne ve insanla ilişkilerimizde öncelikle bu nesneye ve bu insana sahip olmayı isteriz. Bu tarz bir düşünme yapısının en önemli tehdidi varoluşumuzun da hızlı bir biçimde sahip olduğumuz şeye indirgenmesidir. Dolayısıyla Marcel'e göre yalnızca birey, "şeylere" ve "başkasına" sahip olmaz; aynı zamanda bu "şeyler" ve "başkaları" da bireye sahip olurlar. Kişi sahip olduğu andan itibaren eski sahipliklerini yok ederek sahip olduğu yeni şeylere dönüşmektedir (Aho, 2014; Blackham, 2020). Mounier (2019)' e göre insanın bir eşyaya sahip olduğunu iddia etmesi, kendisini o eşyaya indirgemesidir. O eşya kendi varlığı haline dönüşmektedir. Dolayısıyla birey, sahip oluşla donuk ve ölü bir eşya varoluşunu kabullenmektedir. Böylece o eşyanın -benim bizzat varlığımı kendi bünyesinde taşıdığı için- alınması, kırılması veya kaybolması, benim içim varoluşsal bir

tehdit anlamını taşımaktadır. Marcel (1949)'e göre birey kendisini nesneye indirgediği zaman onun varlığını tehdit eden unsur olarak karşısına çatışması gereken "*başkası*" varlığı çıkmaktadır.

Başkası sahip olduğumu iddia ettiğim nesneyi elimden alabilmekte, kırabilmekte veya çalabilmektedir. Bu doğrudan varlığımın elimden alınması anlamına gelir. O halde başkası -her kim olursa olsun- sahip olduğum şeyi -dolayısıyla varlığımı- tehdit eden kişidir. Marcel bireyler arasındaki bu tür ilişkiye "ben-o" ilişkisi ismini vermektedir (Marcel, 1962). Bu ilişki sahip olduklarını iddia ettikleri nesnelerin "köleleri" olan bireylerin, birbirilerini kendi varlıklarına tehdit olarak gördükleri, sağlıksız gündelik modern çağ ilişkileridir. Bu tarz ilişkilere güç savaşı ve bir tür çatışma hakimdir. Bireyler sahip oldukları şeyler üzerinden varlıklarını, karşısındaki bireyi köleleştirmek için kullanmak istemektedirler. Ancak Marcel (1963) bireylerin nesnelere olan sahip olma iddialarını azalttıkça "ölü-köle" varlık konumundan uzaklaşacaklarını belirtmektedir. Ona göre birincil düşünümle "liyakatsiz" durumda olan insanların bu sahip oluşlar dışında varlıklarını oluşturmaları zor görünmektedir. Bu insanların varlıkları (nesneleri) sürekli olarak tehdit altında olduğu için sürekli olarak kaygı ve korku içinde yaşamaktadırlar (Marcel, 1949). Bunun aksine ikincil düşünme yöntemiyle özgür seçim, sadakat, içtenlik ve kendini feda etme davranışlarına sahip olan birinin -ki bu davranışlar varoluş ile birey arasındaki ilişki türleridir- varlığı varoluşa dönüşecektir (Crowell, 2012). Blackham (2020)'ın turist örneği sahip olma ile varoluşu deneyimleme arasındaki farkı başarılı bir biçimde özetlemektedir:

"Turist yorulmaksızın etrafta koşuşturur ve rehber kitabında belirtilmiş yerleri görür; burası ünlü bir mekandır ve ilginç unsurları vardır ama kısa süre sonra tükenirler ve sıkılırlar. Kendi ülkelerinde dahil oldukları hayatlar birer katalog maddesine, nesneler yığınına indirgenemez ve tükenmez. Sahip olmak ve var olmak arasındaki fark da budur."

Varoluşuyla iletişimde olan bir insanın başkası tarafından tehdit edilmesi mümkün değildir. Bu tarz bir varlığın bireyi tüketilebilen bir ölü/köle nesne yerine bir gizemi keşfetme tutkusuyla, yaşama arzusuyla ve bütünleşme hissiyle dolmuş bir varlığa dönüştürmesi beklenmektedir. Varoluşunu deneyimleyen bir insanın başka bir insanı kendisine tehdit olarak görmesi ve başka bir insan için tehdit olması mümkün değildir (Wahl, 1964). Marcel (1995) varoluşu deneyimleyen iki insanın iletişimini, bu gizemli acı dolu yolda birbirilerini destekleyen, birbirinin varoluşuna dokunabilen, sonsuzluğa doğru uzanmış, sevgi, içtenlik ve anlayışla örülü bir ilişki ağı olarak değerlendirmektedir. Varoluşuna erişmiş iki insanın bu destekleyici,

kabullenici ilişki türünü "ben-sen ilişkisi" olarak isimlendirmiştir. Onun felsefesinde "ben-sen ilişkisi" her iki tarafı da varoluş yoluna sürüklemekte ve hakikat yolunda birincil düşünme faaliyetlerinden korumaktadır. Böylece "ben-o" ilişkisi, "başkası"nı, tehdit olarak tanımlarken "ben-sen" ilişkisi, "başkası"nı, destekleyen, seven, sadakatli ve içten olarak tanımlamaktadır (Crowell, 2020). Çünkü "ben-sen" ilişkisinde her iki taraf da sadakatle ve içtenlikle ilişkilerini yaratmaktadırlar. Bu tarz bir ilişkinin kendisini sonsuzluğa sabitlemesinden başka çaresi yoktur. Marcel'e göre en ideal "ben-sen" ilişkisi ise "mutlak sen" ile -yaratıcı- kurulan ilişkidir (Blackham, 2020).

Marcel (1995)'e göre "mutlak sen" (yaratıcı) tasavvur edilemez. Ancak bu bireyin onunla iletişim kuramayacağı anlamına gelmemektedir. Birey "mutlak sen"e yalvararak, ona iman ederek ve yaşamını özgür iradesiyle onun yolunda feda ederek ulaşabilir. Böylece birey, sadakatle, içtenlikle ve özgür iradesiyle sürekli olarak seçtiği "mutlak sen"in doğrulayıcısı konumuna gelmektedir: Yaratıcı vardır çünkü bireyin yakarışı, imanı, sadakati ve içtenliği vardır (Marcel, 1962). Kierkegaard (1941)'ın da altını çizdiği gibi yaratıcının bilgisine erişmek ona sahip olmak demektir. Oysa yaratıcıya sahip olunamaz; onun varlığının kanıtı bireyin yakarışı ve içten inanışıdır. Her inanç sahibi, sadakatle temin edilmiş bir tanıktır.

2.2.7.5. Martin Heidegger (1889-1976)

Heidegger (2017)'in temel amacı bir felsefe yaratmaktan ziyade kökensel/ilksel özleri belirlemektir. Bu noktada onun felsefesi, felsefe tarihinin en temel sorusuyla başlamaktadır: Varoluş nedir? Ancak Heidegger (2019a) bu soruyu yeterince temel bir soru olarak değerlendirmeyerek en temel sorunun "Nedir ne demektir?" olduğu sonucuna varmaktadır. Ona göre dünya üzerinde bu soruya yanıt arayabilecek, dahası bu soruyu yöneltebilecek yegâne canlı insandır. O halde sorunun cevabı için bilim ve geleneksel felsefenin yaptığı gibi insan dışı duyusal dünyaya yönelmek yerine insana yönelmek gerekmektedir. Heidegger (2019b), bu temel soruyu yanıtlamak için insana yöneldiğinde, ilk olarak insan dışı nesneler dünyasının yapısının, klasik fiziğin ve Descartes'çı geleneksel felsefenin açıkladığı özelliklere sahip olmadığını fark etmiştir.

Klasik fizik ve Descartes'çı felsefede insan dışı nesneler dünyası, bireysen bağımsız soyut bir geometrik düzlemde ele alınabilmektedir. Örneğin şu an kendisi aracılığıyla yazı yazabildiğim kalemimin özellikleri benden bağımsız olarak soyut ve tamamen nesnel bir biçimde değerlendirilebilir. Bu nesnelerin her birinin kendisine ait özellikleri ve yapıları bulunmaktadır. Klasik fizik ve geleneksel felsefeye düşen bu yapıların bilgisini keşfetmektir (Mounier, 2019).

Heidegger (2019b), bu nesneler dünyası fikrine karşı çıkmaktadır. Ona göre insan dışı nesneler dünyasını insandan bağımsız bir biçimde değerlendirmek mümkün değildir. Dolayısıyla insan dışı dünya, nesnel bir obje dünyası değildir. Aksine o insana göre örgütlenmiş bir "araç dünyasıdır". Bu araçlar benim belirli ihtiyaçlarım için kullandığım, ilgilerime hizmet eden, onlar aracılığıyla varoluşumu gerçekleştirdiğim ve diğer araçlarla ilişkili olan şeylerdir (Watts, 2014). Örneğin elimdeki kalem benden bağımsız bir nesne değildir. Bu kalemi kalem yapan şey, kalemi kullanan ben, kalemle yazı yazdığım kâğıt ve yaptığım yazım hataları için var olan silgidir. Bu şeye kalemlik özelliği benim tarafımdan (kalemi kullanan ben) ve örgütlü olduğu nesneler tarafından (kâğıt ve silgi) verilmektedir. Kalemi bunlar dışında nesnel bir varlık olarak değerlendirmek mümkün değildir (Burch, 2013). Böylece Heidegger (2019b), bir nesneler dünyası yerine birbirileriyle ve insanla kökensel olarak ilişkili araçlar dünyası fikrini önermiştir. Her nesne insana göre bir şeydir ki Heidegger (2019b) bunu "el-altında -olmak" (*Zuhandenheit*) olarak tanımlamıştır. Heidegger insan dışı varlık dünyasının kesinlikle birey dışı olmadığını gösterdikten sonra Jaspers ve Marcel'in de altını çizdiği, insanın varlığının da nesneden (araçtan) bağımsız olmadığı konusuna değinmektedir (Aho, 2014; Blackham, 2020; Crowell, 2020).

İnsan objektif nesneler dünyasında değil; sübjektif araçlar dünyasında yaşamaktadır. Ancak araçların insandan bağımsız olamayacağı gibi insan da araçlardan bağımsız değildir. Bu noktada Heidegger (2019b)'in insanın dünyadaki el altında olan araçlarla bütünleşmiş varlığı için kullandığı "*dasein*" kavramı ortaya çıkmaktadır. *Dasein* içinde yaşamış olduğu dünyaya araç olarak anlam veren bu dünyadaki araçlarla kendi varlığını oluşturan insan varlığıdır (Werkmeister, 1941). İnsanın varlığına, içinde yaşadığı araçlar dünyasından yeşil ağaçlar, mavi gökyüzü, yasemin kokuları ve meltem rüzgarları gibi şeyler "sızmaktadır". Bu etkilerle birlikte bireyin varlığı, içinde yaşadığı dünyadan ayırt edilemez derecede bütünleşmeye başlamaktadır. Böylelikle varlığıma sızan mavi gökyüzü, benim mavi gökyüzüm haline gelmektedir. Zaten ona mavi gökyüzülüğünü veren de benim varlığımdır. Bu karşılıklı etkileşimle gelen bütünleşmenin sonucunda *dasein*'ın varlık yapısının müşterek olduğu sonucuna varılmaktadır (Lowith, 1948). Yani *dasein* bir taraftan yöneldiği araçları var ederken diğer taraftan bu araçlar aracılığıyla var olmaktadırlar. O halde *dasein* paylaşılan, ortak bir varlıktır. Kişi varlığını bu akıştan ve bütünleşmeden alıkoyamaz (Heidegger, 2019b).

Heidegger (2017) diğer varoluşçular gibi klasik bilim anlayışını, bütüncül bir varlık anlayışı sunamayacağı noktasında eleştirmektedir. Ona göre bilimsel yöntemler belirli ve kısıtlı bir

bakış açısıyla dünyaya bakmayı gerektirmektedir. Bilimsel yöntemlerin ön kabulleri ve belirli kavramlara göre hareket etmesi bu kısıtlayıcılığı oluşturan temel unsurlardır. Örneğin bilimsel bir yöntem herhangi bir çekici tanımlarken, onu ağırlığı olan belirli bir kütle olarak değerlendirecektir. Çünkü yola çıktığı bilimsel yöntemlerin ve kuramsal kavramların baskısı altındadır (Mounier, 2019; Colette, 2017). Heidegger (2019b) bunun dünyanın yorumlanmasından ziyade yalnızca seçili bir bakış açısı olduğunu belirtmektedir. Elbette bu durum dünyanın yalnızca belirli bir yönünün değerlendirilebilmesine neden olacaktır. Bu durum, dünyaya tek gözünü kapatarak bakan bir kişinin bu metodu, bütüncül bir anlayış için güvenilir bir yöntem olarak sunmasına benzemektedir. Heidegger (2019a) "Nedir ne demektir?" sorusuna bilimsel yöntemler ve geleneksel felsefe ile cevap veremeyeceğini düşündüğünden saf bir düşünüm ile kendi felsefesine oluşturmak mecburiyetinde kalmıştır. Yalnızca kendisine yönelttiği bu soru, onu insanın içinde yaşadığı dünyadaki kendisinden bağımsız gibi görünen "başkası" varlığına yöneltmiştir.

Heidegger (2019b)'e göre *dasein* araçlar dünyası ile "başkası" dünyası arasında yaşamaktadır. Doğası "akışkan" ve "müşterek" olan *dasein*'in bu nedenle varlığına araçların ve başkasının bulaşmasına engel olamamaktadır. Bu durum Heidegger'in felsefesinde insanın "başkası" tarafından varlığına müdahale edilebileceğini göstermektedir (Kaufmann, 1975). Başkasının *dasein*'ı şekillendirmesi bireyin "*mitsein*" (bireyler arası) varlık alanını oluşturmaktadır. O halde birey çevresindeki nesnelerden ve insanlardan bağımsız bir varlık değildir. Aksine insanın varlığı bu varlıkların müdahaleleriyle şekillenmektedir (Heidegger, 2017). Heidegger'e göre başkası benim sınırım değil kaynağımdır. Başkasıyla bir araya gelerek oluşturduğum "biz" yapısı ile benim içsel varoluş yolculuğum eş zamanlıdır (Blackham, 2020). Dahası eşit derecede geliştiricidir ve destekleyicidir. Ona göre bireyin başkası ile iletişime geçmesi onu varoluşuna doğru sürükleyen destekleyici bir harekettir. Bu bağlamda öz-bilince yönelme ile başkasına yönelme bireye aynı temel yararı sağlamaktadır. O halde bireyin *mitsein* varlığı hakikate erişebilme noktasında önemli bir kestirme yol sunmaktadır. Bunun dışında başkası, bana kendimi farklı bir bakış açısıyla keşfedebilme imkânı sunmaktadır. Böylece "başkası", varlığımı doğrulayıp kanıtlayabildiğim bir varlık alanına dönüşmektedir. Varım çünkü başkası tarafından biliniyorum, varım çünkü başkası tarafından belirlenebiliyorum (Rahner, 1969). Bu nedenle başkası, bireyin varlığını kendine ispat etmesi ve "biz" varlığına dönüşme kudretiyle Heidegger'in felsefesinde oldukça önemli bir konumda yer almaktadır (Crowell, 2012, 2020). Ancak *dasein*'in müşterek yapısı bireyin varlığı için önemli tehditleri de beraberinde

getirmektedir. Başkası ile kurulan ilişki" biz" varlığına dönüşemezse bireyleri varoluşundan koparan baskı unsuru haline gelebilmektedirler (Colette, 2017). Başkası, bireyi varoluşuna yönlendirebileceği gibi nesneler dünyasına da indirgeyebilmektedir. Bu nedenle bireyin varoluşu için oldukça önemli bir tehdittir. Başkası varlığı, bireyi şahsi olarak kısıtlayabileceği gibi toplumsal bir baskı unsura dönüşüp "*Das Man*" baskısını da temellendirebilmektedir. *Das man* bir kişi olmaktan ziyade birden fazla birey tarafından kabul edilen inanç, değer ve fikirlerin soyut varlığı anlamına gelmektedir. Bu bağlamda birey, bir kişi tarafından değil bir kültür ve inanç kümesi tarafından baskı altına alınmaktadır. *Dasein*'in bireysel "başkası" ve *das man* "başkası" tarafından tehdit edildiği şey ise varlığının bizzat kendisidir. Kişinin bireyselliği ve otantik varlığı yok edilerek "hayaletleştirilmektedir". *Dasein*'ın müşterek varlığı sağlıksız bir "başkası" ilişkisinde anonimleştirilmekte ve sahteleştirilmektedir (Crowell,2020; Blackham, 2020; Aho, 2014). Bu noktada Heidegger (2017) de diğer varoluşçular gibi bireyin öz-bilincine yönelerek özgür iradesiyle aşkınlaşmasını önermektedir. Bu aşkınlaşma hareketi bireyi varoluşunun özüne yönlendirerek onu sahtelikten ve kendi çağının anonimleşmiş hayaleti olmaktan kurtaracaktır.

Heidegger (2017)'in felsefesinde *dasein* dünyadaki şeylere ve başkasına anlam veren temel varlıktır. Dolayısıyla nesneleri araç yapan veya "başkası" ile "biz" yaratan şey bireyin doğal olarak "anlam deposu" olması sayesindedir. Heidegger (2019b) bu durumu *dasein*'in "*lümen explicite*" olması üzerinden açıklamaktadır. *Lümen explicite* kelime anlamı itibariyle aklın doğal olarak kendisini ve etrafını aydınlatması anlamına gelmektedir. Ona göre insanın nesnelere ve başkalarına doğru yönelişi bir aydınlatma hareketidir. Bu aydınlatma ise anlam verme ile gerçekleşmektedir. Elimdeki şeyi kalem aracına dönüştüren şey benim onu "yazı yazdığım şey" olarak aydınlatmam, yani ona bu anlamı vermemdir. Dünyayı bu araçlar dünyasına dönüştüren şey bu anlam deposudur (Watts, 2014; Werkmeister, 1941). Ancak birey içinde yaşadığı dünyadaki hazır anlamların (modern çağın düşünce, fikir, kültür, değer ve inançları) ve başkasının dayatmalarının baskısı altında kendi varlığına yanlış anlamlar yüklemektedir. Bu noktada yapılması gereken şey, tüm bu hazır anlamların özgür irade ile sorgulanarak aşılmasıdır (Blackham, 2020; Mounier, 2019). Heidegger (2019a)'in felsefesinde birey özgür seçimleri ve içselliğe yönelme hareketiyle birlikte kendisine dayatılan bütün anlamları reddetmelidir. Bireyin bu reddediş hareketi, onu varoluşa en yakın yere yani hiçliğe götürecektir. Çünkü eğer anlam verme yoksa aydınlatma da yok demektir. Burası sonsuz, tekinsiz, dehşet verici hiçlikle karşılaşılan yerdir. Bireyin tüm anlamları aşması, onu hiçliğe

sürüklemektedir. Bu kaygı (*sorge*) ve dehşet verici hiçliğin içerisinde insan ilk olarak "dünyaya fırlatıldığını" ve "terk edildiğini" fark etmektedir (Heidegger, 2019b; Aho, 2014, Crowell, 2020). İnsan bu acı dolu tek başınalığında, apaçık bir biçimde var olmaya yönelmiş bir varlıktır. Ancak "Hangi değerler, hangi fikirler, hangi anlamlar doğrudur?" sorusunun hazır bir cevabı bulunmamaktadır. Bireyin bu sorulara kendi özgür seçimleriyle yarattığı kararlarla cevap vermesi gerekmektedir. Bu kesin olmayan, kaygı ve korku dolu bir süreçtir. Bu noktada verdiğim kararın veya benimsediğim inancın doğru olmama ihtimali, bende acıya ve kaygıya neden olmaktadır. Bireyi varoluşuna iten ise kararlı bir şekilde verdiği özgür kararın sorumluluğunu alarak bu kararın sonuçlarına katlanmaktır (Lee, 2022). Birey hiçlikle karşılaştığı andan itibaren varlığına ilişkin bütün sorumluluğun yalnızca kendisine ait olduğu gerçeğini yüklenmektedir. Kişi kaygılara ve belirsizliklere rağmen hiçliğin tam ortasında, olmak istediği varoluşun "projesini çizmektedir". Sonrasında özgür iradesine dayalı seçimleriyle birlikte bu projeyi gerçekleştirerek kendisini "tasarlama" imkanını elde etmektedir. O halde bireyin, hiçliğin ortasında "dehşet verici" terk edilmişliği ona kendi varoluşunu tasarlama ve tasarladığı varlık olma, imkanını vermektedir (Burch, 2013). İşte bu Heidegger (2019a)'in özgür seçimi ön plana çıkarmasının nedenidir. Bireyin özgür varlığına giden yol bu anlamda hiçlikten geçmektedir.

Heidegger (2019b)'e göre özgür seçim daima tehlikeli bir "fetih"tir. Burada kazanılan şey, bireyin varlığının kendisidir. Bu zafer, özgür seçim olmaksızın mümkün değildir. İnsan varlığı, dünyayı anlamlarıyla anlaşılabilir araçlar haline getirmektedir. Bu anlamlar aşıldığında ise insanın kendisine dayanacağı hiçbir "zemin" kalmamaktadır. Burası hiçliktir ve kişi, hiçliğin varlığında kendini özgürce tasarlama ve tasarladığı varlığı "fethetme" fırsatına sahiptir (Blackham, 2020; Crowell, 2020). Mounier (2019)'e göre Heidegger'in felsefesinde bireyin gelecekteki varlığını tasarlamasında ve o varlık haline dönüşmesinde itici gücü, özgür iradesiyle gerçekleştirdiği seçimleridir. Seçimler, kaygı verici belirsizlik duygusuna göğüs gererek gerçekleştirilebilmektedir. Eğer kendisine dayanacağım hiçbir kesin bilgi ve değer yoksa ve tüm bunları benim özgür irademle kendim belirlemem gerekiyorsa; bu yaratımı dayanaksız bir biçimde gerçekleştirmek zorunda kalırım. Ben de hiçbir kesinlikten emin değilsem; hayatımı feda edeceğim değerleri ve anlamları yaratma yükü, bana kaygı ve korku getirecektir. Özgür seçimi zor yapan şey budur. Çünkü dayanaksızdır. Yalnızca hiçliğin ortasında kendisini yaratma görevini üstlenmiş bireye aittir (Kaufmann, 1975). Heidegger (2019b) bu noktada bireyin iki seçeneği olduğunu ileri sürmektedir. Bu seçeneklerden ilki

araçlar dünyasına kaçarak nesneleşmek, sağlıksız başkası dünyasına kaçarak köleleşmek veya *das man*'a kaçarak toplumsal kabuller aracılığıyla sahteleşmek ve hayaletleşmektir. İkinci seçenek acı, kaygı, korku ve belirsizliklerle dolu özgür seçim aracılığıyla otantikleşmektir.

Heidegger (2019b)'in felsefesinde zaman, bireyin kendini tasarladığı varlık haline dönüştürmesi için anahtar kavramlardan biridir. Ona göre varoluşsal zaman, toplumsal yaşamda saatlerle ölçülen ve belirli işleri gerçekleştirmek için kullanılan varlık yapısı değildir. Varoluşsal zaman, birbiri ardına gelen "*şimdiki an*" ların toplamıdır. Ve bu şimdiki anlar kendi içerisinde "*önceki şimdiki anlarını*" (geçmiş) ve "*henüz gerçekleşmemiş şimdiki anları*" (gelecek) barındırmaktadır (Lee, 2022). Dolayısıyla Heidegger (2017)'in felsefesinde şimdiki zaman, geçmiş zaman ve gelecek zaman bir bütün halinde var olmaktadırlar. Bireyin varlığı dahil olmak üzere bütün varlıklar, zamanın içerisinde var olmaktadırlar. Blackham (2020) bu noktada çapa örneğini vermektedir. Birey çapa aracıyla şimdiki anda karşılaştığında aynı anda hem bu aracın geçmişte yapıldığını hem de gelecekte kullanılacağını kavramaktadır. O halde çapa hiçbir zaman şimdiki anda tek başına kavranamaz. Heidegger (2017)'in bütünsel zaman kavrayışı, bireyin özgür seçimiyle kendisini var etmeye başlamasının sonucu olarak "kişisel tarih" kavramını ortaya çıkarmaktadır. Hiçliğin ortasında özgür seçimiyle fikirlerini, düşüncelerini, değerlerini ve anlamlarını var ederek kendini var etmeye çalışan bireyin, şimdiki anda vermiş olduğu her bir karar, onun kişisel tarihini meydana getirmektedir (Heidegger, 2019b). Örneğin, bireyin özgür seçimiyle kişisel çıkar yerine toplumsal fayda değerini gözeten bir varlık olmayı tasarladığını varsayalım. Bu noktada birey kendisine ekonomik, sosyal ve siyasi anlamda güç verecek birçok çıkarı yoksul bireylerin iyiliği uğruna feda etme seçimini gerçekleştirecektir. Yapılan her bir seçim kişinin toplumsal fayda değerini benimseyen bir varlık olmasını sağlayacaktır. Bu noktada "kararlılık" oldukça önemlidir. Bireyin, kendi seçtiği değeri benimseyen bir kişi olabilmek için "an"larda yapmış olduğu özgür seçimlerle kendi tarihini yaratması gerekmektedir (Blackham, 2020). Bu nedenle Heidegger (2017, 2019a, 2019b)'in felsefesinde kişi hiçlikten tasarladığı varlığına, yaptığı kararlı özgür seçimlerle oluşturduğu kişisel tarihi ile erişebilmektedir. Birey bu kişisel tarihine eriştiğinde şimdiki anda, geçmişte toplumsal faydayı benimseyen ve gelecekte de toplumsal faydayı çıkarlarına tercih edecek olan bir şimdiki zaman varlığına dönüşecektir. Heidegger kişisel tarihin yaratımında özgür seçimi önemsemektedir. Ancak onun felsefesinde bireyin geçmiş ve gelecek baskısını oluşturan diğer unsurlar terk edilmişlik ve ölümdür (Crowell, 2020).

Heidegger (2019b)'e göre bireyin geçmişinin kökeninde "dünyaya fırlatılma" ve "terk edilmişlik" bulunmaktadır. Birey varoluşsal zamanda, bunun gerisinde bir şimdiki anı deneyimleyip onu "geçmiş şimdiki anlar" dizisine indirgeyememiştir. Dolayısıyla bireyin varoluşsal geçmişi bir hiçliktir. Bireyin neden dünyada olduğuna dair sorusuna ulaşılabilen bir cevap yoktur. Dehşet verici bir tek başınalıkla gelen hiçlik dışında bu soruya herhangi bir cevap bulunamamaktadır (Aho, 2014). Heidegger (2017) bireyin varoluşunun geçmişinin hiçlikten geldiği sonucuna vardıktan sonra; geleceğinin de ölüm tarafından gelen hiçleştirme baskısı olduğunu belirtmektedir. Çünkü ölüm sonrasında ne olacağıma dair herhangi bir cevap bulunmamaktadır. Bu cevap en az "dünyaya fırlatılmışlık" kadar kaygı ve endişe vermektedir. O halde insan, zamansal olarak hiçten gelen ve hiç olmaya doğru sürüklenen bir varlıktır (Blackham, 2020). Heidegger'in bu noktada önermesi kaygı vericidir: Var olmadan önce hiçtin öldükten sonra da hiç olacaksın. Ancak ona göre, insan bu iki hiçlik arasındaki süreçte kaçınılmaz derecede "var olmaya yönelmiş bir varlık"tır. Bu noktada bireyin kaygı verici "terk edilme" ve "ölüm"den kaçınmak için anonimleşerek sahteleşmesi yaygın bir insan yönelimidir (Lee, 2022). Heidegger bu terk edilmişlikle ve gelecek olan ölümle yüzleşilmesi gerektiğini söylemektedir (Watts, 2014). Ölümü ve varoluşsal yalnızlığıyla yüzleşen bireyin bunları içtenlikle kabullenmesi, onları sahte bir yaşama sürükleyen korkularından ve kaygılarından arındırarak onları otantikleştirecektir (Heidegger, 2019b). *Das man*'ın içerisinde kaybolan birey şimdiki zamanın her bir anında bu iki temel kaygı ve korkuyu bastırmakla ve onlardan kaçınmakla meşgul olmaktadır. Bu kaçınma, kişinin varoluşuyla bağını koparmasına sebep olmaktadır. Yalnızlığını ve ölümünü kabullenmiş ve bunlarla yüzleşmiş bir bireyin kişisel tarihini çok daha özgür bir biçimde yazması beklenmektedir. O halde varoluşuna erişerek kendini yaratmak isteyen bireye düşen görev, hiçlikten hiçliğe doğru giderken kendisini "doğru bir ölüme hazırlamaktır" (Blackham, 2020; Colette, 2017; Mounier, 2019).

2.2.7.6. Jean Paul Sartre (1905 – 1980)

Sartre (2022)'ın varoluşçu felsefesi, varlığa ilişkin gerçekleştirdiği "kendinde-varlık" (*en-soi*) ve "kendi-için-varlık" (*pour-soi*) tasnifiyle ortaya çıkmaktadır. Bu varoluşçu düşünür, varlığı bütüncül olarak değerlendirdiğinde kendinde-varlık ile karşılaşmaktadır. Kendinde-varlıklar "neyse o" olandır. Hiçbir neden olmaksızın, başka varlıklarla ilişkili olmayan ve tamamen orada olan varlıklardır. Bu varlıklar hiçbir çağrıya yanıt vermezler. Hiçbir şeyi reddetmezler. Orada öylece olan varlıklardır. Bir donukluğa sahiptirler (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Sartre (2022) kendinde-varlıklara nesneleri örnek göstermektedir. Örneğin bir taş, neyse o olandır. İçinde bir reddediş barındırmaz. Kendisine yöneldiğinde kendisini "neyse o olarak" verir. Kendisini farklı

olarak yaratmaya veya kendi varlığına karşı çıkacak bir özelliği yoktur. Buna karşın Sartre felsefesinde "kendi-için-varlık" tamamen reddediş ve olumsuzlamadan meydana gelmektedir. Kendinde-varlığın aksine kendi-için-varlık, her ne ise o olmayan, kendi varlığını olumsuzlayan ve sürekli olarak kendisinin ötesinde olan bir varlıktır. Kendi-için-varlık, yalnızca insanda ortaya çıkmaktadır. Bu varlık hiçbir yer, zaman ve mekânda bulunmamaktadır. İnsanın varlık bütünlüğünde ortaya çıkar ancak sebebi kendisidir. Varlığı tamamen mantıksızdır. Kendi-için-varlık özgürlüğün, hiçliğin ve bireyin kendisini yaratma gücünün ham maddesidir (Russo, 2022).

Kendi-için-varlık (özgürlük, hiçlik, olumsuzlama) insanın kendinde-varlığında (nesnel yapısında) ortaya çıkarak onu kusursuz bir varlık haline getirmektedir. Sartre bu noktada, varlık çatlağı (*fissure*) betimlemesini kullanmaktadır (Webber, 2009). Bu betimlemeye göre kendinde-varlığın tam bir bütün halinde olması gerekmektedir. Ancak insanın kendinde-varlığının merkezinde oluşan bir çatlak, buraya kendi-için-varlığının sızmasına neden olmuştur. Bu nedenle insan, dünyaya olumsuzlamanın ve yaratmanın dahil olmasına neden olmaktadır. Bu insanın kendi-için-varlığı tarafından sürekli olumsuzlama yapıp içinde bulunduğu varlık yapısının ötesine geçmeye zorlanması anlamına gelmektedir (Crowell, 2020). Örneğin bir insanın kurduğu "Ben asabi bir insanım." ifadesi kabul edilebilir değildir. Çünkü insanda her sabit önermeyi ve yapıyı yok eden bir hiçleme/olumsuzlama bulunmaktadır. Bu noktada insan zorunlu olarak "Ben asabi bir insan olmayanım. Ben her zaman bir şey olamayacağım. Hep olduğum şeyin ötesine geçecek ve onu aşacağım." ifadelerini kullanacaktır (Sartre, 2022).

Heidegger (2019b) insanın, anlamlarıyla dünyadaki nesneleri aydınlattığını belirtmektedir. Bu nedenle onlara, nesne değil araç demektedir. Çünkü bütün nesneler, "insan-için-nesnelerdir". İnsan da kendi varlığına bu araçların erişmesini engelleyemez. Sartre (2022) ise bireyin içinde yaşadığı dünyayı var eden temel unsurun kendi-için-varlığının yaptığı olumsuzlamalar olduğunun altını çizmektedir. Elimdeki kalemi var eden onun kâğıt olmamasıdır. Elimdeki kâğıdı var eden onun silgi olmamasıdır. Elimdeki kalemin renginin kahverengi olmasını belirleyen onun yeşil olmamasıdır. Bu sonsuz olumsuzlama ve reddediş algısı sonunda sistemli bir dünya örgütlenmesini inşa etmektedir. Bu, insanın kendinde-varlığına sızan kendi-için-varlığının tüm dünyaya sızması anlamına gelmektedir. Çünkü kendi-için-varlık olumsuzlama yoluyla dünyaya anlam verme biçimidir (Aho, 2014).

Sartre'nin felsefesinde kendi-için-varlık ile kendinde-varlık bir tezatlık oluşturmamaktadır. Aksine bu iki varlık bütüncül olarak varlığın oluşmasında eşit rol oynamaktadır. Eğer yalnızca kendinde-varlıktan oluşan bir dünya olsaydı dünyayı anlamlı hale getiren bir canlıya rastlamak mümkün değildi. Dünyada değişimin ve yok olmanın bulunması mümkün olamazdı (Mounier, 2019). Sartre (2021) modern realizmin dünyadaki nesnelerin varlığını vurgulayarak kendinde-varlığı ön plana çıkardıklarını belirtmektedir. Böylesi bir bakış donuk, sessiz, değişmeyen ölü bir nesneler dünyasını çağrıştırmaktadır. Blackham (2020)'a göre bu bakış "görkemli bir olguculuktur". Yalnızca realizm değil pozitivist bilim anlayışı da sıklıkla kendinde-varlıkları hakikat olarak ön plana çıkarmaktadırlar. Buna karşın dünyada yalnızca kendi-için-varlığın bulunması da mümkün değildir. Olumsuzlanacak, reddedilecek ve hiçlenecek bir kendinde-varlık olmaksızın kendi-için-varlığın ortaya çıkması mümkün değildir. Sartre (2022) bu noktada idealizmin kendi-için-varlığı ön plana alarak gerçeklikten uzak bir dünya resmi çizdiğini belirtmektedir. Sartre, kendinde-varlığın anlaşılmak için kendi-için-varlığa; kendi-için-varlığın ise ortaya çıkabilmek için olumsuzlaması gereken kendinde-varlığa ihtiyaç duyduğunu belirtmektedir. Ancak ona göre bu noktada insan varlığı için iki temel tehdit ortaya çıkmaktadır. Bunlardan ilki kendinde-varlığa "batmak" ikincisi ise "başkası-için-varlığa" "batmaktır". Bu iki tehdidin kökeninde ise "sahip olma" güdüsü bulunmaktadır. Bu nedenle sahip olmanın varoluşsal kökeninin açıklanması, belirtilen tehlikelerin nedenleri belirginleşecektir (Colette, 2017; Aho, 2014).

Heidegger (2019a)'e göre insanın temel yönelimi var olmaktır. Tüm davranışlarının kökeninde bu amaç yatmaktadır. Bu temel sav, Sartre'ın felsefesinde de yer almaktadır. Ancak Sartre insanların bunu sahip olma aracılığıyla gerçekleştirmek istediğini vurgulamaktadır. Dolayısıyla onun felsefesinde sahip olmak var olmak istemektir (Marcel, 1995). Sahip olmanın en temel biçimi ise "bilme" eylemidir. Çünkü bilme, bireye bildiği şey üzerinde kontrol, korunma ve onu isteğine uygun şekillendirebilme imkânı vermektedir. İnsan bilgisini ele geçirdiği nesnelere ve başkalarına sahip olarak bu varlıkları kendi uzantıları haline getirmektedir. Bu en temelde varlık alanımın arttırılması anlamını taşımaktadır. Kısaca "Sahip olduğum şey arttıkça ben daha fazla varlığa sahip olacağım." düşüncesi etkin hale gelmektedir. Bireyin nesnelere ve başkalarına sahip olması, kendi varlıklarını bizzat kendilerine ispatlamak için de önemlidir. Eğer birey herhangi bir şeye sahipse onun yaratıcısı ve kullanıcısı konumuna yükselmektedir. Dolayısıyla birey vardır çünkü sahip olduğu şeylerin varlık nedeni artık kendisidir. Kendisi olmazsa o şeylerin de olmaması gerekir. Ancak o şeyler var olduğuna göre kendisi de var olmak

zorundadır (Blackham, 2020). Sartre (2022) insanın sahip olma davranışının tükenmez olduğunu belirtmektedir. Bunun nedeni ise insanın varlık sahasını ve varlık doğrulamasını arttırmak istemesidir. Bu isteğin kökeninde ise insanın kendi-için-varlığını kaybetmeden kendinde-varlığa dönüşme amacı yatmaktadır. Birey sürekli var olan (kendinde-varlık) ve bunun da farkında olan (kendi-için-varlık) bir varlık olmayı arzulamaktadır (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Sartre (2022)'a göre bu varlık Tanrı'dır ve insanın böyle bir varlık olması mümkün değildir. Çünkü kendi-için-varlık yapısı gereği asla donuk bir kendinde-varlık olamaz. O her zaman olumsuzlayacak ve her zaman bireyi eksik hissettirerek kendisinin ötesine yönlendirmeye zorlayacaktır. Dolayısıyla bireylerin bu amaçları saçmadır ve tatmin edilemez. Bireyin sahip olarak Tanrı olmaya çalışması, sahip olma davranışının tükenmezliğini ve saçmalığını ortaya koymaktadır. Birey bu "saçmalıkla" yüzleşmek yerine kendinde-varlık olma ve başkası-için-varlık olma yollarını seçmektedir (Crowell, 2012).

Bireyin "sahip olarak Tanrı olma" amacına kolay ve "sahte" bir şekilde ulaşabileceği araçlar nesnelerdir. Ancak Sartre da Marcel, Jaspers ve Heidegger gibi nesnelerle kurulan ilişkinin karşılıklı olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle yalnızca birey nesneye sahip olmaz. Nesne de bireye sahip olmakta ve onun varlık konumunu "kendinde-varlık" konumuna indirgemektedir (Crowell, 2020). Birey erişemeyeceği Tanrı olma amacını nesneye sahip olarak gerçekleştirdiği için bunun sonucunda donuk ve ölü bir kendinde varlığa dönüşmektedir (Colette, 2017). Sartre (2021) bireyin nesneleşmesi sürecinde kendinde-varlığın "yapışkanlığından" bahsetmektedir. Kişi varlığını kendinde-varlıklara indirgediğinde bu varlıklar bireye yapışır ve onu bu "varlık bataklığı"nın içinde tutmaya çalışır. Bunun dışında elbette modern çağın "ayartmaları" da bireyi "kendinde-varlık" olmaya itmektedir. Tüm bu durumlara ek olarak birey, kendi-için-varlığın getirdiği özgürlüğün, belirsizliğin, sorumluluğun, olasılıkların, saçma durumların ve kararlılığın yükünü kaldıramamaktadır. Birey sonuç olarak artık değişmeyen kusursuz olan "bir şey" olmak istemektedir. Çünkü burada değişim sancısı, özgür irade ve seçim sancısı, verilen kararların sorumluluğunu yüklenme gibi zorluklar bulunmamaktadır. Burada kişi her ne ise odur. Ancak kendi-için-varlık, bireyi her zaman olumsuzlayarak ona "Sen hiçbir zaman şu veya bu olamazsın. Sen her zaman bunların ötesindesin." diyecektir (Blackham, 2020). Bu durum Sartre (2021)'ın felsefesinde kişinin "kendi kendisini aldatması" (*mauvaise foi*) ile sonuçlanmaktadır. Sartre (2020), modern insanın sahtelikle otantiklik arasındaki seçimin yol ayrımında karar vermeden beklediğini belirtmektedir. Modern insan bir çeşit şaşılık durumuyla ölülüğe ve uyuşukluğa kaçmaya çalışmaktadır. Bu kaçış elbette bireyin varoluşundan, ele

geçirilemeyen hiçliğinden ve belirsizliğinden uzaklaşmayı içermektedir. Dış kaynaklı bir yalan ile karşılaşan bireyin kendi içerisinde bu yalana inanmama ihtimali vardır. Ancak kendisi tarafından kandırılan bireyin gerçekleri aramak için başvurabileceği başka bir kaynak bulunmamaktadır. Bu nedenle kendini kandırma, bireyi sonsuz bir kısır döngü içerisinde sahte bir kendinde-varlığa hapsetmektedir. Bu yapışkan varlıklara batan ve onlar haline dönüşen birey, sahte/uyuşturan bir haz ile daha fazla sahip olmak için kendini tüketmeye devam etmektedir (Aho, 2014; Crowell, 2012; Wahl, 1964).

Bireyi tehdit eden ikinci "bataklık" başkasıdır. Sartre (2022) bireyin "başkası" ile kurduğu ilişkide Marcel (1995) ve Heidegger (2019b) gibi olumlu bir yön görmemektedir. Onun felsefesinde birey ile başkası arasındaki ilişki yalnızca kölelik ve çatışma ile şekillenmektedir. Bunun dışında bir ilişki mümkün değildir (Blackham, 2020). Birey, başkası ile ilişki kurduğu andan itibaren kendi varoluşu ile ilişkisinden koparılmakta ve "başkası-için-varlık" haline hapsedilmektedir. Başkası-için-varlık bireyin başkası ile ilişkisinde oluşan varlık türüdür. Burada birey tam olarak özne (kendi-için-varlık) veya nesne (kendinde-varlık) değildir. Kişi eğer başkasını nesneleştirebilirse kendi-için-varlık, başkası tarafından nesneleştirilirse kendinde-varlık durumuna geçiş yapmaktadır. Dolayısıyla başkası-için-varlık bireyi varoluşundan koparak onu bir olasılıklı durumun içine sürüklemektedir (Colette, 2017; Mounier, 2019). Sartre (2022) başkası-için-varlığın kanıtı olarak anahtar deliğinden gizlice içeriyi gözetleyen ve bu esnada yakalanan kişinin örneğini vermektedir. Burada yaşadığım utanç, sıkılma, bunaltı, korku ve kaygı tam olarak bana ait değildir. Tüm bu duygular bana başkası ile kurduğum ilişkiler sebebiyle gelmektedir. O halde bu duygular kendi-için-varlığıma ait değildir. Bunlar başkası-için-varlığıma ait duygulardır ve beni baskılamaktadır.

Sartre (2022) başkasıyla olumlu veya olumsuz herhangi bir ilişkinin onu başkası-için-varlığa zorunlu olarak ittiğini tespit ettikten sonra başkasının birey üzerindeki etkilerini değerlendirmeye başlamaktadır. Ona göre başkası, bireyin varoluşunu, otantik dünyasını ve özgürlüğünü ondan çalmaktadır. Böylece bireyi donmuş, ölmüş ve yararsız bir hale getirmiştir. Bu nedenle başkası, birey için ölüm ve "bedduadan" başka bir şey değildir (Webber, 2009). Bu nedenle (Sartre, 2017)'ye göre "*Cehennem başkalarıdır.*" Başkaları, bireyi özgürlüğünden kopartmaktadır. Özgürlüğünden mahrum edilen birey, başkası nedeniyle sahte ve donuk bir dünyaya batmaktadır. Böylece kişi kendini kandırmak ve kendinden kaçmak için hazır verili değerlere teslim olmaktadır. O halde başkası, benim varoluşumla ilişkimle temellenen gizemimi ve keşfetme duygumu elimden alan en önemli varlıktır. Bireyin tüm

olumsuzluklardan kaçınması için başkası ile kurduğu ilişkide "köleleşmek" yerine "köleleştirme"lidir. Dolayısıyla iletişim halinde bulunan iki kişi aslında birbirini köleleştirmek isteyen iki kişidir (Blackham, 2020).

Sartre birey ile başkası arasındaki bu savaşın nedenini sahip olma-Tanrı olma ilişkisi üzerinden açıklamaktadır. Kişi başkasına sahip olarak onun varlık nedeni haline gelmekte ve onu istediği gibi kullanarak bizzat kendisine, kendi varlığını ispat etmektedir (Russo, 2022). Böylece başkası, bireyin varlığının bir uzantısı haline gelmektedir. Kişi özgür bir varlığa sahip olarak başkası aracılığıyla kendi varlığını kanıtlamaktadır. Bireyin kendi varlığını kanıtlaması ve varlık alanını geliştirmesi hayati derecede önemlidir. Çünkü birey var olmak isteyen bir canlıdır (Sartre, 2021). Sartre (2022) başkasını köleleştirerek ona sahip olmayı, nesnelere sahip olmaktan daha kaygılı bir deneyim olarak açıklamaktadır. Çünkü nesne hiçbir zaman özgürlüğünü geri alamaz. Ancak başkası, özgürlüğünü her tekrar elde edebilir. Başkası özgür olursa bu defa birey nesneleşir ve başkasının varlık uzantısı haline gelir. Böylece birey, başkasının kendi varlığını onaylaması için var olan bir kendinde-varlık haline dönüşür. Bu nedenle başkasına sahip olma, her zaman başkası tarafından sahip olunma riskini içerisinde taşımaktadır. Sartre (2022) bu durumu mazoşist ve sadist eğilimleri açıklayarak örneklemektedir. Mazoşist birey, kendisini başkasının kölesi olmaya zorlayan kişidir. Kişi başkasının varlığına öylesine batmış bir hale gelir ki onun yaşamındaki yokluğundansa kendisini nesneleştirmeyi yeğlemektedir. Başkası onun tek kaynağı haline gelmiştir. Başkası bu bireyi kendinde-varlık olmaya o kadar inandırmıştır ki kendisini nesne olarak görmekten başka çaresi bulunmamaktadır. Mazoşist bireyler, baş edilmesi gereken zor durumlarda tıpkı bir bardağı fırlatıp parçalamak gibi kendi varlıklarına (çünkü onlar kendilerini bir bardak gibi nesneye indirgemişlerdir.) zarar vermekte ve kendilerini parçalamaya çalışmaktadırlar. Sadist eğilimlerde ise bireyin başkasını zorla nesneleştirmeye çalışması durumu bulunmaktadır. Başkası, kendi-için-varlığa sahip bir canlıdır. Dolayısıyla her an nesneleşmeden kurtulup bireyi terk edebilmekte veya onu nesne haline getirebilmektedir. Bu bireyin varlık alanının azalmasına ve varlığının onaylanmasının eksilmesine neden olmaktadır. Bu tarz bir tehditle başa çıkamayan birey başkasını sadistçe eylemlerle zorla nesne halinde tutmaya ve varlığını garanti almaya çalışmaktadır (Blackham, 2020; Mounier, 2019).

Sartre (2021) gerek nesneye batarak gerekse başkasına batarak var olmaya çalışma amacının zorunlu olarak hüsranla sonuçlanacağını belirtmektedir. Çünkü bireyin varlığının kökeni, erişilemez ve sahiplenemez olan varoluşudur. Bireyin varoluşunu arttırması için nesneleri ve

başkasını kullanması her zaman sahte ve doyumsuz tüketimleri doğurmaktadır. Çünkü birey ancak özgür seçimle kendini yeniden yaratarak ve "yapışkan sahte dünyayı" aşkınlığıyla atlatarak varlığını ispatlamaktadır. Varoluşun doğası, sahip olma temelli doyumlu bir varlığa müsaade etmemektedir. Bu nedenle hiçliğin, özgürlüğün, kendini yaratımın ve dünyadaki bütün saçmalıkların yarattığı acıya göğüs geren birey doyumlu bir varlığa erişecektir. Çünkü bu, bireyin varoluşuyla iletişim kurması anlamına gelir. Varoluş ise anlamların ve hakiki bir yaşamın temel kaynağıdır. Bu nedenle Sartre'ın felsefesinde özgür seçimin acısına dikkate değer bir vurgu yapılmaktadır (Crowell, 2020).

Sartre (2022)'a göre özgürlük kendi-için-varlıktır. Araştırmanın ilerleyen kısımlarında özgürlük teması altında çok daha detaylı olarak tartışılacak olan bu kavram onun felsefesinde bireyi diğer canlılardan ayıran en önemli unsurdur. Özgürlüğünü kullanmayan birey hazır anlamlarla dolu bir kendinde-varlıklar dünyasına hapsedilmiştir. Her bir hazır anlam bireyi nesneleştirmektedir. Örneğin modern çağda yaşayan bir bireye yüklenen hazır anlamlardan biri, ekonomik gücün mutluluk getireceği yönündeki yönlendirmedir (Poellner, 2022). Sartre (2017) bu yönlendirmenin bireyi yalnızca ekonomisini güçlendirmek için çalışan donuk, uyuşuk, varoluşunu ve hakikati sorgulamayan bir bireye dönüştürdüğünü belirtmektedir. Adeta toplumun ürettiği yazılımı kendisine yükleyen ve tüm varlığını bu yazılımı doğru bir biçimde çalıştırmaya çalışan bir robot nesnesi gibidir. Bireyin tüm bu hazır anlamları olumsuzlayarak aşması gerekmektedir. Bu aşkınlık kendi-için-varlığın mümkün kıldığı özgür iradeyle gerçekleştirilebilecektir (Mounier, 2019). Sartre (2021) geriye yalnızca hiç kalana kadar bütün hazır anlamların aşılması gerektiğini belirtmektedir. Öz-bilincine yönelen birey hiçliğine eriştiği zaman dünyaya gelişinin, ölümünün ve kendi-için-varlığının saçma ve fazladan olduğunu fark edecektir. Çünkü birey dünyaya gelişinin amacını sorguladığında hiçbir cevap alamamaktadır. Ancak kendi-için-varlığı onun varoluşunu bu soruyla doldurmaktadır. Kişinin doğal olarak bu soruyla dolu olması ve bu soruya hiçbir doğal kaynaktan cevap alamaması bireyin dünyaya gelişini saçma kılmaktadır. Bu sorunun insandaki varlığı ise fazladandır ve gereksizdir. Bireyin dünyaya gelişiyle ilgili yapılan bu analiz, onun kendi-için-varlığı ve ölümü içinde geçerlidir. Bu nedenle Sartre (2017), bireyin dünyaya gelişini ve ölümünü "saçma" olarak nitelemiştir. Ancak kendi-için-varlığın, ölümün ve dünyaya gelişin saçma olduğunu deneyimleyen insanın yaşadığı umutsuzluk ona kendini özgürce var etme olasılığını vermektedir. Çünkü insanın dünyaya gelişi ve ölümü saçma olsa da; var olmaya yönelişi gerçektir.

Kişi varoluşunun hiçliğinde özgürce kendini yaratma sorumluluğunu yüklenmektedir. Bu noktada bireyin hangi kararları vereceği ve bu kararın hangi sonuçlara neden olacağı tamamen bireyin kendisine bağlıdır. Birey "ya yanlış karar verirsem ya yanlış değerleri benimsiyorsam, ya hayatımı boş yere harcıyorsam" gibi soruların içerisinde özgürlüğünün "sancısını" yaşamaktadır (Marcel, 1995). Sartre (2022) bu nedenle "*İnsan özgürlüğe mahkûm edilmiştir.*" demektedir. Varoluşsal özgürlük, yaygın kullanımın aksine bireyin yüklenmek istemediği bir acı kaynağıdır. Dahası kişi kendini aldatarak bu yükten kaçınmaktadır. Bireyin yapması gereken tüm bu acı verici olasılıklara ve kaygılara rağmen kendi özgür seçimleriyle kendi değerlerini, fikirlerini ve varlığını yeniden yaratmaktır. Doğru olan seçim, yalnızca bireyin kendi özgür iradesine dayanan koşulsuz seçimdir. Aksi halde benimsenen hazır bir yaşam, bireyi kendinde varlığa indirgeyerek onu sahte, uyuşuk ve donuk bir dünya algısına indirgeyecektir (Celaleddin, 2021).

Birey hiçlikle ve onun yarattığı umutsuzluk ve kaygıyla yüzleşerek özgür iradesini kullanabilmektedir. Bu özgürlük bireyin kendisini yaratma imkanını vermektedir. Ancak bu yaratım varoluşsal bir zaman içerisinde gerçekleşmektedir. Bu noktada Sartre (2022) da Heidegger (2019b) gibi zamanın doğasını incelemeye girişmektedir.

Sartre'ın felsefesinde zamanı yaratan şey kendi-için-varlığın olumsuzlama özelliğidir. Olumsuzlama olmaksızın bireyin anlar üzerinde bir farklılık yaratması mümkün değildir. Sartre Heidegger ile benzer bir biçimde zamanın bir "şimdiki anlar toplamı" olduğunu belirtmektedir. Kendi-için-varlık olmaksızın anlar birbirileriyle aynı olan donukluklar olmaktadırlar. Böyle bir varlık kurgusunda-her şeyin mutlak aynılığında- zaman ortaya çıkamaz. Zamanı ortaya çıkaran şey bireyin şimdiki anda, bir önceki anı olumsuzlayabilmesidir. Bu reddediş, anlardaki farklılaşmayı ve varoluşsal zamanı ortaya çıkarmaktadır (Sartre, 2022; Crowell, 2020; Blackham, 2020).

Sartre (2022)'a göre geçmiş, kendi-için-varlığın donuk ve ölü hallerinin toplamıdır. Bu nedenle bir tür kendinde-varlık olarak değerlendirilmektedir. Bu kendinde-varlık nesne ve başkası gibi bireyi baskılayıp varoluşundan uzaklaştırabilme gücüne sahiptir. Bireyin geçmiş zamanı ona nesne gibi yapışma özelliğinde sahiptir. Bu noktada kişinin özgür iradesiyle geçmişini aşıp reddetmesi gerekmektedir. Bu geçmiş, bireyi aşılarak varoluşa iletme özelliğine sahiptir. Örneğin bir kişi, kendisini "Ben hırsızım." diye tanımlamaktadır. Ancak birey hırsızlığı şu anda

yapmamaktadır. O bu davranışı geçmişte yapmıştır. Bireyin yaptığı çalma eylemi geçmişteki donuk bir kendinde-varlığa dönüşmüş ve kişiyi nesneleştirmeye başlamıştır (Aho, 2014).

Sartre'ın felsefesinde gelecek zaman ise henüz hayata geçmemiş ölü donukluklardır. Bireyin olumsuzlama yeteneği ile sürekli olarak kendini aşması zorunlu olarak onu şimdiki anın ötesinde tasarımlar yapmaya yöneltmektedir (Mounier, 2019). Örneğin ben alanında uzman saygın bir profesör olmak istiyorum. Ancak şu anda doktora öğrencisiyim. Bu noktada doktora öğrenciliğimin ötesine geçerek/onu olumsuzlayarak kendimi gelecekte bir profesör olarak tasarlıyorum. Kişinin kendisine ait tüm gelecek tasarımları, geçmiş gibi donuklaşarak kendinde-varlık haline dönüşmektedirler. Ancak geçmiş zamandan farklı olarak gelecek zamanda hiçbir şekilde kendi-için-varlık izine rastlanamamaktadır. Çünkü olumsuzlama yalnızca şimdiki zamanda gerçekleşmektedir. Henüz yaşanmamış bir zamana kendi-için-varlık erişemez. Bu nedenle gelecek, geçmiş gibi kendi-için-varlığın donuklaşması değil kendi-için-varlığın yokluğunun donuklaşmasıdır. Bütün kendinde-varlıkların yaptığı gibi gelecek de bireyi baskılamakta, onu nesneleştirmekte ve yapışkan sahte dünyaya batırmaktadır. Dolayısıyla bireyin özgür iradesiyle, varoluşunu tehdit eden geleceği de aşması gerekmektedir (Crowell, 2020).

Sartre (2022)'a göre aktif kendi-için-varlık ancak şimdiki zamanda var olabilmektedir. Şimdiki zaman bireyin varoluşu için Kierkegaard (1941)'da ne kadar değerli ise Sartre (2021)'de de o kadar önemlidir. Bireyin varoluşuna, özgürlüğüne, aşkınlığına ve hiçliğine bu zamanda erişilebilmektedir. Bireyin çevreyi etkileme ve eyleme geçme kudreti bu zamana aittir. Birey sonsuz varoluşu ile ancak şimdiki zaman aracılığıyla ilişki kurabilmektedir. Şimdiki zaman, bireyin kendisini özgür iradesiyle tasarlayacağı ve gerçeğe dönüştüreceği yerdir. Kendi-için-varlığın şimdiki zamanda var olması, bireyin an içerisinde başkasını, nesneyi, geçmişi ve geleceği aşabileceği anlamına gelmektedir. Bu durum bireyin hiçliğe şimdiki zamanda erişebileceğini göstermektedir (Webber, 2009). Sartre (2022)'a göre bireyin varoluşuna erişme ve varlığını değiştirme gücünün en yüksek olduğu zaman şu andır. Geçmiş zaman ve gelecek zaman aşıldığında ve buradaki donukluklar reddedildiğinde birey sonsuz bir yaratıcılıkla hiçliğiyle baş başa kalmaktadır. Şimdiki zamanda bulunan kendi-için-varlık, yapısı gereği bireyi sürekli olarak bir karar almaya zorlamaktadır. Böylece birey, her an yepyeni bir varlık olarak dünyaya gelebilmektedir. Ancak kendinde-varlığın yapışkanlığına batmış bir birey şimdiki zamanda, her an ısrarla kendisini aldatarak "pis herif"in sahte huzuruna kaçmaktadır. Birey bu sahte dünyada geçmiş ve geleceğe mahkûm bir nesne yaşamı sürdürmektedir. Ancak

sürekli olarak kaçtığı özgürlüğü, şimdiki zamanın merkezinde onu varoluşuna erişerek yenilemek için her an beklemektedir (Blackham, 2020).

2.3. VAROLUŞÇU PSİKOTERAPİ: YAKIN AKRABALAR

Yalom (2018)'a göre başarılı bir psikoterapi yalnızca kuramsal metinler, makaleler ve seminerlerden elde edilen bilgilerle gerçekleştirilememektedir. Elbette bu kaynaklardan öğrenilen terapi aşamaları, stratejik teknik müdahaleler, aktarımın yöntemsel gelişimi ve çözümlenmesi, nesne ilişkilerinin analizi, içgörü öneren yorumların dikkatli ve akılcı analitikleri önemlidir. Ancak bunlar ek "ilave dokunuşlar" olmaksızın başarılı bir psikoterapi için yeterli değildir. Yalom (2018) bu durumu Ermeni aşçı anısıyla açıklamaktadır. Bu anıya göre Yalom, Ermeni bir kadından aşçılık dersi almaktadır. Bu derse Yalom ile birlikte katılan birçok öğrenci yemeği kadının öğrettiğine uygun olarak yapmaktadır. Ancak hiçbir yemek, dersi veren Ermeni kadının yemeği kadar lezzetli olmamaktadır. Yalom bu durumun nedenini öğrenmek için öğretmenini detaylı bir şekilde gözlemlemiş ve kadının yemeği kendisiyle aynı yöntemle yaptığını görmüştür. Ancak yemek fırınlanmadan önce daha önce hazırlanmış olan bir "ilave sos" yemeğe eklenmektedir. Yemek yapma dersinde öğretmenin Yalom'a öğretmediği ve yemeği çok lezzetli hale getiren işte bu ilave sostur. Yalom (2018) psikoterapinin de temel bilgi ve becerilere ek olarak bazı ilavelerle zenginleştirilmesi gerektiğinin altını çizmektedir. Bu ilaveler varoluşçu psikolojinin temelini oluşturmaktadır. Ancak psikoloji tarihi incelendiğinde bu "ilavelerin" genellikle önemsenmediği ve vaka kayıt raporlarında bilinçli bir biçimde çıkarıldığı anlaşılmaktadır. Başarılı psikoterapilerin altında gizlenen bu ilaveler, Freud (1964)'un "*Elizabeth Von R.*" isimli danışanıyla gerçekleştirdiği başarılı psikoterapisinde açık bir biçimde görülmektedir.

Freud (1964) terapideki başarısını bastırılmış geleneksel ahlaka aykırı arzu ve düşüncelerin ortaya çıkarılmasıyla açıklamaktadır. Ancak Freud'un vaka kayıtları incelendiğinde kullandığı çok sayıda ilave tedavi tekniklerinin bulunduğu anlaşılmaktadır. Örneğin Elisabeth'i kız kardeşinin mezarına gitmeye ikna etmiştir. Daha sonrasında danışanından çekici bulduğu genç bir adamla görüşmesini istemiştir. Danışanı adına ailesiyle görüşme yaparak, danışanın içinde bulunduğu koşullara müdahalelerde bulunmuştur: Danışanının annesiyle görüşmüş ve hastayla sağlıklı iletişim kurulması ve hastanın kendisini dinlemesi için belirli aralıklarla yalnız bırakılmasına izin vermesi için ona "yalvarmıştı". Danışanın annesiyle yaptığı görüşmede, Elisabeth'in, ölen kız kardeşinin eşiyle evlenmesinin mümkün olmadığını öğrenmiş ve bu

bilgiyi terapi sürecine taşımıştır. Danışanının ailesinin maddi sorunlarını çözmesi için yardımcı olmuştu. Freud'un bunun dışında danışanına geleceğin belirsizliği ile sakin bir biçimde yüzleşip bu kaygının üstesinden gelmesi yönünde yönlendirmelerde bulunduğu anlaşılmaktadır. İstenmeyen duygularından sorumlu olmadığına dair danışanını güçlendiren Freud, bu duygular yüzünden hissettiği suçluluk ve pişmanlığın Elisabeth'in yüksek ahlakı ile ilgili olduğunu ortaya koymuştur. Son olarak Freud, terapinin bitiminden sonra Elisabeth'in katılacağı özel bir dans partisine gidebilmek için davetiye temin etmiştir. Yalom (2018) Elisabeth Von R. vakasıyla ilgili olarak şunları söylemektedir:

"...insan elinde olmadan Bayan von R.'ye neyin yardımcı olduğunu düşünüyor. Freud'un ilavelerinin güçlü müdahalelerde bulunduğundan hiç şüphem yok."

Varoluşçu psikoterapi, psikoloji tarihiyle yaşıt olan ancak sürekli olarak görmezden gelinen bu ilavelerin fark edilmeye başlayarak sistemli bir çatı haline dönüştürülmesiyle ortaya çıkarılmıştır (May, 1961). Kişilerin dönem ahlakına uymayan arzularını ifade etmeleriyle birlikte ölümle, belirsizlikle ve özgür seçimle yüzleşmeleri de onların iyilik halini arttırmaktadır (Krug vd., 2019). Psikoloji tarihi içerisinde "ilavelerin" fark edilmeye başlaması ilk olarak varoluşçu analistler tarafından gerçekleştirilmiştir (Gantt ve Thayne, 2014).

2.3.1. Varoluşçu Psikoterapinin Gelişimi

2.3.1.1. Varoluşçu Analistler

Varoluşçu psikoterapinin gelişimi, Freud'un psikanalitik yaklaşımının eleştirisiyle gerçekleşmiştir. Çok sayıda Avrupalı psikiyatrist, Freud'un fiziksel bilimlerden ödünç aldığı "enerjinin korunumu" şemasını, insanların ruhsal yapısını anlamak için kullanmaya itiraz etmişlerdir (Batthyany ve Russo-Netzer, 2014). Bu tarz bir şemanın insanoğlunu bütünsel olarak ele almada yetersiz kalacağını söylemişlerdir. Eğer bir sistem bütün bireyleri açıklamak için kullanılırsa bireylerin eşsiz deneyimlerinin gözden kaçırılması tehdidi ortaya çıkacaktır (Greenberg vd., 2004). Freud'un ileri sürdüğü teorilerde, bireyin davranışı birkaç temel dürtüyle ifade edilmekte, bireyin yüzeysel davranışları çok daha derinlerdeki içsel süreçlere bağlanmakta ve ruhsal olaylara neden olan varlıkların tanımlanabilir olduğu ileri sürülmektedir. Ancak varoluşçu analistler, bu önermelerin üçünü de karşı çıkmışlardır. Bu noktada, bireyi çok daha bütüncül bir değerlendirme perspektifiyle benimseye gayret etmişlerdir (Hoffman, 2022).

Varoluşçu analistler, metodolojik olarak temel bir ortak noktaya sahiptirler. Buna göre analizci danışanını görüngübilimsel (fenomolojik) olarak ele almalıdır. Analizci danışanın kendi

yaşantısal dünya kurgusunu anlamalı ve herhangi bir kuramsal ön yargı olmaksızın bireyin dünyasının olgularını dinlemeye çalışmalıdır (Jacobsen, 2008). Öncü varoluşçu analistlerden Ludwig Binswanger (1956), *"Yalnızca tek bir uzay ve zaman yoktur, insan sayısı kadar uzay ve zaman vardır."* demiştir. Varoluşçu analiste düşen şey her bireyin eşsiz dünyasına ön yargı ve damgalama olmaksızın doğal olarak dahil olmak ve bu eşsiz dünyanın kendi iç dinaminiğini sonsuz bir merakla öğrenmeye çalışmaktır (Bland, 2022).

Varoluşçu analistlerin Freud'un determinist, materyalist zihin modeline karşı tepkileri ve terapiye yönelik görüngübilimsel yaklaşımları dışında pek az ortak görüşleri bulunmaktadır. Bu nedenle psikoloji tarihi içerisinde uyumlu bir ekol olarak değerlendirilememişlerdir. Örneğin Amerika'ya varoluşçu psikoterapiyi 1958 yılında tanıtan Rollo May'in "*Existence*" kitabından önce Melard Boss, G. Bally, G. Caruso, Ludwig Binswanger ve Viktor Frankl gibi önemli varoluşçu analistler Avrupa dışında tanınmıyorlardı (Yalom, 2018). Dahası varoluşçu psikoloji dünya çapında yaygınlaşmaya başlamasına rağmen varoluşçu analistlerin görüşleri ve düşünceleri nadiren başka dillere çevrilip basılmıştır (Hoffman vd., 2020). Bu noktada Viktor Frankl'in diğer analistlere kıyasla daha fazla bilindiğini de belirtmek gerekmektedir (Koole, 2010). Yalom (2018) bu nedenle psikoloji bilimi içerisinde, varoluşçu psikoterapi hareketinin başlatıcısı olarak değerlendirdiği bu Avrupalı analistleri "varoluşçu psikoterapinin kayıp kuzenleri" olarak değerlendirmiştir.

2.3.1.2. Hümanist Psikologlar

Avrupalı varoluşçu analitik yaklaşım, bir yandan felsefi kavramların kişinin ruhsal incelenmesine uygulanması diğer taraftan Freud'un insan modeline karşı bir tepki olması nedeniyle öncü bir psikolojik perspektiftir (Tymieniecka, 2010). Amerika'da ise benzer bir yaklaşım 1950'li yılların sonlarında filizlenmiş, 1960'lı yıllarda görünür hale gelmiş ve örgütlenmiş, son olarak 1970'lerde hızlı bir şekilde dünyanın dört bir yanına yayılan hızlı bir harekete dönüşmüştür (Valle ve King, 1978).

1950'li yıllarda psikoloji biliminde iki farklı ekolün görüşleri kabul edilmekteydi. Bunlardan ilki ve en çok kabul göreni bilimsel pozitivist davranışçılık ekolüydü. Bu yaklaşıma göre bireyin ruhsal yapısı davranışları, öğrenmeleri ve koşullanmaları üzerinden açıklanmaktaydı (Hoeller, 1990). İkinci ekol ise Freudyen psikanalizdi (Vohs ve Baumeıster, 2004). 1930 ve 1940'lı yıllarda, bu iki temel ekolden bağımsız deneysel psikoloji alanında çalışmalar yapan anormal psikoloji ve sosyal psikoloji uzmanları, bu iki egemen ideolojiyi de karşı çıkmışlardır. İçerisinde ilk başlarda Gordon Allport, Gardner Murphy ve Henry Murray gibi kişilik

kuramcıları barındıran bu karşı çıkış hareketi daha sonrasında Carl Rogers, Abraham Maslow, George Kelly ve Rollo May gibi isimlerle etki alanını geliştirmiştir (Yalom, 2018). Bu öncü bilim insanları, davranışçılık ve psikanalitik yaklaşımı insanı insan yapan öz-farkındalık, seçim, sevgi, değer ve yaratıcılık gibi önemli özellikleri görmezden geldikleri gerekçesiyle eleştirmişlerdir (Gantt, 2016). Bunun sonucunda 1950 yılında resmi olarak "hümanist psikoloji" adını verdikleri yeni bir okul kurmuşlardır. Davranışçılık ve psikanalitik yaklaşımlardan sonra "üçüncü bir güç" olarak ortaya çıkan bu ekol, çok kısa zamanda akıl sağlığı uzmanlarınca geniş bir destek ve kabul bulmuştur (Hoffman vd., 2020). 1961 yılına gelindiğinde ise Amerikan Hümanist Psikoloji Derneği *Journal of Humanistic Psychology'yi* (Hümanist Psikoloji Dergisi) yayımlamaya başlamıştır. Bu derginin yazı kurulunda Carl Rogers, Lewis Mumford, Rollo May, Kurt Goldstein, Abraham Maslow, Charlotte Buhler, James Bugental ve Aldous Huxley gibi ünlü isimler yer almıştır (Yalom, 2018).

Yeni kurulan organizasyon, kendini tanıtmak için 1962 yılında resmî olarak şunları açıklamıştır (Sutich, 1962, akt. Bugental, 1964):

"*Hümanist Psikoloji birincil olarak, ne pozitivist ya da davranışçı kuram ne de klasik psikanalitik kuramda sistematik bir yeri olan insan kapasitesi ve potansiyelleri ile ilgilenmektedir. Bu psikolojik hareket, aşk, yaratıcılık, benlik, gelişme, organizma, temel gereksinimlerin giderilmesi, kendini gerçekleştirme, yüksek değerler, olmak, kendiliğindenlik, oyun, mizah, sevgi, şefkat, doğallık, ego üstünlüğü, nesnellik, özerklik, sorumluluk, anlam, adil davranış, aşkın deneyim, psikolojik sağlık ve ilgili kavramlarla ilgilenmektedir."*

1963'te Amerikan Hümanist Psikoloji Derneği'nin başkanı James Bugental, hümanist psikolojinin beş temel önermesini şu şekilde özetlemiştir (Bugental, 1964):

1) *İnsan, insan olarak, parçalarının toplamının yerine geçer* (İnsan, yalnızca parça işlevlerinin bilimsel olarak incelenmesiyle anlaşılamaz.).

2) *İnsan, insan bağlamında varlığına sahiptir* (İnsan kişilerarası yaşantıya aldırmayan parça işlevleriyle anlaşılamaz.).

3) *İnsan farkındadır* (İnsan, insanın sürekli, çok katmanlı öz-farkındalığını tanımada yetersiz olan psikolojiyle anlaşılamaz.).

4) *İnsanın seçimleri vardır* (İnsan, varlığının seyircisi değildir, kendi yaşantısını kendi yaratır.).

5) *İnsan kasıtlıdır* (İnsan geleceği hedefler; amaçları, değerleri ve anlamı vardır.).

Hümanist psikolojinin ilk metinleri genel olarak antideterminizm, seçim, özgürlük, amaç, sorumluluk, değerler, her bireyin eşsiz dünyasının var olduğunu kabul etme gibi vurguları içermektedir (Bugental, 1964; Gantt, 2016; Hoffman vd., 2020). Birbirileri ile benzerlikleri olsa da Amerika'daki hümanist psikoloji ile Avrupa'daki varoluşçu yönelim arasında önemli farklılıklar bulunmaktadır. Kıta Avrupası'ndaki varoluşçu gelenekte insanın belirsizliği ve acıları ön plana çıkarılırken Amerika'daki hümanist psikolojide insanın içindeki iyilik ve sonsuz gelişimin altı çizilmektedir. Yalom (2018) bu farklılığın nedeni olarak Avrupalıların savaş, ölüm ve belirsizlik gibi trajediler yaşamalarını göstermektedir. Bu travmatik süreçler, Avrupa'da insana dair bakışın çok daha acı dolu olmasına neden olmuştur. Fakat Avrupa'dan Amerika'ya taşınan bu düşünceler şekil değiştirmiştir. Artık insan acı dolu talihsiz ve belirsiz yaşamıyla yüzleşmek yerine iyiliğin ve güzelliğin sonsuz ufuklarına bırakılmışlardır (Vohs ve Baumeıster, 2004). Kıta Avrupası'nın varoluşçu bakışında bireyin sınırlarıyla, belirsizliğiyle ve hiçlik anksiyetesiyle yüzleşmesi beklenmektedir. Amerika'daki hümanist psikolojide sınırlar potansiyelin gelişimine, farkındalık kabul edilmeye, hiçlik anksiyetesi bütünsel birliğe ve temel yalıtılmışlık etkileşime doğru evrilmiştir (Jacobsen, 2008).

1960'lı yıllarda ortaya çıkan toplumsal hareketlerde her bir grup- ifade özgürlüğü hareketi, insan potansiyeli hareketi, cinsel devrim vb.- hümanist psikoloji içerisinde kendilerine yer bulmuşlardır. Hümanist psikoloji, birbirileriyle ortak noktası olmayan birden fazla ekolü de bünyesine katmıştır. Bunların arasında kişilerarası terapi, geştalt terapi, holistik tıp, psikosentez, etkileşim grupları ve Sufilik bulunmaktadır. Hümanist psikoloji çatısı altında yaşanan bu hızlı çoğalma, bu ekolün bilim dışı bir hal almasına neden olmuştur (Yalom, 2018). Özellikle belirli bir akademik zümre, bu çoğalmaya karşı çıkarak hümanist psikoloji ekolünün bilim dışı hale gelmesi nedeniyle bu çatı altından ayrılmaya başlamışlardır. Özellikle Perls (1969)'in "her şey olur", "ani duyusal farkındalık" ve "başlatıcılar" yaklaşımlarıyla ilgili endişelerini dile getirmesi, hümanist psikolojiyi kuran May (1994), Maslow (2020) ve Rogers (Rogers ve Wood, 1974)'ın bu harekete verdikleri destekleri azaltmalarına neden olmuştur. Genel olarak değerlendirildiğinde ise hümanist psikolojiden Buhler, Bugental, Maslow, Perls ve May gibi isimlerin daha çok varoluşçu yönelime sahip oldukları anlaşılmaktadır (Yalom, 2018).

2.3.1.3. Hümanist Psikanalistler

Bu aşamada değerlendirilecek isimler kendilerini hiçbir zaman bir ekol olarak ortaya koymamışlardır. Ancak gerçekleştirdikleri analitik uygulamalarda ortaya koydukları varoluşçu yenilikler onları "hümanist psikanalistler" olarak değerlendirilmesini gerektirmektedir. Hümanist psikanalistler, Kıta Avrupası'nın Freudyen psikanalitik perspektifine göre eğitim gören; ancak daha sonrasında gerçekleştirdikleri uygulamalarla belirgin yenilikler gerçekleştiren önemli analistlerdir (Hoeller, 1990; Hoffman vd., 2020; Yalom, 2018). Karen Horney (2013), Hellmuth Kaiser (1955), Erich Fromm (2022) ve Otto Rank (2016) bu isimlerden en önemlileridir. Bu isimlerin her biri Freud'un içgüdü temelli insan modeline karşı çıkmıştır. Birbirinden farklı çalışma alanlarına sahip olsalar da kariyerlerinin bir bölümünde varoluşçu eğilimlere yönelmişlerdir (Batthyany ve Russo-Netzer, 2014). Rank (1999), isteğin ve ölüm anksiyetesinin bireyin psikolojik iyilik hali için önemini vurgulamıştır. Horney (2013), davranışın ortaya çıkmasında geçmiş yaşamdan ziyade gelecekteki ideal ve hedeflerin önemi üzerinde durmuştur. Fromm (2022), özgürlüğün korku ve kaygı verici doğasını gözler önüne sererek bireyin davranışının ortaya çıkmasındaki rolünü vurgulamıştır. Kaiser (1955) ise bireyin iyilik halinin sağlanmasında sorumluluk ve yalıtılmışlık kavramlarının doğasını ve önemini tartışmıştır. Freudyen ekolden yetişen tüm bu analistler, varoluşçu temaları uygulamalarına başarılı bir biçimde yerleştirerek varoluşçu yaklaşımın yaygınlaşmasına katkıda bulunmuşlardır.

Psikoloji tarihinde varoluşçu perspektifi ortaya çıkaran süreçler incelendikten sonra varoluşçu psikoterapinin incelenmesine geçiş yapılacaktır. Kuramsal olarak varoluşçu psikoterapinin anlaşılması dinamik kökeni sebebiyle Freudyen perspektifin anlaşılmasını zorunlu kılmaktadır.

2.3.2. Varoluşçu Psikoterapi: Dinamik Bir Yaklaşım

Varoluşçu psikoterapi öncelikli olarak dinamik bir yaklaşımdır. "Dinamik" kavramı psikoterapi literatüründe sıklıkla kullanılan bir terimdir. Genel olarak değerlendirildiğinde dinamik teriminin kökü Antik Yunan dilindeki güç ve kuvvet anlamına gelen *"dynasthi"* kavramına dayanmaktadır. Bu güç ve kuvvet hareketi ve enerjiyi meydana getirmektedir. Ancak terimin terapötik süreçte kullanılan anlamı tam olarak bu genel anlama eşit değildir. Terapötik süreçte dinamik kavramı Freud'un bireyin zihinsel işleyiş modelinde kullandığı hareketli ve çatışan güçlerine gönderme yapmaktadır (Yalom, 2018). Freud'a göre bireyin zihninde onun hem uyumlu hem de sorunlu davranışlar sergilemesine neden olan, düşünce, duygu ve içgüdülerden meydana gelen ve sürekli çatışan hareketli güçler bulunmaktadır (Frosh, 2012). Dahası bireyler

çatışan bu güçlerin bazılarının farkındadır – bu güçler bilinç alanına aittir- bazılarının ise farkında değildir- bu güçler ise bilinçdışı alana aittir- (Gedo ve Goldberg, 1976). Dolayısıyla psikoterapi literatüründe, bir bireyin psikodinamikleri denildiğinde bireyin zihinsel yapısında meydana gelen ve birbirileri ile çatışan bilinçli ve bilinçdışı güdüleri, korkuları ve düşünceleri anlaşılmaktadır.

Varoluşçu psikoterapi, ileride detaylıca tartışılacağı üzere dinamik terapiler kategorisine rahat bir şekilde dahil edilebilmektedir. Ancak May (May vd., 1994)'in de belirttiği gibi varoluşçu terapide Freud'un ileri sürdüğü güçler yerine başka dinamik güçlerin, korkuların ve düşüncelerin çatışma içerisine girdiği görülmektedir. Dolayısıyla varoluşçu terapiyi diğer dinamik terapilerden ayıran nokta bireyin zihinsel işleyiş şemasını belirlerken ortaya konan dinamik güçlerin farklılaşmasıdır (Koole, 2010). Varoluşçu psikoterapiye göre birincil/kökensel kaygılar derinlere gömülmüştür. Bu kaygıların üzeri ise sembolleştirme, yer değiştirme ve inkâr gibi birçok savunma mekanizmasıyla örtülmüştür. Bu noktada ruh sağlığı çalışanlarının birbirileri ile çatışan birincil güçlerin keşfedilmesi için çocukların incelenmesi, rüyalar, psikotik ifadeler ve kabuslar gibi alanlarda çalışmalar yapması gerekmektedir. Bu oldukça zorlu bir psikolojik kazma yöntemdir. Ancak bireyin, üzeri katmanlarla örtülmüş derinlerdeki dinamik güçlerine ulaşmak, bu zorluğa göğüs germeyi gerektirmektedir (Yalom, 2018). Bireyin derinlerdeki dinamik güçlerini anlamada birbirilerine zıt olan üç dinamik yaklaşımın karşılaştırılması yararlı görülmektedir.

2.3.2.1. Freudyen Psikodinamikler

Freud'a göre bir birey dünyaya geldiğinde saldırganlık ve cinsel arzularla dolu içgüdülerini de beraberinde getirmektedir (Thurschwell ve Eaglestone, 2009). Ancak birey dünyaya geldiğinde kişilerarası bir anlam dünyasında yaşamaktadır. Dolayısıyla saldırganlığını ve cinsel arzularını özgürce tatmin etmesi mümkün değildir. İçinde yaşadığı çevre, bireyden arzularını geciktirme ve onları kontrol etmesini talep etmektedir. Böylece kişi çocukluğundan itibaren içgüdüleri (id) ve içselleştirilen çevrenin talepleri (süper ego) arasında bir orta yol (ego) bulmaya çalışmaktadır (Freud, 1964). Böylece bireyin zihinsel yapısı birbirleri ile sürekli savaş halinde olan iki gücün savaş meydanına benzemektedir. Bu noktada birey (ego) orta yolu bulabilme noktasında kaygılar yaşayarak ruh sağlığı sorunları geliştirmektedir (Frosh, 2012).

2.3.2.2. Neo-Freudyen (Kişilerarası) Psikodinamikler

Karen Horney (2013), Erich Fromm (2019) ve Harry Stuck Sullivan (2010) gibi Neo-Freudyen isimler Freud'un ileri sürdüğü içgüdüsel güçlere karşı çıkmışlardır. Onların ileri sürdüğü

psikodinamik zihin modelinde bireyler önceden belirlenmiş içgüdüler tarafından yönlendirilmemektedir. Temel kaygılar saldırganlık ve cinsel içgüdüleri bastırmak değildir. Aksine kişiler yaşamlarının ilk dönemlerinde yansız özellikleri ile var olmaktadırlar. Bireyler yaşamlarının ilk dönemlerinden itibaren kişilerarası çevre ve kültürel anlamlarla şekillenmektedirler. Bu nedenle bireylerin temel kaygıları kişilerarası güven, onay, kabul ve bağlanmadır (Fromm, 2019; Horney, 2013a; Sullivan, 2010). Burada bireyin psikodinamik yapısında çatışan güçler, kişinin kültürel çevresi ile etkileşime girmesi sonucu oluşmakta ve gelişmektedir. Birey doğumundan itibaren çevresini keşfetme enerjisi ve merakıyla dolu bir biçimde dünyaya gelmektedir. Bu keşif ve merakla birlikte birey kendisini geliştirmek için doğasında var olan sevilen kişiyi elinde tutma isteğiyle dolmaktadır (Horney, 2013). Ancak çocuğun bu merak, keşfetme ve onaylanma özellikleri her zaman çevresi tarafından tatmin edici bir biçimde karşılanamaz. Eğer çocuğun ebeveynleri kişinin özerk gelişimi için yeterince çaba sarf etmeyen ve kendi nevrotik sorunlarına odaklanan bireyler ise çocukta ciddi çatışmalar meydana gelecektir (Yalom, 2018).

2.3.2.3. Varoluşçu Psikodinamikler

Freudyen psikodinamiklerde içgüdüsel çatışmalar ön planda iken neo-Freudyen psikodinamiklerde içselleştirilmiş önemli yetişkinlerle gerçekleşen çatışmalar ön plandadır (Frosh, 2012; Horney, 2013b). Ancak varoluşçu psikodinamikler, bireyin varlığının zorunlu koşulu olarak ortaya çıkan nihai kaygılarla yüzleşmenin ortaya çıkardığı çatışmalarla yaklaşımını oluşturmaktadır. Yalom (2018)'a göre birey yaşantısal dünyasını doldurduğu gündelik oyalanmalarından kurtulduğunda, öz-bilincine yönelmek için kendine zaman ayırdığında, yalnızlık ve sessizlik aracılığıyla kendi üzerine düşünmeye başladığında "nihai kaygılar" ile yüzleşmektedir. Birey, içinde yaşamaya alıştığı dünya, varlığı, durumları ve olanakları üzerine derin bir düşünme gerçekleştirdiğinde mutlak varoluşun zorunlu kaygılarına ulaşacaktır. Bunun dışında yaşanan bazı sınır durumlar da bireyi varoluşunun doğal sonucu olan kaygılarla yüzleştirmektedir. Bu sınır durumlara örnek olarak; kişinin kendi ölümüyle, değer verdiği bir kişinin ölümüyle, derin anlamlar yüklediği bir ilişkinin sonlanmasıyla yüzleşmesi verilebilmektedir (Jaspers, 2014). Her iki yöntemde de birey, ilk olarak varoluşu ile kaçınılmaz olarak gelen varoluşun yokluğuyla yani ölüm kaygısıyla yüzleşmek zorunda kalacaktır (Tymieniecka, 2010).

Ölüm mutlak varoluşun getirdiği ilk ve en temel varoluşsal kaygıdır. Kişi var oluşunun bir sonucu olarak yok olacaktır. Bu yok oluştan kaçmanın hiçbir yolu bulunmamaktadır. Ancak

Spinoza (2016)'nın da altını çizdiği gibi insan mutlak bir şekilde var olmaya yönelmiş bir varlıktır. Onun her davranışının altında var olma çabası yer almaktadır. Dolayısıyla öz-bilince yönelerek gerçekleştirilen derin düşünmeyle ortaya çıkan ilk kaygının ölüm olması, insanın apaçık bir şekilde var olmaya yönelmiş olmasından kaynaklanmaktadır (Yalom ve Yalom, 2021). Bu nedenle bireyler, ölüm konusunun üzerine örtebileceği herhangi bir değer, inanç, düşünce ve yönteme doğru kaçma refleksi göstermektedir. Çünkü insanın yok olup gitme fikrine verebileceği genel tepkiler dehşet verici bir korku ve kökensel/nihai bir kaygıdır (May, 2019a). İnsanın varoluşunun en az ölüm kadar zorunlu bir başka sonucu ise özgürlüğüdür.

Özgürlük kavramı, genel kullanımında oldukça olumlu bir anlam taşımaktadır. Bu kavramın bireyin varoluşu ile gelen kökensel bir kaygı oluşturduğunu kavramak ilk bakışta oldukça zor görünmektedir. Ancak varoluşçu bağlamda değerlendirildiğinde özgürlük, bireyin kendisine dayanacağı hiçbir hazır yapı, değer, düşünce ve fikrin bulunmayışını kabullenmektir (Gantt, 2016). Bireyin yapacağı eylem doğru mudur yoksa yanlış mıdır, bu eylem ona huzuru getirecek midir, bu eylem yaşam anlamı için en uygun eylem midir sorularının hiçbir cevabı yoktur. Var olan tek şey birey ve özgürlüğüdür. Kişi kendisini nasıl var etmek isterse öyle var edebilir (Bugental, 1964). Ancak bu insanın kısa ömrünü ortaya koyduğu bir şans oyunudur. Çünkü hiçbir zaman doğru cevap verip vermediğini bilemez. Varoluşçu psikoterapiye göre doğru cevap, bireyin özgür iradesini kullanarak yalnızca kendisine dayanarak yaşamını var etmesidir (Vohs ve Baumeıster, 2004). Birey, yapılması gereken talimatnamelerle dolu bir dünyada bulunmamaktadır. Birey tüm bu talimatnameleri kendi seçimleri ve yaşam tarzıyla bizzat kendisi oluşturacaktır. Hiçbir hazır/verili yapı olmaksızın bireye verilen bu özgürlük, kişide kaygı ve korku yaratmaktadır. O halde bireyin varoluşu ile birlikte gelen özgürlüğü onu acı dolu "dünya yaratma" ile güven dolu "sahte/verili dünyaya sığınma" arasında bir çatışmaya zorlamaktadır (Bland, 2022). Bu çatışma varoluşçu psikodinamiğin bir diğer önemli yapı taşını meydana getirmektedir. İnsan varoluşu ile birlikte gelen özgürlük mahkumiyetini kabul mü edecektir yoksa ondan kaçınmak için sahte talimatnameler mi arayacaktır? Bu çatışmayı çözme noktasında insan başka bir varlıktan yardım alamamaktadır ki bu durum onun varoluşuyla gelen zorunlu yalıtımının doğal sonucudur (Hoffman, 2022).

Varoluşçu yalıtım, bireyin yarattıkları ve içinde yaşadığı dünya ile arasındaki kökensel boşluğa gönderme yapmaktadır. Bireyin, diğer insanlarla ve nesnelerle ne kadar yakınlık kurduğu hiçbir zamam önemli değildir. Çünkü kişide her zaman, kendisini bu varlıklardan ayıracak kapatılamaz bir boşluk veya bir sınır bulunacaktır (Batthyany ve Russo-Netzer, 2014). Kişi

varoluşuna tek başına başlamaktadır ve zorunlu olarak varoluşunu tek başına sonlandıracaktır. İnsan, bu dünyaya terk edilmiş bir varlıktır. Ve bu terk edilmişlik ve hiçlik ile tek başına yüzleşmekten başka çaresi bulunmamaktadır (May, 1961). Birey kökensel/nihai yalıtımdan kurtulmak için bedensel hazlarına, içinde bulunduğu dünyadaki nesnelere sahip olmaya ve diğer insanlarla ilişkilerinde kaybolmaya kaçmaktadırlar. Her bir kaçış, kişiyi kökensel yalıtılmışlığından uzaklaştırmaktadır. Ancak bu uzaklaşma bir yandan bireyin mutlak yalnızlığı ile kısa süreli de olsa baş etmesini sağlarken diğer taraftan bireyi ruhsal anlamda sağlıksız davranışlara sürüklemektedir (May vd., 1994). Dolayısıyla varoluşçu psikodinamiği yaratan buradaki temel çatışma güçleri, mutlak yalnızlığımızın farkına varma ve onunla yüzleşme ile bağlantı kurma, korunma ve daha büyük bir bütünün parçası olma arzuları arasındaki gerilimle oluşmaktadır. Buraya kadar birey varoluşu ile yüzleştiğinde; kayıtsız bir evrende yalnız başına kendi dünyasını ve varlığını kendisinin var etmesi gereken bir canlı olduğunu görmektedir. Ayrıca sonunda yok olacak olan bir varlık olduğunu da fark edecektir (Binswanger, 1956). Bu noktada bireyin diğer bir nihai kaygısı ortaya çıkmaktadır. Tüm bunların anlamı yani betimlenen bu varlığın yaşamının anlamı ne olmalıdır sorusu, kendisini zorunlu olarak dikte etmektedir.

Anlam bireyin dünyayı, yaşamını, diğer insanları ve kendisini kavrama biçimdir. Birey öz-bilincine yönelerek gerçekleştirdiği düşünme eylemi sonucunda hazır verili bütün anlamları reddetmektedir. Çünkü özgürlüğü, anlam yaratma kuvvetini yalnızca kişinin kendisine vermektedir. Dıştan verilmiş bir anlamı kabullenme özgürlükten kaçış anlamına gelmektedir (Frankl, 2017). O halde bireyin yapması gereken verili bütün anlamları reddettikten sonra vardığı hiçlikten yeni anlamlar yaratmasıdır. Tüm bu anlamlardan yalnızca birey sorumludur. Kişi yaşamının anlamını kendi özgür iradesiyle kendisi bulmalıdır. Bu noktada ona yardımcı olabilecek ya da onun özgürlük yükünü paylaşabilecek başka bir canlı yoktur (Birnbaum, 1961). Bu noktada varoluşçu psikodinamiği oluşturan gerilim, içinde anlam bulunmayan bir dünyada kişinin kendi anlamlarını yaratabilmesi kaygısıyla meydana gelmektedir. Bu noktada birey, anlam yaratma yüküyle veya hazır anlamlarla uyuşma davranışı arasında bir ikilem yaşamaktadır (May, 2019b).

Varoluşçu psikoterapi, bireyin üzerini katmanlarca savunma mekanizmasıyla örttüğü bu kökensel kaygıların, bilinçli ve bilinçdışı korku ve güdüleri yarattığını ileri sürmektedir. Böylece en temel psikodinamik olan Freudyen psikodinamik şablonu yapısal olarak aynı kalmakla birlikle kökensel kaygılar ve çatışan güçler farklılaşmaktadır. Freudyen

psikodinamikteki "DÜRTÜ ► ANKSİYETE ► SAVUNMA MEKANİZMASI" şeklindeki eski yapı, varoluşçu psikodinamikte "TEMEL KAYGILARIN FARKINA VARMA ► ANKSİYETE ► SAVUNMA MEKANİZMASI" haline dönüşmüştür (Yalom, 2018). Her iki formül de anksiyeteyle baş etmek için zihnin savunma mekanizmalarını kullanarak psikopatolojiye doğru yöneldiğini göstermektedir (Greenberg vd., 2004). Gerek bilinçli gerekse bilinçdışı savunma mekanizmaları, şimdiki zamanda güven vermelerine karşın zorunlu bir biçimde psikolojik gelişimi ve sağlığı sınırlamaktadır. Böylece anksiyeteyle başa çıkmaya çalışan zihin, savunma mekanizmaları ile sağlıksız bir psikolojik durumuna evrilmektedir (Gantt ve Thayne, 2014). Bu süreç yukarıdaki iki formül için de geçerli olsa da iki yapıyı ayıran en önemli farklılık, anksiyeteyi meydana getiren faktördür. Freduyen şemada bu faktör "dürtü" iken (Freud, 1964), varoluşçu şemada bu faktör "temel kaygıların farkına varma" dır (Yalom, 2018). Rank (1945)'ın da altını çizdiği gibi eğer bir ruh sağlığı uzmanı, bireyi dürtülerinin ve içgüdülerinin egemen olduğu bir varlık olarak değil de korku dolu, acı çeken bir varlık olarak görürse; onu tedavi etme noktasında eli çok daha fazla güçlenecektir.

2.4. VAROLUŞÇU SOSYAL ÇALIŞMA

Varoluşçuluk insanların yaşam içerisinde nasıl anlam yaratabildiklerini, yaşadıkları zorluklara karşın kendilerini nasıl yeniden var edebildiklerini ve kendileri üzerine düşünmelerinin ortaya çıkardığı çarpıcı süreçleri ele almaktadır (Krill, 2017). Determinist kavrayışların insanı açıklamada yetersiz olduğunu savunan bu felsefi duruş, Sartre (2017)'ın ifadesiyle "bireyi özgürlüğe mahkûm ederek" iradeyi ve özgürlüğü ön plana çıkarmıştır. Birey, çevresindeki sosyal, kültürel, politik, ekonomik, dini ve felsefi diktelerle davranışa geçen bir canlı değildir. Birey bu "dış dünyaya" veya dikte edilen bu "zeminlere" karşın kendisini yalıtıp kendi üzerine düşündüğünde; bu diktelere karşı özgürlüğünün var olduğunu fark edebilecek bir varlıktır (Kominkiewicz, 2006). Yalom (2018)'un da belirttiği gibi kişi için gerekli olan dış dünyanın siyasi, ekonomik, kültürel ve felsefi dayatmalarından sıyrılmak, biraz sessizlik, biraz huzur ve son olarak kendi üzerine samimi bir düşünme aktivitesi gerçekleştirmektir. Randall (2001) ve Lantz (1999) kişinin kendi üzerine yönelttiği bu samimi ve eleştirel düşünmenin bireyi ölüm, özgürlük, anlam ve yalıtım gibi kavramları sorgulamaya sürüklediğini ileri sürmektedir. Bireyin özgürlüğe mahkûm edilmesi, dış dünyadan yalıtımı, anlam yaratma becerisi ve ölümü gibi konuları tartışan varoluşçuluğun sosyal çalışma bilimi üzerindeki etkisi ise Krill'in (2017) ifadesiyle belirsizdir.

Varoluşçu sosyal çalışma kuramının öncü isimlerinden Donald Krill bu belirsizliği değerlendirirken, sosyal çalışma bilimi içerisinde varoluşçu düşünceye ilişkin bilimsel çalışmaların ve modellerin sayısının azlığından bahsetmektedir (Krill, 2017). Sosyal çalışma biliminde ilk varoluşçu çalışmaların 1962 yılında yapıldığı düşünüldüğünde, bu konuyla ilgili yapılan bilimsel etkinliklerin (makale, tez, ulusal ve uluslararası konferanslar vb.) az sayıda olduğu anlaşılmaktadır (Payne, 2014). Dolaylı olarak varoluşçu bakış açısının sosyal çalışmacıların dikkatini çekmediği sonucu ortaya çıkmaktadır. Krill (2017) bu durumun iki temel nedeni olduğunu ileri sürmektedir. İlk olarak varoluşçu yazıların filozoflar, psikologlar, teologlar ve akademisyen sosyal çalışmacılar tarafından yazılması, meslek uygulayıcısı için yabancı bir terminoloji ortaya çıkarmaktadır. (Dış dünya, zeminsizlik, otantiklik, hiçlik, varlık vb.) Buna ek olarak sosyal çalışmacılar "teorisyen" olmaktan ziyade "uygulayıcı" olma eğilimindedir. Teorisyen bir sosyal çalışmacı dahi "felsefi" bir tutumdan çok "pragmatik" bir tutum benimsemektedir. Dolayısıyla uygulama yapmak isteyen ve yabancı bir terminoloji ile uğraşmak istemeyen meslek elemanı varoluşçu metinlerle ilgilenmemiştir. İkinci neden ise varoluşçu sosyal çalışma yazarlarının uygulama modelleri ve ilkelerinden ziyade daha kuramsal ve felsefi bir bakış önermeleridir. Çünkü varoluşçuluk, sosyal çalışma biliminin kuramsal alt yapısına yalnızca varoluşçu psikoterapi ilkelerin üzerinden değil; aynı zamanda varoluşçu felsefe ve sosyal çalışma bilimi ilişkisi kurularak da dahil edilmeye çalışılmıştır. Bu durum uygulama yönelimli yetiştirilen meslek elemanının varoluşçuluğa olan ilgisini negatif yönde etkilemiştir. Tüm bu süreçler varoluşçuluğun sosyal çalışma bilimi içerisinde gelişmesine ket vururken; son yıllarda yapılan araştırmalar ve ortaya koyan modeller, varoluşçuluğun sosyal çalışma bilimi içerisinde hızlı bir şekilde gelişimini temellendirmiştir (Krill, 2017).

Son yıllarda sosyal çalışma biliminde varoluşçuluğa ilişkin ilginin artmasının birçok nedeni bulunmaktadır. Sosyal çalışma uygulamalarında varoluşçu perspektifin dezavantajlı grupların ve azınlıkların daha etkin bir şekilde değerlendirilmesi, birey ve ailelerle çalışmada "şimdi ve burada" odaklı çalışmaların etkinliğinin arttırılması, tedavi modellerinin daha esnek ve eklektik kullanımının sağlanması, toplumun ve ailenin değerleri karşısında bireylerin değerlerinin ön plana çıkarılması ve sosyal yaşam ile ilgili yapılan bütün sağlıksız kategorilerin işlevselliğinin azaltılması gibi süreçler üzerindeki olumlu etkileri bu nedenlerden bazılarını oluşturmaktadır (Payne, 2014). Ancak varoluşçuluğun sosyal çalışma bilimi ile ilişkisi bu nedenlerin ortaya çıkışının çok daha öncesine dayanmaktadır. 1940 ve 50'li yıllarda ortaya çıkan ve determinist Freudyen görüşün karşısında duran birçok hümanist ve varoluşçu bilim insanı çağdaş sosyal

çalışma biliminin bilgi, beceri ve değer temelini derinden etkilemiştir (Thompson, 1992). Rogers (1951)'ın Birey Merkezli Tedavi Kuramı, Laing'in şizofreni hastalığına yaklaşımı (Cooper, 2017), Perls (1973)'in Geştalt Kuramı, Virgina Satir'in Aile Terapisi Yaklaşımı (Haber, 2002) ve Maslow (1970)' un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Modeli varoluşçu-hümanist yaklaşımdan etkilenerek ortaya çıkan ve sosyal çalışma bilimini derinden etkileyen kuram ve yaklaşımlardır. Dolayısıyla varoluşçuluktan etkilenen bu kuramların sosyal çalışma bilimi içerisine dahil edilebilmesi, doğrudan varoluşçuluğun sosyal çalışma bilimi ile ilişkisini gündeme getirmektedir (Krill, 1978b; Thompson, 1992). Varoluşçuluğun sosyal çalışma biliminin kuramsal alt yapısına entegre edilmesi ise yıllar süren değişim ve dönüşümlerin etkisiyle gerçekleşmiştir.

2.4.1. Varoluşçu Sosyal Çalışmanın Tarihsel Gelişimi

Varoluşçu düşünce, psikoloji bilimini kuramsal ve yöntemsel açılardan etkilerken; bu bilim dalıyla sıkı bir ilişkiye sahip olan sosyal çalışma bilimi de dolaylı olarak bu ilişki kümesinden etkilenmiştir. Payne (2014) bu ilişkiyi en iyi açıklayan örneğin Carl Rogers olduğunu ileri sürmektedir. Rogers, varoluşçu düşünceden etkilenen hümanist bir sosyal çalışmacı olması nedeniyle bu ilişkiyi açıklamak için gayet uygun bir örnek gibi gözükmektedir. Rogers (1951)'ın ileri sürdüğü Birey Merkezli Terapi'deki bireyin seçim özgürlüğü, kendi hayatı için sorumluluk alması, onuru ve değişim gücü vurguları, sosyal çalışma disiplinin bilgi, beceri ve değer temelini derinden etkilemiştir. Ancak bu vurgular, kökensel olarak varoluşçu yaklaşımın etkilerini barındırmaktadır. Bireyin özgürlüğünü, seçimini ve gücünü bu kadar çok vurgulayan ve ön plana çıkaran bir yaklaşımın Freudyen veya davranışçı bir ekolden etkilenmesi rasyonel görünmemektedir (Krill, 2017; Mounier, 2019; Payne, 2014; Sartre, 2022). O halde varoluşçuluk dolaylı olarak sosyal çalışma biliminin bilgi-beceri ve değer temeli üzerinde etki sahibi olmuştur. Payne (2014) bu etkiyi, sosyal çalışma bilimi içerisindeki Maslow (2020)'un kişinin kendisini gerçekleştirmesindeki basamakları içeren "İhtiyaçlar Hiyerarşisi" yaklaşımı ve Herbert Mead (1934)'in ortaya koyduğu "Sembolik Etkileşimcilik" kuramı ile açıklamaya devam etmektedir. Sosyal çalışma bilimi içerisindeki tüm bu kuramlar, varoluşçuluktan etkilenerek dolaylı olarak sosyal çalışma bilimi ile varoluşçu düşünce arasındaki ilişki ve etkileşimi temellendirmişlerdir (Thompson, 1992).

Sosyal çalışma bilimi ile varoluşçu düşünce arasındaki doğrudan bağlantı ise ilk olarak 1962 yılında David Weiss (1962) ve Gerald Rubin (1962) tarafından yayımlanan makalelerde ileri sürülmüştür. 1960'lı yılların sonlarına doğru John Stretch (1967), Robert Sinsheimer (1969) ve

Donald Krill (1978b) gibi isimler sosyal çalışma ile varoluşçu düşünce arasındaki ilişkiyi tartışmaya devam etmişlerdir. Krill'e göre (2017) sosyal çalışma-varoluşçuluk ilişkisini doğrudan tartışan bu öncü çalışmaların genel olarak varoluşçuluğun sosyal çalışma biliminin kuramsal ve uygulama temeline nasıl entegre edilebileceğini tartışıyordu.

Sosyal çalışmada varoluşçuluk konusundaki ilk kitap Kirk Bradford (1969) tarafından yazılan "*Existetntialism and Casework*"tür. Ancak bu kitap kapsamlı ve öncülük eden bir kitap olmaktan çok tanıtıcı ve bütünleştirici bir çalışma olarak değerlendirilmelidir. Krill'in 1969 yılında yayımladığı "*Existential Social Work*" isimli çalışmada sosyal çalışma biliminin uygulama ve kuramsal temeline varoluşçu düşüncenin katkısı detaylı bir şekilde tartışılmıştır (Krill, 2017). 1974 yılında ise James Whittaker sosyal çalışma müdahalelerinde kullanılan dört ana teoriden birinin varoluşçu düşünce olduğunu belirterek varoluşçuluğu sosyal çalışma bilimine açık bir şekilde dahil etmiştir (Whittaker, 1994). Daha sonraki yıllarda sosyal çalışma-varoluşçuluk ilişkisine dair yazılan kitaplarda öz-farkındalık, felsefi düşünce, çocuk istismarı (Brown, 1980), sosyal çalışma eğitimi (Swaine ve Baird, 1977) ve kültürlerarası danışmanlık (Vontress, 1979) konuları ele alınmıştır. Daha sonrasında Jim Lantz (Lantz, 1988, 1999; Lantz ve Greenlee, 1991), Frances Bernard Kominkiewicz (2006), Beverly Romanchuk (Brown ve Romanchuk, 1995) ve Elizabeth Randall (2008) gibi isimler sosyal çalışma ve varoluşçuluk arasındaki ilişkiye dair detaylı çalışmalar gerçekleştirmişlerdir.

Bahsedilen öncü makale ve kitap çalışmalarıyla ortaya konan varoluşçuluk-sosyal çalışma ilişkisinin terapötik faydaları, yapılan sosyal çalışma müdahalelerinden elde edilen bilimsel verilerle de ortaya konmuştur. Yapılan bilimsel çalışmalarda varoluşçu bakışın sosyal çalışma müdahalelerinde ergenlerle yapılan çalışmalarda (Chessick, 1996), yaşlılarla yapılan çalışmalarda (Brown ve Romanchuk, 1995), klinik sosyal çalışma uygulamalarında (Klugman, 1997), çift terapilerinde (Lantz, 1999), sosyal çalışma süpervizyonunda (Walsh, 1999), felçli hastalarla yapılan çalışmalarda (Nilsson vd., 1999), madde bağımlılığı çalışmalarında (Ford, 1996), travma çalışmalarında (Lantz ve Greenlee, 1991) ve sosyal çalışma eğitiminde (Dean ve Fenby, 1989) yararlı olduğu bilimsel olarak ortaya konmuştur. Nilsson (2018) günümüzde varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımını, gelişimin henüz başlarında olan bir çocuğa benzetmektedir. Ancak sosyal çalışmacıların bu kurama duydukları ilgi ve uygulamada elde ettikleri başarılar gün geçtikçe bu yaklaşımın daha fazla kabul ve onay görmesini sağlamaktadır. Buraya kadar varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımının tarihsel süreçteki gelişimi değerlendirilmiştir. Ancak bilimsel alanyazın incelendiğinde varoluşçuluk ile sosyal çalışma

biliminin etkileşiminin tek bir noktada gerçekleşmediği görülmektedir. Varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımı öncüleri bazı noktalarda varoluşçu felsefeden yararlanırken, bazı noktalarda varoluşçu psikolojiden yararlanmıştır. Bununla birlikte varoluşçu sanat ve edebiyat da varoluşçuluk ile sosyal çalışma biliminin kesişim noktalarını çoğaltmıştır (Krill, 2017; Payne, 2014; Thompson, 1992). Bu nedenle çalışmanın bundan sonraki kısmında varoluşçuluk ile sosyal çalışma biliminin kesişim noktaları, bu ilişkileri ileri süren öncü sosyal çalışmacılar aracılığıyla değerlendirilecektir. Böylece varoluşçu sosyal çalışmada ileri sürülen birden fazla anlayışın bütünsel bir portresi sunulmaya çalışılacaktır.

2.4.2. Varoluşçu Sosyal Çalışma Perspektifleri

Öncü varoluşçu sosyal çalışmacılar belirli temelleri vurgulama noktasında ortak bir paydada ele alınsa da (örneğin her biri kendisine hizmet sunduğu kişiyi "varoluş" olarak değerlendirir.) gerçekleştirdikleri sosyal çalışma müdahalelerinde varoluşçu yaklaşımın birbirinden farklı yönlerini vurgulamışlardır (Çelik, 2018). Varoluşçu yaklaşımın sosyal çalışma uygulamalarında otuz yılı aşkın bir süredir kullanıldığı düşünüldüğünde, bu konuda alanyazında oldukça çeşitli çerçeveler çizildiği görülmektedir. Ancak Tajima (2014) öncü varoluşçu sosyal çalışmacılar içerisinde özellikle dört bilim insanının çok daha sistematik ve özgün varoluşçuluk-sosyal çalışma ilişkisi çerçevesi çizdiğini belirtmektedir. Bunlar Jim Lantz, David Weiss, Neil Thompson ve Donald Krill'dir.

2.4.2.1. Lantz'in Anlam Arayışına Odaklanan Varoluşçu Sosyal Çalışma Perspektifi

Lantz (1988), ailelerle gerçekleştirdiği sosyal çalışma uygulamalarında Kıta Avrupası'nda Freudyen görüşlere karşı çıkan varoluşçu analist grubundan Viktor Frankl (2017)'ın "Logoterapi" düşünce ve tekniklerini kullanmıştır. Frankl (2017)'a göre bireylerin yaşadıkları psikopatolojilerin altında varoluşsal bir boşluğa yani hiçliğe saplanmış bir insan varlığı yapısı bulunmaktadır. Çünkü insanların yaşamlarını sağlıklı bir biçimde devam ettirmelerinin en önemli koşulu yaşamlarına eşlik eden anlamlardır. Ancak içinde yaşadığımız çağ bireyleri değerlerinden, fikirlerinden ve düşüncelerinden soyutlayarak onları anlamı olmayan boş/hiç varlıklar haline getirmektedir (Birnbaum, 1961). Frankl (2017)'ın da altını çizdiği gibi bireyler anlam yaratmadan ve anlamlara bağlı kalmadan yaşamlarını sağlıklı bir biçimde devam ettiremezler. Bu nedenle yapılması gereken boşluğa ve anlamsızlığa saplanmış bireylerin sağlıklı bir varoluş haline gelebilmeleri için yeniden anlam hissini deneyimlemesini sağlamaktır. Kendi çabalarıyla tatmin edici yaşam anlamlarına erişemeyen bireyler kaçınılmaz olarak önemsiz olma ve hiç olma duygu-durumlarını deneyimlemektedirler. Dolayısıyla

boşluğu/hiçliği deneyimleyen birisi, bu boşluğu kendisine ait anlamlarla dolduramazsa kaygı, umutsuzluk, önemsiz hissetme ve korku duygularını yaşamaktadır: *"Boşluk, gelişen bir anlam duygusuyla veya kaygı, depresyon, umutsuzluk, kafa karışıklığı ve anomi deneyimi (anlamsızlık) gibi belirtilerle doldurulabilir"* (Lantz, 1989).

Lantz, Frankl'in anlam yaratma anlayışını kullanarak savaştan dönen askerlerin, şizofreni hastalarının, obezite sorunu olan bireylerin, yaşlıların ve travma sonrası stres bozukluğu olan kişilerin iyilik halini arttırmayı başarmıştır. Genel olarak değerlendirildiğinde onlara kaybettikleri anlamlar yerine yeni anlamlar keşfetmeleri için destek olmaya çalışmıştır (Tajima, 2014).

Lantz'e göre *"Aile grubuna Franklyen müdahale, ailenin anlam arayışının yararlı bir şekilde kolaylaştırılmasına yöneliktir"* (Lantz, 1988: 66). Bununla birlikte Lantz, aile üyelerinin yaşama dair anlamlarını kendi çabalarıyla keşfetmelerinin "*aile içi iletişimi geliştireceğini*" belirtmektedir (Lantz, 1988: 66).

Lantz, savaştan dönen askerlerin sık sık yaşadıkları travma sonrası stres bozukluğu semptomu olarak değerlendirilebilecek ani geri dönüşleri, kâbusları ve suçluluk düşüncesini anlam arayışlarının sembolleri olarak değerlendirmiştir. Bu semboller üzerine düşündüklerinde askerler belirli anlamlara ulaşmışlardır. Bu yaşam anlamlarına ulaşan bireylerde, belirtilen semptomların etkileri gün geçtikçe azalarak ortadan yok olmuşlardır. Lantz, varoluşsal boşluğun travma sonrası stres bozukluğu semptomlarının gelişmesi için oldukça uygun bir zemin olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle bu boşluğun hızlı bir biçimde benimsenebilecek anlamlarla doldurularak semptomların etkilerinin büyümesine engel olunmalıdır (Lantz ve Greenlee, 1990).

Lantz (1988, 1989, 1999) bireylerin varoluşsal boşluklarını anlamlarla doldurabilmek için Franklyen Logoterapi tekniklerini kullanmıştır. Bu tekniklerden ilki paradoksal niyet tekniğidir. Bu teknikte yapılan şey, bireyin korkusuna ve kaygısına neden olan kısır döngüleri kırmaya çalışmaktır. Bireye en çok korku ve kaygı duyduğu durumların ne olduğu sorulmaktadır. Daha sonrasında terapi gibi güvenli bir ortamda kişi, bu korku ve kaygı dolu duruma maruz bırakılarak kısır döngü haline gelen korkularının paradoksal mantıksız yanı ortaya çıkarılmaktadır. Örneğin üniversite sınavlarından düşük puan almaktan korkan bir ergen, terapötik bir ortamda bu olumsuz duruma maruz bırakılarak, düşüncesinde tasarladığı gibi bu durumun yaşamın sonu olmadığını fark etmektedir. Ergen birey, yaşamında bu korkuyu

otomatikleştirmiş ve altı boş bir düşünce olduğunun farkına dahi varamayacak noktaya gelmiştir. Dolayısıyla paradoksal niyet, kişinin korkusu ve kaygısıyla ilgili farkındalık kazandırmayı amaçlamaktadır (Lantz, 1988).

İkinci logoterapi tekniği ise düşünce odağını değiştirmektir. Frankl'a göre birey modern yaşam içerisinde sürekli olarak güç kazanmaya ve haz elde etmeye yönelik bir düşünce şeması geliştirmektedir. Bu noktada gücün ve hazzın tatmin edilemez yapısı bireyin sürekli olarak ihtiyaç halinde acı çekmesine neden olmaktadır. Bu noktada bireyin düşünce odağı modern çağın "başarı" olarak atfettiği düşünce, değer ve davranışlardan uzaklaştırılarak kişinin kendi varlığına doğru yöneltilmelidir (Barnes, 2000; Batthyány, 2016; Schulenberg vd., 2008). Çağın başarı basamaklarının sonsuzluğu ve başarısız olma tehlikesi, kişiyi olumsuz bir psikolojik duruma sürüklemektedir. Ancak kendi varlığına, inançlarına ve değerlerine yönelmiş bir birey, çok daha bütüncül bir benlik duygusuna sahip olmaktır. Bu durum bireyin patolojik semptomlardan kurtulmasına katkıda bulunmaktadır. Dolayısıyla kişinin düşünce odağı kendisine çevrilerek acı dolu modern çağdan kurtulmasına çalışılmaktadır (Lantz, 1989).

Lantz (1988)'in terapilerinde uyguladığı üçüncü teknik sokratik diyalog tekniğidir. Bu teknikte ruh sağlığı uzmanı bireyin kendi ruhsal boyutlarını, güçlü yanlarını, umutlarını ve başarılarını fark etmesi için mantık ilkelerine dayanan sorular sormaktadır. Burada amaç kişiyi doğrudan yönlendirmek değildir. Yalnızca kişiye farkında olmadığı yanlarını fark ettirecek sorular sormaktır. Kişiyi kendisine yönlendirecek şey, bu sorulara kendi vereceği cevaplardır. Bu noktada akla dayanan serbest sorgulama her zaman bireyin mantık dışı korkularını ve kaygılarını ortadan kaldırma ve kişiye güçlü yanlarını fark ettirme gücüne sahiptir (Barnes, 2000; Batthyány, 2016). Sokratik diyalog tekniği bu nedenle sosyal çalışmacıya varoluşsal doğumun "ebesi" rolünü vermektedir. Sosyal çalışmacı kişinin ortaya çıkaracağı anlamların ve böylece ortaya çıkacak yeni bireyin sağlıklı bir biçimde doğumunu kolaylaştırmaya çalışmaktadır. Lantz (1999)'ın kullandığı son teknik ise provakatif yorumlardır. Bu yorumlar bizzat sosyal çalışmacı tarafından yapılmaktadır. Ruh sağlığı uzmanı terapinin uygun zamanlarında bireylere "Bunu böyle yapılmasını öneriyorum" veya" Neden böyle yapmıyorsun?" gibi kışkırtıcı yorumlarda bulunarak onun kendisi ile ilgili farkındalığını arttırmaya çalışmaktadır. Bu kontrollü kışkırtma, özellikle bireyin ifade etmekte zorlandığı alanlarda verimli bir teknik olma özelliğine sahiptir. Bireyi zorlar ve onu duygusal bir boşalıma (*katharsis*) doğru itmeye çalışır (Crumbaugh, 1971; Frankl, 1967).

Lantz (1991)'in yaklaşımı her zaman varoluş kaygısıyla dolu insanların varoluşsal boşluklarına yönelmiştir. Varolmak isteyen bireyler bu amaca ulaşmak için benimseyecekleri anlamlara erişemezlerse ruhsal sorunlar yaşamaktadırlar. Sosyal çalışmacılar bireyi bu semptomlardan kurtarmak için; onlara anlamlarını keşfetmelerinde destek olmalıdır. Böylece bireylerin otantik bir varlığa dönüşmesi sağlanacaktır (Lantz, 1997). Lantz anksiyete ve korku içerisindeki bireyleri anlam yoluyla otantik bireyler haline gelmesini amaçlamıştır. Bu konuda özellikle somut tedavi yöntemlerinden bahsetmesi, onun varoluşçu sosyal çalışma perspektifini güçlü bir hale getirmektedir (Tajima, 2014).

2.4.2.2. Weiss'in "Ben-Ben" İlişkisine Odaklanan Varoluşçu Sosyal Çalışma Perspektifi

Weiss (1975), "yabancılaşma"yı, içinde bulunduğumuz çağda yaşayan insanoğlunun içine düştüğü zor durum olarak nitelemiştir. Weiss (1975)' e göre modern erkek ve kadınlar yabancılaşma ile birlikte kimlik krizine, destekleyici ilişkilerden yoksunlaşmaya, önemsizlik hissine ve hiçlik durumuna sürüklenmektedirler. Bireyin iyilik halini sağlamaya yönelmiş sosyal çalışma mesleği, bu bağlamda "yabancılaşma" ile başa çıkmak zorundadır. Ancak Weiss (1962) bu görevin oldukça zor olduğunun altını çizmektedir. Çünkü yabancılaşma, modern toplumun düşünce tarzının temel yapı taşını meydana getirmektedir. Weiss, modern toplumun düşünce tarzında insanın yerini şu şekilde ifade etmektedir: *"İnsan, modern toplumun üretici-tüketici ekonomisindeki yeri için numaralandırılır, sayılır ve sınıflandırılır"* (Weiss, 1975: 18). Başka bir deyişle, modern erkek ve kadınlar üreten ve tüketen "nesne" konumunda görülmektedirler. Bu nesnelerden beklenen söylenen kadar tüketmeleri ve söylenen kadar üretmeleridir. Böyle bir düşünce tarzında bu nesnelerin birbirleriyle ilişki kurmaları gerekli değildir. Örneğin bir koltuğun yastıkla ilişki kurması veya kurmaması önemli değildir. Onlardan beklenen "koltukluk" ve "yastıklık" görevlerini yerine getirmektir. Bu nesne olmanın doğal sonucudur. Weiss (1975) sosyal çalışmacıların hizmet verdiği bireyleri de objektif birer nesne olarak algıladıklarını ifade etmektedir. Bu bireylerin sosyal çalışma sisteminden belirli bir talebi vardır. Sosyal çalışma sistemi ise bu talebe uygun arzı sağlamak için uygulamalar yapmaktadır. Bu objektif bir nesnenin objektif diğer nesneye çarpmasından başka bir şey değildir. Bu bir iletişim değildir (Tajima, 2014). Weiss (1962) bu nedenle hizmet verilen bireyleri tek tipleştiren kuram ve klinik tanı kriterlerinin bireyin iyilik halinin sağlanmasında yeterli olamayacağını ve zorunlu olarak bireyleri nesneleştirip yabancılaştıracağını ifade etmektedir. O halde sosyal çalışmacılar, hizmet verdikleri bireyleri objektif olmalarının aksine eşsiz birer sübjektif varlık olarak değerlendirmesi gerekmektedir. Weiss (1975) bu noktada

sosyal çalışmacıların uygulamalarında benimseyeceği iletişim tipi olarak varoluşçu düşünür Martin Buber (2010)'in "Ben-Ben" ilişki tarzını önermektedir.

Buber (2003) temel olarak bir insanın varoluşunu, başkası ile kurduğu ilişki üzerinden var ettiğini ileri sürmektedir. Daha öz bir ifadeyle, başka insanlar olmasaydı varoluşumu ortaya koyup anlayabileceğim bir koşulum bulunamazdı. Başkası ile kurduğum ilişki bu nedenle varoluşumun kökenidir (Friedman, 2003). Ancak başkasıyla kurduğum ilişki her zaman tek düze bir ilişki değildir. Buber (2002) bireyin varoluşunu meydana getiren başkasıyla ilişkisinin iki türü olduğunu ileri sürmektedir. Bunlardan ilki "Ben-O" ilişki tarzıdır. Bu ilişki tarzı iki nesneleşmiş varlığın karşılaşması anlamına gelmektedir. Bu tarz bir ilişkide modern çağın gündelik "zırvalıkları", güç gösterileri ve çatışmalar ön plandadır (Buber ve Agassi, 1999). Kişinin mahrem sevgi, dostluk, güven, kaygı ve korkuları bu tarz bir ilişkide hiçbir şekilde ortaya çıkmaz. Bencil bir nesnenin diğer bencil bir nesne üzerindeki güç gösterişi ve çatışmaları ön plandadır (Schilpp, 1967). Bu tarz bir ilişki, bireyi ve karşındakini nesneleştirmekte, bencilleştirmekte, değersizleştirmekte ve varoluşsal bir boşluğa itmektedir. Bu ilişkilerde kabullenme, samimiyet ve anlayış yerine damgalanma, aşağılanma, sahte duygu ve fikirler ön plana çıkmaktadır (Zank ve Braiterman, 2004). Buber (2010) "ben – o" ilişkisiyle kendisini var eden bireyin nesnel ve deneyimsel bir dünyaya hapsolduğunu belirtmektedir. Dahası kendisi de bu dünyadaki bir eşyaya indirgenmektedir. Bu ilişki türü Weiss (1975)'in belirttiği modern çağın insanının ilişki türüdür.

Buber (2002)'e göre insanlar hayatlarının anlamını ve amacını ancak başkalarıyla olan yakın ilişkileri aracılığıyla bulabilmektedirler. Buber (2010) bireyi var eden bu ilişki türünün "Ben–Ben" ilişkisi olduğunu belirtmektedir. "Ben-Ben" tarzı bir iletişimde kişilerin kökensel kaygıları, korkuları, hataları, samimiyet içeren destekleri, sevgileri ve koşulsuz kabullenmeleri ön plandadır. Bu tarz bir iletişimde bireyler birbirilerini, kendi benliklerini anlamaları noktasında desteklemekte ve güçlendirmektedir. Yine bu tarz bir iletişim tarzında bireyler, birbirilerinin eşsiz yaşam anlamlarına saygı duyarak; bu anlamlara erişme noktasında birbirlerini desteklemektedir (Buber, 2002). Bireyler birbirilerine yaşam anlamlarını keşfetmede destek olmaktadırlar. Birbirilerini ölüm, yalıtım, özgürlük ve anlam gibi temel varoluş kaygıları ile yüzleşme noktasında cesaretlendirmektedirler. Bu iletişimle kendi varoluşunu oluşturan birey için başka insanlar eşsiz, güven ve huzur veren, varoluşla bütünleşmeye çağıran varlıklardır (Buber, 2003; Friedman, 2003; Schilpp, 1967).

Weiss (1975), "yabancılaşmış" insanlara yardım etmek için "varoluşsal bir karşılaşmanın" gerekli olduğunu belirtmektedir. Bu karşılaşma için de sosyal çalışmacıların hizmet verdikleri bireyleri, Buber (2010)'in "ben-ben" ilişkisini kapsamında değerlendirmesi gerekmektedir. Böylece sosyal çalışma müdahalesi bir varoluş kaynağı haline dönüşmektedir. Bireye kendi yaşam anlamlarını fark ettiren ve varoluşuyla yüzleşme imkanını veren eşsiz bir destek konumuna gelmektedir (Krill, 2017; Randall, 2001). Bireyin aradığı koşulsuz kabullenme ve güvenin kaynağı, sosyal çalışma müdahalesi aracılığıyla kişiye kazandırılmalıdır. Sosyal çalışmacı hizmet verdiği bireyi tek tip bir nesne olarak değerlendirmemeli; aksine onu kendi anlamlarını ve gizemlerini keşfetmesi gereken cesareti kırılmış bir "yolcu" olarak değerlendirmelidir. Sosyal çalışma bilimine düşen "ben-ben" ilişkisiyle kişinin bu yolculuğa çıkma cesaretini arttırmaktır (Tajima, 2014).

2.4.2.3. Thompson'un "Birey-Çevre Diyalektiği" Anlayışına Odaklanan Varoluşçu Sosyal Çalışma Perspektifi

Thompson (1992), kendi varoluşçu sosyal çalışma perspektifini varoluşçu düşünür Jean-Paul Sartre'ın düşüncelerine dayanarak oluşturmuştur. Sartre tanrı tanımaz varoluşçu felsefenin en tartışmalı düşünürüdür (Mounier, 2019). Sartre (2022), gerçekleştirdiği felsefesi sonucunda insanın kendi yolunu seçmek için "özgür varoluş" konumuna yerleştirileceği sonucuna varmaktadır. Bu nedenle insan seçme sorumluluğundan kaçamamaktadır. Bu kaçış insanı sahteleştirerek otantik varoluşunu tehdit etmektedir. Konuyla ilgili olarak Sartre (2021) şunları ifade etmektedir:

"İnsan özgür olmaya mahkûmdur: mahkûm edilmiştir, çünkü kendisini yaratmamıştır, yine de özgürdür, çünkü dünyaya bir kez atıldığında, yaptığı her şeyden sorumludur."

Bireyin dünyada seçimlerini dayandırabileceği herhangi bir ilke bulunmadığından kişinin özgürlüğü onun baş etmesi gereken bir acıya dönüşmektedir. Kişi yalnızca kendi özgür iradesine dayanarak bir karar vermelidir (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Sartre (2021)'ın ileri sürdüğü otantik varoluş olan birey, tüm belirsizliklere rağmen seçimlerini herhangi bir koşula dayanmadan yapmalı ve bu seçimin sorumluluklarını yalnızca kendisi üstlenmelidir. Kişi yaptığı seçimin ortaya çıkardığı olumsuzlukları başka varlıklara veya yapılara yükleyemez. Bu konudaki yegâne sorumlu kişinin kendisidir (Kaufmann, 1975).

Thompson (1992), Sartre'ın felsefesine dayanan perspektifinde, kendisine hizmet verdiği bireyleri "kendini yaratma" ya da "kendini tanımlama" sürecinde olan varlıklar olarak tanımlamıştır. O halde bireyler tanımlı belirli sorunları olan varlıklar değildir. Aksine bireyler

kendilerini anlamaya ve var etmeye çalışan varlıklardır. Ancak Thompson (1992) bireylerin otantik bir biçimde var olması üzerinde birey kadar çevrenin de etkili olduğunu ileri sürmektedir. Çevre, bireyin kendi varoluşuyla yüzleşmesini ve özgür iradesiyle seçimler yaparak kendisini yaratmasını etkilemektedir. Eğer uygun hale getirilirse çevre, bireyin kendini yaratımı ve arayışı sürecine destek olarak onun otantik bir varlık olma idealine destek olacaktır (Thompson ve Walsh, 2010). Dolayısıyla çevreyi oluşturan sosyo-politik özgürlük ile bireyi oluşturan kişisel özgürlük birbirileriyle karşılıklı etkileşim halindedir. Thompson (1992: 170) konuyu özetleyen ifadesinde şunları belirtmektedir: *"Varoluş, aynı anda hem derinden kişisel hem de temelde sosyal ve politiktir."* Thompson (2008)'a göre bugünün sosyo-politik bağlamı geçmiş insan eylemlerinin sonucudur. Yani geçmişteki insanların bireysel özgürlüklerine bağlıdır. Geleceğin sosyo-politik bağlamı ise bugünün bireylerinin özgür varoluşuna bağlıdır.

Bu nedenle sosyal çalışmacıların görevi, sosyo-politik bağlam içerisinde bireyleri özgür olmaları ve kendilerini yaratmaları için eğitmek ve farkındalık kazandırmaktır (Thompson ve Walsh, 2010). Bir kişi ile çevresi arasındaki ilişki özünde diyalektiktir. Bir kişi çevresiyle yüzleştiğinde, çevrenin kendi varoluşsal özgürlüğünü engellemesi sebebiyle sosyopolitik bağlamı aşması gerekmektedir. Bir bireyin sosyo-politik bağlamı aşıp bu yolla otantik bir birey olması için özgür olması gerekmektedir. Bu özgürlük bilincini hizmet verdiği bireye aktarma görevi ise varoluşçu sosyal çalışmacının görevidir (Thompson, 1992). Bireyi sahteleştiren sosyo-politik bağlamdan kurtarmanın yolu, onu acı dolu özgürlüğüyle yüzleştirmektir. Bu yüzleşme ise ancak bireyin kendi kendisine gerçekleştirebileceği bir süreçtir. Birey, özgürlüğü ile sosyo-politik bağlamı aştığında; gelecek sosyo-politik bağlamlara otantiklik katacaktır (Thompson, 2008). O halde günümüzdeki bir bireyin varoluşu ile yüzleşmesini desteklemek gelecekteki toplumun iyilik halini desteklemektedir. Birey özgürlüğüyle yüzleştiğinde yalnızca kendi eylemlerinden ve benliğinden değil aynı zamanda tüm insanlıktan sorumlu olduğunu kabul etmektedir. O halde varoluşçu sosyal çalışmacı, bireyi varoluşuna yönlendirme yoluyla bütün insanlığın iyilik haline yönelik bir müdahale gerçekleştirmiş olmaktadır (Tajima, 2014).

2.4.2.4. Krill'in "Dünyada-Olma" Anlayışına Odaklanan Varoluşçu Sosyal Çalışma Perspektifi

Krill (1978b)' in varoluşçu sosyal çalışma perspektifi, benlikleri kendi anlamlarını kavrayamayacak kadar kararsız insanlara yardım etmek için oluşturulmuştur. Krill bu bireylerin zihinlerinin çoğunlukla "Ben kimim, nereye gidiyorum, bundan sonra ne yapacağım?" gibi sorularla dolu olduğunu belirtmektedir. (Krill, 1978b). Ona göre varoluşçu sosyal

çalışmacıların ilgilendiği yabancılaşmış bireyler, otantikliklerini geri kazanmak isteyen ancak henüz otantik olmayan bireylerdir (Krill, 2017).

Krill (1978a)'e göre yabancılaşma yaşayan bireyler yalnız ve huzursuz durumlarından kaçmak için kararsız benliklerini kararlı hale getirebilecek yollar aramaktadırlar. Krill bireylerin kararsız varoluşlarını dengelemek için "uyum, tutku ve rasyonalizm" fenomenlerini benimsediklerini belirtmektedir. Ancak bu üç yol yalnızca "egonun tuzakları"dır (Krill, 1978b). Ego tuzaklarından ilki uyumdur. Birey belirsiz durumdaki benliğinden kaçınmak için başkaları tarafından yönlendirilmek istemektedirler. Bu noktada içinde yaşadığı toplumsal kültürleri, inançları, değerleri ve fikirleri doğru kabul ederek varoluşun belirsizliğini örtmeye çalışmaktadırlar. İkinci ego tuzağı ise tutkuların hazzına doğru gerçekleştirilen kaçıştır. Kim olduğunu ve nasıl davranacağını bilmeyen bir birey, bedenin keyif aldığı davranışlarını doğru kabul ederek; sürekli bu hazlarla varoluşun boşluğunu doldurmaya çalışmaktadırlar. Kişi haz aldıkça kökensel belirsizliğini unutmaktadır. Bu nedenle söz konusu unutkanlığın bireyi baskılamaması için sürekli olarak haz kaynaklarına yönelmesi gerekmektedir. Üçüncü ego tuzağı ise "rasyonalizm" dir. Buna göre yaşamda gerçek olarak kabul edilebilecek olan her şey, beş duyu organı ile deneyimlenebilen ve gözlemlenebilen varlıklardan meydana gelmektedir. Kişi deneyimleyip gözlemleyebildiği bu varlıklar üzerine klasik mantık ilkelerini yürüterek yaşamdaki doğrularını ve gerçeklerini şekillendirmektedirler. Böylece birey varoluşsal boşluğunu bilimsel bilgi ve geleneksel felsefenin akıl yürütmeleri ile doldurmaktadır (Krill, 1978b). Krill bireylerin bu üç temel yolla benliklerinin belirsiz kökenlerinden kaçmaya çalıştıklarını belirtmektedir. Ancak bu üç yol, sonuç olarak bireyi sahteleştirmekte, otantik varoluşundan uzaklaştırmada, huzursuzluğa sürüklemekte, bencilleştirmekte ve sonuç olarak onları yalnızlaştırmaktadır (Krill, 2017).

Krill (2014)'e göre, yabancılaşan bireyleri ego tuzaklarından kurtaran en önemli şey "başkalarıyla kurulan bağ"dır. Çünkü birey varlığını başkasıyla ilişki içerisinde oluşturmaktadır. İnsan ilk kez başkalarıyla varoluşsal bir ilişki kurabildiğinde kendi yaşamında anlam bulabilmektedir. Bireyler başkalarıyla ilişkileri üzerinden kendi varoluşlarının öneminin farkına vardıkları zaman, kendi değerlerini ve anlamlarını ilk kez deneyimleme şansı bulmaktadırlar. Bu çerçevede sosyal çalışmacılar, mesleki ilişki yoluyla bireylerin benliklerini ego tuzaklarına düşmeden etkileşim yoluyla sabit hale getirme gücüne sahiptir. Çünkü varoluşçu sosyal çalışmacılar bireylerin kendi anlamlarını ve değerlerini keşfedeceği en önemli "başkaları" grubunu oluşturmaktadır (Krill, 2017).

Krill (2014)'e göre bireyler öncelikle "varoluş" olarak ele alınmalıdır. Ancak bu varoluş dünyadan bağımsız olarak değerlendirilmez. Bu varoluş dünyanın içerisinde ve dünyayla birlikte karşılıklı olarak var olmaktadırlar. Bireyler gözlerini açtıklarında kendilerini "dünyada" bulmaktadırlar. Bu dünya, "kültürel ve kurumsal" görünen bir anlam dünyası olarak kabul edilmektedir. Burada bahsedilen dünya klasik fiziğin dünya algısından uzaktır. Bu dünya bireylerin anlamlarının, uğraşılarının ve davranış kalıplarının dünyasıdır (Watts, 2014). Böyle bir dünya bireyin varoluşuyla birlikte var olmaktadır. Çünkü dünyayı anlamlı kılan bireyin varoluşudur. Buna karşın dünya da bireyin varoluşunu şekillendirme kuvvetine sahiptir. O halde bireyin dışındaki nesne ve insanlar bireylerin varoluşunu etkileme ve onun varoluşundan etkilenme özelliğine sahiptirler (Lee, 2022).

Krill (1978b)'in varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımında sosyal çalışmacılar, hizmet verdiği bireylerle aynı "dünyayı" yani "bağlamı" paylaşmaya çalışmaktadırlar. "Ego tuzağı" durumlarını deneyimleyen bireyler, diğerlerini ikincil konumda görmektedirler. Yani sadece egoizm "dünyasında" (bağlamında) yaşamaktadırlar. Bu yabancılaşmış bireyler, sosyal çalışmacılar ile iletişim kurarak sosyal çalışma biliminin "dünyasını (veya bağlamını)" paylaşmaya başlamaktadırlar (Krill, 1978a). Çünkü bireyin varoluşu, etkileşime girdiği ilişkilerden etkilenmektedir. Birey sosyal çalışmacı aracılığıyla sosyal çalışma bilimin dünyasına girdiğinde "başkalarıyla bağ kurmanın" büyük önem taşıdığını anlamaktadır. Böylece kişi başkalarını yeri doldurulamaz değerli kişiler olarak gören sosyal çalışma biliminin öncülünü benimseme olanağını erişmektedir. Bu ihtimal bireyin egoizm dünyasından kurtularak başkasını önemsemeye başlaması anlamına gelmektedir (Krill, 2017). Krill (2014) başkasını samimiyetle önemseyen insanın yabancılaşma durumundan kurtulabileceğini belirtmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde Krill'in çerçevesinde sosyal çalışma uygulamasından yararlanacak bireyler "varoluş" olarak tanımlanmıştır (Krill, 2014). Aynı zamanda Krill Heidegger'in düşüncelerine dayanarak bireyleri "dünyada-varlık" *(dasein)* olarak betimlemektedir. Çünkü dünya ile kişisel varoluşu birbirinden ayırmak mümkün değildir (Krill, 1978b). Dünyanın varoluşu etkilemesinin en önemli aracı ise "başkaları" dır. Başkaları, Krill (1978a) için son derece önemlidir. Çünkü yabancılaşan modern insanın varoluşsal boşluğunu en doğru şekilde dolduracağı yer başkaları ile kuracağı varoluşsal etkileşimdir. Bu bireyi sahteleştiren ego tuzaklarından kurtararak varoluşla yüzleşmeye ve böylece otantik bir varlık seviyesine götürecektir (Krill, 2017).

Sosyal çalışma biliminin varoluşçuluğun belirli yönlerini vurgulama noktasında farklı perspektifler ileri sürdüğü anlaşılmaktadır. Yukarıda da ifade edildiği üzere sosyal çalışma varoluşçuluğun bazen "özgürlük vurgusunu", bazen "anlam vurgusunu", bazen de "ilişki" vurgusunu ön plana çıkardığı anlaşılmaktadır. Ancak Thompson (1992) varoluşçu sosyal çalışma perspektiflerinin en temelde sekiz temel önermeye vurgu yaptığını belirtmektedir.

2.4.3. Varoluşçu Sosyal Çalışma Yaklaşımın Temel İlkeleri

1- Özgür irade ve sorumluluk, bireyin yaşamının en önemli unsurlarıdır.

Varoluşçu düşüncenin en önemli yapı taşlarından biri olan özgürlük, sorumluluk bilinciyle bir arada var olmaktadır. Birey sorumludur çünkü özgür iradesiyle seçimini yapmıştır. Özgür iradesini kullanamayan birine sorumluluk atfetmek mümkün değildir. Dolayısıyla birey her zaman kendisi ve yaşamı üzerinde özgürlük hakkına sahip olmalıdır (Krill, 2017; Lantz, 1999; Payne, 2014). Sorumluluk, bireyin benliğini ve zeminlerini yaratması için gereklidir. Bu nedenle mesleki uygulamasında varoluşçu sosyal çalışma kuramını kullanan bir sosyal çalışmacının, müracaatçısının davranışlarının değiştirilemez ve kesin olduğunu düşünmemesi gerekmektedir. Bir başka ifadeyle bir varoluşçu sosyal çalışmacı müracaatçısı için "Bu kişi eşinden şiddet görmeyi kabullenmiş yapacak bir şey yok", "Bu kişi evsizliğe alışmış bu davranışını değiştirmek mümkün değil" ve "Bu yaştan sonra yaşlı bir adama yeni bir şey öğretmek çok zor." gibi yargılamalarda bulunmamalıdır. Kişi her zaman benliği ve yaşamında değişiklikler yaratabilme kudretine sahiptir. O halde varoluşçu sosyal çalışmacının müracaatçısının seçim yapmasını engelleyen ve özgür olma gücünün önüne geçen kişisel ve çevresel durumları tespit etmesi gerekmektedir (Thompson, 1992). Müracaatçıya özgürlüğü ve sorumluluğu hatırlatılarak değişim yaratabileceği yaşam alanlarının fark ettirilmesi gerekmektedir. Çünkü birey özgürlüğün getirdiği sorumluluktan kaygı ve korku duymaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmacı müracaatçısının özgür seçimi ve sorumluluğu güvenli bir alanda deneyimlemesine yardımcı olarak kendi yaşamının sorumluluğunu ele almasına çalışmalıdır. Ancak varoluşçu sosyal çalışmacının karşısına özgürlüğün zor kısmı çıkmaktadır ki bu zorluk varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımın ikinci temel ilkesini oluşturmaktadır (Thompson, 1992).

2- Özgürlük, bir yandan bireyin varoluşu için gereken bir armağan iken; diğer taraftan bireyin varoluşu için baş etmesi gereken bir zorluktur.

Özgür olmak, bir taraftan bireye korku ve kaygı hissi verirken bir taraftan da bireyi Sartre'ın "kendini aldatması"na sürüklemektedir (Mounier, 2019). Özgürlük bireye kendi benliğini ve

yaşamını yalnızca kendisinin belirlemesi bilincini vermektedir. Kişiyi doğru yola iletecek hiçbir yardımcı yoktur. Çünkü birey dışında sığınılacak hiçbir zemin bulunmamaktadır. Birey benliği ve yaşamıyla ilgili verdiği kararın doğru veya yanlış olduğunu bilmeden seçim yapmak zorundadır. Bu seçim ona kaygı ve korkuyu getiren şeydir (May, 2020). Birey bunun yerine sahte zeminlerin oluşturduğu söylem ve inançlara bağlı kalarak özgürlükten ve dolayısıyla özgürlüğün getirdiği kaygı ve sorumluluktan kurtulmaya çalışmaktadır. Sartre (2021) kişinin bu düşünceleri kendisine yalan söyleyerek kabullendiğini belirtmektedir. Bizzat kendisi tarafından kandırılan kişi kendi yalanına inanarak bu "mide bulandırıcı" yalanlar silsilesinin ardına sığınmaktadır. Kendini aldatma, özgürlüğün getirdiği kaygı ve korkudan saklanmak isteyen bireyin kendisini kandırarak benimsediği bir savunma mekanizmasıdır (Sartre, 2022).

Varoluşçu sosyal çalışmacıya düşen şey ise kişinin özgürlüğü dolayısıyla yaşaması muhtemel korkularını ve kaygılarını; öz saygı, öz kontrol, sevgi ve içtenlik gibi duygulara dönüştürmektir. Özgürlük yarattığı tüm acılara rağmen; aynı zamanda bireyin kendisini var etmesini sağlayan bir armağandır. Dolayısıyla varoluşçu sosyal çalışmacı, özgür seçimleriyle kendisini var edebilen bir bireyin öz saygısının, farkındalığının, hayata karşı sevgisinin ve öz kontrolünün de artacağını bilmesi gerekmektedir. O halde meslek elemanından beklenen, özgürlüğün getirdiği olumsuz duyguların yine özgürlüğün getirdiği olumlu duygularla değiştirilmesidir. Ayrıca "kendini aldatmaya" a sığınan bireyin farkındalığı arttırılarak; kendisine karşı dürüst olması sağlanmalıdır. Kendisine yalan söyleyen bir bireyin, kusursuz bir biçimde kendisine saygı duyması ve kendisini sevmesi mümkün değildir. (Thompson, 1992).

3- Birey için en doğru yol otantikliktir. "Kendini aldatma" bireylerin problemlerini çözmede başarısız bir yaklaşımdır.

Heidegger (2019b)'e göre otantik kişiler, dış dünyanın kendisine dikte ettiği zeminleri yok etmiş, özgür iradesiyle kendisine uygun zeminler yaratan, yaşamına uygun anlamlar oluşturabilen, farkındalığı, öz saygısı, öz kontrolü yüksek, özgür seçimleriyle benliğini hiçleyip yeniden var etmiş olan sorumluluk sahibi bireylerdir. Otantik bireyler, dış dünyanın kendisine dikte ettiği yaratımlara, inançlara ve söylemlere karşı eleştirel yaklaşarak benliğine ve varoluşuna uygun anlamlar yaratabilme becerisine sahiptir. Dolayısıyla otantiklik, varoluşçu

yaklaşımın bir birey için önerdiği nihai varlık durumu olarak görülebilmektedir (Krill, 2017; Thompson, 1992; Kominikiewcz, 2016). Heidegger (2019b) otantik bir bireyin hayatta karşılaştığı sorunlara karşı çok güçlü olduğunu ifade etmektedir. Çünkü kişi bütün sorunların üstesinden gelebileceği eşsiz doğal gücünün -özgürlüğünün- farkındadır. Bireyi güçsüz hale getiren benliğini ve dış dünyanın sahte zeminlerini hiçleyen bir kişiyi, problemler karşısında güçsüz duruma düşürmek zor görünmektedir (Krill, 1978b; Weiss, 1975). Varoluşçu sosyal çalışmacının da birey için planladığı nihai rol otantiklik olmalıdır. Meslek elemanının kişiyi, otantik hale getirebilmek için ölüm, anlam, özgür seçim ve yalıtım konularında bireyin farkındalığını arttırması gerekmektedir. Varoluşçu sosyal çalışmacı bu bağlamda otantikliği, "kendini aldatma" nedeniyle ortaya çıkan başkalarına bağımlı olma, dış dünyanın sahte kurallarını değiştirilemez olarak kabul edip onların içinde boğulma, yaşamlarını yönlendirmek için başkalarına ihtiyaç duyma gibi kişiyi güçsüzleştiren durumlara alternatif olarak görmelidir (Thompson, 1992).

4-Varoluş ilk başta bireylere "güçsüzlük" olarak görünmektedir; her birey sorumluluğu kabul etmelidir.

Bireyler varoluş sürecinde sıklıkla kendilerini güçsüz hissetmektedirler. Bu güçsüzlük aslında kişileri kendini aldatmaya iten baskıyla aynı temelden kaynaklanmaktadır. Bireyin dış dünyanın dikte ettiği zeminleri ve benliği hiçlemesi sancılı ve kaygılı bir süreçtir (Mounier, 2019). Bu nedenle kişinin varoluş sürecinde güçsüz hissetmesi olağan bir durumdur. Bu güçsüzlük kişinin kendisini var etmesi sürecinde çektiği doğum sancısıdır. Bu doğum sancısı bireye güçsüzlük olarak görünmektedir (Sartre, 2021). Burada varoluşçu sosyal çalışmacının yapması gereken kişiye destek olarak onu hayatının sorumluluğunu almaya yönlendirmesidir (Thompson, 1992). Birey yaşadığı ve baş edemediği bütün sorunları sorumluluktan kaçarak atlatmaya çalışmaktadır. May'e (2020) göre bu boşuna bir çabadır. Meslek uygulayıcısı kişi "ne kadar güçsüz olduğunu ve başaramayacağını" belirtse de; her zaman sorumluluk vurgusuna devam etmeli ve bir kişinin otantikliğe giden yolda sorumluluk ve özgür seçim dışında başka bir çaresinin olmadığını bilmelidir (Krill, 2017).

5- Varoluşçuluk iki ortağın birbirine paylaşımda bulunduğu öznel bir yolculuktur.

Varoluş süreci tamamen bireyin kendisinin ilerletmesi ve kontrol etmesi gereken öznel bir durumdur. Herhangi bir kişi, başka birinin yerine varoluş sürecini gerçekleştiremez. Bu nedenle varoluş sorumluluğu tamamen bireye aittir (Weiss, 1975). Fakat bu süreçte bireye başka bir kişi

yardımcı olabilmektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi varoluş süreci sancılı bir süreçtir. Kişi bu süreçte güçsüz hissedebilmektedir. Varoluşçu sosyal çalışmacı bu noktada müracaatçısına yardımcı olmalı ve onun yaşadığı deneyimleri paylaşmalıdır (Thompson, 1992). Ancak varoluşçu sosyal çalışmacı kişiye komut veren, ona doğruları söyleyen ve ona direktifler veren "modernist bir rolü" benimsememelidir (Krill, 2017). Burada meslek uygulayıcısı "ortaklık" rolünü benimsemelidir. Yani müracaatçısına yardımcı olması muhtemel kendi yaşam deneyimlerinden bahsetmelidir. Kişiyi belirli doğrulara yönelten bir profesyonel değil bireyle birlikte kişinin kendi doğrusunu arayan bir ortak olmayı becerebilmelidir. Bu "post-modern" duruş, sabit doğruları kabul etmeyen ve bireylerin kendi doğrularını önemseyen varoluşçu sosyal çalışma kuramının uygulanmasına uygun bir yapıya sahiptir. Varoluşçu sosyal çalışmacı müracaatçısının kendi çabaları ve sorumluluğuyla kendini var etme sürecine eşlik etmeli ve onu desteklemelidir (Thompson, 1992).

6- Yasal görev-otorite-kontrol rolü ile yönlendirici olmayan yaratıcı çalışma rolü arasındaki gerilimi bilmek ve bu gerilimi yönetmek gerekir.

Varoluşçu sosyal çalışmacı müdahalesini belirli bir kurumsal ve yasal yapıya uygun olarak gerçekleştirmektedir. Bu kurumsal ve yasal yapı, meslek uygulayıcısından bireylere modernist çerçevede kabul edilen doğrulara uygun teşhis ve tedavi yöntemleri uygulamasını istemektedir. Bu bağlamda varoluşçu sosyal çalışmacının müracaatçıyı yaygın kabul gören doğrulara yönlendirmesi gerekmektedir. Ancak varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımı müracaatçıya yöneltilen yönlendirmeleri reddetmektedir (Krill, 2014). Çünkü kuramın doğası gereği kişinin kendisine ait doğruları ve değerleri, hiçbir çevresel etmenden etkilenmeden bizzat kendisinin bulması gerekmektedir (Crowell, 2020). Bir taraftan yasalara ve bilimsel doğrulara göre hareket etmesi gereken meslek elemanı diğer taraftan bireyin yaratıcı özgürlüğüne saygı duymaya çalışmalıdır. Bu meslek elemanının vaka yönetimindeki becerisini ön plana çıkarmaktadır. Bu nedenle varoluşçu sosyal çalışmacı, uygulamada müdahaleci-yasal-otoriter bakış ile yönlendirici olmayan yaratıcı bakış arasında bir gerilimin var olabileceğini bilmelidir. Dahası bu gerilimi yönetmeyi ve müracaatçı için en uygun olan müdahalenin gerçekleştirilmesini planlamalıdır (Thompson, 1992).

7-) Varoluş bir akımdır/devinimdir.

Varoluş sürecinde istikrarı sağlamak çoğu zaman mümkün değildir. Bir başka ifadeyle birey, her zaman ilerlemeyi ve gelişimi sağlayamamaktadır. Sancılı bir süreç olan varoluş yolunda

kişinin güçsüz hissedeceği, kendini aldatacağı ve dış dünyanın sahte zeminlerine sığınacağı anlar olacaktır (Krill, 1978b). Ancak varoluşçu sosyal çalışmacıdan beklenen varoluşun bir devinim olduğu gerçeğini bilerek; kişiyi içinde bulunduğu konum ne olursa olsun varoluşçuluğun ilkelerine uygun olarak ilerlemesi ve gelişmesi için desteklemektir. Bir başka ifadeyle düşen bireye yükselmeyi hatırlatmak gerekmektedir (Thompson, 1992).

8-) Varoluşsal özgürlük ve kendini yaratma süreci, siyasi özerkliğin temelidir.

Özerklik en basit anlamıyla; bir kişi veya kurumdan bağımsız olarak karar verebilme becerisidir. Burada ifade edilen siyasi özerlik ise kişinin herhangi bir dış etkiye maruz kalmaksızın siyasete ilişkin kararlarını özgürce alabilme becerisidir. Özgür olmayan ve dayatılmış yaratım-söylem-inançlarla oluşturulmuş benliklerin siyasi özerkliklerini sağlamaları mümkün değildir. Bu nedenle mikro düzeyde bireyin hak ettiği özgürlüğü sağlayabilmesi ve mezzo-makro düzeylerde demokratik ve insan haklarına dayalı bir toplum yapısı için bireylerin benliklerini ve yaşamlarını özgürce var etmeleri gerekmektedir. Varoluşçu sosyal çalışmacı bu nedenle özgürce var olmayan bir benliğin ve yaşamın, özgürce seçim yapamayacağını ve insan onuruna yaraşır bir yaşam sürdüremeyeceğini açık bir şekilde bilmelidir (Thompson, 1992).

2.5. TEMEL VAROLUŞSAL TEMALAR

2.5.1. Ölüm

2.5.1.1. Varoluşçu Felsefede Ölüm

Türk Dil Kurumu'nun tanımına göre ölüm, genel olarak ele alındığında canlılarda yaşamın kesin ve tam olarak sona ermesi anlamını taşımaktadır. Özel olarak değerlendirildiğinde ise kişiye canlılık veren hayati fonksiyonların sonlanması anlamına gelmektedir (Türk Dil Kurumu, 2022). Bu tanım modern çağın bilim anlayışına uygun olsa da varoluşsal açıdan ölümün insanın yaşamına olan katkısını değerlendirme noktasında oldukça eksiktir. Diğer bilimsel yapılarda olduğu gibi ölüm, insandan bağımsız bir fenomen olarak değerlendirilmektedir. Ancak varoluşçu perspektif, insandan bağımsız şeylerin var olduğunu düşünmemektedir (Burch, 2013). Bu bağlamda ölüm fenomeni insan hayattayken onu yaşamına etkide bulunmaktadır. Çünkü ölüm, varoluşa her an bir gün yok olacağı ihtimalini belirtmektedir. Bu kökensel korku ve kaygı bireyin davranışları ve değerleri üzerinde etki sahibi olmaktadır (Werkmeister, 1941).

Ölümün varoluş üzerindeki etkisi, felsefi olarak ilk defa varoluşçu felsefe içerisinde değerlendirilmiş olsa da bu etkinin varlığı Kierkegaard'dan çok daha önce de bilinmekteydi. Sokrates, sofistlerin ölüm konusundaki dehşet verici bir son, kişisel kıyamet, yok oluş ve felaket gibi tanımlarına şiddetle karşı çıkmıştır. Aksine ona göre ölüm ile yaşam birbirileri ile iç içedir. Yaşamı ölüm, ölümü ise yaşam var etmektedir. Bu nedenle ölüm kendisinde kaçınılacak bir şey değildir. O yaşamın şeklini değiştiren bir harekettir. Başka bir yaşama geçmek için gerçekleştirdiğimiz bir yolculuktur (Platon, 1993). Bu nedenle şu an ki yaşamımıza sürekli olarak rehberlik etmektedir. Ölümle ilgili olarak Platon, Sokrates'in şunları aktardığını belirtmektedir: *"... bir değişmedir, bulunduğumuz yerden canın, tinin başka bir yere geçmesidir."* (Platon, 1993: 40c). Yaşam ile ölümün birbiriyle iç içe olduğunu öne süren bir diğer Antik Yunan düşünürü Herakleitos (2005: 88. Fragman) şunları ifade etmektedir: *"Aynı şeydir yaşayan ve ölen, uyanık ve uyuyan, genç ve yaşlı. Çünkü sonrakiler öncekilerle, öncekiler sonrakilerle yer değiştirir."* Montaigne (2006b), ölümün tıpkı yemek yemek, büyümek ve nefes almak gibi bir doğal bir eylem olarak kabul edilmesi gerektiğini söylemektedir. Ona göre ölüm bireyin yaşamına olumlu katkılar sunmaktadır. En temelde ölümün bulunmadığı bir yaşam anlamlı bir yaşam değildir. Anlam üretemez ve oldukça kısıtlıdır. Ölümüyle yüzleşip onu yaşamının merkezine dahil etmemiş bir kişi, hiçbir koşulda özgürlüğünü elde edemez. Bu kişi ölüm üzerine hiç düşünmeden ölümle ilgili kaygı ve nefret duymaktadır. Bu kaygı onu ölümden kaçmaya sürüklemektedir. Ölümden kaçan insan özgürlüğünden köleliğine doğru kaçmaktadır. Montaigne (2006a: 129) ölüm-özgürlük ilişkisine ilişkin olarak şunları ifade etmektedir: *"Ölmeyi öğrenen bir insan, tutsak olmayı bilmez. Ölmeyi öğrenmek, bizi boyun eğmekten ve baskıdan kurtarır."* Son olarak Montaigne ölümün yaşamın sonunda değil yaşamın her anında olduğunu belirtmektedir. Kişi her an ölümünün rehberliğinde özgürce yaşamına anlam katmaktadır. Ölüm bu noktada kişinin özgürlüğüne ve anlam yaratma kabiliyetine destek olan bir fenomendir (Montaigne, 2006b).

Kierkegaard (2005)'a göre ölüm varoluşla birlikte gelen ve kişinin modern çağın köleleştirici değerlerinden kurtulduğunda karşılaşması gereken zorunlu bir fenomendir. Ona göre ölüm yaşamın sonunda gerçekleşen bir olay değildir. Aksine ölüm benim bütün yaşamımı kendisine göre yaşadığım her an bana eşlik eden bir fenomendir (Kupś, 2022). Bu nedenle varoluşuna erişen bireyin temel çabası, kendisini doğru bir ölüme hazırlamaktır. Ölümle yüzleşen birey onun yaşam veren doğasını fark edebilecektir. Ölüm, bireyin varoluşu için oldukça faydalı bir

durumdur (Bollnow, 2004). Bu dünyada öleceğini bilen tek canlı insandır. Bu bilgi insana doğru bir yaşamla ölüme hazırlanma olanağı tanımaktadır (Kierkegaard, 2021).

Kierkegaard sübjektif ve objektif olmak üzere iki temel ölümün var olduğunu ileri sürmektedir (Barrett, 2003). Objektif ölüm bireyin tıpkı diğer canlılar gibi canlılığının sona ermesini ifade eden sürece gönderme yapmaktadır. Ancak Kierkegaard'da sübjektif ölüm, bireyin yaşamının son bulacağı gerçeğinin onun varoluşuna ve eylemlerine "sıçraması" dır. Böylece ölüm bireyin varoluşunun ve eylemlerinin koşulu noktasına yükselmektedir (Kierkegaard, 2014). Sübjektif ölüm kişinin varoluşuna, eylemlerine ve dünyasına eşlik ederek objektif ölüm öncesinde var olan yaşamının otantikliğini sorgulatmaktadır. Bireyi doğru ve özgür bir yaşam yaşayıp yaşamadığı noktasında kaygılandırtmaktadır. Bu kaygı ölüm korkusundan gelen kaygı değildir. Bu kaygı ölümün verdiği güçle bireyin kendisini "doğru bir ölüm" için uygun bir şekilde yaratıp yaratamayacağının kaygısıdır (Barrett, 2003).

Nietzsche insanların ölümden korkmalarının temelde iki nedeni olduğundan bahsetmektedir. Bunlardan ilki ölümden sonraki yaşam ile ilgili ortaya çıkan kaygıdır (Nietzsche, 2017a). İkincisi ise "yok olmak" veya "artık var olmamak" durumlarının yarattığı huzursuzluk ve dehşettir. Nietzsche (2015:9) ikinci ölüm korkusu ile ilgili şunları ifade etmektedir: *"Her türlü yok oluşa ve çöküşe bizler hoşnutsuzlukla bakarız. (...) Büyük bir ağaç devrilirken hiç hoşumuza gitmez ve çöken bir dağ bize azap verir."* Nietzsche'nin felsefesinde yapılması gereken ölümü, yaşamın tamamlayıcısı olan bir unsur olarak görmektir. Ondan kaçmak kişiyi "sürü insanı" haline getirecektir (Garbe, 2022). Ölümün yaşama anlam katan bir unsur olması, onun kaçınılmazlığın kabullenilmesi ve yine onun her ana tıpkı nefes almak gibi dahil edilmesiyle mümkün hale gelmektedir. Nietzsche (2005) ölümün yaşama kattığı anlamla ilgili şunları belirtmektedir:

"Ufukta kesin ölümün görünmesi, her yaşama değerli, güzel kokan bir kaygısızlık damlası karıştırabilirdi – oysa siz harika eczacı-ruhlar, bunu kötü kokan bir zehir damlası haline getirdiniz, tüm yaşamı iğrenç kılan!"

Nietzsche ölümü kabullenme düzeyine göre üç tür ölüm olduğunu ileri sürmektedir (Merkt, 2020). Bunlardan ilki tamamlayıcı ölüm anlayışıdır. Ona göre insan doğru yerde ve doğru zamanda ölürse ölüm adeta bir zaferdir. Doğru bir yerde ve zamanda ölmek isteyen bireyin özgür iradesiyle değer yaratıp, üstün-insan ideallerine uygun yaşaması gerekmektedir. Bu birey asla sürü insanı değildir. Yaşamının son anında dahi geçmişinden haz almaktadır. Çünkü o özgür ve doğru bir yaşam yaşadığını, en önemlisi kendisine ait özgür bir yaşam yaşadığını

bilmektedir. Böylece ölüm özgürce değer yaratmış insanın kendisini inandığı değerlere feda ederek geçirdiği zamanın sonlanması demektir (Nietzsche, 2011). Nietzsche (2017b)'nin ileri sürdüğü ikinci tür ölüm, yüce bir değer uğruna kendini feda eden insanın ölümüdür. Ona göre toplumu var eden sürü insanı, kendisini modern çağın arzularına ve hırslarına feda etmektedir. Ancak özgür insanlar kendilerini çok daha yüce değerler ve amaçlar uğruna feda etmektedir. Bu durumun en güzel örneği Antik Yunan düşünürlerinden Sokrates'in ölümüdür. Sokrates felsefi değerleri uğruna yaşamından vazgeçen özgür bir bireydir. Nietzsche (2020)'nin ileri sürdüğü üçüncü tür ölüm ise sürü insanının doğal ölümüdür. Bu ölüm hiçbir zaman özgür bir ölüm değildir. Bu insanları hayatta tutan şey özgürlüğü değil korkaklığıdır. Ölümden sürekli kaçan sürü insanı onunla karşılaştığında acı içerisinde ondan kaçmak istemektedir. Bu ölüm anlamsız bir yaşamın pişmanlıkla son bulması anlamına gelmektedir (Nietzsche, 2011:91): *"Kimileri hiçbir zaman tatlanmaz, daha yazın çürümeye başlar. Böylelerini dalında tutan yalnızca korkaklıktır."*

Marcel'in felsefesinde ölüm somut bir umutsuzluk olduğu kadar somut bir umut anlamını da taşımaktadır (Blackham, 2020). Marcel (1995) birincil düşünümle varoluşu ile doğal ilişkisini kaybeden bireyin liyakatsizlik içerisinde ölümü acı ve kaygı verici bir son olarak anlamlandırdığını belirtmektedir. Ancak ikincil düşünüm aracılığıyla varoluşuyla yeniden etkileşime giren birey, ölümün bir son olmaktan ziyade bir "umut ve anlam deposu" olduğunu keşfetmektedir. Liyakatli birey ölümü varoluşa, özgürlüğe ve kendini feda etmeye yönlendiren bir olumluluk olarak değerlendirmektedir (Marcel, 1962). Jaspers (1955) ise ölümü bir sınır durum olarak değerlendirerek bireyi varoluşunun önüne iten bir kısa yol olarak anlamlandırmaktadır. Ölüm doğal bir hiçleyicidir ve kişiyi öz-bilincine yönlendirmektedir. Bu yönlendirme kişiyi oradaki-varlık düzeyinden yalıtarak bizatihi-varlık düzeyine erişmesini sağlamaktadır. Bizatihi-varlık varoluşla iletişimin mümkün olduğu tek varlık alanıdır (Jaspers, 2003). O halde gerek Marcel'de gerekse Jaspers'da ölüm ilk bakışta acı ve umutsuzluk verse de bu acı ve umutsuzluğun ortaya çıkardığı varoluşla iletişim kurma olanağı onu eşsiz bir olumluluk haline dönüştürmektedir (Mounier, 2019).

Varoluşçu felsefe içerisinde ölümle en detaylı şekilde çalışan düşünür tartışmasız Heidegger'dir (Mounier, 2019). Heidegger (2019b)'in felsefesinde ölüm, diğer bütün olasılıkları yaratan en kökensel olasılıktır. Ölüm benim için kaçınılmaz bir olasılıktır ve bütün seçeneklerimin kökü ona dayanmaktadır. Heidegger (2017)'e göre insan hiçlikten "dünyaya fırlatılmıştır." Bu fırlatılmayı dehşet verici kılan şey ise tekrardan hiçliğe dönülecek olmasıdır. Bu noktada

Heidegger yalnızca var olmaya yönelmiş bireyin hiçten gelmesinin ve hiçe doğru gitmesinin onun eylemlerinin önemini gereksiz kıldığını belirtmektedir (Watts, 2014). Birey "Nereden geldiğimi bilmediğim ve kesinlikle öleceğim bu dünyada hangi seçim, neden bu kadar kıymetlidir?" sorusuyla baş başa kalmaktadır. Ölüm modern çağın "doğru diktelerini" böylece baştan aşağı yok etmektedir. Hiçlikten gelen ve ölecek olan birey yaptığı her seçimin üzerinde ölümün baskısını hissedecektir (Kaufmann, 1975). Heidegger (2019b) bireyin varoluşunun bu durumunu "ölüm-için-varlık" kavramıyla belirtmektedir. Heidegger (2019b) nihai, kaçınılmaz ve dehşet verici olan ölüm (çünkü insanın en temel amacı var olmaya yönelmektir.) karşısında bireylerin iki temel tepkiye sahip olduklarını belirtmektedir. İlk tepki başka bir yöne eğilmektir. Kişi ölümün dehşet verici kaygısıyla baş edebilmek için sahte bir varlık olma pahasına arzularına, başka insanlara ve nesnelere doğru kaçmaktadır. Varoluş ile birlikte nihai olarak gerçekleşecek bu durumdan ömür boyunca uzak durmaya çalışan kişinin eylemlerinin ve davranışlarının kökeninde, ölüm fenomeninden kaçış amacı bulunmaktadır. Ölümün üzeri etrafta var olabilecek bütün hazlarla, nesnelerle ve bireylerle örtülmeye çalışılmaktadır (Blackham, 2020). Ancak Heidegger (2019a) ölüm ve varoluşun birbirinden ayrılamaz olduğunu ve kişiyi her an beklediği belirtmektedir. Bu bireyin ölüm-için-varlık olmasının zorunlu sonucudur (Werkmeister, 1941). Heidegger bu kökensel dehşetin "kabullenme" eylemiyle bireyi otantik hale getirme gücünün var olduğunun altını çizmektedir. Birey ölümü kabullendiğinde kendisi dahil olmak üzere bütün seçimlerinin bir hiç haline geleceğini benimsemektedir (Chessick, 1996). Bu bireyi özgürlük alanı dışına iten baskıların etkilerini azaltacaktır. "Eğer böyle yapmazsan şöyle olur!" tehdidine ölümü kabullenmiş birey şu şekilde cevap verecektir:" Sonuç olarak sen de ben de, yapacağım eylem de ve beni tehdit ettiğin zarar da hiç olacak, öyleyse ben en azından kişisel tarihime uygun olan davranışı seçmeliyim."(Colette, 2017; Crowell, 2020; Heidegger, 2019b; Lee, 2022). Ölümün bireye verdiği bu hiçlik gücü, onu özgür iradesiyle kendisini tasarlayan ve kararlılıkla kendi kişisel tarihini var eden otantik bir birey haline dönüştürecektir. Bu otantik birey, kendisine saygı duyacak ve kendisine dair hoşgörüsünü arttıracaktır (Heidegger, 2019b). Birey ölümden kaçındığında ise *das man*'ın sahte baskılarının altında ezilerek sahteleşecektir. Heidegger bunun ölümden daha kötü olduğunu belirtmektedir (Blackham, 2020). Çünkü bu birey, varoluşu ile etkileşim kuramadığı için oldukça ender yaşamıştır. Ölüm hayatta kalan insana yaşam veren bir unsurdur. Bireye canlılık, anlam ve otantiklik katmaktadır (Kominkiewicz, 2006).

2.5.1.2. Varoluşçu Psikoterapide Ölüm ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu psikoterapide ölüm konusu, anksiyetenin en temel nedeni olarak ele alınmaktadır. Bu nedenle bütün psikopatolojilerin birincil kaynağı ölüm olarak değerlendirilmektedir (Binswanger, 1956; Bugental, 1964; May, 2019b, 2019a, 2020; May vd., 1994; Yalom ve Lieberman, 1991; Yalom ve Yalom, 2021). Ölüm ve yaşamın iç içe olması, bu fenomenin yaşamın her anına sızmasına neden olmaktadır. Böylelikle bireyin davranışlarını oldukça derindeki çatışmaların ana kaynaklarından biri olarak etkilemeye devam etmektedir. Yalom (2018) ölümün varoluşçu psikoterapideki yerini tanımlayan temel önermeleri şu şekildedir:

> *"1) Ölüm korkusu, içsel yaşantımızda önemli bir rol oynar; başka hiçbir şeyin yapmadığı şekilde başımıza bela olur; yüzeyin altında sürekli olarak homurdanır; bilincin sınırındaki karanlık.*
>
> *2) Hayatının ilk yıllarındaki bir çocuk, ölümle geniş kapsamlı olarak ilgilidir ve onun en önemli gelişimsel görevi dehşet veren yok olma korkusuyla başa çıkmaktır.*
>
> *3) Bu korkularla başa çıkmak için ölüm farkındalığına karşı savunmalar geliştiririz. İnkara dayanan ve karakter yapısını şekillendiren bu savunmalar eğer yanlış uyuma neden oluyorlarsa klinik sendromlarla sonuçlanmaktadırlar. Başka bir deyişle psikopatoloji ölümü aşmanın etkin olmayan şeklinin bir sonucudur.*
>
> *4) Son olarak güçlü ve etkin bir psikoterapi yaklaşımı, ölümün farkında olma esasının üzerine inşa edilebilmektedir."*

Varoluşçu psikoterapide ölüm bireyi kişisel değişime sürükleyen bir fenomen olarak değerlendirilmektedir. Çünkü ölümle yüzleşen birey varoluşuyla etkileşim haline geçmektedir. Bu etkileşim ise bireyin kendi özgürlüğüyle ve yaşam anlamlarıyla dolu hale getirmektedir (Benton vd., 2007; Beshai ve Naboulsi, 2004; Garrow ve Walker, 2001; Kesebir, 2014; Osborne, 2017; Robah, 2017). Konuyla ilgili olarak Noyes (1980) boğulma, trafik kazası, doğa sporları yaparken geçirilen kazalar vb. gibi nedenlerle ölüme çok yaklaşan deneyimler geçiren 200 kişiyi incelemiştir. Yıllar sonra dahi bu kişilerin %23'nün ölüme yakın deneyimlerinin sonucu olarak;

"hayatın kısalığı ve değerli oluşuna dair güçlü bir duyguya (...) hayattan daha büyük bir zevk alma duygusuna, yakın çevreye karşı algının ve duygusal tepkiselliğin arttığı hissine (...) o anı yaşama ve geçen her anın tadını çıkama yeteneğine (...) hayatın daha fazla farkında olma duygusuna, hayatın, yaşayan şeylerin farkındalığına ve çok geç olmadan ondan tat alma isteğine (...)" sahip oldukları sonucuna varmıştır (Noyes, 1980).

Hussain ve Tozman (1978) klinik vaka raporlarında ölüme mahkûm edilen ancak son anda cezası ertelenen üç kişideki değişikleri araştırmışlardır. Yapılan görüşme ve gözlemler sonucunda bu üç kişinin birkaç ay içinde davranışlarında kayda değer bir iyileşme görüldüğü belirtilmiştir. Yalom (2005) kanser hastalarıyla çalıştığı yıllar boyunca ölüme yaklaşan birçok hastasının hayattaki önceliklerini yeniden düzenlediğini, güçlü bir özgürlük duygusu yaşadıklarını, yaşamı ertelemek yerine o anı yaşama isteğini deneyimlediği, her zaman gözden kaçırılan yaşamın küçük detaylarını daha fazla önemsediklerini, sevilen kişilerle ölüm öncesine kıyasla daha derin ilişkiler kurduklarını, ölüm öncesine kıyasla daha az kişilerarası korku ve reddedilme korkusu yaşadıklarını, son olarak risk almaya daha fazla istekli olduklarını belirtmektedir.

Schmitt böbrek yetmezliğinin kendisini ölüme çok yaklaştıran, ancak yapılan tedavi sonrasında sağlıklı yaşamına geri dönen hastasının deneyimini şu şekilde açıklamaktadır (Schmitt, 1976 akt. Yalom, 2018:59-60):

"Kendimi tarif etmenin gerçekten tek yolu, kendimi iki hayat yaşamış gibi görmektir. Hatta onlara birinci ve ikinci Kathy bile diyorum. Birinci Kathy diyaliz sırasında öldü. Ölümün karşısında var olmaya daha fazla devam edemedi. İkinci Kathy doğmak zorunda kaldı. Ölümün ortasında doğan Kathy buydu. Birinci Kathy uçarı bir çocuktu. Bir kerede tek bir anı yaşıyordu. Kafeteryadaki soğuk yemeklerden, cerrahi hemşirelik derslerinin sıkıcılığından, anne babasının adil olmayışından yakarırdı. Hayattaki hedefi hafta sonları eğlenmekti. Gelecek çok uzaktı ve çok az ilgi yeterliydi. Sadece değersiz şeyler için yaşıyordu. Ama ikinci Kathy -ben artık oyum. Hayatımı çok seviyorum. Gökyüzündeki güzelliğe bakın! Muhteşem bir mavi! Bir çiçek bahçesine gidiyorum ve her çiçek beni büyüleyen göz alıcılıkta bir renge bürünüyor. Bildiğim bir şey, eğer ilk Kathy olarak kalsaydım bütün hayatımı boşa harcamış olacaktım ve yaşamanın gerçekte ne büyük bir mutluluk olduğunu hiç öğrenmeyecektim. Yaşamaya başlamadan önce ölümün gözlerinin içine bakmak zorunda kaldım. Yaşamak için ölmem gerekiyordu."

Ölümün psikolojik ruh halindeki bir başka değişim Senatör Richard Neuberger'in açıklamalarında görülmektedir (Yalom, 2018):

"Dönüşü olmayacağını düşündüğüm değişiklikler oldu bende. Saygınlık, politik başarı, mali durum gibi konular birdenbire önemsiz hale geldi. Kanser olduğumu fark ettiğim o ilk saatler içinde parlamentodaki yerimi, banka hesabımı ya da özgür dünyanın kaderini hiç düşünmedim. Karım ve ben hastalığımın teşhis edilmesinden bu yana hiç kavga etmedik. Eskiden onu diş macununu alttan sıkmak yerine üstten sıktığı, benim titiz iştahıma uygun ikramda bulunmadığı, konuk listesini bana danışmadan hazırladığı, kıyafetlere çok fazla para harcadığı için azarlardım. Şu anda ya bu konuların farkında değilim ya da önemsiz görünüyorlar... Bunların yerini bir zamanlar öylesine kabul ettiğim şeylerin yeniden takdir edilmesi, aldı- bir arkadaşla öğle yemeği yemek, Muffet'ın kulaklarını kaşıyıp mırıltılarını dinlemek, karımın arkadaşlığı, baş ucu lambamın ışığı altında bir kitap ya da dergi

okumak, bir bardak portakal suyu ya da bir dilim kek için buzdolabını talan etmek. Sanırım ilk defa gerçekten hayatın tadını çıkarıyorum. Sonunda ölümsüz olmadığımı fark ettim. Sahte gurur, yapay değerler ve kibirli bakışlarla- en sağlıklı olduğum zamanlarda bile- kendi adıma yazık ettiğim bütün o anları hatırladığımda ürperiyorum."

Varoluşçu psikoterapide ölüm kaygısının üzerinin uygun olmayan savunma mekanizmaları ile örtülmesi psikopatolojilerin temel kaynağıdır (Garrow ve Walker, 2001; Langs ve Giovacchini, 2018). Meyer (1975) obsesif kompulsif bozukluk görülen hastaların %70'inden fazlasında hastalıklarının henüz başında psikolojik dengeyi bozan bir ölüm deneyimi yaşadıklarını belirtmektedir. Bu bireyler patoloji ilerlemeye devam ettikçe dünyalarını kontrol etme ve beklenmedik kazaları önleme ile aşırı derecede ilgilenirler. Meyer (1975) bireylerin ölüm anksiyetesinden kaçınmak için obsesyonlar ve kompülsyonlar geliştirdikleri sonucuna varmaktadır. Weigert (1960) obsesif kompülsif bozuklukları olan danışanlarda hastalıktan kaçınma, mikroptan tiksinme ve çürümelere tahammül edememe gibi davranış kalıplarının yok olma kaygısıyla yakından ilişkili olduğunu ileri sürmektedir.

Schwidder obsesif-fobik hastalar ile gerçekleştirdiği araştırmasında katılımcıların %33'ünden fazlasının açık ölüm anksiyetesine sahip oldukları sonucuna varmaktadır (Meyer, 1975). Lazarus ve Kostan (1969) psikopatolojik semptomları aşırı derecede dışa vuran hastalarla gerçekleştirdikleri araştırmada, ölüm anksiyetesinin bir dizi başka fobiye dönüşerek bireylerin yaşamlarını kısıtladığı sonucuna ulaşmışlardır. Dolayısıyla ölüm anksiyetesine engel olamamak dışavurum panikleri ve nöbetleriyle sonuçlanmaktadır. Friedman (1961) herkes tarafından unutulacağından ve dünyadaki bütün güzel şeyleri kaçıracağından aşırı derecede endişe duyan bir vakasından bahsetmektedir. Bu vaka raporunda hastanın ölüm anksiyetesinin herkes tarafından unutulacağı obsesyonuna dönüştüğünün altı çizilmektedir. Hipokondriyak patoloji ölüm anksiyetesinin en belirgin şekilde anlaşılacağı psikolojik rahatsızlıktır. Bu patolojide bir hasta veya yakını ciddi bir rahatsızlık geçirmektedir. Bu rahatsızlık sonrasında ise kişide belirgin bir ölüm korkusu başlamaktadır (Meng vd., 2019). Yalom, (2018) V.Kral'ın hastalığının başında yalnızca bir organı için; sonrasında ise vücudundaki her bir organ için ölüm korkusu yaşadığını belirtmektedir.

Yapılan klinik çalışmalarda depersonalizasyon patolojilerinde ölüm anksiyetesinin merkezi rolü bildirilmektedir. Roth (1959) depersonalizasyon patolojisi geliştiren hastalarla yürüttüğü araştırmasının sonucunda, katılımcıların %50'sinden fazlasında ölüm ya da ciddi hastalığının patoloji gelişimini hızlandırdığı sonucuna ulaşmaktadır. Thauberger gönüllü öğrenciler ile

gerçekleştirdiği araştırmasında, ölüm anksiyetesinin bireylerin nevrotik oluşlarını arttırdığını belirtmektedir (Thauberger vd., 1981). Stacey ve Markin (1952) yaptıkları çalışmada "küçük" suçlar nedeniyle hapis cezası alan bireyler ile hiçbir suça bulaşmamış kişiler arasındaki ölüm anksiyetesi farklılaşmasını değerlendirmişlerdir. Elde sonuçlara göre hapis cezası alan bireylerin önemli ölçüde daha fazla ölümü düşündükleri, ölüm anksiyetesinden yakındıkları, fiziksel hastalıklardan ve cenaze törenlerinden korktukları ve ölüm hakkında bastırılan fikirlerin farkında oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Templer (1971) belirli bir psikopatolojiye sahip yaşlı bireylerle gerçekleştirdiği araştırmasında ölüm anksiyetesiyle depresyon arasında çok güçlü bir bağın var olduğu sonucuna varmaktadır. Kastenbaum (2000) belirli bir psikopatolojiye sahip ergenlerin herhangi bir psikolojik anormalliğe sahip olmayan ergenlere kıyasla daha fazla ölüm anksiyetesine sahip olduğunu belirtmektedirler. Stacey ve Reichen (1954) yaptıkları araştırma sonucunda hastaneye yatırılan ergen kızların, hastaneye yatırılmayan diğer ergen kızlara kıyasla daha fazla ölüm anksiyetesi geliştirdikleri sonucuna ulaşmışlardır. Maurer (1964) ise gerçekleştiği çalışmada lisede akademik başarısı düşük olan kız öğrencilerin akademik başarısı yüksek olan kız öğrencilere kıyasla daha fazla ölüm korkusu yaşadıkları belirtmektedir.

Meissner (1958) herhangi bir psikopatolojiye sahip olmayan denekleriyle gerçekleştirmiş olduğu deneyinde, katılımcılara 30 adet tarafsız ve 20 adet ölüm terimi içeren toplamda 50 maddelik bir kelime dizisi göstermiştir. Bu bireylerin terimleri görünce verdikleri galvanik deri reflekslerini (GSR) test etmiştir. Meissner (1958) deneyin sonucunda ölüm terimlerine gösterilen reflekslerin diğer tarafsız terimlere gösterilen reflekslere kıyasla anlamlı derecede fazla olduğunu belirlemiştir. Shrut (1958) tematik algı testleri ve cümle tamamlama testleri kullanarak yaşlı katılımcılarla gerçekleştirdiği araştırmasında, kendilerine aile ortamına benzer bir yaşam alanı verilen yaşlıların geleneksel huzurevinde kalan yaşlılara kıyasla daha az ölüm anksiyetesi yaşadığı sonucuna varmıştır. Kramer ve arkadaşlarının rüyalarla ilgili yaptıkları geniş kapsamlı araştırmalarında, rüyaların %29'unun açık bir biçimde ölüm anksiyetesiyle ilgili olduğu kanaatine varmışlardır (Kramer vd., 1971). Abdel-Khalek (1986), 1443 katılımcıyla ile gerçekleştirdiği araştırmasında ölüm anksiyetesiyle nevrotiklik ve genel anksiyete bozuklukları arasında bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşmıştır. Yukarıda değerlendirilen araştırma örnekleri genel olarak bireylerin yaşamlarında kaçındıkları en önemli kaygılardan birinin ölüm veya yok olma olduğunu göstermektedir.

Kesebir (2014) tarafından yapılan araştırma sonucunda ise ölümün kaçınılmaz oluşunun alçak gönüllükle kabul edilmesinin ölüm anksiyetesini yüksek oranda düşürdüğü görülmüştür. Bu bağlamda ölüm kaygısı gürültülü ve başkaldıran bir egoda ortaya çıkmaktadır. Kabullenici bir egoda ise ölüm teması bir kaygıdan ziyade bir rahatlamaya neden olmaktadır. Beshai ve Naboulsi (2004) tarafından yapılan araştırmada ise varoluşsal ölüm kaygısının bireyin iyilik halini geliştirdiği sonucuna varılmaktadır. Osborne (2017) yaptığı araştırmasında ölüm kaygısının bireyin yaşam sorumluluğunu ele almasında ve anlam arayışının gerçekleştirilmesinde en önemli varoluşsal motivasyonlardan biri olduğunu belirtmektedir. Adelbratt ve Strang (2000) beyin tümörü teşhisi konan hastalarla ve yakınlarıyla gerçekleştirdikleri çalışmalarında bu birey ve ailelerinin varoluşsal anlam, ölüm ve özgürlük gibi temalarla ilgili çok fazla sorgulamaya ve arayışa sahip oldukları sonucuna varmışlardır. Ölüm tehdidi bu kişi ve yakınlarını varoluşsal temalarla ilgili yüzleşmeye zorlamaktadır. Kurtulan ve Karaırmak (2016) tarafından 404 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen araştırma sonucunda ölüm anksiyetesiyle varoluşsal kaygı arasında ters yönlü bir ilişkinin var olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmaya göre varoluşsal kaygıda meydana gelen artış ölüm anksitesindeki azalışı ortaya çıkarmaktadır. Garrow ve Walker (2001), ölüm anksiyetesi yaşayan bireylerle yapılacak grup çalışmalarında, varoluşsal temalarla gerçekleştirilecek yüzleşmelerin bireyin bu kaygısını hafifletebileceğini belirtmektedirler. Langs, (2004) ise ölüm kaygısı ile varoluşsal ölüm kaygısı arasında farklılığın bulunduğunu ve varoluşsal ölüm kaygısının bireyin terapötik gelişiminde yararlı bir enstrüman olabileceğini belirtmektedir.

2.5.1.3. Varoluşçu Sosyal Çalışmada Ölüm ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu sosyal çalışmada ölüm konusu, kuramsal zeminde ve uygulamada oldukça önemli bir yere sahiptir. Öncü varoluşçu sosyal çalışmacı Picardie (1980)'nin altını çizdiği gibi ölüm, otantik bir bireyin ortaya çıkışında yüzleşilmesi gereken bir fenomendir. Bu nedenle varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarında birey sıklıkla ölüm anksiyetesiyle yüzleştirilmeye çalışılmaktadır. Çelik (2018) varoluşçu sosyal çalışma müdahalelerinde *"Ölüm gerçeğini nasıl kabul edersiniz?", "Ölümden önce başarmak istedikleriniz nelerdir?", "Size yakın birini kaybettiyseniz bunun sizin için ne anlama geldiğini grupla paylaşabilir misiniz?"* gibi sorularla hizmet alan bireyin ölümle yüzleştirilmesinin amaçlandığı belirtmektedir. Bu karşılaşma Krill (2017)'in de belirttiği oldukça verimli ve iyileştirici bir karşılaşmadır. Varoluşçu sosyal çalışmacıdan beklenen şey ise bireyin varoluşun temel getirisi olan ölümle yüzleşme sürecinde ona destek olmak ve onu güçlendirmektir (Thompson, 1992). Nilsson (2018) varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarında kullanılan Franklyen bakış açısının ölümle yüzleşme üzerinden anlam

yaratmayı sağladığını belirtmektedir. Thompson (2007) ölümle yüzleşmenin bireyi özgürleştirdiğini ve böylece otantikleştirdiğini belirtmektedir. Bu noktada varoluşçu sosyal çalışmada ölüm, acılı bir süreç sonrasında bireyin iyilik halini ortaya çıkaran bir fenomendir.

Randall (2001) varoluşçu sosyal çalışma uygulamasıyla gerçekleştirdiği vaka örneğinde ölüm temasının bireyin iyilik hali için zenginleştirici bir unsur olduğundan bahsetmektedir. Randall (2001)'ın belirttiği vaka örneğinde hizmet alan bireyin şiddetli panik ataklarının olduğu görülmektedir. Sosyal çalışmacı ilk olarak bilişsel davranışçı terapi ile vakayı ele almayı düşünmektedir. Ancak varoluşçu psikoterapide panik atakların ölüm anksiyetesiyle ilişkili olduğu savından yola çıkarak vakasını varoluşçu bir perspektifle ele almayı seçmiştir. Bu noktada birey ölümle yüzleştirilerek panik atağa neden olan bu nihai kaygı bireyin iyilik halini zenginleştiren bir güç kaynağı haline gelmiştir.

Lantz ve Greenlee (1991) savaştan dönen askerlerle gerçekleştirdikleri varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarını aktarmaktadır. Bu öncü varoluşçu sosyal çalışmacıların hizmet verdiği bireyler, savaşın ve sıcak çatışmanın yarattığı etkiler nedeniyle travma sonrası stres bozukluğu semptomları göstermişlerdir. Askerler savaşta sevdiği arkadaşlarını ve komutanlarını kaybetmişlerdir. Ölüm, savaş gazileri için korkunç olma dışında herhangi bir anlam ifade etmemektedir. Ancak araştırmacılar, varoluşçu bir perspektifle ele aldıkları bu bireylerin ölüm konusunda konuşmalarının onların içinde bulunduğu suçluluğu azaltmalarında ve hayatlarında kaybolan anlamı yeniden kazanmalarında etkili olduğunu belirtmektedir.

Brown ve Romanchuk (1995) yaşlı bireylerle gerçekleştirdikleri varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarında, ölüm anksiyetesinin açık bir şekilde bireyin iyilik haline negatif etkilerde bulunduğunu belirtmektedirler. Bu öncü varoluşçu sosyal çalışmacıların mesleki uygulama gerçekleştirdikleri bir yaşlı birey, ölüm anksiyetesiyle ilgili şunları belirtmektedir: *"Gecenin bir yarısı ölüme yakalanmaktan korkuyorum."* (Brown ve Romanchuk, 1995). Araştırmacılar bu çalışmada yaşlı bireylerin en temel korkusunun ölüm olduğunun altını çizmektedir. Bununla birlikte yaşlı bireylerin çekici fiziksel görünümleri, fiziki sağlıkları, sevdiği yakınları, arkadaşları, kardeşleri ve eşleri yok olmuştur. Yaşlılık, bu bağlamda fiziksel, sosyal ve ruhsal bağlamda yok olma tehditlerinin artış gösterdiği bir dönemdir. Ancak diğer taraftan bu üzerinde çalışılması gereken sorunu tek bir temaya indirgemektedir. Eğer ölümü kabullenme gerçekleştirilebilirse bir yaşlının yaşam kalitesi çok daha geniş bir etkiyle artış gösterecektir.

Varoluşçu sosyal çalışmacı bu noktada yaşlı bireylerin üzerine çöken bu yok olma anksiyetesini yine yaşlı bireyleri ölümle yüzleştirerek ortadan kaldırmaya çalışmaktır.

Weerman ve Abma (2019) üniversite öğrencileriyle gerçekleştirmiş oldukları bir araştırmada ölümün birey üzerindeki etkilerini değerlendirmişlerdir. Bu noktada öğrencilerin uyuşturucu ve alkol bağımlılığının temelinde ölüm anksiyetesinin var olduğu sonucuna varmışlardır. Bazı öğrenciler, uyuşturucu kullanma nedeni olarak yoğun bir "hayatta olma" isteğini ileri sürmüşlerdir: *"Uyuşturucu kullanırken ölme riskinin farkında değildim, yoğun bir şekilde yaşadığımı hissettim. Uyuşturucu kullanma motivasyonum hayatımı hızlandırmaktı."* Yoğun bir yaşam isteği ölüm anksiyetesinden kaçışının en başarılı ve tehlikeli yollarından birisidir.

Bazı öğrenciler, yaşam korkusunu yenmek veya ölümü inkâr etmek veya ölüme meydan okumak için alkol ve uyuşturucu kullanmışlardır (Weerman ve Abma, 2019):

"Uzun bir süre ölüm olasılığını bir çıkış yolu olarak gördüm, hayatın zor olduğu zamanlarda dayanılacak belki de son damla. Ölüm beni korkutmadı. Hayatımın anlamsız olmasından korktum. Uyuşturucu bana bir yaşam duygusu verdi(...)"

Alkol ve uyuşturucu öğrencileri sahte bir yaşam doluluğuyla ölüm anksiyetesinden kurtarmaktadır. Ancak bu durum bireyin bağımlılığını ve nevrotikliğini tetiklemektedir. Kominkiewicz (2006)'in de altını çizdiği ölüm anksiyetesiyle başa çıkabilmenin en sağlıklı yolu onunla yüzleşmek ve içten bir şekilde onu yaşamın bir parçası ve gerekliliği olarak kabul etmektir.

Nilsson ve arkadaşları (1999) felç geçiren hastaları varoluşçu bir perspektifle ele almışlardır. Gerçekleştirdikleri görüşmelerde felç geçiren hastaların büyük çoğunluğunun acı, korku ve kaygı içerisinde olduklarını belirlemişlerdir. Çalışmada elde edilen bir başka önemli bulgu ise ölüme yaklaşan bu deneyimin birey üzerindeki olumlu etkileridir. Yapılan görüşmelerden bir tanesinde içinde bulunduğu durumu kabullenen bir katılımcı şu ifadeleri kullanmaktadır: *"Sonra dilerim ki ... bir gün tekrar sağlığıma kavuştuğumda….. önümdeki yaşamın kıymetini çok daha fazla bileceğim….. ve bana verilecek her bir saati çok daha dikkatli yaşayacağım…"* Picardie (1980)'nin de altını çizdiği gibi ölüm doğru bir açıyla ele alındığında kişiye anlamlı ve özgür bir yaşam verebilmektedir. Ölüm kişiyi kendi varoluşunun önüne ittiğinde ve kişi varoluşu ile ilişkiyi samimiyetle kabullendiğinde bireyin iyilik hali ve yaşam doyumu artmaktadır.

Chigangaidze (2021), Uluslararası Sosyal Çalışma Derneği'nin 2021 yılı için belirlediği ve bireyselleşmekten ziyade toplumsal bütünlüğe, etkileşime ve iş birliğine vurgu yapan ve Afrika kökenli "Ubuntu" kavramının ölümü kabullenmeyle ilişkisini değerlendirmektedir. Ona göre ölüm teması sosyal çalışma bilimi içerisinde kanıtlanmış birden fazla başarılı uygulamada kullanılmaktadır. Ölümü kabullenme ve onun farkında olma kişinin çevresindeki doğayla ve bireylerle ilişkisini çok daha içten, anlam dolu ve doyumlu hale getirmektedir. Bu ilişkilerin her bir anı, ölümle yüzleşmiş bir birey için armağan ve fırsattır. Bu nedenle çevremizdeki doğa ve insanlar onlarla iş birliği, sevgi ve saygı içerisinde bir araya geleceğimiz bütünün parçası haline gelmektedir. Ölüm, insana ait olduğu bütünselliği geri vermektedir. Bu nedenle "Ubuntu" ideali ölümü kabullenmiş insanların gerçekleştirebileceği bir kazanımdır.

Varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarında ölüm temasının bireyin yaşamındaki iyileştirici gücüne dair birkaç örnek bulunmaktadır. Ancak varoluşçu sosyal çalışma uygulamasında bu iyileştirici gücü Klugman (1997)'ın "ölüm döşeğine yatan Cameron vakası" kadar aydınlatıcı ifade eden başka bir vaka örneği çok nadir bulunmaktadır. Cameron'un terapiye başlama nedenleri dünyadaki "güçsüzlüğü" ve "yaşama isteğindeki " tükenmişlik hissidir. Gerek kariyerinin gerekse yaşantısal deneyimlerinin umduğu gibi gitmemesi onu depresyona sürüklemiştir. Klugman (1997)'ın ifadesiyle kendisini "ipin ucunda ve umutsuzluğa daha yakın bir yerde" hissetmektedir. Cameron, Klugman'dan önce birkaç terapiste daha gitmiş ancak son terapistinin çözüm olarak antidepresan önermesi üzerine onunla ilişkisini kesmiştir. Mesleki uygulamanın başlarındaki bir görüşmede, Cameron yine çok sıkışmış hissetmektedir. Sosyal çalışmacı görüşme boyunca bu sıkışmışlık hissini onunla konuşmaya çalışmıştır. Sonrasında ise bir anda Cameron'dan gözlerini kapatmasını ve kendisini ölüm döşeğinde hayal etmesini istemiştir. Cameron bu isteği merakla kabul ederek yerine getirmeye başlamıştır. Sosyal çalışmacı bu noktada ölüm döşeğindeki Cameron'a yaşamı ile ilgili sorularak sorarak Cameron'un bu sorulara cevap vermesini sağlamıştır. Ancak Cameron bu sohbeti bir noktadan sonra devam ettirmek istememiştir. Çünkü ölüm döşeğinde yatan kişi kendisi değildir. Sosyal çalışmacı bu kişiyi tanımlamasını istediğinde Cameron şunları belirtmiştir: *"(...) Ölüm döşeğindeki kişi dolu bir hayat yaşadı, işler onun için oldukça iyi gitti ve işlerin gidişatına dair bir tamamlanma ve tatmin duygusu var."*

Klugman (1997) ölüm döşeğindeki kişi o olmasa da Cameron' ı onunla iletişim kurması konusunda ikna etmiştir. Ancak çok kısa bir süre sonra Cameron hıçkırıklarla dolu bir ağlama

patlaması yaşamıştır. Sosyal çalışmacı bu ağlamanın nedenini sorduğunda Cameron şunları ifade etmektedir:

"Benim için de işler farklı olabilir çünkü her şey bana bağlı (...) Neden ağlıyorum emin değilim ama şunu biliyorum ki bana üzgün hissettirmiyor. Bu duyguda özgürleştirici bir şey var. Sanki yıllar sonra ilk defa hücremden çıkan bir mahkûm gibiyim (...) Şu anda biraz korkmuş hissediyorum ama sorun değil çünkü artık kendimi sıkışmış hissetmiyorum ve gerçekten korkutucu olan da bu! (...) Bu uyuşukluğun arkasından çıkmak korkutucu ama bunu tercih ediyorum, yanlış anlama. Şimdi yaşadığımı hissediyorum, sanki hayatımı değiştirmek için yapmam gereken şeyleri yapabiliyormuşum gibi... Bunların ne olduğunu bile bilmiyorum, ama bildiğim zaman onları yapabileceğimi hissediyorum ve uzun zamandır böyle hissetmemiştim (...) "Garip olduğunu düşünüyorsun ama ben tanıdık bir yerde olduğumu hissediyorum. Yani korkuyorum ama bununla başa çıkabilirim. Emin değilim, ama sorun değil."

Bu vaka raporunda "ölüm döşeği" figürü ile birey, ölüm temasıyla yüzleştirilmiştir. Bu hissi derinlerde hisseden bir birey otantik bir varlık olma yolunda güçlendirilmiştir. Bu güçlendirme bizzat varoluşçu sosyal çalışmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Çünkü ölüm bireyi varoluşuyla etkileşime sürüklemektedir. Bu etkileşim ise bireyi doğal bir anlamla, doyumla ve güçle donatmaktadır. Klugman bu tarz bir gücün varoluşunun kökensel kaygılarıyla yüzleşmiş otantik bireye ait olduğunu belirtmektedir. Ona göre varoluşçu sosyal çalışmacının temel hedefi hizmet verdiği bireyleri bu doğal ve sonsuz güçle donatarak otantikleştirmektir (Klugman, 1997).

2.5.2. Özgürlük

2.5.2.1. Varoluşçu Felsefede Özgürlük

Özgürlüğün genel kullanımdaki anlamı açık bir şekilde olumlu olarak görülmektedir. Ancak varoluşçu felsefede özgürlük, bireye varoluşunun doğal sonucu olarak zorunlu olarak verilen bir kökensel unsurdur. İnsan ondan kaçamaz. Dahası insanı diğer canlılardan ayıran en önemli özelliği özgürlüğüdür (Alderwick, 2015). Dünya üzerinde başka hiçbir canlı insan varoluşunun özgürlüğüne sahip değildir. Kişi kendisine verilen otomatik dünya anlamlarını aşmayı başardığı zaman aslında hiçbir dayanak bulunmayan bir varlık alanına yani hiçliğin içerisine düşmektedir (Collins, 2017). Bu noktada insan varoluşunun bağrındaki bu hiçlikle yüzleştikten sonra bu hiçlik kumaşından özgürce anlamları yaratabileceğini keşfetmektedir. Dolayısıyla varoluşuyla etkileşime girişen her insan, özgürlüğünü sırtlanmak zorundadır (Hoagland ve Murphy, 1999). Onun, kendi varlığını ve dünyasını yaratmak için üzerinde hazır/verili bir zemini bulunmamaktadır. O bu zemini belirsizlik ve korku içerisinde gerçekleştirdiği özgür seçimleriyle bizzat kendisi var edecektir (Albinsson ve Strang, 2003).

Kierkegaard (2020)'a göre özgürlük bireyi var eden en temel unsurdur. Onun felsefesinde özgür seçim var olmanın yegâne şartıdır. Bireyin zaman algısını özgür seçimler var etmektedir. Bir insanın özgür seçim anı ise sonlu zamana değil sonsuz zamana aittir. Çünkü özgür seçim anı, sonlu bireyin sonsuz varoluş ile etkileşim kurduğu yerdir (Mounier, 2019). Özgür seçim bireye kendisine dayatılan fikir, değer ve davranış örüntülerini aşma imkânı vermektedir. Birey bu aşkınlaşma gerçekleştikten sonra kendisini sonsuz varoluşla ilişkili halde yaratmaya başlamalıdır (Colette, 2017). Bu nedenle Kierkegaard'ın felsefesinde özgür seçim insanın kendisini tasarlaması ve yaratması anlamına gelmektedir. "Ben sinirliyim, erkek adam ağlamaz, maddi kaynağı olan insanlar ahlaklıdır." gibi söylemlerin tamamı aşılabilir ve yokluğa itilebilir altı boş düşünce ve ifadelerdir. Bireye düşen, içinde yaşadığı modern çağda kendisine hazır verilen tüm bu değer ve fikirleri aşıp yalnızca varoluşuna dayanarak kendisini acı dolu seçimleriyle var etmektir (Crowell, 2020). Bu nedenle Kierkegaard'ın felsefesinde verili değerlere ve fikirlere başkaldıran her cesaretli insan kahramandır. Antik Yunan felsefesinde en zengin yaşamı filozofların ve düşünürlerin yaşadığına inanılmıştır. Ancak Kierkegaard, kendini özgür seçimleriyle yaratma sorumluluğunu almış her bireyi; zengin bir yaşamı olan cesaretli kahramanlar olarak değerlendirmektedir (Blackham, 2020).

Birey bütün değerleri ve fikirleri aşıp varoluşuna doğru yöneldiğinde yalnızca kendisine dayanarak özgür seçimlerle kendi değerlerini, fikirlerini ve davranışlarını var etmeye başlamaktadır. Bu noktada Kierkegaard (1941)'ın varoluşçu insanı, kendi varlığının mimarı ve mühendisidir. Onun felsefesinde özgür seçimi destekleyen ve bireyin kendi yaratımını mümkün kılan diğer bir faktör kararlılık ve kendini feda etmedir. Bu nokta, özgürlüğün acı, korku ve belirsizlik vermeye başladığı yerdir. Kierkegaard (2005) her insanın onu sahteleştiren ve onu bir ölü haline getiren modern çağın hazır değer ve fikirlerine kaçmak istediğinin altını çizmektedir. Doğru olup olmadığını bilmeden ve sonucunda neyin ortaya çıkacağını tam kestiremeden bir karar vermek acı, korku ve kaygı vermektedir. Oysa modern çağda karar vermeye veya sorumluluk almaya gerek yoktur. Orada yapılması gerekenler nettir (Bollnow, 2004). Bu nedenle birey kendini yaratma sürecinde ona özgürlüğünü veren varoluşu ile ona sahte sorumluluk ve seçim yükü vermeyen modern çağ arasında gidip gelmektedir (Fremstedal, 2022).

Kierkegaard (1941)'a göre birey, özgür seçimleriyle yaşamını var edebilmek için kararlılıkla varoluşuna yönelmelidir. Çünkü sürekli olarak özgür seçim yapan birey varoluşuyla daha fazla etkileşim halinde daha gerçek bir varlık olacaktır. Bireyin kendi hayatını varoluşuyla gelen

özgür seçimleri uğruna feda etmesi gerekmektedir. Kişi varoluşuna koşulsuz ve sonsuz bir bağlılıkla kendini yaratmalı ve var etmelidir. Bu kişinin "iman" ile gerçekleştirebileceği bir kendini feda etmedir (Kierkagaard, 2005). Kierkegaard bu noktada İbrahim peygamber örneğini vermektedir. İbrahim peygamber kendisine özgürlük veren sonsuz varoluşuna teslim olarak çok sevdiği çocuğunu kendi elleriyle öldürme eylemini göze almıştır. Bu eylem dışarıdan bakıldığında oldukça yanlış görülebilmektedir. Ancak kendisini özgür seçimleriyle yaratmış, kararlı, inançlı ve yaşamını özgür varlığına feda etmiş bir insanın, sonsuz varoluşu ile etkileşime geçebilmesi noktasında neleri göze alabileceğini göstermektedir. Özgür seçimleriyle var ettiği kararlı varoluşu uğruna oğlunu feda etmeyi ve bunun sonucundaki sorumluluğu göze almış bir bireyin özgür varoluşu için gözden çıkaramayacağı veya sorumluluğunu alamayacağı hiçbir şey yoktur (Blackham, 2020). Kierkegaard'ın felsefesinde birey varoluşu ile etkileşime girerek özgür seçimleriyle kendisini yaratmaktadır. Ancak güven verici köleliğin ayartmalarına karşı bireyin kuvvetli bir inanç, sadakat, kendini adama, kararlılık ve tekrar ile özgür varlığını yaratmaya yani varoluşuna yönelmesi gerekmektedir. Onun felsefesinde özgürlüğü kaygı verici, zor ve korku dolu kılan bu noktadır (Mounier, 2019).

Nietzsche (2011)'ye göre varoluşçu felsefenin temel görevi, bireye içinde yaşadığı sahte dünyayı reddetmesini ve bağlılık-sadaketle pekiştirilen özgür seçimler aracılığıyla kendi kendisini yaratmasını anımsatmaktır. Onun felsefesinde öncelikli olan seçimlerdir. Seçimlerden sonra birey meydana gelmektedir. Bu nedenle seçimler insanı insan yapan en temel unsurlardır. Birey kendi seçimlerine benzemektedir (Nietzsche, 2017a). Bu noktada Nietzsche (2020) kişinin seçimlerinin temelinde yalnızca kendisinin olması gerektiğinin altını çizmektedir. Birey içinde bulunduğu çağın evrensel değerleriyle varoluşunu tasarlayamayacak hale geldiğinde; yalnızca kendisine ait olan sorumluluğunu üstlenemeye başlayacaktır. Bu noktada özgürlük için Kierkegaard'da olduğu gibi içinde bulunulan çağın değerlerini aşma eylemi gerekmektedir (Crowell, 2012). Çünkü insanın saf varoluşunda hazır değerler ve fikirler bulunmamaktadır. İnsan hiçlikten meydana gelen varoluşu ve özgürlüğüyle dünyaya gelmektedir. Bunun dışında geriye kalan her şey bireye zorla dikte edilmiş sahteleştirici ve sürüleştirici ön kabullerdir (Blackham, 2020). İnsan özgürlüğünü ve kendisi dışında hiçbir zeminin olmadığı gerçeğini kabullenmelidir. Aksi halde sürü insanlarının sahte huzuru için doğal varoluşunu ve özgürlüğünü satmaktadır. Sürüleşmiş insan yığınları, özgür seçimleri ve bunların sorumluluğundan kaçan kişiler tarafından oluşturulmaktadır. Bu kişiler "Eğer sadece varoluşum ve özgürlüğüm varsa ben bu özgürlükle neyi seçeceğim, neye doğru diyeceğim

kendimi en doğru nasıl tasarlayacak, nasıl var edeceğim?" sorusuna hayatını feda ederek kararlı seçimlerle cevap vermek yerine; sahte sürünün "Ev almalısın, evlenmelisin, araba almalısın, daha fazla eşyaya sahip olursan daha fazla doğru şey yapmış olursun" yanıtlarına sığınmaktadırlar (Nietzsche, 2020). Nietzsche (2017) kendi değerini yalnızca kendine dayanarak var eden, sonrasında ise kendisini bu değerlere göre var eden insanın "üst insan" olduğunu ifade etmektedir. Bu var etme süreci belirsizliğe, acıya, dışlanmaya ve korkuya göğüs germeyi gerektirmektedir. Tüm bunlara rağmen sürekli ve kararlı bir şekilde kendisini özgür olarak var eden kişi sürü insanı olmaktan kurtulabilmektedir.

Jaspers (1959) özgürlüğü, bireyin varoluşunu eşya ve nesne olmaktan kurtarmak olarak görmektedir. Jaspers (1955)'a göre bireyin özgürlüğü, onu orada-varlık düzleminden bizatihi-varlık düzlemine geçiren ana unsurlardan biridir. Kişi eğer özgürlüğünün sorumluluğunu üstlenmezse orada-varlık dünyasındaki ampirik bir nesne konumuna indirgenmektedir. Onu diğer nesnelerden ayırabilecek hiçbir özelliği yoktur. O, sürekli olarak eskimektedir ve bir gün varlığı tükenecektir. Ancak insan, bizatihi-varlık dünyasına geçiş yaptığında belirli bir nesne olmaktan ziyade; yalnızca bir belirsizlik ve olasılık olarak ortaya çıkmaktadır. Kişi ne olacağı henüz belli olmayan bir olasılıktır (Mounier, 2019). Özgürlük ise kişiye varoluşuyla giriştiği şifreli ilişkide seçim ve sorumluluk aracılığıyla doyumlu, bütünsel ve anlamlı bir yaşam vermektedir (Jaspers, 1959). Jaspers'a göre yaşamı anlamlı kılan özgür seçimlerdir çünkü her bir özgür seçim kişinin varlığının yenilenmesi anlamını taşımaktadır. Kişi orada-varlık dünyasını aştığında bu kendisinin sahte varlığının yok olması anlamına gelmektedir. Tıpkı bunun gibi varoluşa yönelen her özgür seçim bireyin sahte ve uyuşan varlığını yenilemekte ve tazelemektedir. Böylece birey özgür seçim yapabildiği sürece yenilenmekte ve yaşamdan doyum elde etmektedir (Jaspers ve Schilpp, 1957).

Jaspers (2014) kişinin kendi varlığını özgür seçimleri üzerinden doğruladığını belirtmektedir. Bu durum kısaca "Seçiyorum o halde varım!" şeklinde de ifade edilebilmektedir. Her özgür seçim, beni daha da fazla var eden ve kendime daha fazla varlığımı kanıtladığım bir süreçtir. O halde özgürlük, varlığımı ispatlayan önemli bir koşuldur (Blackham, 2020). Jaspers (1959)'a göre kişi, özgür seçimlerinin ve kararlarının tekrar etmesiyle yalnızca kendi varoluşuna dayanan otomatik varlık zemini yaratmaktadır. Bu zemin doğuştan hazır ve verili değildir. Bu zemin belirsizlik içerisinde tüm hatalara ve olumsuz sonuçlarına rağmen sorumluluğu üstlenilmiş ve uğruna hayat feda edilmiş özgür seçimlerin yarattığı bir zemindir. Bireyin biricikliğini yaratan tek unsur özgür seçimleridir (Mounier, 2019). Kişinin temel özü

özgürlüktür ve bunun dışında hiçbir şeye sahip değildir. Bu nedenle ortaya çıkan her başarısızlık bireyi özgürlüğe sürükleyen durumlar olarak değerlendirilmektedir. Başarısızlık kişiye çağın doğmalarını sorgulatmaktadır (Jaspers, 2014). Bu sorgulama bireyi aşkınlığa ve bizatihi-varlığa götürmektedir. Böylece başarısızlık kişiyi özgürlük aracılığıyla varoluşa ileten bir sınır durum konumuna yükselmektedir. Bu varlık düzeyinde bireyin "her şey olabilecek hiçliği" ve özgürlüğünden başka bir şey yoktur. İnsan özgürlüğün getirdiği bütün korkulara, belirsizliklere ve kaygılara rağmen özgür olmaya devam etmesi gereken bir varlıktır (Jaspers, 2003).

Marcel (1962)'e göre birey liyakatsizliği ortaya çıkaran nedenler dünyasının uyaranlarına rağmen kahramanca bir özgürlük tutumuna sahip olmalıdır. Onun felsefesinde özgürlük bireyi ikincil düşünme süreçlerine yönlendirerek varoluşuyla yeniden ilişki kurmasını sağlayan temel araçlardandır. Kişi doyumlu ve anlamlı bir hayata ancak kendini yaratma eylemi sayesinde erişebilmektedir. Birey yaptığı her özgür seçim ile kendisini yeni baştan var etmektedir. Bireyin kendisini sürekli değiştirebilme ve yenileyebilme kudreti vardır. Dünya üzerinde başka hiçbir canlının sahip olmadığı bu güç özgürlüğün kendisidir (Marcel, 1963). Elbette özgürlüğün ortaya çıkardığı "sorumluluk almak" ve "yüzleşmek" eylemleri de yalnızca insana aittir. İnsanın kendisini var etme sorumluluğu, onu sadakatle kendi kişisel varoluşunun tarihini oluşturmaya yönlendirmektedir. Bu tarih bireyin kararlı özgür seçimlerinin tarihidir (Marcel, 1949). Bu tarih Kierkegaard'ın sıradan kahramanlarının özgür geçmişlerinin tarihidir. Marcel'in felsefesinde bu nedenle özgürlük, kişinin kendisini tasarlaması, var etmesi, yenilemesi ve tüm bu sürecin kararlılıkla, sadakatle ve kendini feda ederek gerçekleştirilmesi anlamlarını taşımaktadır (Blackham, 2020; Crowell, 2020).

Heidegger (2019b)'e göre insanın varoluşu sürekli bir belirsizlik ve olasılık konumundadır. Çünkü *dasein* hiçbir zaman net bir şekilde tamamlanamaz. Çünkü o her zaman "kendisinden başka bir şey" olabilecek bir varlıktır. Heidegger'in felsefesinde *dasein*'e bu gücü veren temel unsur özgürlüktür (Heidegger, 2017). İnsan dünyaya doğal olarak bu şekilde gelmiştir. O her zaman kendisinin ötesine geçebilecek kudrete sahiptir. İnsanın varlığına ve yaşamına anlam veren şey ise kişinin özgür iradesiyle gerçekleştirdiği seçimleridir. Bu seçimlerin sonucunda birey asla belirli bir varlık konumuna gelmez. Ancak bu seçimlerin tekrarlı bir şekilde devam etmesi; bireyin kişisel tarihinin özgürlükle var edilmesini sağlamaktadır. Ayrıca bu kararlı özgür seçimler, bireyin davranışlarını dayandırabileceği zeminler haline gelmektedirler. Dünyaya anlam ve değer katan şey bu özgür seçimlerin sorumluluğunu alan bireyin kendisidir (Watts, 2014).

Heidegger (2019b)'e göre bir insanın en temel projesi, kendisini var etmektir. Bireyin kendisini var etmesi özgür seçimlerine bağlıdır. Birey dünyadaki nesnelerle ve başkaları ile bu temel proje bağlamında ilişki kurmaktadır. Bu nedenle herhangi bir eşya insandan bağımsız bir nesne değil bana göre var olan araçlardır. El-altında-bulunan-nesnelerdir. İnsanın çevresindeki şeyleri araç olarak değerlendirmesinin altında özgür iradesiyle kendisi var etme amacı bulunmaktadır. Başkaları ise onlarla "biz" ilişkisini kurarak varoluşuma yöneleceğim ve özgürleşeceğim varlıklardır. Biz ilişkisi aracılığıyla birey sürekli olarak özgürleşmekte ve kendini sürekli olarak yeniden seçimleriyle var etmektedir (Colette, 2017).

Heidegger (2019a)'e göre insan kendisini tasarlayarak var etmektedir. Ancak bu tasarlama esnasında kişi birden fazla olasılıktan yalnızca bir tanesini var etmeyi seçmektedir. Kişi özgür seçimi esnasında bir taraftan kişisel varoluş olasılıklarından bir tanesini hayata geçirmeyi seçerken diğer taraftan kişisel varoluş olasılıklarının geri kalanlarının tamamını yok etmeyi seçmektedir (Blackham, 2020). Heidegger'in felsefesinde özgür seçimin acı verici kısmı burada yatmaktadır. Her seçim, aynı zamanda bir yok etme tercihidir. Ancak birey bu noktada "ya yanlış varoluşu hayata geçirip doğru olanları öldürüyorsam?" sorularıyla baş başa kalmaktadırlar. Kişinin hangi halini hayatta bırakmasına karar vermesi kaygı (*sorge*) ve korku vericidir (Mounier, 2019). Bu noktada bireyler Heidegger (2019b)'in ifadesiyle *das man*'a doğru yani anonim bir hayalet olmaya doğru kaçmaktadırlar. Özgürlük ve sorumluluk yerine varoluşunu sahteleştiren verili talimatname dünyasına boyun eğmektedirler. Burada "efendi" olmanın sorumluluğu ve özgürlüğü yoktur. Burada "köle" olmanın huzuruyla yalnızca yapılması gerekenler vardır. Ancak bu beni özgür seçimleriyle kişisel tarihini yaratan ve olasılıklarını seçen bir birey konumundan bir eşya ve bir nesne konumuna indirgemektedir (Werkmeister, 1941). Buna karşın Heidegger insanın sürekli olarak gelecekteki halini özgür iradesiyle tasarlaması gerektiğini belirtmektedir. Kişi bu noktadan sonra tasarladığı varlık olabilmek için özgür iradesiyle seçimler yapmalı ve bu seçimlerin sonuçlarının sorumluluğunu üstlenmelidir. Ancak *dasein* kendi projesini çizmekten asla vazgeçemez. Çünkü o hiçbir zaman tamamlanamaz. Bu onun özgür oluşunun doğal sonucudur (Lowith, 1948). Bireyin varoluşuyla birlikte doğal olarak gelen özgürlüğü *dasein*'ı hep kendisinin ötesi için tasarım yapmaya itmektedir. Bu ölüm-için-varlık olan insanın doğru bir zamanda ölümü için gerekli bir durumdur. Doğru bir ölüm, özgür seçimlerle dolu kişisel tarihin sonucudur. Dolayısıyla Heidegger'in felsefesinde özgürlük bireyin üstlenmesi gereken, onu ölüm baskısından kurtaran, onun yaşamını anlamlı ve doyumlu hale getiren bir unsurdur (Heidegger, 2019b).

Sartre'ın felsefesinde özgürlük kendi-için-varlık'tır (Sartre, 2022). Bu sonsuz bir hiçleme/olumsuzlama anlamına gelmektedir. Sartre (2021)'a göre dünya üzerinde kendi varlığına, anlamlarına ve değerlerine "hayır!" diyebilen tek canlı insandır. Kişi özgürlüğü aracılığıyla içinde bulunduğu durumun her zaman ötesine geçerek onu aşabilmektedir. Bu nedenle insanda değiştirilemeyecek belirli özler olduğu varsayımı tamamen yanlıştır. Çünkü insan özgürlüğü sebebiyle hiçbir zaman "ben ne isem oyum." diyemez. O halde insan özgürlüğüyle önce kendisini varoluşturur ve bu varoluş sonucunda belirli özler meydana gelir (Webber, 2009). Sartre (2021) bu nedenle *"Varoluş özden önce gelir."* demektedir. Çünkü *"İnsan özgürlüğe mahkumdur."*(Sartre, 2017). Özgürlük varoluşun temel yapı taşıdır. İnsana içinde bulunduğu dünyadaki anlamları, ilişkileri, karakterleri ve yapıları aşma imkânı vermektedir. Böylece insan ne isterse o olabilecek bir canlıdır (Celaleddin, 2021). Sartre (2021)'ın da belirttiği gibi insanlar "nasıl bir varlık olmak isteyeceklerini" bilememektedirler. Çünkü varoluş, sorulan sorulara hiçbir cevap vermemektedir. O yalnızca kişileri içi boş hiçliğe ve özgürlüğe mahkûm etmiştir. Ancak kişilerin bu özgürlükle nasıl bir varlık tasarlayıp var etmelerine dair hiçbir ip ucu vermemektedir. Sartre (2022) bireylerin, özgürlüğü bu nedenle acı, korku, kaygı ve belirsizlik kaynağı olarak gördüklerini belirtmektedir. Bu noktada bireyin iki şansı bulunmaktadır: Ya kendilerini özgürlük denen belirsizliğin içine atarak büyük bir risk alacaklar ya da yapışkan "*Saloud*" dünyasının hazır "yapılması gerekenleri" ne uyacaklardır (Mounier, 2019). Sartre (2022)'a göre ikinci şıkkı seçen bireyler varoluşlarından uzaklaşmaktadır. Ölü bir "kendinde-varlık"a dönüşmektedirler. Ancak birinci şıkkı seçen bireyler nihai olarak özgürlüğe uygun yaşayarak kendi varoluşlarını doğrulamaktadırlar.

Sartre'ın felsefesinde özgürlük, bireye kendi yaşamının yazarı olma imkânı tanımaktadır. Kişi özgür seçimleriyle kendi yaşamını ve varlığını sürekli olarak yenilemektir. Yalnızca bireyin kendi yaşamı değil aynı şekilde zamanın kendisi de özgürlük ile meydana gelmektedir (Russo, 2022). Sartre (2022)'a göre özgürlüğün olmadığı durumlarda birey hep aynı zaman diliminde yaşamaktadır. Hep aynı güne uyanmakta hep aynı şeyleri yaşamaktadır. Bu tekil zaman "kendinde-varlıklar" için geçerli olan zaman kipidir. Ancak anlam arayışı ile dolu insanın doğası bu zaman kipine uygun değildir. O şimdiki zamana, geçmiş ve gelecek zamanı sığdırabilen bir varlıktır. Bu üç zaman kipini birey ancak özgür eylemleriyle meydana getirebilmektedir. Özgür eylem, bireyin geçmiş varlığını değiştirerek yeni bir varlık olması anlamına gelmektedir. Böylece birey aştığı varoluşunu geçmişte bırakırken; yeni varoluşunu şimdiki zamana taşımaktadır (Webber, 2009). Bireyin özgürlüğüyle gerçekleştirdiği tasarımlar

ise onun özgürlüğüyle yaratmak istediği varoluşuna gönderme yapmaktadır. O halde Sartre'ın felsefesinde özgürlük, bireyin varoluşunun kökeninde ortaya çıkan, kişinin kendisini aşmasını mümkün kılan, onu sürekli yenileyen ve yaratan, son olarak onun farklı zamanlarda yaşamasını mümkün kılan bir fenomendir (Crowell, 2020; Aho, 2014).

2.5.2.2. Varoluşçu Psikoterapide Özgürlük ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu psikoterapide özgürlük konusu özellikle sorumluluk ve isteme başlıkları etrafında detaylıca tartışılmaktadır (Yalom, 2018). Bu perspektif, determinist Freudyen görüşün iç güdü ve bilinçdışı güçlerin etkisinde iradesini kaybetmiş danışan resmine karşı çıkmaktadır. Freudyen bakış açısının temel amacı danışanı özgürce seçim yapabileceği bir noktaya getirmektir. Ancak yapılan klasik psikanalitik uygulamalarda nadiren bireyin özgür seçimine ve sorumluluğuna odaklanıldığı görülmektedir (Bugental, 1964; Gantt, 2016; Hoffman vd., 2020; Kaiser, 1955). Ancak varoluşçu perspektif iradenin ve istemenin birey tarafından kabul edilmesi gerektiğini belirtmektedir. Bireyin gerçekleştirdiği davranıştan yalnızca kendisini sorumlu hissetmesi, bireyin iyilik haline katkıda bulunmaktadır (Koole, 2010). Fakat özgür irade ile gelen seçim ve sorumluluk, bireyde kökensel bir kaygı ve korku yaratmaktadır. Kişi yanlış bir seçim yapmaktansa hiçbir seçim yapmamayı tercih etmektedir. Yalom (2018)'un aktardığı bir vakada danışan şu ifadeleri kullanmaktadır:

"Ne yapacağıma karar veremiyorum, ilişkiyi sona erdiremiyorum, ama onu yatakta başka bir kadınla basmak için dua ediyorum; böylece ondan ayrılabilirim."

Varoluşçu psikoterapide bireyin kökensel kaygılarından bir tanesi özgür seçim yapmaktır. Bu noktada kişi özgürlüğünün acı dolu belirsizliğinin üzerini çeşitli savunma mekanizmalarıyla örterek onunla başa çıkmaya çalışmaktadır (Hoagland ve Murphy, 1999). Bu noktada varoluşçu psikoterapi ölüm fenomeninde olduğu gibi bireyi özgür seçimleri ve sorumluluğuyla yüzleştirerek onun iyilik halini sağlamaya çabalamaktadır (Bugental, 1965). May (2019b)'e göre seçim, bireyin kendisini tasarlaması ve yeniden var etmesi anlamına gelmektedir. Bu noktada özgürlük bireyin kendisini yaratabilme kudretinin temelidir. Ancak klinik çalışmalar incelendiğinde, danışanların özgür iradelerinden ve sorumluluktan kaçınmak için zorlantı (suçlu ben değilim dürtülerim. Onlar o kadar güçlü ki onları kontrol edemiyorum), sorumluluğun yer değiştirmesi (cinsel problemlerimin sorumlusu ben değilim; partnerimin cinsel ilgi eksikliği ve değişime olan ilgisizliği sorun), masum kurban rolü (ben yaptığım şeyin sorumlusu değilim aksine kurbanıyım.), kontrolün kaybedilmesi (bu davranışı yaptım ama alkolün etkisindeydim, bilinç dışının etkisindeydim) özerk davranıştan kaçınma (ben bunu

yapamam ama kocam benim için yapabilir; ben onsuz hiçbir şey yapamam) ve arzu etme-karar verme bozuklukları (ben sipariş vermeyeyim de arkadaşım benim yerime sipariş verecek) gibi savunma mekanizmaları kullandıkları görülmektedir (Albinsson ve Strang, 2003; Collins, 2017; Krug vd., 2019; May, 1961, 2019b; Yalom, 2018). Varoluşçu psikoterapi dayandığı felsefe itibariyle insanın zorunlu olarak özgür olduğunu belirtmektedir. Yalom (2018) konuyu şu şekilde ele almaktadır: *“*

Fakat boğazına kadar suya batmış olsa da insanoğlu özgürdür: İçinde bulunduğu durumla ilgili olarak ne hissedeceğini, hangi tutumu takınacağı, cesaretli mi, donuk mu, kaderci mi, becerikli mi olacağını, yoksa paniğe mi kapılacağını seçebilir.”

Bu söylem Epiktetos (Arendt, 1981 akt. Yalom, 2018:367)’un ifadesiyle benzerlik taşımaktadır: *“Ölmeliyim, Hapsedilmeliyim. Sürgüne gitmeliyim. Ama inleyerek mi ölmeliyim? Ben de mi sızlanmalıyım? Sürgüne gülümseyerek gitmeme kimse engel olabilir mi? Efendim beni zincire vurmakla tehdit ediyor: Ne diyorsun sen? Beni zincirlemek mi? Bacaklarımı zincirleyebilirsin – evet, ama irademi değil- hayır, Zeus bile ele geçiremez onu.”*

Gatch ve Temerlin (1965) psikoterapi seanslarında bireyleri sorumluluklarıyla yüzleştiren birden fazla psikoterapinin ses kayıtlarını inceleyerek şu derlemeleri ortaya koymuşlardır:

“Bir adam huysuz ve pasif bir şekilde karısının kendisiyle cinsel ilişkiye girmediğinden yakınırken terapist şu sözlerle gizli seçimi açığa çıkarır: “Böyle olması hoşunuza gidiyor olmalı; onunla çok uzun zamandır evlisiniz.” Bir ev kadını şikâyet etmektedir: “Çocuğumu idare edemiyorum, bütün yaptığı oturup bütün gün televizyon seyretmek.” Terapist gizli seçimi şu sözlerle ortaya koyar: “Ve siz de televizyonu kapatamayacak kadar küçük ve zavallısınız.” Dürtüleriyle idare edilen bir adam “Beni durdurun, korkarım kendimi öldüreceğim,” der. Terapist, “Sizi durdurayım mı? Eğer gerçekten kendinizi öldürmek istiyorsanız- gerçekten ölmeyi istiyorsanız- kimse sizi durduramaz- kendiniz dışında,” diye karşılık verir (...)”

Yukarıda verilen derlemede bütün terapistlerin altını çizdiği nokta benzerdir. Hayatı hakkında şikâyette bulunan bireylerin özgürlük kaygısından kaçınmak için başvurdukları savunma mekanizmaları onları nevrotikleştirmektedir (Hoeller, 1990).

Geştalt psikoterapisinin kurucusu Fritz Perls özgürlüğün kişisel değişim ve gelişim ile ilişkisini şöyle açıklamaktadır (Yalom, 2018):

“Bir semptomla savaştığınız sürece semptom daha da kötüleşecektir. Kendinize yaptığınız şeyin, semptomu nasıl ortaya çıkardığınızın, hastalığınızı nasıl ürettiğinizin, varoluşunuzu nasıl meydana koyduğunuzun sorumluluğunu üstlendiğinizde – kendinizle ilişkiye girdiğiniz an- gelişim başlar, bütünleşme başlar.”

Perls (1973) bu noktada varoluşçu psikoterapi bağlamında önemli bir noktayı vurgulamaktadır. Burada bakış açısı semptomu yenmek olmamalıdır. Önemli olan semptomu ortaya çıkarma şeklimizin sorumluluğunu üstlenmektir. Mazer (1960)'ın altını çizdiği gibi eğer hasta sorumluluğu ve özgürlüğü seçerse nevrotik yapıda ilk önemli yarık açılmış olacaktır. Perls (1969)'e göre hastaları nevrotikleştiren tamamlanmamış ve ifade edilmemiş duygulardır. Bu duygular yüzeye öz yıkıcı ve doyurucu olmayan ifadelerle çıkmaktadır. Bu noktada Perls hastaların tamamlanmamış duygularını ve ifadelerini, kişilerin sorumluluklarını ve özgürlüklerini kullanarak tam hale getirmeye çalışmaktadırlar (Perls vd., 1951). Perls (1969:9)'in bir grup terapisine başlarken söylediği şu sözler süreci özetlemektedir:

"Şimdi eğer delirmek, intihar etmek, iyileşmek, "heyecanlanmak" veya hayatınızı değiştirecek bir deneyim yaşamak istiyorsanız bu size bağlı. Ben kendi işimi yaparım siz de kendi işinizi. Bunun için sorumluluk almak istemeyen kişi lütfen bu seminere katılmasın. Buraya kendi istek ve iradenizle geliyorsunuz. Ne kadar yetişkin olduğunuzu bilmiyorum, ama yetişkin bir kişi olmanın özü kişinin kendi sorumluluğunu -düşüncelerinin, duygularının vs.- almasıdır."

Varoluşçu psikoterapide Kaiser (1965)'e göre, hastanın seçimlerinin sorumluluğunu almasına neden olan her şey değerlidir ve yapılmalıdır. Bu nedenle o, psikoterapi sürecinde hastaya ne anlatması gerektiğini ve nasıl davranması gerektiğini dahi söylememektedir. Hasta ne anlatacağını ve nasıl anlatacağını yalnızca kendisi seçmektedir. Kaiser bu yöntemle hastaya sorumluluk bilinci aktaramaya çalışmaktadır (Kaiser, 1955).

Özgürlük ve sorumluluk ile ilgili yapılan bilimsel çalışmalar incelendiğinde; Ryckman ve Sherman (1973), gerçekleştirdiği davranışları özgür seçimleriyle yapan ve bunların sorumluluğunu alan bireylerin diğer bireylere kıyasla daha yeterli hissettikleri sonucuna ulaşmışlardır. Melges ve Weisz (1971) yaptıkları araştırma sonucunda; içsel sorumluluk duygusuna sahip insanların buna sahip olmayan insanlara kıyasla daha az gergin, kaygılı, düşman tavırlı ve kafaları karışık olduklarını göstermiştir. Harrow ve Ferrante (1969) yaptıkları çalışmada; özgürlük ve sorumluluk duygusuna sahip insanların şizofreni hastası olma yatkınlıklarının diğer bireylere kıyasla daha düşük olduğunu belirtmektedirler. Shybut (1968) ise sorumluluk duygusuna sahip bireylerin diğer bireylere kıyasla daha az ciddi psikopatoloji geliştirme riskine sahip oldukları sonucuna varmaktadır. Seligman (1975)'a göre depresyon kişinin, hayati kararları kendisinin dışında verilmesine inanmasıyla gelişmekte ve şiddetini arttırmaktadır.

Yapılan bazı araştırmalar ise varoluşçu psikoterapide özgürlük ve sorumluluğun kişilerin iyilik hallerini arttırdığını göstermektedir. Gillis ve Jessor (1970) hastanede yatarak tedavi gören ve iyileşen hastalarla gerçekleştirdikleri deneysel çalışmada, özgürlük ve sorumluluk odaklı varoluşçu terapi ile bireylerin iyilik hallerinin arttırılabileceği sonucuna ulaşmışlardır. Yalom (2005) terapötik süreci başarıyla tamamlayan yirmi danışana hangi unsurların tedavi sürecinde daha çok işe yaradığını sormuştur. Bu noktada "Başkalarından ne kadar rehberlik ve destek alırsam alayım hayatımı yaşama şeklimin bütün sorumluluğunu almayı öğrenmek" cevabı 60 madde içerisinden tercih edilen ilk beş cevap içerisinde yer almıştır. York ve Eisman 18 kişilik uyuşturucu bağımlısı birey ve 14 kişilik uyuşturucu bağımlısı çocuğu olan ebeveynlerle haftada 6 gün olmak üzere toplamda 6 boyunca grup çalışmaları gerçekleştirmişlerdir (Yalom, 2018). Grup tedavisi sonucunda Yalom (2005)'un 60 maddelik "terapideki en yararlı unsuru bulma" amacıyla üretilen anket bu iki gruba uygulanmıştır. Anket sonucunda yukarıdaki "Başkalarından ne kadar rehberlik ve destek alırsam alayım hayatımı yaşama şeklimin bütün sorumluluğunu almayı öğrenmek" maddesi tercih edilmesine göre bir grupta birinci sırada, diğer grupta ise ikinci sırada yer almıştır. Grob (2000) yaptığı çalışması sonucunda; bireysel özgür irade ile öznel iyi oluş arasında güçlü bir pozitif ilişki bulunduğu sonucuna varmaktadır. Judge ve Bono (2001) ise bireysel özgür iradenin genel öz yeterlilik ve benlik saygısıyla pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Çocuk grubuyla gerçekleştirilen benzer bir çalışmada Roddenberry ve Renk (2010) de paralel sonuçlara ulaşmışlardır. Beierlein ve arkadaşları (2010) yaptıkları araştırmada; özgür irade ile kişiler arası güven arasında güçlü bir pozitif ilişki bulmuşlardır. Ash ve Huebner (2001) tarafından ergen bireylerle gerçekleştirilen araştırmada; özgür irade ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde güçlü bir ilişkinin var olduğu sonucuna varılmıştır. Benzer yaş grubunda yapılan bir başka araştırmada Shogren ve arkadaşları (2006) da benzer sonuçlara ulaşmışlardır.

Lieberman ve arkadaşları (1979) kadın bilinç arttırma gruplarının etkilerini inceleyen geniş kapsamlı araştırmalarının sonucunda yapılan grup terapilerinde danışanların "Kendi mutluluğumdan yalnızca ben sorumluyum." düşüncesinin oldukça sık bir şekilde ön plana çıktığını vurgulamaktadır. Horowitz (1979) 40 hastasının terapiden önce, terapinin başlamasından 8 ay sonra ve terapinin başlamasından 12 ay sonra olmak üzere kaydedilen üç psikoterapi görüşmesini analiz etmiştir. Gerçekleştirdiği analizin sonucunda danışanlarının "yapamam, yapmak zorundayım" gibi ifadelerinin sayısının zaman geçtikte azaldığı sonucuna varmaktadır. Böylece hastalarda zaman içerisinde terapi ile güçsüzlük hissinin azaldığı ve

kişisel sorumluluğun üstlenildiği görülmektedir. Vohs ve Schooler (2008) yaptıkları araştırma sonucunda; özgür irade inanmayan bireylerin daha fazla hile yapma davranışına yöneldiklerini bildirmektedirler. Baumeister ve arkadaşları (2009) ise özgür iradeye inanmayan bireylerin çok daha fazla saldırgan davranışlara yöneldiklerini ve diğer bireylere daha az yardım etmeye meyilli olduklarını belirtmişlerdir. Alquist ve arkadaşları (2013) ile Baumeister ve Brewer (2012)'in yaptıkları çalışmaların sonuçları değerlendirildiğinde; özgür iradeye inanan bireylerin yüksek bir özyeterlik, yaşam doyumu, öz kontrol, içsel kontrol odağına sahip olduğu; özgür iradeye inanmayan bireylerin ise aşırı itaat, bencillik ve yüksek depresyona maruz kaldığı anlaşılmaktadır.

Helweg psikiyatrik hastalarla ve öğrencilerle gerçekleştirdiği araştırmasında, katılımcılara çok direktif vermeyen ve kişisel sorumluluğun altını çizen Carl Rogers ve çok fazla direktif veren kişilere yapması gerektiğini söyleyen Albert Ellis'in terapi görüşmelerini izletmiştir. Kişisel sorumluluk ve özgür seçimden kaçınan katılımcıların açık ve anlamlı bir biçimde Albet Ellis'in terapi sürecine dahil olmak istediklerini belirtmişlerdir (Phares, 1976). Jacobsen yapmış olduğu çalışmada sorumluluk duygusuna sahip bireylerin direktif olmayan terapistleri daha fazla tercih ettikleri sonucuna varmaktadır (Phares, 1976). Wilson ise terapi sürecinde özgür seçim ve sorumluluk sahibi bireylerin tam katılım ve kontrolle dahil olabileceği terapistleri tercih ettikleri sonucuna ulaşmaktadır (Phares, 1976). Bu üç araştırmanın ortak yanı kişilerin sorumluluk ve özgürlüklerini kendileri yerine verebilecekleri terapistler bulmaya çalışmalarıdır. Varoluşçu psikoterapide bu çaba sonuç olarak başarısızlıkla sonuçlanacaktır. Özgürlük korkusu dehşet verici olsa da buna göğüs geren bireylerin gelişim gösterdikleri bilimsel çalışmalarla ortaya çıkmaktadır. Bu zorlu sürece dayanmayı içeren Frankl'ın anlattığı fıkra oldukça aydınlatıcıdır (Yalom, 2018:372):

"Birinci dünya savaşı sırasında, Yahudi bir doktor, Yahudi olmayan aristokrat albay arkadaşıyla siperde otururken yoğun bir ateş başlamış. Albay takılarak, "Korkuyorsun değil mi? Ari ırkın Sami ırkından üstün olduğunu gösteren bir kanıt daha." demiş. "Tabi korkuyorum," diye cevap vermiş doktor. "Ama üstün olan kim? Eğer sen, sevgili albayım, benim kadar korkuyor olsaydın çok uzun zaman önce kaçmış olurdun."

2.5.2.3. Varoluşçu Sosyal Çalışmada Özgürlük ve Araştırma Bulguları

Krill (2017)'e göre insan her zaman kendisinin ötesine geçebilecek bir varlıktır. Onun benliği hiçbir zaman sabit değildir. Aksine sürekli olasılıklarla ve belirsizliklerle doludur. Kişi her zaman kendisini olumsuzlama ve yeni bir benlik yaratma gücüne sahiptir. Bu nedenle bireyin, yaşamının ilk dönemlerindeki deneyimlerin ve iç güdülerin etkisindeki sabit bir varlık olduğunu

söylemek tatmin edici bir açıklama değildir. Krill (1978b)'e göre bireyi etkileyen çevresel nedenler ne olursa olsun kişi her zaman yeni değerler ve yeni yaşam tarzları benimsemekte özgürdür. Thompson (1992)'a göre değişim için hizmet alan bireyin kendi yaşamının sorumluluğunu alması vazgeçilmez bir şarttır. Varoluşçu sosyal çalışmacı bireye mevcut değer ve fikirlerini fark ettirip bunların ortaya çıkardığı sonuçlar üzerinde bireyin farkındalık kazanmasını sağlayabilmektedir. Ancak önemli olan bireyin kendi varoluşuyla giriştiği etkileşimdir. Asıl öğretici olan etkileşim tarzı budur. Bu noktada meslek elemanına düşen şey, bireyin değişim için en güçlü zamanı olan şimdiki zamanı vurgulaması ve kişinin değişimine olan inancını müdahale boyunca korumasıdır. Çünkü hizmet verdiği birey sorumluluktan kaçmaya çalışan ve özgürlüğün yükü yerine sahteleşmeye müsait bir varlıktır (Weiss, 1975).

Chigangaidze (2021)'ye göre varoluşçu sosyal çalışma, temelde bireylerin kendi yaşamlarını kendilerinin değiştirebilme gücüne sahip olduğunu kabul etmektedir. Ancak bu güç, bireyin kendi hayatının sorumluluğunu ele almasıyla ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla varoluşçu sosyal çalışmacıların bireyleri kendi yaşamlarıyla ilgili sorumluluk almaya yönlendirmesi gerekmektedir. Stefaroi (2016)'nin de belirttiği gibi insanın doğal olarak özgür seçim gücü bulunmaktadır. Bu zorunlu olarak bireye, verdiği kararın sorumluluğunu yüklenmesi görevini vermektedir. Varoluşçu sosyal çalışmacılar, özgür seçimin sorumluluğundan veya kendi yaşamını ve anlamını yaratma kararından kaçan bireylerle mesleki çalışma yürütmektedirler. Griffiths (2017)'e göre varoluşçu sosyal çalışmacıların uygulamalarında kullandığı özgür seçim, sorumluluk ve kendini yeniden yaratma vurguları bireylerin yaşamında kökensel değişimleri meydana getirmektedir. Bu bireyler kendilerini yaşam karşısında oldukça güçlü ve dolu hissetmektirler. Sartre'ın felsefesinden büyük ölçüde etkilenen Thompson (1992), sosyal çalışmacıların bireylerin iyilik halinin sağlanmasında onların özgür seçimleri ve sorumluluk bilincini ön plana çıkarmaktadır. Bu nedenle özgürlük ve sorumluluk bilinci kazanan birey otantik bir bireydir. Griffiths (2017) bu noktada mesleki uygulamada özgürlük ve sorumluluk bilinci olmaksızın otantik bir bireye erişilmesinin mümkün olmadığını belirtmektedir. Nilsson (2018)'a göre sorumluluk bilinci başarılı bir sosyal çalışma uygulaması için gereklidir. Sorumluluk bilincine erişen insan, yaşamını daha anlamı ve doyumlu hale getirebilme gücüne sahip olmaktadır.

Weerman ve Abma (2019) sosyal çalışma bölümü öğrencileriyle gerçekleştirdikleri çalışmada, bireylerin özgür iradelerinden kaçındıklarını belirtmektedir. Bu kaçınma bazen "özgürleşme" adı altında gerçekleşmektedir. Bir diğer ifadeyle bireyler toplumun ürettiği sağlıksız özgür olma

yollarıyla özgürlük kaygısından kaçınmaya çalışmaktadır. Yapılan araştırmada konuyla ilgili olarak öğrencilerden biri şunları ifade etmektedir:

"Uyuşturucu kullanmak bana özgür hissetme gücü verdi, tamamen özgür olmak istiyordum ama sonunda kendimi kaybettim. Arkadaşlarım okula devam ederken, ben okulu bıraktım. Özgür olduğumu sanıyordum ama aslında kendi durumumda kilitli kaldım, hiçbir gelirim ve perspektifim yoktu."

Burada öğrencinin bahsettiği "tamamen özgür olmak" ifadesi insanın özgürlüğe mahkûmiyetinden kaçınma arzusunu göstermektedir. Brown ve Romanchuk (1995)'un yaşlılarla gerçekleştirdikleri varoluşçu sosyal çalışma uygulaması, özgür seçim ve sorumluluk vurgularının terapötik iyileşme sağladığını göstermiştir. Onlara göre varoluşçu sosyal çalışmacı, hizmet verdiği bireyi her zaman yaşamının yeniden var edebilecek, değiştirebilecek ve bunların sorumluluğuyla yüzleşebilecek varlıklar olarak değerlendirmelidir. Stretch (1967)'e göre varoluşçu sosyal çalışmacı, özgür bir varlıkla iletişim kurduğunun farkında olup onun kendi kaderini, varlığını ve hayatını kendisinin düzenlemesine saygı duyması gerektiğini belirtmektedir. Nilsson ve arkadaşları (1999) felç geçiren hastalarla gerçekleştirdikleri çalışmalarında özgürlük ve sorumluluğun arttırılmasının hastaların iyilik halinin arttırılması üzerinde önemli bir etkisinin var olduğunu göstermişlerdir.

Picardie (1980) değerlendirdiği vaka örneğinde, evli bir erkek ile yaşadığı cinsel birliktelikten doğan çocuğunu, evlatlık olarak vermek isteyen bir kadını anlatmaktadır. Kadın çocuğunu çok sevmektedir ancak birlikte olduğu erkeğin diğer eşten boşanıp kendisiyle evlenmesi için bu çocuğu evlatlık vermesi şarttır. Ve sonunda çocuk bir aileye evlatlık olarak verilir. Ancak çocuğunu evlatlık olarak veren kadın bu andan sonra özgürlüğünün ve sorumluluğunun bilincine varmaya başlamaktadır. Picardie (1980) sonraki süreci şu şekilde aktarmaktadır:

"Sartre'ın kendini aldatma ya da kötü niyet olarak adlandırdığı şeyin, sevgilisiyle ve aslında çocuğuyla olan bütünlüğünü mahvettiğini çok geç olmadan, kendi bilinç dünyasında fark etti. Önceleri çocuğu adamı karısını terk edip onunla evlenmeye zorlamaya çalışmak için silah olarak kullanmıştı. Sonra bu durumun yarattığı suçluluğu anladı. O reddetmek, başkaldırmak ve suçluluğunu yenmek için yeterince güçlüydü. Adamı hayatından çıkardı. Çocuğu kendisi için sevmekte özgürdü. Sadece hamile kalmadığını fark etti. Bunu yapmanın sorumluluğunu üstlendi ve bunu yapmaktaki amacını fark etti, tıpkı çocuğu sevmekte özgür olduğunu ve onun ve kendisi için en iyisinin bu olduğunu hissederse ondan vazgeçebileceğini fark ettiği gibi. Daha önceki sahtekârlığını (kendini aldatışını) bir özgürlük ve sorumluluk eylemiyle telafi etti. Sartre ile birlikte özgürlüğün, hayır diyebilmekle ve manipüle edilen bir nesne olmayı reddetmekle başladığını fark etti. Erkeğini bir nesneye dönüştürmekle, onun özgürlüğünü ve öznelliğini küçümsemekle, kendini bir nesneye dönüştürmek zorundaydı- tıpkı hesap yapmak dışında hiçbir şey yapamayan bir hesap makinesi. Sezgisel varoluşçu etiğiyle, özgürlüğünün bu reddi başarısız

olmak zorundaydı. Ahlaki başarısızlığında, bir özne, dünyada tam bir sorumlu olarak başarılı oldu. Bunun tek nedeni ise fikirleri ve değerleri üzerinde farkındalık kazanmasıydı."

Randall (2001)'ın vaka raporunda, evliliğin başlarında eşiyle oldukça doyumlu bir hayatı olan Bay A'nın, çocuklarının doğmasıyla birlikte kendisinin daha uzun saatler çalışmak zorunda kalmasından bahsedilmektedir. Çocukların doğumuyla artan bakım yükü de eşinin onlara daha fazla zaman ayırmasını zorunlu kılmıştır. Tüm bu durumlar Bay A'nın panik ataklarını ortaya çıkaran unsurlar olmuştur. Vakayı varoluşçu bir perspektifle ele alan Randall, Bay A'nın çocukların doğmadığı sürece kıyasla daha az özgürlük hissini deneyimlediğini ortaya koymaktadır. Bu nedenle müdahale süreci planlanırken Bay A'nın özgür irade ve sorumluluk alanlarına önem gösterilmiştir. Randall vakayla ilgili olarak; özgürlüğün insanı var eden temel unsurlardan biri olduğunu ve bu nedenle özgür iradesi azalan ve sorumluluk duygusundan kaçınan bireylerin iyilik halinin daha düşük olacağını belirtmektedir.

Brown (1980) varoluşçu sosyal çalışma uygulamasının çocuk istismarı uygulayan bireyler üzerinde etkili olabileceğini ileri sürmektedir. Ona göre bu kişiler çocukları, anlamsız bir yaşam nedeniyle istismar etmektedir. Bu bireyler yaşamlarında anlamsızlıkla baş edemedikleri için kendilerini umutsuz, değersiz ve özgüvensiz hissetmektedirler. Tüm bu duygular bireyleri sağlıksız bir düşünce yapısıyla çocukları istismar etmeye sürüklemektedir. Brown (1980) değerlendirdiği vakasında çocukları istismar eden Bayan B'ye yaşamdaki anlamını yaratabilmesi için özgür iradeleriyle seçim yapabileceğini fark ettirmeye çalışmaktadır. Onun terapi süreci bir eyleme geçme sürecidir. Brown (1980), Bayan B'nin özgür seçim ve sorumlulukla terapi edilmesi sürecini şu şekilde özetlemektedir:

"Bu vaka örneğinde, Bayan B., çocuk istismarı nedeniyle yaşadığı acı aracılığıyla hayatının anlamını keşfetti. (Daha önce de belirtildiği gibi, Frankl, bir kişinin hayatta üç şekilde anlam bulabileceğini öne sürüyor: bir eylem gerçekleştirerek, bir değeri deneyimleyerek veya acı çekerek.) Bayan B.'nin acısı, onun iyi bir anne olma arzusuna yardımcı oldu ve bu onun hayatına anlam kattı. Bu hedefe ulaşmasına yardımcı olabilecek kararları verebildi. Terapi, içgörü odaklı değil, eylem odaklıydı. Eyleme yönelik hedefler davranışsal ve tutumsal değişim arar, içgörü hedefleri ise neden sorusuna cevap arar. Çektiği acı, Bayan B'ye gerçekleştirebileceği bir meydan okuma sundu. Verdiği kararlar iyileşme sürecinde ona yardımcı oldu. Bu noktada sosyal çalışmacı ona sorumluluk sahibi, seçimler yapabilen biri olması için destek oldu... Varoluşsal boşluğunun (anlamsız bir yaşam) yerini anlamlı bir yaşam aldı. O çektiği acıyı, hedefe ulaşmanın bir yolu olarak kullanıldı. Bayan B ve sosyal çalışmacı acıyı hafifletmek için değil, onu olumlu bir güce dönüştürmek için çaba gösterdiler. Görev, Bayan B.'nin kendisine, başkalarına ve fiziksel dünyaya ilişkin olmak istediği kişi haline gelmesine yardımcı olmaktı."

Lantz (1989) ailelerle çalışmada varoluşçu sosyal çalışmanın başarılı bir şekilde uygulanabileceğini ileri sürmektedir. Ancak bunun için en önemli nokta aile üyelerinin sorunlu davranış kalıplarının sorumluluğunu üstlenmesi ve bunu değiştirmek için özgür seçimlerde bulunmasıdır. Bu noktada varoluşçu sosyal çalışmacının ailenin iyilik halini arttırmak için aile sistemine dahil olması ve bu sorumluluğu paylaşması gerekmektedir. Ailedeki sorunlu davranışların ortadan kaldırılması içtenlikle gerçekleştirilen değişim kararlarını ve eylemlerini gerektirmektedir. Lantz (1997) aile dışında çift terapisinde de varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımının başarılı bir biçimde uygulanabileceğini ileri sürmektedir. Bu noktada çiftlerin temel sorunları yaşamları ve ilişkilerinde sorumluluk almak istemeyişlerinden kaynaklanmaktadır. Bu hem bireysel özgürlükten kaçış hem de ilişkinin getirdiği sorumluluk ve yüklerden kaçıştır. Bu noktada varoluşçu sosyal çalışmacının özgürlük ve sorumluluk aracılığıyla çiftlerin sorunlarını ele alması, önemli terapötik faydalar sağlayacaktır.

2.5.3. Anlam

2.5.3.1. Varoluşçu Felsefede Anlam

Varoluşçu felsefede bireyin anlam kaynağı olduğunun altını çizen en önemli düşünürlerden biri Heidegger'dir (Burch, 2013). Heidegger (2019b)'e göre insan "*lümen explicite*"dir. O doğal bir aydınlatıcıdır. Buna göre insan çevresindeki nesnelere ve insanlara yöneldiği zaman, onlara anlam vererek, bu varlıkları "insan-için-var" haline getirmektedir. Heidegger'in felsefesinde aydınlatma bu anlamda kullanılır. Aksi halde dışarıdaki nesneler ve bireyler, "bir şey yığını" olmaktan öteye gidemezler (Crowell, 2020). Özgürlüğüyle kendini tasarlayan insan, varoluşu ile doğal olarak kendisine verilen anlam yaratma kabiliyetine de sahiptir. İnsanın varoluşu ile etkileşimi olmaksızın anlam yaratması mümkün değildir. Anlam yaratan şey, insanın varoluşudur (Mounier, 2019). Varoluş bir anlam duygusudur. İnsan çevresindeki bütün eşyalara ve insanlara varoluşuyla etkileşimi dolasıyla anlam kazandırmaktadır (Colette, 2017). Bu nedenle Heidegger (2017) bireyin klasik fizik dünyasında değil; anlamlar ve uğraşılar dünyasında yaşadığını belirtmektedir. Benim dünyam bir anlam ve uğraşı dünyasıdır. Çünkü insan, dünyasını anlam ile "aydınlatabilmektedir". Heidegger (2019b) bu noktada önemli bir tehdidin altını çizmektedir. İnsana doğuştan dikte edilen talimatname dünyası aslında bireyin dünyayı "dikte edilen" bilinçle anlamlandırmaya zorlanmasıdır. Örneğin "kadınlar bağırarak gülüşmez" talimatnamesi kadınlara *das man* tarafından verilen bir anlam biçimidir. Kadın kendi davranışına bu anlamı vermeyi kabul ettiği için *das man* onu kabullenmektedir (Blackham, 2020). Sahteleşen bir varlığın, olmayan bir varlık tarafından kabullenmesi Heidegger'e oldukça korkunç gözükmektedir (Werkmeister, 1941). Bu noktada Heidegger (2019b) bireyin kendisine

dayanmayan bütün anlam vermelerin "reddedilmesi" gerektiğini belirtmektedir. Her şey anlamını yitirdiğinde; insan anlamsız, boş ve karanlık bir hiçlik dünyasına giriş yapmaktadır. Hiçlik varoluşa en yakın noktadır. Bu anlamsızlık bireyi, özgür iradesiyle dünyasını yeniden anlamlandırmaya yöneltmektedir (Watts, 2014). Bu defa insan anlam deposu olan varoluşuyla etkileşime girmiştir. Bu nedenle kendi yaşamı, çevresi ve başkaları ile çok daha anlamlı bir ilişki ağı kurabilecektir. Heidegger'in ifadesiyle *das man*'ın zayıf ışığıyla dünyaya bakmak yerine kendi varoluşunun güçlü ışığıyla dünyaya bakan birey otantik bir bireydir (Blackham, 2020; Crowell, 2020).

Sartre'ın felsefesinde dünyaya anlam veren şey kendi-için-varlık'ın olumsuzlama özelliğidir (Webber, 2009). Sartre (2022) felsefi düşünüşüne başladığında çevresinde ne ise o olan, hiçbir değişim yaratmayan, öylece varılan "kendinde-varlıklar" tespit etmektedir. Bu varlıklar anlam yaratabilme becerisine ve anlam verebilme becerisine sahip değildir. Daha da önemlisi bu varlıklar benimsedikleri anlamlara ve kendi fikir-değer-davranışlarına "hayır" diyebilecek bir olumsuzlamaya da sahip değildirler. Onlar yalnızca vardır ve bu var olma şekillerini hiçbir şekilde değiştiremezler. Sartre (2021) insanları incelediğinde ise bu "kendinde-varlık"lardan en temel farklılıkların kendi anlamlarını oluşturabilme olduğunu tespit etmektedir. Bu da sürekli değişen bir insan varlığı yapısını yani varoluşu ortaya çıkarmaktadır. İnsan değişimi ise anlamlarının değişimi ile başlamaktadır (Mounier, 2019). Sartre (2022) modern insanın "yapışkan" nesneler ve "başkaları" tarafından köleleştirildiğini vurgulamaktadır. Ona göre birey bu nesneye sahip olduğunda nesne de ona sahip olmaktadır. Bu da bireyi zorunlu olarak anlam ve değişim yaratamayan cansız bir varlığa dönüştürmektedir. Sartre (2022)'ın felsefesinde modern insanın sahte bir "kendinde-varlık" konumunda bulunduğu görülmektedir. O bir eşyadır. Yalnızca tüketmelidir. Ve sürekli olarak kendisine başkaları tarafından verilen anlamların içerisinde kaybolmaktadır. Böyle bir insan anlamsızdır. Dünyasındaki anlamlar ona ait olmadığı için bulunduğu dünya ona yalancıdır. O yalnızca anlam yaratan bireylere hayranlık duyan bir seyircidir. Çünkü o nesnelere ve başkalarına sahip olarak kendisini ölüleştirmiştir (Kaufmann, 1975). Sartre (2021) insanların modern çağın anlamlarına başkaldırması gerektiğini belirtmektedir. Birey hazır olarak verilen bütün anlamlardan sıyrılmalıdır. Hiçleyecek bir anlamı kalmayan birey Heidegger'in ifade ettiği hiçliğin anlamsızlığına erişecektir. Bu noktada özgür iradesi devreye giren birey, yalnızca kendisine ait anlamlarını var etmeye başlayacaktır (Colette, 2017). Bu anlamlarla var edilen dünya tamamen bireye aittir. Birey eyleme geçmektedir. Bu eylemlerin temel fikir ve değerleri ise yalnızca kişi-varoluş etkileşimi ile var edilmiş anlamlardır. Bu kişi kendisini bir anlam uğruna feda etme kudretine

sahip olabilmektedir. Çünkü bu dünya onundur. O var etmiştir ve o anlam vermiştir. Bu nedenle yaşamını kendi anlamlarına adayan birey, otantik bir birey konumunda değerlendirilir (Adewumi ve Jemilaiye, 2022).

Nietzsche'de anlam teması "değer" kavramı üzerinden değerlendirilmektedir (Blackham, 2020). Sahte güven çayırlarını otantik varoluşuna tercih eden sürü insanının değer yaratma kabiliyeti yoktur. Çünkü anlam yaratma, özgürlüğün ve sorumluluğun acı dolu yükünü sırtlanma anlamına gelmektedir. Belirsizliğe rağmen yapılan seçimlerin sonuçlarını üstlenmek demektir. Yanlış da olsa yaşamı, kendi anlamlarına feda etmek demektir. Hazza yönelik davranan sürü insanı, sürekli olarak kendilerine bir anlam verilmesini beklemektedir (Nietzsche, 2020). Bu hazır anlamları tüketen insanın içinde yaşadığı dünya ile bütünleşmesinin imkânı bulunmamaktadır. Bu durumu bir gözlük alegorisi ile açıklamak mümkündür. Nietzsche (2015)'nin bahsettiği anlam yaratma yeteneğinden yoksun insanlar, saf doğal gözlerini kullanmak yerine yapay sahte görüntüler gösteren gözlükleri kullanmak istemektedirler. Bu insana düşen tek şey gözlüğü takma eylemidir. Fakat Nietzsche (2017) her insanın hiçlikle yüzleşerek kendi görüntülerini (anlamlarını) kendilerinin var etmeleri gerektiğini belirtmektedir. Dünyaya kendi varoluşu aracılığıyla değerler getiren insan, dünya ile kökensel bir bütünleşme içerisinde doyumlu ve anlamlı bir yaşam geçirebilecektir.

Jaspers (1959)'a göre anlam bizatihi-varlık düzeyinde ele geçirilebilmektedir. Orada-varlık düzeyinde birey ampirik nesne dünyasında yaşamaktadır. Bu tarz bir dünyada yaşayan insanı tehdit eden en önemli unsur "nesneleşme" tehdididir. Bu tehdit, bireyin varoluşunun ve yaşamsal anlamlarının yok olması anlamına gelmektedir. Orada-varlık düzeyinde uyuşup kalan bir kişinin anlam yaratma kabiliyeti elinden alınmaktadır. Kişi, kendisini özgürlüğü ile birlikte bu varlık dünyasından ayırarak bizatihi-varlık dünyasına geçmelidir (Bollnow, 2004). Bu düzeyde bireyin varoluşu ile etkileşim kurma imkânı vardır. "Şifreler" şeklinde gerçekleşen bu etkileşim, bireyi özgürlük ve anlam ile doldurmaktadır. Bu durum, kişinin içinde yaşadığı dünyaya katılımını arttırmakta ve varoluşunun sorumluluğunu anlamaya itmektedir (Aho, 2014). Jaspers'da yaratıcılık "anlam yaratmak" demektir (Jaspers ve Schilpp, 1957). Bu nedenle modern insanın anlamsızlıkla yüzleşmesi onu varoluşuna sürükleyen bir "sınır durum" olarak değerlendirilmektedir. Birey bu sınır durumuyla etkileşime girdiği bizatihi-varlık düzeyinde özgür seçimleriyle kalarak otantik bir varlık olarak anlam yaratma gücüne erişebilecektir (Blackham, 2020).

2.5.3.2. Varoluşçu Psikoterapide Anlam ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu psikoterapide anlamsızlık bireyi intihara kadar sürükleyen tehlikeli bir fenomen olarak değerlendirilmektedir. Kişi yaşamının anlamını bilmediğinde, neden yaşadığını ve ne için bu dünyada olduğunu tespit edemediğinde, varoluşsal bir boşluk ve anlamsızlık hissi deneyimlemektedir (Hoffman vd., 2020). Yalom (2018:561) anlamın insan yaşamı için önemini ortaya koymak için yaşam anlamından yoksun bir birey tarafından yazılan şu intihar notunu belirtmektedir:

"Bir işle meşgul olan bir grup mutlu moron düşünün. Açık bir alana tuğla taşıyorlar. Tuğlaların hepsini alanın bir ucuna dizer dizmez, bunları karşı tarafa taşımaya başlıyorlar. Bu hiç durmaksızın devam ediyor ve yılın her günü aynı şeyi yapmakla meşguller. Bir gün moronlardan biri kendi kendine ne yaptığını soracak kadar duraksıyor. Tuğlaları taşımanın ne gibi bir amacı olduğunu düşünüyor. O andan itibaren yaptığı işten eskisi kadar memnun olmamaya başlıyor. Ben işte tuğlaları neden taşıdığını merak eden moronum."

Jung'a göre anlam, bir insanın hayatını tamamlayan en önemli unsurlardandır. Bu nedenle anlamsızlığı deneyimleyen bir kişinin yaşamı, her zaman tamamlanmamış kalacaktır. Ona göre nevroz, kendi anlamını bulamamış bireyin acı çekmesidir (Jaffé, 1986). Ayrıca Jung terapi sürecine dahil olduğu hastaların üçte birinin klinik anlamda tanımlanabilecek bir semptom göstermese de hayatlarındaki amaçsızlıktan ve anlamsızlıktan şikayet ettiğini belirtmektedir (Jung vd., 1966). Varoluşçu psikoterapide anlam konusuyla en çok ilgilenen terapistlerin başında gelen Frankl (2010), anlam yoksunluğunun en büyük varoluşsal kaygı olduğunu belirtmektedir. Ona göre varoluşsal kaygı ile anlamsızlık krizi aynı anlama gelmektedir. Maddi (1970)'ye göre varoluşsal patolojiler bireyin yaşamıyla ilgili yaşadığı geniş anlamsızlık hissiyle ortaya çıkmaktadır. Maddi (1967)'ye göre varoluşsal patoloji şu anlama gelmektedir: *"(...) anlamsızlık ya da kişinin uğraştığı veya yaptığını hayal ettiği şeylerin doğruluğuna, önemine, yararına veya değerine inanma yetersizliğidir (....)"* Wolman (1975)'a göre varoluşsal psikopatolojiler insanın yaşamda herhangi bir anlam bulamaması, yaşamaya, ümit etmeye veya mücadele etmeye değecek hiçbir şeyin olmaması durumunda ortaya çıkmaktadır. Hobbs (1962) ise günümüz modern dünyasında ortaya çıkan bu nevrozu şu şekilde açıklamaktadır:

" Çağdaş kültür sıklıkla Freud'un tarif ettiğinden farklı bir nevroz ortaya çıkarmaktadır. Çağdaş nevrozlar bastırma ve dönüştürmeyle (...) içgörü eksikliğiyle değil anlam duygusu, hayatın anlamındaki eksiklikle karakterize edilirler."

Varoluşçu psikoterapi insanın yaşamında kendisini feda edebileceği veya dayandırabileceği anlamsızlık duygusunu veya varoluşsal boşluk duygusunu ortadan kaldırmak için terapötik

çalışmalar yürütmektedir (Tymieniecka, 2010). Jaspers (2014)'ın da belirttiği gibi bir insanı insan yapan şey, bireyin kendini adadığı anlamla oluşturulmaktadır. Durant (2005) varoluşsal boşluk hissinin ortadan kaldırılmasında, kişinin kendini adayabileceği bir bütüne dahil olmasının gerekliliğini belirtmektedir. Ona göre yaşamın temel anlamı çabalamak, üretmek ve bizlerden daha büyük bir bütüne katkı sunmaktır. Bu büyük şeyin ille de aile olmasına ihtiyaç yoktur. Bu bütünlüğün bireyin ölümüyle ortadan kalkmayacak bir şey olması yeterlidir. Maslow (2020)'a göre ise insan zorunlu olarak hep daha fazla anlamla dolmak için meydana gelmiş bir varlıktır. Bu dolma açlığı bireyi dürüstlük, sevgi, iyilik, huzur, bencil olmama ve nezaket gibi değerlere yönlendirmektedir. Tüm bu değerler zorunlu olarak bireyi daha anlamlı hissettirecektir. Bu nedenle Maslow (1970) "neden yaşıyoruz" sorusuna; "potansiyelimizi gerçekleştirmek için yaşıyoruz" cevabını vermektedir. Bu bireyin doğasının gerekliliğidir. Bu nedenle Maslow (2020)'a göre anlamla dolu bireyler sürekli olarak kendilerini aşan sorunlarla ilgili üretken olmak istemektedirler. Bu küresel aşamada yoksulluk, gelir adaleti ve çevre kirliliği gibi sorunlarken mikro aşamada yakın çevresindeki kişilerin bireysel gelişimlerine destek olmak olabilmektedir.

Erikson (1950)'un psiko-sosyal gelişim kuramı, varoluşçu bir perspektifte yaşamdaki anlamların gelişimi ve değişimini ifade etmektedir. Bireylerin ergenlik, genç yetişkinlik ve orta yaş dönemlerinde genellikle temel anlamları sabit bir kimlik geliştirmek, yakın ilişkiler kurmak ve mesleki anlamda yetkinleşmek gibi süreçlerle şekillenmektedir. Bu süreçte anlamlar çok daha "ben" odakladır ve pragmatiktir. Ancak ellili yaşlardan sonra bireylerde yaşam deneyimlerini bir sonraki kuşağa anlatarak onları kültürleme kaygısı ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla bu bakış açısında insanın anlamları yaşam dönemine değişiklik gösterebilmektedir. Vaillant (1995) öğrencileriyle gerçekleştirdiği boylamsal bir çalışmada, akademik anlamda başarılı erkek öğrencilerin 40-50'li yaşlara geldiğinde gençlik zamanlarına kıyasla kendilerini daha az çocuklarını ise daha fazla düşündüklerini ortaya koymuştur. Araştırmadaki katılımcılardan biri 20'li yaşlarında zehirli gaz üretmenin alternatif yolunu keşfetmeye öncülük ederken 50 yaşında hava kirliliğini minimum seviyeye indirebilecek yöntemlerle ilgili araştırma yapmayı seçmiştir. Yine aynı araştırmadaki bir başka katılımcı, genç yetişkinlik döneminde askeri bir sanayi kuruluşunda nükleer savaş başlıkları üzerine çalışırken 50 yaşında hümanizm ile ilgili bir üniversite kürsüsünün kurulmasına öncülük etmiştir. Haan ve Block tarafından gerçekleştirilen bir başka boylamsal çalışmada bireylerin 45 yaşındaki hallerinin 30 yaşındaki

hallerine kıyasla daha verici, sempatik, güvenilir ve üretken olduğu gözlemlenmiştir (Vaillant, 1995).

Frankl (1988)'a göre her bireyin yaşam anlamı biricik olsa da bu anlamlar kabaca üç kategoride tasnif edilebilmektedir. Bunlardan ilki insanın yarattığı ve başardığı şeyler üzerinden dünyaya kattığı anlamlardır. Bu anlamlar bireyin yaratıcılığıyla meydana getirilmektedir. May (2019b) insanın yaratıcılığının, anlam yaratmanın kökeni olduğunu belirtmektedir. İnsan yaratıcılığıyla kendini yani bu dünyandaki anlamını aramaktadır. May (2019a)'e göre bu yaratıcı bir arayıştır. Frankl (1988)'ın tasnifindeki ikinci nokta, bireyin dünya ile kurduğu etkileşim bağlamında edindiği deneysel anlamlardır. Bireyler anlamlarını dünyayla iletişim kurarak da oluşturabilmektedir. Bazen bir kuş sesinin güzelliği bireyin şimdiki zamanını tarifsiz bir anlam doluluğuyla sabitleyebilmektedir. Dünyadaki nesnelerle ve bireylerle giriştiğimiz etkileşimler bizleri anlamla dolu bir hale getirebilmektedir. Son olarak insan acı çekmekten ve değiştirmekten başka çaresi olmadığı durumları kabullenerek anlam yaratabilmektedir. Bu kaynak varoluşsal anlamı içermektedir. İnsan yüzleşmek zorunda olduğu hiçliğiyle karşılaştığında anlam yaratma doluluğuyla kendi varlığını ve dünyasını yaratmaya yönelmelidir. Bu üç temel anlam kaynağı için de Frankl şu detayı hatırlatmaktadır (Fabry, 1994:40): *"Önemli olan şey, etkinliklerinizin yarı çapı uzunluğu değil, oluşturduğu halkanın içini ne kadar doldurduğunuzdur."*

Frankl (2017)'e göre bir birey herhangi bir eylem, fikir ve değerle çok fazla vakit geçirirse ve ona bağlanırsa bunlara dair bir anlam var edebilmektedir. Bu noktada çok sevdiği müziği dinleyen birey de dağcılık yapan bir birey de yaşamlarında bir anlam doluluğu hissetmektedir. Çünkü bu sanata ve spora dahil olarak onlarla çok fazla zaman geçirmektedirler. Frankl'in anlam ile ilgili perspektifinin şekillenmesinde II. Dünya Savaşı'nda esir düştüğü Auschwitz'deki kişisel deneyimin büyük etkisi olmuştur (Barnes, 2000). Bu kampta kaçınılmaz işkenceye, haksızlığa, acıya, korkuya ve ölüme rağmen anlamlarla ayakta duran insanları gözlemleme fırsatı bulmuştur. Buradaki insanlardan bazıları inanca dayalı, aileye dayalı veya milli değerlerine dayalı anlamlarla her gün devam eden tüm bu acılara katlanmayı başarabilmişlerdir. Ancak anlamdan görece daha yoksun olan bireyler yaşamlarından çok daha hızlı vazgeçmişlerdir (Crumbaugh, 1971). Frankl (2017) bu noktada acının, insanın anlam yaratmasında ve anlam doluluğuyla ona sadık kalmasında önemli bir faktör olduğunu belirlemiştir. Bu kamptaki insanlar acı karşısındaki anlam yaratma ve anlamlarına bağlı kalma davranışlarını güçlendirerek kendilerini yeniden ve çok güçlü bir şekilde var edebilmişlerdir.

Ölümün, dehşetin ve korkunun bu kadar yakın olduğu bir yerde böylesine anlam doluluğunun yaşanması ve anlam yaratımının gerçekleşmesi Frankl'in acı-anlam ilişkisini kurmasını sağlamıştır. Bu insanlar ölüme gitme şekillerinde dahi onurlu bir şekilde ölme anlamını yaşamışlardır (Yalom, 2018).

Familetti uyuşturucu kullanan suça sürüklenmiş ergen bireylerle gerçekleştirdiği araştırmasının sonucunda, bu bireylerin düşük yaşam anlamı ve amacına sahip oldukları sonucuna ulaşmaktadır (Yalom, 2018). Padelford (1974) uyuşturucu madde kullanımını olan ve suça bulaşmış lise öğrencileriyle gerçekleştirdiği araştırmasının sonucunda, bu bireylerin yine düşük yaşam anlamı ve amacına sahip oldukları sonucuna ulaşmaktadır. Crumbaugh (1968) psikotik bozukluklar ve kronik alkol bağımlılığı nedeniyle yaratarak tedavi gören hastalarla ayakta tedavi gören nevrotik hastaların yaşam anlamı düzeylerini karşılaştırmıştır. Elde edilen araştırmanın sonuçlarına göre ayakta tedavi gören hastaların yatan hastalara kıyasla daha fazla yaşam anlamına sahip olduğu anlaşılmıştır. Jacobson ve arkadaşlarının (1977) alkol bağımlılığı olan hastaların yaşam anlamlarını ölçtükleri araştırmalarının sonucunda, bu bireylerin yaşam anlamları puanının normale kıyasla oldukça düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Sheffield ve Pearson (1974) ayakta tedavi gören hastalarla gerçekleştirdikleri araştırmada, nevrotiklik ve sosyal izolasyon ile yaşam anlamı arasında ters yönlü bir korelasyonun varlığını tespit etmişlerdir. Sallee ve Casciani (1976) herhangi bir psikopatolojisi bulunmayan üniversite öğrencileriyle gerçekleştikleri araştırmalarında, cinsel açıdan hayal kırıklığı duygusunu yaşayan uyumsuz öğrencilerin daha düşük yaşam anlamı düzeyine sahip olduklarını belirtmektedirler.

Thomas ve Weiner (1974) kritik hastalığı olan kişilerle görece daha önemsiz hastalığı bulunan kişilerin yaşam anlamlarını kıyaslamışlardır. Elde edilen araştırma sonuçlarına göre kritik hastalığı bulunan kişilerin yaşam anlamı düzeyi önemsiz hastalığı bulunan kişilere göre daha yüksek bulunmuştur. Araştırmacılar bu sonucu ölüm duygusunun yaşam anlamı üzerinde etkili olmasıyla açıklamaktadırlar. Crandall ve Rasmussen (1975) yaptıkları araştırmada heyecana ve rahatlığa önem veren hedonist yönelimli katılımcıların daha düşük anlam düzeyine sahip olduklarını bulmuşlardır. Soderstrom ve Wright (1977) ise yaptıkları araştırmada yaşamlarının merkezinde belirli bir dini inanç bulunan bireylerin yaşam anlamlarının yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Pearson ve Sheffield (1975) hedonizm karşıtlığı, muhafazakarlık, idealizm ve dini değerler ile yaşam anlamı arasında doğrusal bir korelasyon olduğunu belirlemişlerdir. Blazer (1973) gerçekleştirdiği araştırmasında yaşamlarında yüksek bir amacı

bulunan bireylerin düşük ölüm anksiyetesine sahip olduklarını göstermişlerdir. Doerries (1970) yaptığı araştırmasının sonucunda etnik, dini, kamu hizmeti ve politik gibi gruplara dahil olmanın kişinin anlam duygusunu arttırdığı sonucuna varmıştır. Matteson (1974) ise üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmasında çeşitli sporlara ve hobilere dahil olmanın bireyin anlam duygusunu arttırdığını göstermiştir. Ayrıca çalışmasının sonucunda yüksek düzey anlam duygusuna sahip öğrencilerin düşük düzey anlam duygusuna sahip öğrencilere kıyasla meslek seçimi yapma olasılıklarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Sharpe ve Viney (1973)'in yürüttüğü bir çalışmada hedef yönelimi, olumlu dünya algısı ve bireyin benliğini aşması durumları ile yüksek yaşam anlamı arasında bir ilişkinin var olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Mascaro ve Rosen (2005) yaptıkları araştırmalarında yüksek yaşam anlamının bireylerin depresyon semptomlarını azalttığı ve bireyin yaşama umudunu arttırdığı sonucuna varmışlardır. Reker ve arkadaşları (1987), Zika ve Chamberlain (1987) ile Ryff (1989)'in gerçekleştirdikleri çalışmaların sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, yaşam anlamı ile bireyin iyi oluşu arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Steger ve Frazier (2005) ile Zika ve Chamberlain (1992) yaptıkları araştırmaların sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, yüksek yaşam doyumunun güçlü bir psikolojik iyilik halini meydana getirdiği görülmektedir. Yaşam anlamı ile bireyin kişisel - psikolojik iyilik hali arasındaki güçlü pozitif ilişkiye dair sonuçlar Hicks ve King (2007), Lindeman ve Verkasalo (1996) ile Scannell ve arkadaşları (2002) tarafından yapılan bilimsel çalışmalarda da doğrulanmaktadır. Harlow ve arkadaşları (1986) ise yaptıkları çalışmada yaşam anlamında var olan eksikliğin bireyin alkol ve madde bağımlılığı, özgüven eksikliği ve intihar davranışıyla ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Alanyazından elde edilen tüm bu deneysel sonuçlar, yaşam anlamının bireyin iyilik halinin sağlanmasında önemli bir unsur olduğunu göstermektedir.

2.5.3.3. Varoluşçu Sosyal Çalışmada Anlam ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu sosyal çalışmada anlam, hizmet alan bireylerin iyilik halinin arttırılmasında en fazla tartışılan varoluşsal fenomenlerden biridir. Krill (1978b)'e göre kişiyi yaşamda iyi hissettiren en önemli unsurların başında "anlamlılık" hissi gelmektedir. Birey bu hayattaki varlığının nedenini sorguladığında kendisine dayanacağı bir anlam ve amaç aramaktadır. Kişi kendisini içtenlikle ve samimiyetle adayacağı bir yaşam anlamı bulamadığında Lantz (1989)'in ifadesiyle varoluşsal bir boşluk hissiyle yani anlamsızlıkla yüzleşmektedir. Bu noktada varoluşçu sosyal çalışmacı, bireylerin iyilik halini arttırmak için kişilerle birlikte mesleki çalışmalar yaparak onların anlamlar yaratmasına ve bu anlamlara bağlanmalarına yardımcı olmaktadır. Krill

(2017)'e göre anlam ile acı arasında kökensel bir ilişki bulunmaktadır. Bu nedenle varoluşçu sosyal çalışmacı bireyleri acılarıyla yüzleştirme konusunda cesaretli olmalıdırlar. Ona göre acılar, anlam yaratımına giden en kestirme yollar olarak görülmelidir. Bu noktada varoluşçu sosyal çalışmada bireylerle anlam yaratımında, acılarla yüzleşme önemli bir faktördür. Bireylerin anlam duygusu arttıkça iyilik hali ve yaşam doyumu da artacaktır.

Chigangaidze (2021) sosyal çalışma biliminde yaşamında anlamını kaybetmiş bireylerle oldukça fazla sayıda başarılı mesleki müdahale gerçekleştirildiğini belirtmektedir. Ona göre anlamsızlık kökensel bir sorundur ve diğer sorunların en temel kaynağı konumundadır. Lantz (1997) anlam yaratmanın çiftler arasındaki ilişkilerin iyileştirilmesinde ve aile içi sorunların çözülmesinde en başarılı yöntem olduğunu belirtmektedir. Ona göre bireylerin sorunlarının temelinde varoluşsal boşluğun yarattığı gerginlik, stres, korku ve kaygı yer almaktadır. Bu anlamsızlık bireyleri, onları nevrotikleştiren sahte savunma mekanizmalarına veya hiçlik hissine sürüklemektedir. Tolstoy (2018) ortaya çıkan bu boşluk hissini "hayat duraksaması" olarak ifade etmektedir. Böylece bireyler yaşamın anlamı sorusundan kaçınarak veya yaşamdaki anlamsızlıkla yüzleşerek sağlıksız bir duygu durum içerisinde yaşamlarına devam etmek mecburiyetinde kalmaktadırlar. Aile, kendilerine ait herhangi bir değeri ve anlamı bulunmayan insanların anlamlı ilişkiler üretme çabasıyla işlevsiz etkileşimlere girmesiyle oluşmaktadır. Çiftler arasında yaşanan sorunlar, bu bireylerin neden hayatta olduklarını, neden evli olduklarını ve tüm bu yaşamın ne anlamı olduğunu bilmemelerinden kaynaklanmaktadır. Bu noktada anlam yaratma kritik bir güçlendirici faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Gerek ailenin gerekse çift ilişkilerinin anlamlı olması doyumlu bir yaşam için gereklidir (Lantz, 1988).

Nilsson (2018)'a göre varoluşçu sosyal çalışma içerisinde bireyin iyilik halinin ortaya çıkmasında anlam faktörü vazgeçilmez bir öneme sahiptir. Ona göre varoluşçu sosyal çalışmacı, bireyin dünyasına girebilmek için kişinin; mikro düzeyde kişisel ve bireysel anlamlarını, mezzo düzeyde gruplarla ve topluluklarla ilgili anlamlarını ve makro düzeyde kültürel ve toplumsal anlamlarını derinlemesine incelemesi gerekmektedir. Bu incelemeden sonra bireyin dünya algısıyla daha başarılı empati kuran varoluşçu sosyal çalışmacıya düşen görev, kişiye yeni anlamlar bulma ve var olan sağlıksız anlamları değiştirme noktasında destek olmaktır. Kişinin anlam duygusu arttırıldığında bireyin kişilerarası ilişki kalitesi, nezaketi, saygısı, sevgisi, empati duygusu, şefkati ve merhameti de artmaktadır. Tüm bunlar bireyin anlam doluluğunu yeniden arttırarak bireyin yaşamını verimli ve sağlıklı bir hale getirmektedir (Nilsson, 2018). Griffiths (2017) insanın kendini yaratmasının, anlamlarını yaratması ve

değiştirmesi anlamına geldiğini belirtmektedir. Ona göre bir insanın yaşamı ve içinde hayat bulduğu dünyasıyla ilişkisi, anlamlar üzerinden gerçekleştirmektir. Yani insan anlamlarla dolu bir dünyada yaşamaktadır. Bu nedenle ona acı veren şey anlamlardır. İnsanın bu acı veren anlamlarla yaşamasının nedeni varoluşunun kökenindeki anlamsızlık dehşetinden kaçınmaktır. Bu nedenle sağlıksız anlamlar, genellikle varoluşun temelindeki anlamsızlık korkusundan kaçınmak için geliştirilen işlevsiz savunma mekanizması katmanlarıdır. Bu nedenle varoluşçu sosyal çalışmacı, hizmet verdiği bireylerin kökensel anlamsızlığıyla yüzleşmesine yardımcı olmalıdır. Bunun sonrasında ise bireyin kendisini adayabileceği ve yalnızca kendisine ait olan anlamları yaratması için onu desteklemesi gerekmektedir (Thompson, 1992).

Brown ve Romanchuk (1995) yaşlı bireylerle gerçekleştirdikleri varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarında, bu bireylerin yeni anlamlar keşfetmelerine ve var olan sağlıksız anlamları değiştirmelerine kanalize olmuşlardır. Bu bağlamda 65 yaşında Meksikalı-Amerikalı yaşlı bir erkek olan Bay P'nin vakasından bahsedilmektedir. Bay P'nin eşi yakın zamanda intihar ederek ölmüştür. Bay P bu intihardan sonra, alkol ve aile içi şiddet nedeniyle bakımını üstlendiği üç torununu da sosyal hizmet kuruluşlarına vermek zorunda kalmıştır. Bay P, hem karısının hem de torunlarının derin özlemi içerisinde bunca acının kendi başına gelmesi nedeniyle anlamsızlık duygusunu hissediyordu. Ona göre yaşamda kendisini ona bağlayacağı hiçbir anlam bulunmuyordu. O bir koca olarak başarısızdı çünkü karısı intihar etmişti. Bir baba olarak başarısızdı çünkü oğlu alkol sorunları nedeniyle torunlarına şiddet uyguluyordu. Şimdi ise bir dede olarak başarısızdı çünkü torunlarına bakamıyordu. Bu noktada varoluşçu sosyal çalışmacılar Bay P ile gerçekleştirdikleri anlam yaratma ve keşfetme çalışmaları sonucunda onun anlam duygusunu güçlendirmeyi başarmışlardır. Örneğin ona, torunlarına kendi başına da bakabileceğini fark ettirerek başarılı bir dede olma anlamını yaratmışlardır. Bay P torunlarını sosyal hizmet kuruluşundan yeniden geri almak için başvuruda bulunmuştur. Bunun yanı sıra emekliliği ile birlikte var olan ekonomik gücünü hayata daha aktif katılma noktasında kullanma anlamını oluşturmuştur. Ayrıca uzun zamandır ertelediği anne ve babasını yaşarken görme amacını gerçekleştirmek için Meksika'ya gitmeye karar vermiştir. Brown ve Romanchuk (1995) vaka ile ilgili olarak; bir yaşlının kendi hayatını değerlendirdiği anlamlarını değiştirmenin onların yaşamını değiştirme anlamına geldiğini belirtmişlerdir. Stretch (1967)'in de altını çizdiği gibi bireyin yaşamının anlamı, onun onurunu, varlığını, iyiliğini, merhametini ve sağlıklı oluşunu doğrulamaktadır.

Randall (2001) panik atak sorunu yaşayan vakasını varoluşçu bir perspektifle ele aldığında, eşinin ve çocuklarının birey için "özgürlüğü kısıtlayan" ve "onun yaşamını engelleyen" bireyler anlamına geldiğini göstermektedir. Çocuklar doğmadan önce bireyin eşi onun için "bireyin özgürlüğünü destekleyen" ve "onun sevgi ihtiyacını karşılayan" varlık anlamına gelmekteydi. Bu noktada eşin ve çocukların anlamının değişimi, bireyin sağlıksız ruhsal halini meydana getirmiştir. Randall (2001) gerçekleştirdiği mesleki uygulama ile birlikte panik atak sorunu olan vakasının eşi, çocukları ve yaşamına ilişkin anlamlarını değiştirmesine destek olmuştur. Bu anlam değişiklikleri bireyin panik atak sorunun ortadan kaldırılmasında etkili olmuştur.

Weerman ve Abma (2019) sosyal çalışma bölümü öğrencileriyle gerçekleştirdikleri çalışmada anlamın bireyin yaşamındaki önemini vurgulamışlardır. Konuyla ilgili olarak çalışmaya dahil olan bir katılımcı şunları belirtmektedir:

"Hikâyemi hiç bu kadar somut, derli toplu ve anlamlı bir şekilde anlatmadım, bu beni derinden etkiledi. Bir buçuk saat içinde iyileşme ilgili konulara yeniden odaklandık. Temalar bence evrensel ama benim kişisel anlamımda daha belirgin ve canlı hale geldiler."

Bir başka katılımcı ise şunları belirtmektedir: *"Artık başkalarına yardım edebilirim. Kişi kendisi için önemli olan bir şey bulmalı hayatta."* Nilsson ve arkadaşları (1999) felç geçiren hastalarla ilgili yaptıkları araştırmada, bu kriz durumunun bireyin anlamsızlığa sürüklediğini belirtmektedir. Çalışmaya dahil olan katılımcılardan biri şunları söylemektedir:" *Şu an umurumda değil! Bir zamanlar çok enerjiktim. . . şimdi anlamlı bir şey yapamam. . . Yani . . . sonuçta ne yapabilirim? . . . İş mi?"* Bir başka katılımcı şunları ifade etmektedir: *"Hayatın anlamı üzerine pek kafa yormuyorum…"* Araştırmacılara göre felç geçiren hastaların anlam dinamiklerini değiştirmek ve onlara anlam yaratabilmek için fırsatlar tanımak onların iyileşme sürecine büyük katkıda bulunmaktadır (Nilsson vd., 1999).

Lantz ve Greenlee (1991) varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımının anlam üzerine çalışmasının en başarılı örneklerden birini savaştan dönen askerlerle yaptıkları mesleki uygulamalarda göstermişlerdir. Lantz'in ilgilendiği Bill isimli gazinin vakası konuyu aktarmak için oldukça verimli bir örnektir. Bill savaş esnasında bir havan topu saldırısında bacaklarından birini kaybetmiştir. Ancak Bill'in asıl sorunu duygusal anlamda gösterdiği agresyon ve geri çekilmeydi. Bill strese girdiği zaman eşi Beth'i ve çocuklarını günlerce terk edebilmekteydi. Bill bu terk etme davranışının nedenini Beth'i ve ergenlik çağındaki çocukları korumak olduğunu belirtmekteydi. Bill savaş sonrasında eve döndükten sonra sürekli olarak devam eden

rahatsız edici düşünceleri ve ani geri dönüşleri yaşıyordu. Bu esnada aşırı stres altında kalan Bill bunun acısını eşinden ve çocuklarından çıkarmamak için günlerce eve dönmüyordu. Varoluşçu sosyal çalışmacı, Bill'in bu acı veren düşüncelerini ve tekrarlayan ani geri dönüşleri bireyin ruhsal yapısının anlam arayışları olduğunu belirtti. Bill'in zihni, yaşamına anlam verecek ve kendisini adayacak bir yaşam anlamı bulmaya çalışıyordu. Ve bunu en rahat yapabileceği yerde yani acıların ortasında arıyordu. Sosyal çalışmacı bu noktadan sonra Bill ile savaş anılarını ve ani geri dönüş deneyimlerini konuşmaya başladı. Tüm bunları aynı anda eşi Beth'le de yapmaya başlayan Bill, kısa süre içerisinde kendi yaşam anlamını var etmeye başladı. Yaşamının anlamlarını keşfetme ile acı dolu deneyimleri konuşma arasında yakın bir ilişki bulunuyordu. Araştırmacılar, Bill'in savaşa dair tüm anılarını hem kendisine hem de eşine anlattığını ve bu süreç içerisinde onu yaşama bağlayan birçok anlamı keşfettiğini belirtmektedir. Tüm bu sürecin sonrasında Bill'in eşini ve çocuklarını üzme korkusu, savaşa dair rahatsız edici düşünceleri ve ani geri dönüşleri ortadan kaybolmuştur (Lantz ve Greenlee, 1991). Thompson (1992)'un da ifade ettiği gibi anlam nevrotik davranışların ortadan kaldırılmasında varoluşçu sosyal çalışmacıların kullanabileceği en önemli araçlardandır.

2.5.4. Otantiklik

2.5.4.1. Varoluşçu Felsefede Otantiklik

Otantiklik kelime anlamı itibariyle "yalnızca kendine benzeyen şey" anlamına gelmektedir. Örneğin "otantik bir halı" dendiği zaman var olan diğer halılara benzemeyen özgün bir halı anlaşılmaktadır. Bu halı farklıdır. Farklı olduğu için ilgi çekicidir, kıymetlidir ve anlamlıdır (Rickly, 2022). Varoluşçu felsefede "otantiklik" kavramı ilk olarak Heidegger tarafından kullanılmıştır (Kominkiewicz, 2006). Heidegger (2019b) otantik kavramını, varoluşu ile etkileşim kurabilen insanların varlığını anlatmak için kullanmıştır. Bu insan kendisine hazır verili olan, düşünmeden inanılmış ve kabul edilmiş talimatnameleri aşan insandır. Bütün anlamları aştığında hiçliği ve özgürlüğüyle baş başa kalan insan; yalnızca özgür iradesine dayanan seçimleriyle kendi varlığını yeniden var etmektedir. Otantik insan, her zaman ölüm-için-varlıktır. Tüm anlamları aştığında birey hiçliği, özgürlüğü, yalıtımı ve ölümü ile zorunlu olarak karşılaşmaktadır (Watts, 2014). Otantik insan ölümü ve kökensel yalıtımı ile yüzleşmiş ve bu kaygı ve korku dolu kaygıları kabullenmiş insandır. Bu insanın hayatına ölümü, yalıtımı ve özgürlüğü anlam katmaktadır (Chessick, 1996). Heidegger (2019a) otantik insanın kendi varlığını, değerini, fikirlerini ve düşüncelerini özgürce seçebileceğini ileri sürmektedir. Bu nedenle o kendi seçimlerinin ve özgür iradesinin sorumluluğunu almış bir varlıktır. Otantik insan başkaları ile kurduğu ilişkide tamamen varoluşsal bir zemine yaslanmaktadır. O,

başkasını varoluşuna, hiçliğe, ölüme, özgürlüğe ve yalıtıma yönlendirerek; ve bunu kararlı bir sadakatle gerçekleştirerek "biz" varlığını oluşturmaktadır (Blackham, 2020). Biz varlığı iki otantik insanın kurması muhtemel olan bir ilişki ağıdır. Bu ilişki ağında bireyler kabullenicidir ve asla yargılayıcı/ damgalayıcı bir tutum benimsemezler. Bu bireyler birbirleri ile kurdukları ilişkide, karşısındakini kendi varoluşu ile etkileşime yönlendiren güçlendirici ve cesaret verici bir tutuma sahiptir. Tüm bu nedenler ışığında otantik insanın içinde yaşadığı dünya tamamen kendisine aittir. Bu dünyada birey, özgür seçimleriyle kararlı ve sadakatle var ettiği kişisel tarihine dayanarak kendi değerlerini ve fikirlerini yaşama geçirmektedir (Mounier, 2019). Bu dünya artık yalnızca ona aittir. Bu ait olma hissi, kişinin yaşamının anlamla dolu olmasını ve doyumlu bir yaşam geçirmesini sağlamaktadır (Crowell, 2020). Bu nedenle Heidegger (2019b)'in felsefesindeki otantik insan, kararlı özgür seçimleri olan ölümü ve yalnızlığı kabullenmiş bir varlıktır. Heidegger bu nedenle otantik insanın başka hiçbir insana ve canlıya benzemeyen, yalnızca kendisine benzeyen bir varlık olduğunu belirtmektedir (Aho, 2014). Varoluşçu felsefede, otantik olarak ifade edilmese de ortaya konan "ideal insan" tiplerinin özellikleri Heidegger'in otantik insanıyla benzeşmektedir (Marcel, 1995). Kierkegaard (2005) bir bireyin acıyla, kaygıyla, seçimle ve sorumlulukla kendisini yarattığında varoluşuna uygun bir yaşam elde ettiğini belirtmektedir. Ona göre hakikate erişen insan, çağına başkaldıran cesaretli bir varlıktır. O, varoluşunun derinliklerinden gelen kaygıları ve korkularıyla yüzleşerek onları kabullenmiştir (Fremstedal, 2022). Yine bu insan sonsuz varoluşu ile etkileşimini devam ettirebilmek için kararlı özgür eylemleriyle hareket etmektedir. Hakiki insan sonsuz varoluşuyla etkileşime girmek için sadakatle, içtenlikle kendi yaşamını feda edebilmelidir. O sonsuz varoluşla etkileşiminde inancıyla, imanıyla ve özgürlüğüyle yakarmalı ve dua etmelidir (Kierkegaard, 1941). Hakikate erişmiş insan kendisini özgürlüğe ve sonsuzluğa sadakatle teslim etmiş ve kendisini bu yola adamış insandır. Bu yol kaygı, korku ve belirsizliklerle doludur. Hakiki insan, sahte huzura kaçmak yerine kendini acıyla var eden insandır (Kierkegaard, 2021).

Otantik insan kavrayışının Nietzsche'nin "üstün insan" anlayışıyla benzerlikleri olduğu görülmektedir (Blackham, 2020). Üstün insan, saf bir şekilde benliğine yönelen özgürlüğünü eline alan ve değer yaratma gücü olan insandır. Bu insanın yaşamı felsefenin bizzat kendisidir. Bu insan yalnızca kendi ürettiği değerlere göre yaşamaktadır. Üstün insan, sürü insanın sahte güvenleriyle değil; yalnızlığın ve içe yönelmenin acısı, korkusu ve kaygısıyla ortaya çıkmaktadır (Nietzsche, 2020). Acı, üstün insanı yaratan temel malzemedir. Bu acı özgürlükten,

seçimden, sorumluluktan, ölüm korkusundan ve yalnızlıktan gelmektedir. Bütün bu özellikler doğru bir bakış açısıyla insanı, üstün insan varlığı haline getirmektedir (Nietzsche, 2017a).

Jaspers'ın felsefesinde otantik varlık, bizatihi-varlık düzeyinde erişilebilen bir insandır (Bollnow, 2004). Bizatihi-varlık düzeyindeki insan, varoluşu (kendinde-varlık) ile etkileşim halindedir. Bu insan gözlemlerine ve beş duyu organı verilerine göre hareket etmez. Bu insan yarattığı özgür seçimlerine ve değerlerine göre hareket etmektedir. Bizatihi-varlık düzeyinde insan öz-bilincine yönelmektedir. Ampirik varlık düzeyi aşıldığında geriye, bir insandan diğerine aktarılmayacak "şifreler" kalmaktadır (Jaspers, 1959). Varoluşuyla şifreler düzeyinde etkileşime giren insan ölümün, yalnızlığın ve özgürlüğün acı ve korku dolu yükünü sırtına almaktadır. Onu davranışa nedenler değil sadakati ve samimiyeti götürmektedir. Bu insan dünyası ile bütünsel bir bağ kurmuştur. Kendi dünyasıyla kararlı özgür seçimleri vasıtasıyla ilişki kurmaktadır (Kaufmann, 1975). Jaspers (2014)'ın ideal insanı, sürekli olarak nesneleşme tehdidi altında yaşamaktadır. Ancak ölümle, özgürlükle ve varoluşla kararlı bir biçimde yüzleşme, kişiyi gerçek bir varlık konumunda tutmaktadır.

Marcel'in felsefesinde otantik insan "liyakatli" insandır (Blackham, 2020). Liyakatli insan ikincil düşünümle saflığını geri kazanan insandır. Bu insan doğal bir şekilde varoluşuyla kurduğu ilişkiyi geri kazanmıştır (Colette, 2017). Marcel (1962)'in liyakatli insanı özgürlüğü, ölümü ve yalıtımı "içe yönelme" hareketiyle kabullenmektedir. Ancak bu birey kendini diğer insanlardan soyutlayarak yalnızca kendi içerisinde yaşamamaktadır. Kişi öz-bilincine yönelerek liyakatsiz birincil düşünüm dünyasını aşmaktadır. Bu dünyayı aştığında varoluşunun gizemleriyle karşılaşmaktadır. Bu gizemler bireye ölümü ve özgür seçimi kabullenme olanağı tanımaktadır (Crowell, 2020). Marcel (1949)'e göre kişi sonsuz varoluşu anlayıp aktarabileceği bir şekilde deneyimleyemez. Bu kişi ancak kendisini içtenlikle varoluşuna teslim etmelidir. Sadakatle ve kararlılıkla varoluşuna yönelen seçimler yapan otantik birey, yakarış, dua ve inançla yaşamını bu uğurda feda etmelidir. Marcel (1962)'in otantik bireyi başkasıyla "Ben-o" tarzı iletişim değil "ben-sen" tarzı iletişim kurmaktadır. Bu nedenle iki liyakatli insanın karşılaşması bireyi geliştiren ve anlamla dolduran bir karşılaşmadır. Bu bireylerin iletişimi birbirlerini ölüm, özgürlük ve yalıtım gibi konularla yüzleştirmeye cesaret etmeye yönlendirmektedir. Başkaları, en az içe yönelme hareketi kadar kişiyi varoluşunun özüne itebilecek bir varlıktır (Shook, 2022). Ancak liyakatsiz varlıkların iletişim türü olan "Ben-o" tarzı ilişkide, birbirine dokunmayan ve destekleyici olmayan güç çatışmaları bulunmaktadır (Lapointe, 1973). Bu bağlamda Marcel'in liyakatli insanı, varoluşuna sadakatle ve kendini feda

ederek yönelen, özgür seçimleriyle kendi varlığını ve dünyasını yaratan ve başkasıyla anlam-destek-güç yaratan ilişkiler kurabilen bir varlıktır. Bu insan, ölümün baskısını kabullenerek yaşamının her anını anlamla doldurmakta ve güzelleştirmektedir. Birinci düşünümle sahip olunan bir nesne/eşya olmak yerine özgürlüğünün sorumluluğunu alarak varoluşuna uygun bir şekilde varlığını tasarlamaktadır (Marcus, 2018).

Sartre (2021)'ın felsefesinde otantik insan, varoluşuna yönelen ve özgürlüğün mahkumiyetini kabullenen insandır. Ona göre toplumda hazır bulunan değer ve fikirler, bireyin yaşamını anlamsızlaştırmakta ve bireyi pasif hale getirmektedir. Çünkü onun felsefesinde her şeyi kabul eden ve her şeyi olumlu olan varlıklar "kendinde-varlıklar"a daha yakın konumdadır (Celaleddin, 2021). O halde otantik insan, kendi-için-varlığını yaşama geçiren yani "hayır" diyen, başkaldıran insandır. Bu başkaldırma, insanın öz-bilincine yönelişini zorunlu kılmaktadır. Kendine yönelen insan varoluşunun merkezindeki kendi-için-varlığıyla yüzleşmek zorundadır (Adewumi ve Jemilaiye, 2022). Bu nedenle Sartre'ın otantik insanı, verili anlamları aşan ve özgür iradesiyle hiçlikten kendi varlığını, anlamlarını, değerlerini ve dünyasını yaratan bir varlıktır (Sartre, 2022). Kişi özgürlüğünü bir mahkûmiyet olarak değil de bir anlam deposu olarak değerlendirdiğinde; yaşama sonsuza kadar istediği anlamı katabilme gücünün var olduğunu keşfetmektedir. O halde insan, kendi anlamlarını tasarlayan ve bunları eyleme geçiren bir varlıktır (Russo, 2022). Sartre (2017)'ın "*Orestes*" isimli oyun karakterinin de belirttiği gibi erdemli insan, kendi içine doğru yol alan ve kendi anlamına yalnızca kendisine dayanarak bulması gereken bir canlıdır.

Genel bir değerlendirme yapıldığında varoluşçu felsefede otantik insan, varoluşla birlikte zorunlu olarak gelen nihai kaygılarla yüzleşen ve onları kabul eden insandır. Bu insan ölüm/yok olma korkusunu, yalıtımı, özgürlük korkusunu ve anlamsızlığı/ hiçliği kabullenmiş varlıktır. Tüm bu kabullenme onun yaşamını daha anlamlı ve doyumlu hale getirmektedir. Bu kabullenme belirgin bir içe yönelme/ öz-bilince yönelme hareketi gerektirmektedir. Bu nedenle otantik birey öz-bilincine yönelerek içinde bulunduğu değer, fikir ve davranışları aşan bir varlıktır. Otantik birey varoluşçu felsefede ulaşılmak istenen insan tipidir. Bu insan içtenlik, samimiyet, güven, kendini adama, özgürlük ve anlamlarla dolu bir yaşam biçimine sahiptir (Blackham, 2020; Chessick, 1996; Crowell, 2020; Kominkiewicz, 2006).

2.5.4.2. Varoluşçu Psikoterapide Otantiklik ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu psikoterapistlerin en temel amacı bireyi otantik bir varlık haline getirmektir (Tymieniecka, 2010). Yalom (2018) varoluşçu psikoterapinin, bireyin korku ve dehşet ile

savunma mekanizmalarına sığındığı varoluşsal nihai kaygılarını ortaya çıkarmayı amaçladığını belirtmektedir. Bu nedenle birey varoluşsal psikoterapide otantik bir varlık haline getirilebilmek için yok oluşuyla yüzleştirilmektedir. Ölüm ve ölüme yakın deneyimler bireyin otantikliğine doğru giden en kestirme yolları oluşturmaktadır. Birey yok olmanın dehşetiyle yüzleşmek yerine sahte bir varlık haline dönüşmeyi tercih etmektedir. Bu nedenle bireyi otantikleştirme çabasında ölümle yüzleşme önemli bir konumdadır (Beshai ve Naboulsi, 2004). İkinci büyük kaygı ise özgürlük ve sorumluluktur. May (2019b)'in de ifade ettiği gibi özgürlük, cesaret ve kendini feda etmeyi gerektiren kutsal eylemlerdir. Birey özgürlüğünden ve yaşamının sorumluluğundan kaçarak sahteleşmekte ve nevrotikleşmektedir (Binswanger, 1956). Bireyi sahte bir varlık haline getiren bir diğer önemli varoluşsal kaygı kişinin kökensel yalnızlığıdır. Bu varoluşsal yalıtım, bireyin yaşamdaki tek başınalığını göstermekte ve hiçbir nesne veya kişinin onu bu yalnızlıktan kurtaramayacağını belirtmektedir. Varoluşçu psikoterapi bireyi otantikleştirmek için onu varoluşsal yalnızlığı ile yüzleştirmeye çalışmaktadır (Gantt ve Thayne, 2014). Ve son olarak modern çağın en temel nevrozlarını yaratan anlamsızlık da varoluşçu psikoterapinin bireyin ruhsal iyilik halini arttırmada kullandığı nihai varoluşsal kaygıdır (Frankl, 1967).

Bugental (1965) bireylerin bu kaygılarla yüzleşmesinin onun kendi varoluşuna, yani saf varlığına uygun otantik bir varoluş durumuna, ileteceğini belirtmektedir. Ona göre bir kişinin verili dünyası ile verili varoluşu ne kadar uyumluysa bu kişi o derecede otantik bir varlıktır. Varoluşsal psikoterapi bireyi, kaçınarak hastalıklı hale geldiği doğasını kabullenmeye ve onunla ilgili farkındalık kazanmaya çağırmaktadır (Bugental, 1964). Van Deurzen ve Adams (2011)'a göre otantiklik, bir kişinin öz-bilincine ne kadar çok yöneldiğini, kendinde karşı ne kadar açık olabildiğini, gerçeğini ne kadar tahmin edebildiğini, zorluklarını ne kadar denetleyebildiğini ve seçimlerinin sonuçlarının sorumluluğunu ne kadar üstlenebildiğini ifade etmektedir. Otantiklik hiçbir koşulda standartlaştırılamaz veya normalleştirilemez. Bir eylemi otantik yapan şey o eylemin, durumu ve olası sonuçları hakkında tam bilgi sahibi olarak seçilmesi ve sahiplenilmesidir. Otantik yaşam, bilinçli bir yaşam anlamına gelmektedir. Georganda (2016:10) otantik kişilerin Tillich'in şu ifadelerini benimseyen bireyler olduğunu ileri sürmektedir: *"Bana verilen varoluş alanımla ilgili hiçbir çekincem yok, onu verimli bir hale getirmek ve büyütmek için elimden gelenin en iyisini yapıyorum."*

Yalom ve Lieberman (1991) varoluşçu psikoterapinin bireyin sıradan var olma tazına karşı çıkarak onun otantik bir varlık olma konumunu ön plana çıkardığını belirtmektedir. Yalom (2018:49-50) konuyla ilgili olarak şunları söylemektedir:

" *İnsan alışılmış şekilde birinci durumda yaşar. Bu durum varoluşçu unutma, sıradan var olma tarzıdır. Heidegger buna "otantik olmamak"der; insanın kendi hayatı ve dünyasının sahibi olduğunun farkında olmadığı, "kaçtığı", "düştüğü" ve sakinleştirildiği, "rastgele birisi tarafından sürüklenerek" seçimlerden kaçtığı tarzdır bu. Ancak insan ikinci var olma durumuna girdiğinde (var olmayı düşünme) otantik olarak vardır (bundan dolayı, "otantik" teriminin psikolojide çok sık modern kullanımı görünmektedir). Bu durumda, kişi tam bir öz-farkındalık yaşar - deneysel (meydana getirilmiş) ego olduğu kadar aşkın (meydana getiren) ego olarak da kendisinin farkındadır; kendi olanaklarını ve sınırlılıklarını kabul eder, mutlak özgürlük ve yoklukla yüzleşir- ve bunların karşısında endişelenir."*

Varoluşçu psikoterapide otantiklik ile ilgili yapılan bilimsel çalışmalar değerlendirildiğinde, Goldman ve Kernis (2002) yürüttükleri bilimsel çalışmalarında, otantiklik düzeyi yükseldikçe olumlu duygu, öz saygı ve yaşam doyumunun da yükseldiği sonucuna varmışlardır. Ryan ve arkadaşları (2005) tarafından yapılan araştırma sonucunda, bireyin otantikliği arttıkça öznel iyi oluşunun da arttığı; otantikliğin azalmasının ise negatif duygu-durumlarla ilişkili olduğu görülmüştür. Theran (2011) yürüttüğü araştırmanın sonucuna göre bireyin otantikliği ile depresif semptomları arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Tolman ve Porche (2000) gerçekleştirdikleri çalışmalarında, otantikliğin depresyon ile negatif yönlü, özsaygı ile pozitif yönlü bir ilişkisi olduğu sonucuna varmışlardır. Wood ve arkadaşları (2008) otantikliğini baskılayan bireylerin çok daha fazla kaygı ve stres yaşadıklarını belirtmektedir. Neff ve Harter (2002) yakın ilişkilerde otantik olmayan bireylerin benlik saygısının düşük depresyon düzeyinin ise yüksek olduğunu belirtmektedirler. Lopez ve Rice (2006) otantik yaşam ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasında pozitif; depresyon ve kaygı düzeyi arasında ise negatif bir ilişkinin var olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Deci ve Ryan (2000) ise yaptıkları araştırma sonucunda özgür irade ile otantiklik arasında pozitif yönlü bir ilişkinin bulunduğunu rapor etmişlerdir. Otantikliğe ilişkin varoluşçu psikoterapi alanyazınındaki eksikliğe rağmen tüm bu bilimsel çalışmalar otantikliğin bireyin iyilik haline sağlayabileceği katkıları belirgin bir biçimde göstermektedir.

2.5.4.3. Varoluşçu Sosyal Çalışmada Otantiklik ve Araştırma Bulguları

Varoluşçu sosyal çalışmada otantiklik, hizmet verilen bireyin hedeflendiği ideal konumunu temsil etmektedir. Otantik bir varlık yalnızca kendisine benzeyen bir varlıktır. Krill (2017)'e göre varoluşçu sosyal çalışmacı kendisiyle mesleki uygulama gerçekleştirdiği bireyi en temelde

özgürleştirerek otantik hale getirmektedir. Çünkü özgürlük bireyin kendisini var etmesine en önemli araçlardan bir tanesidir. Lantz (1989, 1999) ise bir bireyin otantik hale getirilmesinde anlam yaratımın altını çizmektedir. Bir bireyin otantik olması onun yaşamını oluşturan anlamların benzersiz olması anlamına gelmektedir (Lantz ve Greenlee, 1991). Hem Krill hem de Lantz bir bireyin otantik bir varlık konumuna getirilmesinde otantik bir iletişimi ileri sürmektedirler (Krill, 1978b; Lantz, 1988). Bu nokta varoluşçu sosyal çalışmacının yetkinleşmesi gereken kısımdır. Otantik bir ilişki içerisinde samimiyet, destek, cesaretlendirme, empati, şefkat, sevgi ve içtenlik barındırmaktadır. Bu ilişki türü Marcel'in "Ben-Sen" ilişkisine gönderme yapmaktadır. Veya Buber'in "Ben-Ben" tarzı iletişimi anlamına gelmektedir (Weiss, 1975). Her iki iletişim tipinde de iletişim halinde olan iki birey bu iletişimden pozitif olarak etkilenmekte ve bu ilişkiyi yaşamlarına dahil etmektedirler. Varoluşçu sosyal çalışmacı uygulama gerçekleştirdiği bireyin iyilik halini sağlamada onun yaşamına dahil olmalıdır. Onu bizzat onun dünyasında anlamaya çalışmalıdır. Bu tarz bir iletişimin yolu ise varoluşçu sosyal çalışmacının kendisini bireye açması ve mesleki ilişkiden kendi yaşamına anlamlar aktarabilmesidir. Böylece varoluşçu sosyal çalışma uygulaması bir yandan bireyi diğer taraftan uygulama yapan meslek elemanını derinden etkilemektedir (Thompson, 1992). Bu nedenle Lantz (1999) varoluşçu sosyal çalışma perspektifiyle aile ile çalışan meslek elemanının ailenin bir parçası gibi empati kurmasını istemektedir. Meslek elemanı bu aileyi varoluşsal yaşantısına dahil etmelidir. Krill (2017)'e göre meslek elemanının bireydeki kökensel kaygıları ortaya çıkarmasının tek yolunun otantik bir etkileşim olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle meslek elemanının terapi sürecine varoluşunu katması sağlıklı bir uygulama için gereklidir.

Thompson (2008)'a göre otantik birey özgürce kendini yaratabilen bir bireydir. Ancak bir bireyin otantik olabilmesi için öz-bilincine yönelmesi ve özgürlük kaygısına rağmen yaşamının sorumluluğunu üstlenmesi gerekmektedir. Bu hiçliğe ve yok olmaya göğüs germek anlamına gelmektedir. Bu nedenle otantik bir birey yaratma yolculuğu acıları ve çabayı gerektiren bir süreçtir (Thompson, 2007). Özgürlüğünün ve yok oluşunun farkındalığını öz-bilincine yönelerek kazanmış bir insan, otantik bir varlıktır (Stretch, 1967). Picardie (1980) otantik bireyin ölüm kaygısını, anlamsızlık kaygısını, özgürlük mahkumiyetini kabullenmiş ve bunların farkında olan bir varlık olduğunu belirtmektedir. Bu birey öz-bilincine yönelerek aşma eylemini gerçekleştirebilen bir varlıktır. Krill (1978b) Kierkegaard'ın modern çağının, Heidegger'in *Das Man*'ının veya Sartre'ın *Saloud* dünyasının bireyi sahteleştirmek için her an pusuda beklediğini belirtmektedir. Tüm bu sahte güven ve "ayartmalara" rağmen kökensel bir yaratıcılıkla öz-

bilincine yönelerek kendisini arayan, hiçlikle yüzleşip özgürlüğüyle kendi anlamlarını yalnızca kendisine dayanarak oluşturmaya çalışan birey otantik bir birey olarak değerlendirilmektedir (Krill, 2014).

Randall (2001) otantik bir bireyin dünyayla çok daha bütünsel ve anlamlı bir ilişkisinin var olduğunu belirtmektedir. Bu bireyler başkası ile ilişkilerinde samimiyet, içtenlik, destekleme, kabullenme ve empati gibi becerilerini çok yüksek düzeyde gerçekleştirebilmektedirler. Çünkü içinde yaşadıkları dünya onlara aittir. Bu dünyayı onlar acı çekerek var etmişlerdir. Dayandıkları değerler yalnızca onlara aittir. Bu otantik birey anlamla dolu bir yaşam idame ettirmektedir. Çünkü bu birey her an seçim yapmakta ve her an kendini kararlılıkla yaratmaya devam etmektedir. Brown ve Romanchuk (1995) varoluşçu sosyal çalışma müdahalesinin hem bireyi hem de meslek uzmanını otantikleştiren ortaklaşa bir ilişki ağı olduğunu ileri sürmektedir. Bu uygulama sonucunda her iki birey de öz-bilinci aracılığıyla varoluşuyla etkileşime doğru yönelmektedir. Bu otantik bireyin temel özelliğidir. Onlara göre birey kendi anlamlarını yarattıkça otantik bir varlık olma özelliklerini geliştirmektedirler. Griffiths (2017)'in de ifade ettiği gibi otantik birey, varoluşuyla etkileşim kurarak özgürleşmiş, ölümünü kabullenmiş ve yaşam anlamını var etmiştir. Bu sonsuz bir varlıktan alınan bir güçtür. Griffiths (2017)'e göre Heidegger otantik kavramı ile insanı iki düzeyde ele almaktadır. Birinci düzeyde insan sahte/herkese benzeyen yaşam doyumu düşük nesneleşmiş bir varlıktır; ikinci düzeyde insan, kendi eşsiz anlamlarını özgürlüğüyle yaratmış, ölümü kabullenmiş ve öz-bilincine yönelerek çevresiyle etkileşim kurmayı başarabilmiş otantik bir varlıktır.

3. YÖNTEM

3.1. GENEL ARAŞTIRMA TASARIMI

Karma modelli olarak kurgulanan araştırmanın genel tasarımı nicel ve nitel olmak üzere iki bölümden/desenden oluşmaktadır. Nicel desende özgür irade, öz-bilinç ve yaşam anlamı değişkenlerinin otantik yaşamı yordayıp yordamadığı test edilmeye çalışılmıştır. Ayrıca otantik yaşam değişkeninin yordayıcıları arasındaki ilişkilerin ölçülebilmesi için ikişer adet yapısal model, aracılık ve çoklu kareli korelasyon katsayıları analizleri gerçekleştirilmiştir. Ancak çalışmanın kuramsal altyapısı, nicel desenin nitel desenle desteklenmesini zorunlu kılmaktadır. Yalom (2018)'a göre varoluşçuluğa dair herhangi bir bilimsel çalışmada nicel desende yapılan çalışmalar gerçekçi bir değerlendirme yapma noktasında her zaman eksik kalacaktır. Krill (2017) varoluşçu perspektifin nicel yöntemlerle değerlendirilmesinin zorluğunun altını çizmektedir. Varoluşçu sosyal çalışma müdahaleleri incelendiğinde sıklıkla nitel desenlerin ve amaçlı örneklem yönteminin kullanılması bu görüşü destekler niteliktedir. Thompson (1992)'a göre nitel desen varoluşçu bir perspektifi çok daha güvenilir, gerçekçi ve derin bir şekilde değerlendirmek için gereklidir. Araştırmanın nicel deseninde kullanılan ölçeklerin büyük çoğunluğu likertli ölçüm tekniklerinden oluşmaktadır. Metodolojik olarak bu ölçümlerin kısıtlamalarından kurtulmak için de nitel desen önemlidir. Bu nedenlerle nicel desenden elde edilen bulguları derinleştirmek ve kapsamlı hale getirmek için nitel araştırma desenine ihtiyaç duyulmuştur. Bu noktada araştırma, varoluşçu yapıların kendilerini betimlemekten ziyade onların etkilerini tartışmaktadır. Aksi halde varoluş, özgürlük, ölüm ve anlamsızlık temalarının kendileri varlıktan çok hiçliğe daha yakın kavramlardır. Araştırma bu temaların etkilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. May1961)'in da belirttiği gibi varoluş ele geçirilemez. Ancak birey üzerindeki etkileri takip edilebilir. Araştırma hem nicel desende hem de nitel desende bilimsel bir yaklaşımla bu etkilere yoğunlaşmaktadır.

3.2. GENEL VERİ TOPLAMA SÜRECİ

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik onay (bkz. Etik Kurul İzin Yazısı) alındıktan sonra, araştırmada kullanılan ölçeklerin yazarlarından gerekli izinler alınmıştır (bkz. Ek D). Araştırmayla ilgili gerekli izinlerin alınmasının ardından araştırmacı tarafından amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenen 10 kişilik bir araştırmacı grubu oluşturulmuştur (Araştırmacının kendisi bu grubun üyesidir). Araştırmacı

tarafından seçilen her bir araştırmacı grubu üyesi, sağlıklı bir iletişim ve görüşme yeteneği becerisi bulunan, varoluşçuluk alanında entelektüel bilgi ve birikim seviyesi yüksek olan ve en az lisans eğitim derecesine sahip kişiler arasından seçilmiştir. Oluşturulan araştırmacı grubunun %20'si (n=2) doktora, %30'u (n=3) yüksek lisans ve %50'si (n=5) lisans düzeyinde eğitim alt yapısına sahiptir. Grubun %30'u (n=3) erkek, %70'i (n=7) kadın üyeden oluşup yaş ortalaması 25.4'tür. Oluşturulan araştırmacı grubuna, çalışmanın araştırmacısı tarafından varoluşçu sosyal çalışma uygulamalarına ve araştırma yöntem ve tekniklerine ilişkin online eğitim (Zoom programı aracılığıyla) verilmiştir. Verilen eğitim sonrasında araştırma grubu üyelerinin her biri nicel desendeki verilerin toplanması için amaçlı yöntem tekniğiyle (algı düzeyi ve iletişim becerisi yüksek, yaşamındaki varoluşçu temalarla ilgilenen bireylerin seçilmesine özen gösterilmiştir.) 60 adet katılımcı belirlemiştir. Ve toplamda 599 adet veri (bir kişinin anket verileri yapılan istatistiki analizler sonucunda araştırma dışında bırakılmıştır) toplanmıştır. Nicel veriler toplandıktan sonra her bir araştırmacı üyesi amaçlı örneklem tekniği ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirmek için 6 kişi belirlemiştir. Yapılan görüşmeler sonucunda nitel desende toplamda 60 adet görüşme verisine ulaşılmıştır. Görüşme süreleri 12 dakika ile 55 dakika arasında değişirken, ortalama görüşme süresi 34,6 dakika olarak belirlenmiştir. Gerek araştırma grubu üyeleri seçilirken gerek anket tekniği ile nicel desende veriler toplanırken, gerekse yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile nitel desende veriler toplanırken katılımcıların her birinden etik haklarını içeren bilgilendirilmiş onam formu onayı alınmıştır (bkz. Ek C).

3.3. ARAŞTIRMANIN NİCEL DESENİ

3.3.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Türkiye'de bulunan 18-45 yaş aralığındaki genç yetişkinler oluşturmaktadır. Bilimsel alanyazın incelendiğinde genç yetişkinlik çağının başlangıç ve bitiş yaşına ilişkin birden fazla görüş bulunmaktadır. Bu noktada Buhler (Baltes, 1983), Erikson (1994) , Levinson (Sugarman, 2001), Havighurst (1973) ve Gould, (1972)'un kuramlarından yararlanılarak yapılan araştırma içi genç yetişkin yaş aralığı 18-45 yaş olarak belirlenmiştir. Evrenin genç yetişkinler olarak ele alınmasının nedeni öncelikle araştırmada kullanılan ölçeklerin yaş kısıtlamalarından kaynaklanmaktadır. Bununla birlikte varoluşçuluk konusunun felsefi alt yapısının getirdiği kavrama, algılama, değerlendirme ve deneyimleme zorluğu evrenin genç yetişkin olarak belirlenmesinin bir başka nedenidir. Araştırma görgül ve kesitsel bir araştırma olarak tasarlanmıştır.

Yapılan araştırmada evren içerisinde örneklem oluşturmada amaçlı örneklem tekniği kullanılmıştır. Bu örneklem tekniğine göre araştırmacı, üzerinde çalıştığı sorunun anlaşılmasında en doğru özelliklere sahip olduğunu düşündüğü kişileri araştırmacı grubu üyesi olarak örnekleme dahil etmektedir. Bu örneklem tekniği özellikle spesifik konularda veri toplanırken sağlıklı bir değerlendirme yapılabilmesi için geliştirilmiştir. Örneğin bir şirketteki sağ yönelimli siyasi görüşlerin birey üzerindeki etkilerini ölçmek isteyen bir araştırmacının şirkette bulunan bütün bireyleri katılımcı kabul etmesi sağlıklı bir sonuç doğurmayacaktır. Sağ yönelimli kişileri katılımcı kabul etmek, bu etkilerin sağlıklı bir biçimde anlaşılmasını sağlayacaktır (Şahin ve Gürbüz, 2013). Thompson (1992) bu noktada varoluşçu temaların belirli bir algı ve farkındalık düzeyi gerektirdiğini belirtmektedir. Ona göre her insan varoluşun temel temalarının etkilerinin farkında değildir. Krill (2017) modern çağdaki birçok insanın birer "hayalet" haline dönüşen seyirciler olduğunu, bu nedenle varoluşun etkilerine kapalı olduklarını belirtmektedir. Lantz (1989) ise modern çağın bireylerini anlamsızlık ve boşluk hissiyle var olan varlıklar olarak tanımlamaktadır. Araştırma, varoluşsal temaların etkilerini anlamaya çalıştığı için bu farkındalık düzeyine erişildiği düşünülen kişilerin amaçlı örneklem yöntemiyle seçilmesiyle gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın nicel kısmı, Türkiye'deki genç yetişkinler içerisinden amaçlı örneklem yöntemiyle seçilen 600 kişiyle gerçekleştirilen anket tekniği verilerine dayanmaktadır. Tablo 3-1'de nicel desendeki katılımcıların sosyo-demografik özellikleri verilmiştir. Buna göre araştırmaya katılan katılımcıların biyolojik cinsiyetleri incelendiğinde 367 (%61,3)'sinin kadın, 232 (%38,7)'sinin erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaş aralıkları incelendiğinde yaş ortalamasının 27.89 (10.78) olduğu, 18-25 yaş aralığında 241 (%40,2) kişi, 25-35 yaş aralığında 276 (%46,1) kişi ve 35-45 yaş aralığında ise 82 (%13,7) kişinin bulunduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların eğitim düzeyi incelendiğinde, ilkokul – ortaokul mezunu olan 22 (%3,7) kişi, lise mezunu olan 122 (%20,4) kişi, lisans mezunu olan 342 (%57,1) kişi ve lisansüstü mezunu olan 113 (%18,9) kişinin bulunduğu anlaşılmaktadır. Gönüllülerin evlilik durumları incelendiğinde 198 (%33,1) kişinin evli, 401 (%66,9) kişinin ise bekar olduğu sonucuna varılmaktadır. Son olarak katılımcıların aylık ortalama gelir durumu incelendiğinde, bütün katılımcıların ortalama gelirlerinin 5.431,02 TL olduğu, 0-5.000 TL gelir aralığında 393 (%65,6) kişi, 5.000-10.000 TL gelir aralığında 177 (%29,5) kişi, 10.000-15.000 TL gelir aralığında ise 29 (%0,9) kişinin bulunduğu görülmektedir.

Tablo 3-1. Nicel Desendeki Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri (N=599)

Değişkenler	F (%)	Mean(SD)
Age	599	27.89 (10.78)
18-25 yaş	241 (40.2)	
25-35 yaş	276 (46.1)	
35-45 yaş	82 (13.7)	
Biyolojik Cinsiyet		
Kadın	367 (61.3)	
Erkek	232 (38.7)	
Eğitim Düzeyi		
İlkokul – Ortaokul Mezunu	22 (3.7)	
Lise Mezunu	122 (20.4)	
Lisans Mezunu	342 (57.1)	
Lisansüstü Mezunu	113 (18.9)	
Evlilik Durumu		
Evli	198 (33.1)	
Bekar	401 (66.9)	
Aylık Ortalama Gelir Durumu		5431,02 (10560.64)
0-5000 TL	393 (65.6)	
5000-10000 TL	177 (29.5)	
10000-15000 TL	29 (0.9)	

3.3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın nicel deseninde toplanan veriler, Sosyo-demografik Bilgi Formu, Öz-bilinç Ölçeği (ÖÖ), Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği (ÖİBÖ), Yaşam Anlamı Ölçeği (YAÖ) ve Otantiklik Ölçeği'nden (OÖ) oluşan anket formu aracılığıyla elde edilmiştir (bkz EK A). Bu bölümde kullanılan bilgi formu ve ölçeklerin özellikleri değerlendirilecektir.

3.3.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Sosyo-demografik bilgi formu Tatar ve Saltukoğlu, (2019) geliştirdiği sosyo-demografik durum ölçeğinden yararlanılarak araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Belirtilen ölçeğin maddelerinden yararlanarak oluşturulan Sosyo-demografik Bilgi Formu; katılımcıların yaşı, biyolojik cinsiyeti, eğitim düzeyi, evlilik durumu ve aylık ortalama maddi gelir durumu değişkenlerini incelemektedir. Yararlanılan ölçekten hangi maddelerin kullanılacağını belirleme noktasında araştırmanın amacı ve kuramsal alt yapısı belirleyici olmuştur.

3.3.2.2. Öz-bilinç Ölçeği (ÖÖ)

Fenigstein ve arkadaşları (1975) tarafından geliştirilen ÖÖ, bireylerin diğer kişiler tarafından kolayca ulaşılamayan, oldukça gizli ve mahrem yönleri üzerine derin bir düşünüm gerçekleştirmesi ve bunun sonucunda kişisel yönleriyle ilgili farkındalık elde etmesi eğilimini

değerlendirmektedir. Ölçek son olarak Mittal ve Balasubramanian (1987) tarafından revize edilerek son halini almıştır. Ölçeğin revize edilmiş son hali 19 madde ve 5 alt faktörden meydana gelmektedir. 5'li likert yapısına sahip olan maddelerden her biri "hiç uygun değil" (1) ile "tamamen uygun" (5) seçenekleri arasındaki sıralamaya sahiptir. Ölçekte herhangi bir ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan, o boyuta ilişkin yüksek bir öz-bilinçliliği ifade etmektedir. Ölçeğin toplam puanı ise öz-bilince dair herhangi bir anlama sahip değildir. Ölçek kendini düşünme, içsel öz-farkındalık, stil bilinçliliği, görünüm bilinçliliği ve sosyal anksiyete alt boyutlardan meydana gelmektedir.

ÖÖ'nün türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Akın ve arkadaşları (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmada ÖÖ'nün iç tutarlılık güvenirlik katsayıları değerlendirildiğinde, kendini düşünme alt faktörü .84, içsel öz-farkındalık alt faktörü .87, stil bilinçliliği .89, görünüm bilinçliliği .91 ve sosyal anksiyete .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tamamı için bu katsayı .79 olarak bulunmuştur. Yapılan test-tekrar güvenirlik çalışmasında bu katsayının beş alt faktör için .79 ile .91 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin Türkçe formuyla ilgili yapılan açıklayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda ölçeğin özgün haliyle Türkçeye çevrilmiş hali arasında tam bir uyum belirlenmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonucunda elde edilen uyum indeksleri ölçeğin Türkçe formunun orijinal formuyla uyumlu olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı .77 olarak bulunmuştur. Bu oranın önerilen eşik değerin üzerinde olması kullanılan ölçeğin bilimsel kabul edilebilirliğini desteklemektedir.

3.3.2.3. Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği (ÖİBÖ)

ÖİBÖ, Paulhus ve Carey (2011) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 27 maddeden oluşmaktadır. ÖİBÖ'de toplamda dört adet alt boyut bulunmaktadır. Bu boyutlardan ilki olan özgür irade, bireylerin kendi kararları ve yaşamından yalnızca kendisinin sorumlu olup olmadığını 7 madde üzerinden değerlendirmektedir. 8 maddeden oluşan rastgelelik alt boyutu ise yaşamdaki seçimlerin belirsizliği ve öngörülemezliğini değerlendirmektedir. 5 maddeden oluşan kaderci belirlenimcilik, bireyin yaşamındaki seçimlerin önceden kader tarafından belirlenip belirlenmediğine dair görüşlerini araştırmaktadır. Son olarak 7 maddeden oluşan bilimsel belirlenimcilik ise bireyin seçimlerinin fizik ve doğa kanunları tarafından belirlenip belirlenmediğine dair görüşlerini değerlendirmektedir. Paulhus ve Carey (2011) özgür irade alt boyutunun iç tutarlılık güvenirlik katsayısını .82, rastgele alt boyutunun iç tutarlılık güvenirlik katsayısını .82, rastgelelik alt boyutunun iç tutarlılık güvenirlik katsayısını .69, kaderci

belirlenimcilik alt boyutunun iç tutarlılık güvenirlik katsayısını.70 ve bilimsel belirlenimcilik alt boyutunun iç tutarlılık güvenirlik katsayısını .72 olarak bulmuşlardır. Gönüllüler 5'li likert ölçeğini kullanarak ("Kesinlikle katılmıyorum" =1, "Kesinlikle katılıyorum" =5) ÖİBÖ'nün maddelerine katılım oranlarını ifade etmektedirler. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan, o boyuta ilişkin güçlü bir tutumu (özgür irade, rastgelelik, kaderci belirlenimcilik ve bilimsel belirlenimcilik) ifade etmektedir. Ölçeğin toplam puanı ise özgür irade ve belirlenimciliğe dair herhangi bir anlama sahip değildir.

ÖİBÖ'nün türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Alper ve Sümer (2017) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmada ÖİBÖ'nün iç tutarlılık güvenirlik katsayıları değerlendirildiğinde, özgür irade alt faktörü .66, rastgelelik alt faktörü .80, kaderci belirlenimcilik .87 ve bilimsel belirlenimcilik .62 olarak bulunmuştur. Yapılan test-tekrar güvenirlik çalışmasında bu katsayının dört alt faktör için .45 ile .74 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin Türkçe formuyla ilgili yapılan AFA sonucunda ölçeğin özgün haliyle Türkçeye çevrilmiş hali arasında tam bir uyum belirlenmiştir. Yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri ölçeğin Türkçe formunun orijinal formuyla uyumlu olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Bu oranın önerilen eşik değerin üzerinde olması kullanılan ölçeğin bilimsel kabul edilebilirliğini desteklemektedir.

3.3.2.4. Otantiklik Ölçeği (OÖ)

OÖ, Wood ve arkadaşları (2008) tarafından Barrett-Lennard (1998) modelinden yararlanılarak geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 12 maddeden oluşmaktadır. OÖ'de toplamda üç adet alt boyut bulunmaktadır. Bu boyutlardan ilki olan kendine yabancılaşma, bireyin bilinçli durumu ile gerçek davranışları, duyguları ve biliş durumları arasındaki açıklığı 4 madde üzerinden değerlendirmektedir. 4 maddeden oluşan otantik yaşam alt boyutu ise bireyin gerçek davranışları, duyguları ve biliş durumu ile bilinçli farkındalığı arasındaki uyumu araştırmaktadır. Son olarak 4 maddeden oluşan dışsal etkiyi kabullenme alt boyutu ise bireyin çevresindeki başkalarının ve kültürel değerlerinin doğrularını benimsemesine ilişkin inançlarını ve tutumlarını değerlendirmektedir. Dışsal etkiyi kabullenme ve kendine yabancılaşma alt boyutları otantik olmayan bir yaşamı ifade ederken otantik yaşam alt faktörü bunun tam tersini temsil etmektedir. Wood ve arkadaşları (2008) iç tutarlılık güvenirlik katsayısını kendine yabancılaşma alt boyutu için .78, otantik yaşam alt boyutu için .69 ve dış etkiyi kabullenme alt boyutu için .78 olarak bulmuşlardır. İki ve dört hafta ara ile gerçekleştirdikleri tekrar testlerinde

alt boyutların güvenirlik katsayılarının .85 ile .91 arasında değiştiğini belirlemişlerdir. Gönüllüler 7'li likert ölçeğini kullanarak ("Hiç uygun değil" =1, "Tamamen uygun" =7) OÖ'nün maddelerine katılım oranlarını ifade etmektedirler. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan, o boyuta ilişkin güçlü bir tutumu (otantik yaşam, kendine yabancılaşma ve dış etkiyi kabullenme) ifade etmektedir. Ölçeğin toplam puanı ise otantikliğe dair herhangi bir anlama sahip değildir.

OÖ'nün türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması İlhan Özdemir2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması daha önce Gül (2010) tarafından bir yüksek lisans tezi için gerçekleştirilmiş olsa da bu çalışmada yalnızca AFA'nın kullanılması geçerlilik ve güvenirliliğin sağlanması için yeterli bulunmamaktadır. İlhan ve Özdemir (2013)'in yaptıkları çalışmada, OÖ'nün iç tutarlılık güvenirlik katsayıları değerlendirildiğinde, kendinde yabancılaşma alt faktörü .79, dış etkiyi kabullenme alt faktörü .67 ve otantik yaşam .62 olarak bulunmuştur. Gül tarafından (2010) ölçeğin Türkçe formuyla ilgili yapılan AFA sonucunda ölçeğin özgün haliyle Türkçeye çevrilmiş hali arasında tam bir uyum belirlenmiştir. İlhan ve Özdemir (2013) tarafından yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri ölçeğin Türkçe formunun orijinal formuyla uyumlu olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı .72 olarak bulunmuştur. Bu oranın önerilen eşik değerin üzerinde olması kullanılan ölçeğin bilimsel kabul edilebilirliğini desteklemektedir.

3.3.2.5. Yaşam Anlamı Ölçeği (YAÖ)

YAÖ, Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 10 maddeden oluşmaktadır. YAÖ'de toplamda iki adet alt boyut bulunmaktadır. Bu boyutlardan ilki olan mevcut anlam, bireyin içinde bulunduğu yaşamda sahip olduğu ve kullandığı anlamları 5 madde üzerinden değerlendirmektedir. 5 maddeden oluşan aranan anlam alt boyutu ise bireyin yaşamındaki anlamlara ilişkin sorgulamalarını, yeni anlam arayışlarını ve yaşamındaki anlamlara ilişkin eleştirel düşünce durumunu araştırmaktadır. Steger ve arkadaşları (2006) iç tutarlılık güvenirlik katsayısını mevcut anlam alt boyutu için .82, aranan anlam alt boyutu için ise .87 olarak bulmuşlardır. Ölçekten alınabilecek minimum puan 10 iken maksimum puan 70 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin 9. maddesi ters puanlanmıştır. Steger ve arkadaşları (2006) dört hafta arayla gerçekleştirdikleri tekrar testlerinde alt boyutların güvenirlik katsayılarının .70 ile .71 olduğunu belirlemişlerdir. Gönüllüler 7'li likert ölçeğini kullanarak ("Hiç uygun değil" =1, "Tamamen uygun" =7) YAÖ'nün maddelerine katılım oranlarını ifade etmektedirler. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan, o boyuta ilişkin güçlü bir tutumu (mevcut anlam,

aranan anlam) ifade etmektedir. Ölçeğin toplam puanı ise yaşam anlamına dair herhangi bir anlama sahip değildir.

YAÖ'nün türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Akın ve Taş (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmada, YAÖ'nün iç tutarlılık güvenirlik katsayıları değerlendirildiğinde, mevcut anlam alt faktörü .77, aranan anlam alt faktörü ise .83 olarak bulunmuştur. Dört hafta arayla gerçekleştirilen tekrar testlerinde bu katsayıların mevcut anlam alt boyutu için .89, aranan anlam alt boyutu için ise .92 olduğu saptanmıştır. Ölçeğin Türkçe formuyla ilgili yapılan AFA sonucunda ölçeğin özgün haliyle Türkçeye çevrilmiş hali arasında tam bir uyum belirlenmiştir. Türkçe form ile ilgili yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri ölçeğin Türkçe formunun orijinal formuyla uyumlu olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı .78 olarak bulunmuştur. Bu oranın önerilen eşik değerin üzerinde olması kullanılan ölçeğin bilimsel kabul edilebilirliğini desteklemektedir.

3.3.3. Veri Toplama Süreci

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik onay (bkz. Etik Kurul İzin Yazısı) alındıktan sonra öncelikli olarak amaçlı örneklem yöntemiyle araştırmacı grubuna gerekli eğitimler verilmiştir. Yapılan online eğitim sonucunda araştırmacı grubunun her bir üyesine araştırmacı tarafından hazırlanan veri toplama araçlarından oluşan anket formunun online (Microsoft Office Forms) linki verilmiştir. Bunun dışında katılımcıların online anket doldurmayı destekleyecek akıllı cihazlarının (akıllı telefon, tablet, bilgisayar vb.) bulunmamasına karşın anket formunun kâğıt ortamında çıktısı da talep edilmesi halinde araştırmacı grubu üyeleriyle paylaşılmak üzere hazırlanmıştır. Böylece 2021 yılının mayıs ayında nicel verilerin toplanma sürecine başlanmıştır. Her bir araştırmacı grubu üyesi, amaçlı örneklem yöntemiyle belirlediği katılımcılara bilgilendirilmiş onam formunu onaylattıktan sonra katılımcılarla anket formunun online linkini veya kâğıt ortamındaki çıktısını paylaşmışlardır. Anketin doldurulması süreci ortalama 20 dakika ile 25 dakika sürmüştür. Araştırma grubu üyeleri katılımcıların cevaplarına hiçbir koşulda müdahale etmemişlerdir. Ancak katılımcı tarafından soruların anlaşılamaması nedeniyle destek istenmesi ihtimaline karşın anket doldurma süresince araştırma grubu üyeleri hazır ve ulaşılabilir konumda bulunmuşlardır. Anket formu aracılığıyla elde edilen verilerin toplanma süreci 2021 yılının temmuz ayında tamamlanmıştır.

3.3.4. Verilerin Analizi

Anket formlarından elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. İlk olarak, veri dosyası eksik öğelerin ele alınması ve yanlış kodlanmış olanların ortadan kaldırılması için SPSS 26.0 (versiyon) programı kullanılarak incelenmiştir. Yapılan kayıp değer analizi sonucunda araştırmada kullanılan ölçek formlarının tamamı için herhangi bir eksik veriye rastlanmamıştır. Araştırmaya dahil edilen hiçbir veri silinmemiştir. Schafer (1999) ve Bennett (2001)'e göre bu sonuçlar veri setinin sağlıklı ve yansız sonuçlar üretebileceğini göstermektedir. Örneklem büyüklüğünün istatistiksel analiz için yeterliliği değerlendirildiğinde Pituch ve Stevens (2015)'in her değişken için 15 katılımcı kriteri ve Van Voorhis ve Morgan (2007)'in her değişken için 10 katılımcı kriteri karşılanmaktadır. Ayrıca araştırmadaki örneklem sayısının Bartlett ve arkadaşları (2001)'nın önerdiği evren- örneklem ilişkisinde %95 güvenlik aralığına sahip olduğu görülmektedir.

Araştırmada elde edilen verilerin tek değişkenli normallikleri ve çok değişkenli normallikleri SPSS 26.0 (versiyon) ve AMOS 23.0 (versiyon) programı aracılığıyla test edilmiştir. Tek değişkenli normallik testlerinin sonuçlarına araştırmada kullanılan bütün ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile -1.5 arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri ile ilgili sonuçlar, bu çalışmada tek değişkenli normalliği gösteren her bir ölçekte her bir madde için istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Çok değişkenli normalliği incelemek için yapılan test sonucunda normal olmayan çok değişkenli bir dağılım sonucuna ulaşılmıştır. Ancak yapılan analizde her bir yapı değişkeni için en yüksek çarpıklık katsayısı -1.450, en yüksek basıklık katsayısı ise 2.414 olarak bulunmuştur. Kline (2011)'a göre 3 puanın üzerindeki çarpıklık katsayısı ve 10 puanın üzerindeki basıklık katsayısının dağılımın normal olmadığını göstermesi, bu çalışmada ortaya çıkan çoklu normallikten sapmaların ciddi olmadığı sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Fakat buna rağmen istatistiki ölçümün sağlamlığı adına normallik ihlaline bir çare olarak, standart hatalara karşı dayanıklı olduğu ve çok değişkenli normallik gerektirmediği için DFA ve YEM (yapısal eşitlik modellemesi) analizlerinde maksimum olabilirlik tahmini (Maximum Likelihood Estimation) kullanılmıştır.

Verilerin normallik yönünden incelenmesi tamamlandıktan sonra AMOS 23.0 (versiyon) programı aracılığıyla ölçüm testleri yani araştırmada kullanılan her bir ölçeğin DFA'sı gerçekleştirilmiştir. Elde edilen ölçüm analizleri sonucunda elde edilen uyum indekslerinin uygunluğunun tespit edilmesi sonrasında yapısal model testlerine geçilmiştir. Yapısal model

testlerinde iki temel yapı üzerinde gerçekleştirilen ölçümlerin sonucunda elde edilen uyum indekslerinin uygunluğu yapı modelini doğrulamıştır. Yapı modelleri sonrasında her bir yapı için aracılık faktörleri değerlendirmeye alınmıştır. Aracılık testinin gerçekleştirilmesinde IBM AMOS 23 yazılımı kullanılarak "bootstrap" yöntemi kullanılmıştır. Bootstrap, bir örnekleme dağılımı oluşturmak için orijinal n vakayı değiştirerek ve n vakayı tekrar tekrar seçerek yapılan bir yeniden örnekleme tekniğidir (Little vd., 2007). Bu örnekleme dağılımı sayesinde asimetrik güven aralıkları oluşturulabilir ve normallik varsayımı şart değildir (Preacher ve Hayes, 2004). Bootstrapp yöntemiyle yapılan aracılık testleri sonucunda iki yapı modeli için de kısmi aracılık değişkenleri tespit edilmiştir. Yapılan aracılık testi sonrasında endojen değişkenlere ilişkin çoklu kareli korelasyon katsayıları incelenerek egzojen değişkenlerin endojen değişkenleri açıklamadaki varyans değerleri incelenmiştir. Bundan sonraki aşamada VIF değerlerini kontrol etmek için değişkenler arasında regresyon analizi yapılmıştır. Analizler, VIF değerlerinin hepsinin 5'in altında olduğunu ve Hair ve arkadaşları (2010) tarafından önerilen eşik değerlerinin altında olduğunu göstermiştir. Tüm istatistiksel analizler için, anlamlılığı belirtmek için uygun alfa düzeyi olarak .05 seçilmiştir. Güvenilirlik tahmini sağlamak için her bir ölçek için Cronbach alfa katsayıları kullanılmıştır.

Ortaya konan ölçüm ve yapı modellerinin veriyle uyumunu değerlendirmek için ki-kare ($\chi 2$), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), uyum iyiliği indeksi (GFI), normlaştırılmış uyum indeksi (NFI), ortalama hata karekökü (RMSEA), standartlaştırılmış ortalama hataların karekökü (SRMR) ve Tucker ve Levis Index (TLI) kullanılmıştır. $\chi 2$/df (serbestlik derecesi)'nin 3'ten küçük olması iyi bir uyumu; 3 ile 5 arasında olması ise kabul edilebilir bir uyumu göstermektedir. CFI, TLI ve NFI için katsayı değerinin .90 ve .95 üzerinde olması iyi bir uyumu göstermektedir (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011). GFI katsayının .95'ten büyük olması iyi bir model uyumunu göstermektedir (Şahin ve Gürbüz, 2013). RMSEA VE SRMR için sıfır değeri en iyi uyumu gösterir (Kline, 2011). RMSEA, SRMR <.05 olması iyi bir uyumu, .08 ile .10 arasında olması kabul edilebilir bir uyumu ve RMSEA, SRMR>.10 olması zayıf bir uyumu göstermektedir (MacCallum vd., 1996).

3.3.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Verilerin toplanma süresi sonuçları etkileyebilir (Fraenkel vd., 2018). Bu çalışmada veri toplama süreci mayıs ayında başlamış ve temmuz ayının sonuna kadar devam etmiştir. Toplamda 4 aylık bir sürece dağılmış veri toplama süreci önemli bir tehdit olarak değerlendirilmektedir. Araştırmanın bir diğer önemli sınırlılığı örnekleme yönteminin dar bir

çerçeveyi ele almasından kaynaklanmaktadır. Araştırma yalnızca araştırmacılar tarafından seçilmiş genç yetişkinlerin görüşlerini değerlendirmektedir. Bu noktada bütün yetişkinleri, yaşlıları, çocukları ve genç yetişkinleri kapsamamaktadır. Bu bireylerin görüşleri araştırmaya katılan katılımcılardan farklı özelliklere sahip olma potansiyelini taşımaktadır (Gravetter ve Forzano, 2011). Araştırma sorularının anlaşılabilirliği de bir başka önemli kısıtlılık olarak değerlendirilmektedir. Varoluşsal temaların derinliği ve felsefi alt yapısı sorulan sorulara verilen yanıtların doğruluğunu negatif yönde etkileyebilmektedir (Yalom, 2018; Krill 2017; Thompson, 1992).

3.4. ARAŞTIRMANIN NİTEL DESENİ

3.4.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın nitel deseninin evrenini, Türkiye'deki 18-45 yaş aralığındaki genç yetişkinler oluşturmaktadır. Evrenin genç yetişkinler içerisinden seçilmesinin nedenleri nicel desen ile aynıdır. Araştırmanın kuramsal temelinin yarattığı sınırlılıklar ideal olarak genç yetişkinler ile çalışılmasını gerektirmiştir. Belirtilen evren içerisinden amaçlı örnekleme yöntemiyle 60 kişilik bir katılımcı sayısına ulaşılmıştır. Bu örneklem tekniğine göre araştırmacı üzerinde çalıştığı sorunun anlaşılmasında en doğru özelliklere sahip olduğunu düşündüğü kişileri araştırmacı olarak kabul etmektedir. Bu örneklem tekniği, özellikle spesifik konularda veri toplanırken sağlıklı bir değerlendirme yapılabilmesi için geliştirilmiştir. Araştırmanın kuramsal ve felsefesi temelinin varoluşçuluk olması zorunlu olarak veri toplanacak katılımcıların belirli düzeyde bilişsel farkındalıklara sahip olmalarını gerektirmektedir. Heidegger'in ifade ettiği gibi toplumdaki bireylerin çoğunluğu varoluş temalarıyla yüzleşmeye cesaret edemeyen uyuşuk varlıklardır. Sartre bu bireylerin kendilerine ait bir görüşlerinin olmadığını belirtmektedir. Thompson varoluşçu sosyal çalışmacıların toplumun genelinin varoluşu ile yüzleşmediği gerçeğini kabullenmesi gerektiğini belirtmektedir. Heidegger (2019b) modern çağın yarattığı insan gruplarında otantikliğin ender olduğunu belirtmektedir. Hoffman ve arkadaşları (2020) tüm bu kısıtlamalar nedeniyle varoluşçuluk ile ilgili yapılan bilimsel çalışmaların bu önemli kısıta uygun bir halde gerçekleştirilmesi gerektiğini belirtmektedir. Bu nedenle araştırma, varoluşsal temaların etkilerini anlamaya çalıştığı için belirli bir farkındalık düzeyine erişildiği düşünülen kişilerin amaçlı örneklem yöntemiyle seçilmesiyle gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın nitel kısmı Türkiye'deki genç yetişkinler içerisinden amaçlı örneklem yöntemiyle seçilen 60 kişiyle gerçekleştirilen anket tekniği verilerine dayanmaktadır. Tablo 3.2'de nitel

desendeki katılımcıların sosyo-demografik özellikleri verilmiştir. Buna göre araştırmaya katılan gönüllülerin biyolojik cinsiyetleri incelendiğinde katılımcıların 34 (%56,7)'ü kadın, 26 (%43,3)'sı erkektir. Katılımcıların yaş aralıkları incelendiğinde gönüllülerin yaş ortalamasının 33.04 (11.74) olduğu, 18-25 yaş aralığında 10 (%16,7) kişi, 25-35 yaş aralığında 27 (%45,0) kişi ve 35-45 yaş aralığında ise 23 (%38,3) kişinin bulunduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların eğitim düzeyi incelendiğinde, lise mezunu olan 8 (%13,3) kişi, lisans mezunu olan 32 (%53,3) kişi ve lisansüstü mezunu olan 20 (%33,3) kişinin bulunduğu anlaşılmaktadır. Gönüllülerin evlilik durumları incelendiğinde 40 (%66,6) kişinin evli, 20 (%33,3) kişinin ise bekar olduğu sonucuna varılmaktadır. Son olarak katılımcıların aylık ortalama gelir durumu incelendiğinde, bütün katılımcıların ortalama gelirlerinin 7.542,72 TL olduğu, 0-5.000 TL gelir aralığında 24 (%40,0) kişi, 5.000-10.000 TL gelir aralığında 30 (%50) kişi, 10.000-15.000 TL gelir aralığında ise 6 (%10,0) kişinin bulunduğu görülmektedir.

Tablo 3-2. Nitel Desendeki Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri (N=60)

Değişkenler	**F (%)**	**Mean (SD)**
Age	60	33.04 (11.74)
18-25 yaş	10 (16.7)	
25-35 yaş	27 (45.0)	
35-45 yaş	23 (38.3)	
Biyolojik Cinsiyet		
Kadın	34 (56.7)	
Erkek	26 (43.3)	
Eğitim Düzeyi		
Lise Mezunu	8 (13.3)	
Lisans Mezunu	32 (53.3)	
Lisansüstü Mezunu	20 (33.3)	
Evlilik Durumu		
Evli	40 (66.6)	
Bekar	20 (33.3)	
Aylık Ortalama Gelir Durumu		7.542.72 (6560.08)
0-5000 tl	24 (40.0)	
5000-10000 tl	30 (50.0)	
10000-15000 tl	6 (10.0)	

3.4.2. Veri Toplama Aracı

Araştırmanın nitel deseninde veri toplamak için literatürdeki kuramsal ve görgül çalışmalar dikkate alınarak araştırmacı tarafından 16 açık uçlu sorudan meydana gelen yarı yapılandırılmış görüşme formu oluşturulmuştur. Pilot çalışmada, formun ilk haliyle yapılan 12 görüşme sonucunda soruların anlaşılmasında ve cevaplanmasında yaşanan problemler göz önüne alınarak gerekli değişiklikler gerçekleştirilmiştir. Formu oluşturan açık uçlu sorular genel

olarak özgür irade, yaşam anlamı, öz-bilinç ve otantiklik arasındaki ilişkileri değerlendirmektedir (bkz. Ek B).

3.4.3. Veri Toplama Süreci

Araştırmacı grubu üyelerinden her biri görüşme gerçekleştireceği 6 kişiyi belirledikten sonra, seçtikleri gönüllülere yapacakları görüşmelere dair ayrıntılı bilgiler vermişlerdir. Yapılan bilgilendirme sonucunda görüşme yapılmasını kabul eden katılımcılarla nitel veri toplama süreci gerçekleştirilmiştir. Buna göre araştırmacı grubu üyelerinin seçtikleri her bir katılımcı kendisiyle görüşme yapılmasını kabul etmişlerdir. Gönüllülerle yapılan görüşmeler, -her biri dikkat dağıtıcı unsurlardan arınmış ortamlarda olmak üzere- katılımcıların evlerinde, araştırmacıların evlerinde, katılımcıların iş yerlerinde, araştırmacıların iş yerlerinde, online görüntülü görüşme programları aracılığıyla (Whatsapp, Zoom, Skype vb. programlar) gerçekleştirilmiştir. 2021 yılının ağustos ayında başlayan görüşmeler eylül ayında sonlandırılmıştır. Yapılan görüşmelerin öncesinde gönüllülere görüşmenin içeriği, ses kaydı, bu kayıtların planlı kullanımı ve gizlilik konuları anlatılmıştır. Ayrıca görüşmeler öncesinde katılımcılardan sözlü ve yazılı bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Katılımcılara görüşmede değerlendirilen soruların doğru cevaplarının olmadığı ve kendilerini en samimi ve içten bir biçimde ifade etmelerinin yeterli olduğu bilgisi verilmiştir. Görüşmelerin başında, görüşmenin ana bölümünden önce ısınma amaçlı demografik sorular sorulmuştur. Yapılan görüşmeler 12 dakika ile 55 dakika arasında değişirken, ortalama görüşme süresi 34,6 dakika olarak belirlenmiştir.

3.4.4. Verilerin Analizleri

Nitel desende elde edilen verilerin analizleri gerçekleştirilirken Braun ve Clarke (2006)' ın tematik analiz için yöntemi uygulanmıştır. Tematik analizin gerçekleştirilmesinde nitel çalışmalarda sıklıkla kullanılan ATLAS TI. 7.0 (versiyon) programı kullanılmıştır. Yapıların görüşmelerin tematik analizi temel olarak altı adımda gerçekleştirilmiştir. Birinci adım verileri tanıma/aşina olma aşamasıdır. Bu aşamada araştırmacı ses kayıtlarını deşifre ederek Microsoft Word programı aracılığıyla transkripte etmiştir. Verilen deşifre edilmesinde Google Speech uygulamasından yararlanılmıştır. Elde edilen transkriptler araştırmacı tarafından okunarak verilerin tanınması ve veriyle aşinalığın kurulması sağlanmıştır. Bu adımın son aşamasında Word belgesi halinde bulunan bütün transkriptler ATLAS TI. 7.0 (versiyon) programına yüklenmiştir.

İkinci adım ilk kodların oluşturulmaya başlandığı aşamayı içermektedir. Bu aşamada araştırmacı ATLAS TI. 7.0 (versiyon) programı aracılığıyla yüklenen bütün transkriptleri kodlamaya başlamıştır. Böylece temel olarak verilerin kodlara dönüştürülmesi amaçlanmıştır. İkinci adımın sonunda oldukça fazla sayıda kod elde edilmiştir. Üçüncü adımda ise araştırmacı elde edilen bu kodlar arasındaki ilişkiler üzerinden temalar aramaya başlamıştır. Ve böylece aynı anlamsal ilişkiye sahip olduğu düşünülen kodlar belirli alt temalar altında tasnif edilmeye başlanmıştır. Kodlardan elde edilen alt temalar arasındaki ilişkiler değerlendirilerek temel temalara ulaşılmıştır. Böylece oldukça karmaşık olan kodlar belirli alt tema ve temalar altında tasnif edilmiştir. Dördüncü adımda elde edilen alt temaların ve temel temaların incelenmesi ve doğrulanması gerçekleştirilmiştir. Bu aşamada araştırmacı birbirinin altında değerlendirilebilecek temaların ve alt temaların varlığını tespit etmeye çalışmıştır. Örneğin üçüncü adımın sonunda "özgür düşünce" ve "özgür biliş" ayrı alt temalar olarak belirlenmiş ancak dördüncü adımda yapılan inceleme sonucunda bu iki alt temanın "özgür irade" alt teması altında birleştirilmesine karar verilmiştir. Beşinci adımda temaların açık bir biçimde tanımlanması ve isimlendirilmesi gerçekleştirilmiştir. Dördüncü adımda yapılan inceleme sonucunda elde edilen temel ve alt temalara son şekli verilerek yazıma hazır hale getirilmesi sağlanmıştır. Temaların ve alt temaların adlandırılmasında alanyazındaki kuramsal ve görgül çalışmalar kıstas alınmıştır. Son adımda ise ATLAS TI. 7.0 (versiyon) programı aracılığıyla elde edilen veriler Microsoft Word programı aracılığıyla yazıya geçirilmiştir (Braun ve Clarke, 2006).

3.4.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Verilerin toplanma süresi sonuçları etkileyebilir (Fraenkel vd., 2018). Bu çalışmada veri toplama süreci ağustos ayında başlamış ve eylül ayının sonuna kadar devam etmiştir. Toplamda 2 aylık bir sürece dağılmış veri toplama süreci önemli bir tehdit olarak değerlendirilmektedir. Araştırmanın bir diğer önemli sınırlılığı örnekleme yönteminin dar bir çerçeveyi ele almasından kaynaklanmaktadır. Araştırma yalnızca araştırmacılar tarafından seçilmiş genç yetişkinlerin görüşlerini değerlendirmektedir. Bu noktada bütün yetişkinleri, yaşlıları, çocukları ve genç yetişkinleri kapsamamaktadır. Bu bireylerin görüşleri araştırmaya katılan katılımcılardan farklı özelliklere sahip olma potansiyelini taşımaktadır (Gravetter ve Forzano, 2011). Araştırma sorularının anlaşılabilirliği de bir başka önemli kısıtlılık olarak değerlendirilmektedir. Varoluşsal temaların derinliği ve felsefi alt yapısı sorulan sorulara verilen yanıtların

doğruluğunu negatif yönde etkileyebilmektedir (Greenberg vd., 2004; Hoffman vd., 2020; Koole, 2010).

4. BULGULAR

Yapılan araştırma, özgür irade, öz-bilinç, yaşam anlamı ve otantiklik arasındaki ilişkiyi kapsayan temel ve alt hipotezleri araştırmaktadır. Bununla birlikte araştırma, öz-bilinç, özgür irade ve yaşam anlamının kurulan modeller dahilinde ne ölçüde aracılık etkisine sahip olduğunu belirlemeye çalışmaktadır. Bu bölüm, araştırmada kullanılan ölçeklerin psikometrik özelliklerini, Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) ile gerçekleştirilen ölçme modeli ve yapısal model testlerine ilişkin sonuçları kapsamaktadır. Bu ölçümler aracılığıyla temel ve alt hipotezlerin sınanması gerçekleştirilmektedir.

4.1. NİCEL DESENE İLİŞKİN BULGULAR

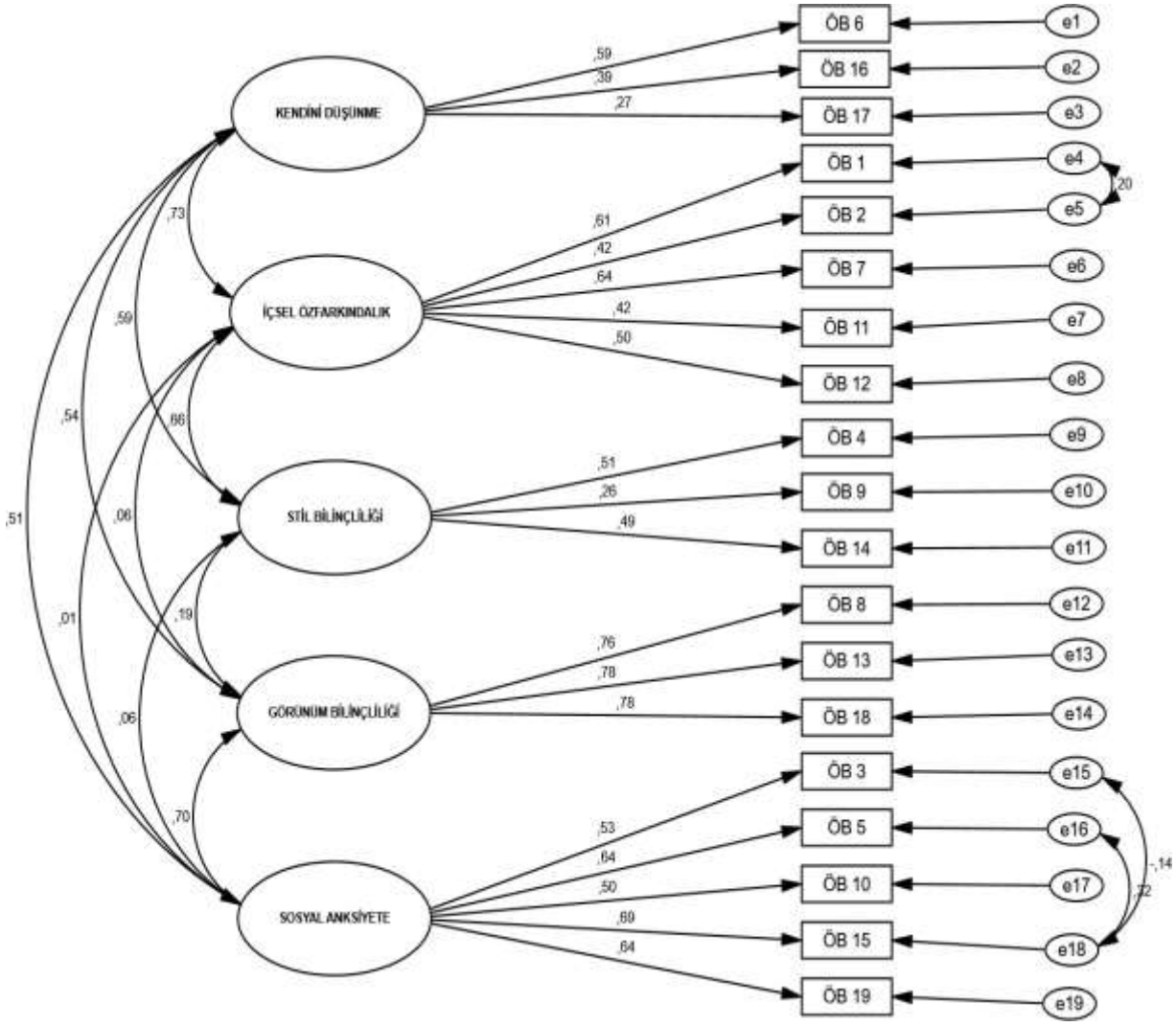
4.1.1. Kullanılan Ölçeklerin Psikometrik Özellikleri

Yapılan araştırmada kullanılan ölçeklerin faktör yapısını doğrulamak için IBM AMOS (23.0 Versiyon) programı kullanılarak Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Tüm istatistiksel analizler için .05'lik güvenirlik aralığı seçilmiştir. Hu ve Bentler (1999), YEM'de gerçekleştirilen ölçme modellerinde ve yapısal modellerde gerek daha güvenilir sonuçlar üretmesi gerekse araştırmacılar arasındaki yaygınlığı açısından şu uyum indekslerinin kullanılmasını önermektedirler: $\chi 2$, p (anlamlılık) değeri, df, RMSEA ve SRMR. Bu indekslerle birlikte GFI, CFI ve TLI arasından bir tanesinin de ek olarak gösterilmesi önerilmektedir. YEM ile yapılan ölçümlerin tutarlılığının gösterilmesinde önerilen bu uyum indekslerinden faydalanılmıştır. Ayrıca standartlaştırılmış hatalarla parametre tahminleri sağlanmıştır.

4.1.2. Öz-Bilinç Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği

Beş alt faktör ve toplam 19 maddeden oluşan öz-bilinç ölçeğinin (ÖÖ) (üç maddelik kendini düşünme alt faktörü, beş maddelik içsel öz-farkındalık alt faktörü, üç maddelik stil bilinçliliği alt faktörü, üç maddelik görünüm bilinçliliği alt faktörü ve beş maddelik sosyal anksiyete alt faktörü) birinci düzey faktöriyel yapısı AMOS 23.0 programı aracılığıyla test edilmiştir. Beşli Likert ölçeğinde, 599 katılımcıdan toplanan verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle "maximum likelihood" hesaplama yöntemiyle kovaryans matrisi oluşturulmuştur (Kline, 2011). Ölçeğin birinci düzey DFA sonuçlarına ilişkin değerlerin bulunduğu yol şeması aşağıdaki şekil 4-1' de sunulmuştur:

Şekil 4-1. Öz-bilinç Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı

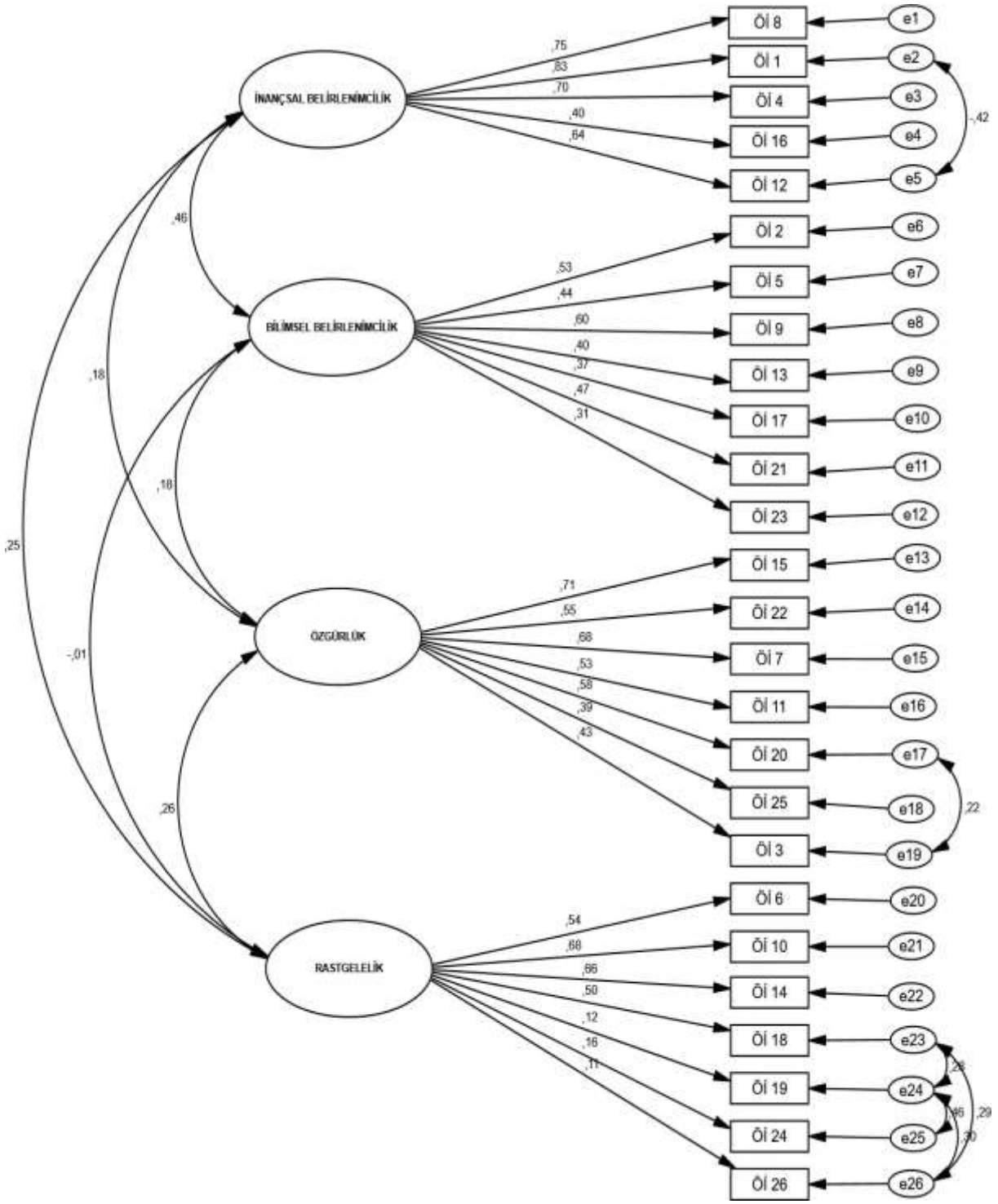


Beş faktörlü ÖÖ için yapılan DFA sonucunda ortaya çıkan uyum indeksleri değerleri incelendiğinde, ki-kare değerinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. ($\chi 2$ (139, n = 599) = 486.42, p = .00). Diğer uyum değerleri incelendiğinde, ($\chi 2$/df=3,49; RMSEA: .065; SRMR: .08; GFI: .90; CFI: .87) önerilen beş alt faktörlü modelin veriyle uyumlu göründüğü ve modelin kabul edilebilir olduğu anlaşılmaktadır (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; MacCallum vd., 1996; Şahin ve Gürbüz, 2013). Ölçek maddelerinin standardize edilmiş değerleri .27 ile .77 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach alpha) .77 olarak bulunmuştur. Bu değer önerilen 0.70 sınırının üzerindedir (Nunnally, 1978). Model uyumunu iyileştirmek için modifikasyon indeksleri incelenmiştir. Bu araştırmaya dayalı olarak, şu hata çiftleri arasında kovaryanslar oluşturulmuştur: ε18-ε16, ε18-ε15 ve ε4-ε5. Elde edilen sonuçlar, araştırmayla ortaya çıkan verilerin öz-bilinç ölçeğinin öngörülen kuramsal alt yapısı ile uyumlu olduğunu göstermektedir.

4.1.3. Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği

Dört alt faktör ve toplam 26 maddeden oluşan özgür irade ve belirlenimcilik ölçeğinin (ÖİBÖ) (beş maddelik inançsal belirlenimcilik alt faktörü, yedi maddelik bilimsel belirlenimcilik alt faktörü, yedi maddelik özgür irade alt faktörü ve yedi maddelik rastgelelik alt faktörü) birinci düzey faktöriyel yapısı AMOS 23.0 programı aracılığıyla test edilmiştir. Beşli Likert ölçeğinde, 599 katılımcıdan toplanan verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle "maximum likelihood" hesaplama yöntemiyle kovaryans matrisi oluşturulmuştur (Kline, 2011). Ölçeğin birinci düzey DFA sonuçlarına ilişkin değerlerin bulunduğu yol şeması aşağıdaki şekil 4-2' de sunulmuştur:

Şekil 4-2. Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı

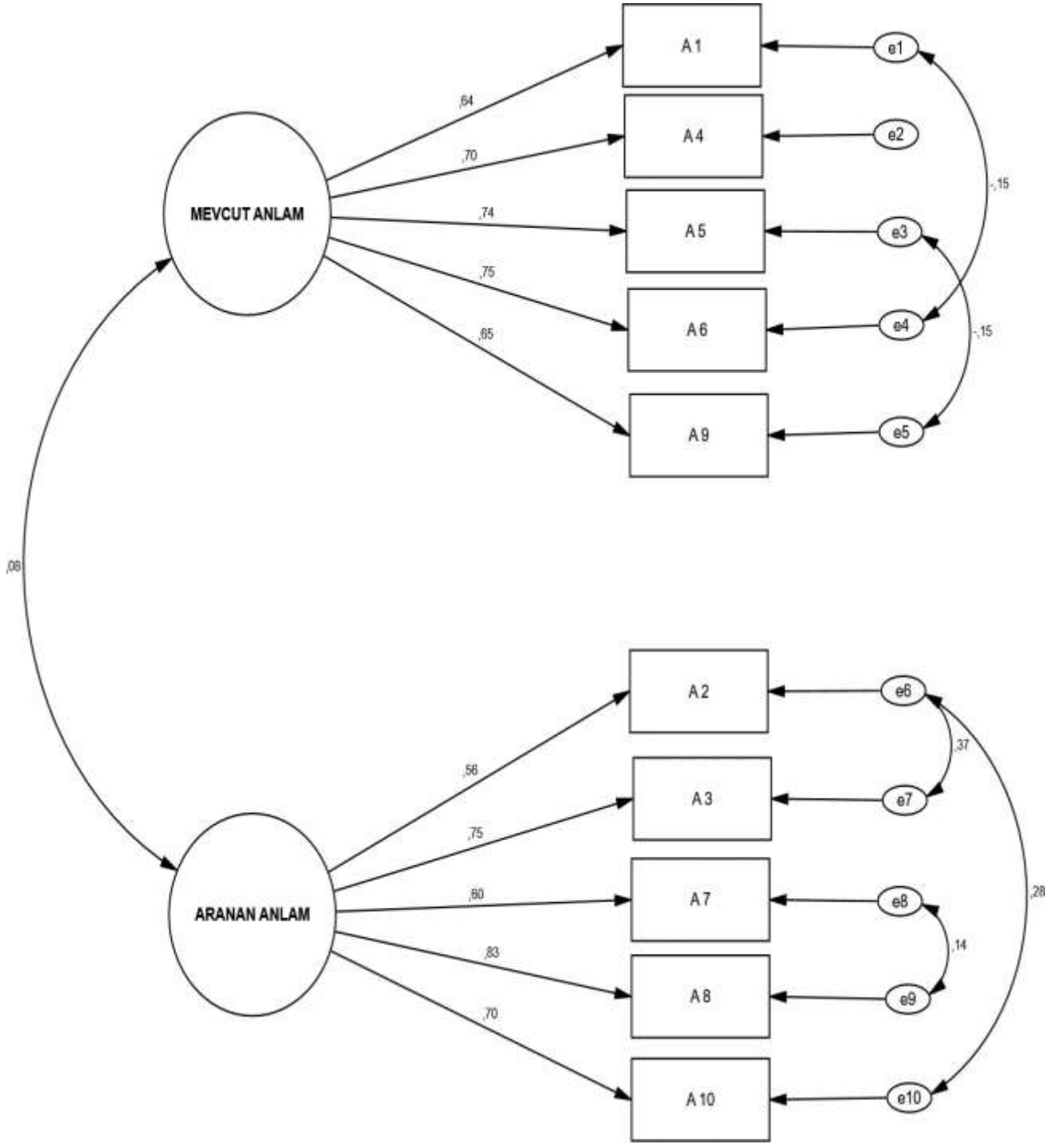


Dört faktörlü ÖİBÖ için yapılan DFA sonucunda ortaya çıkan uyum indeksleri değerleri incelendiğinde, ki-kare değerinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. ($\chi 2$ (287, n = 599) = 906.08, p = .00). Diğer uyum değerleri incelendiğinde, ($\chi 2$/df=3,15; RMSEA: .060; SRMR: .07; GFI: .90; CFI: .86) önerilen dört alt faktörlü modelin veriyle uyumlu göründüğü ve modelin kabul edilebilir olduğu anlaşılmaktadır (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; MacCallum vd., 1996; Şahin ve Gürbüz, 2013). Ölçek maddelerinin standardize edilmiş değerleri .18 ile .78 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach alpha) .75 olarak bulunmuştur. Bu değer önerilen 0.70 sınırının üzerindedir (Nunnaly, 1978). Model uyumunu iyileştirmek için modifikasyon indeksleri incelenmiştir. Bu araştırmaya dayalı olarak, şu hata çiftleri arasında kovaryanslar oluşturulmuştur: ε23-ε24, ε24-ε25, ε23-ε26, ε24-ε26, ε17-ε19 ve ε2-ε5. Elde edilen sonuçlar, araştırmayla ortaya çıkan verilerin ÖİBÖ'nün öngörülen kuramsal alt yapısı ile uyumlu olduğunu göstermektedir.

4.1.4. Yaşam Anlamı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği

İki alt faktör ve toplam 10 maddeden oluşan yaşam anlamı ölçeğinin (YAÖ) (beş maddelik mevcut anlam alt faktörü ve beş maddelik aranan anlam alt faktörü) birinci düzey faktöriyel yapısı AMOS 23.0 programı aracılığıyla test edilmiştir. Yedili Likert ölçeğinde, 599 katılımcıdan toplanan verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle "maximum likelihood" hesaplama yöntemiyle kovaryans matrisi oluşturulmuştur (Kline, 2011). Ölçeğin birinci düzey DFA sonuçlarına ilişkin değerlerin bulunduğu yol şeması aşağıdaki şekil 4-3' te sunulmuştur:

Şekil 4-3. Yaşam Anlamı Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı

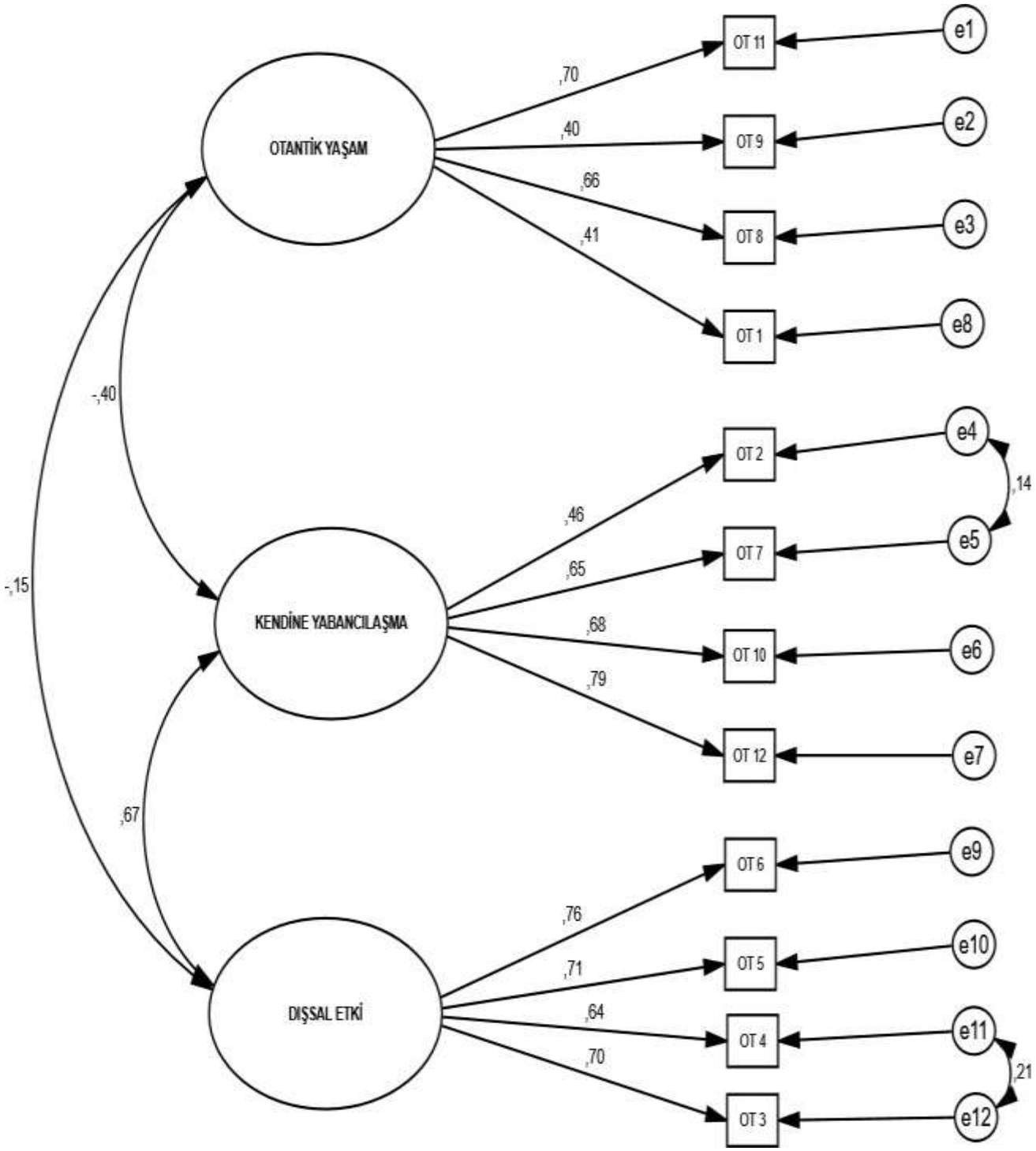


İki faktörlü YAÖ için yapılan DFA sonucunda ortaya çıkan uyum indeksleri değerleri incelendiğinde, ki-kare değerinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. ($\chi 2$ (29, n = 599) = 160.52, p = .00). Diğer uyum değerleri incelendiğinde, ($\chi 2$/df=5,53; RMSEA: .08; SRMR: .07; GFI: .95; CFI: .94; TLI: .90; NFI: .93) önerilen iki alt faktörlü modelin veriyle uyumlu göründüğü ve modelin kabul edilebilir olduğu anlaşılmaktadır (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; MacCallum vd., 1996; Şahin ve Gürbüz, 2013). Ölçek maddelerinin standardize edilmiş değerleri .56 ile .83 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach alpha) .78 olarak bulunmuştur. Bu değer önerilen 0.70 sınırının üzerindedir (Nunnaly, 1978). Model uyumunu iyileştirmek için modifikasyon indeksleri incelenmiştir. Bu araştırmaya dayalı olarak, şu hata çiftleri arasında kovaryanslar oluşturulmuştur: ε6-ε7, ε8-ε9, ε6-ε10, ε1-ε4 ve ε3-ε5. Elde edilen sonuçlar, araştırmayla ortaya çıkan verilerin YAÖ'nün öngörülen kuramsal alt yapısı ile uyumlu olduğunu göstermektedir.

4.1.5. Otantiklik Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği

Üç alt faktör ve toplam 12 maddeden oluşan otantiklik ölçeğinin (OÖ) (dört maddelik otantik yaşam alt faktörü, dört maddelik kendine yabancılaşma alt faktörü ve dört maddelik dışsal etki alt faktörü) birinci düzey faktöriyel yapısı AMOS 23.0 programı aracılığıyla test edilmiştir. Yedili Likert ölçeğinde, 599 katılımcıdan toplanan verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle "maximum likelihood" hesaplama yöntemiyle kovaryans matrisi oluşturulmuştur (Kline, 2011). Ölçeğin birinci düzey DFA sonuçlarına ilişkin değerlerin bulunduğu yol şeması aşağıdaki şekil 4-4' te sunulmuştur:

Şekil 4-4. Otantiklik Ölçeğinin Standardize Edilmiş Değerlerine İlişkin Faktör Yapısı



Dört faktörlü OÖ için yapılan DFA sonucunda ortaya çıkan uyum indeksleri değerleri incelendiğinde, ki-kare değerinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. ($\chi 2$ (49, n = 599) = 157.19, p = .00). Diğer uyum değerleri incelendiğinde, ($\chi 2$/df=3,20; RMSEA: .06; SRMR: .06; GFI: .94; CFI: .94; TLI: .92; NFI: .92) önerilen dört alt faktörlü modelin veriyle uyumlu göründüğü ve modelin kabul edilebilir olduğu anlaşılmaktadır (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; MacCallum vd., 1996; Şahin ve Gürbüz, 2013). Ölçek maddelerinin standardize edilmiş değerleri .41 ile .79 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach alpha) .72 olarak bulunmuştur. Bu değer önerilen 0.70 sınırının üzerindedir (Nunnaly, 1978). Model uyumunu iyileştirmek için modifikasyon indeksleri incelenmiştir. Bu araştırmaya dayalı olarak, şu hata çiftleri arasında kovaryanslar oluşturulmuştur: ε4-ε5 ve ε11-ε12. Elde edilen sonuçlar, araştırmayla ortaya çıkan verilerin OÖ'nün öngörülen kuramsal alt yapısı ile uyumlu olduğunu göstermektedir.

4.1.6. Kullanılan Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistikleri

Elde edilen araştırma bulguları üzerinden her bir ölçeği oluşturan alt faktörlere ilişkin tanımlayıcı istatistik analizleri (ortalama, standart sapma değerleri) gerçekleştirilmiştir. Özgür irade ve belirlenimcilik ölçeğinin dört faktörüne ilişkin yapılan analizlerde; kaderci belirlenimcilik (Ort. =3.08, SS = 1.08), bilimsel belirlenimcilik (Ort. = 3.48, SS = 0.72), özgür irade (M = 4.19, SS =0.79) ve rastgelelik (M =3.78, SS = 0.75) olarak bulunmuştur. Özgür irade ve belirlenimcilik ölçeği genel olarak değerlendirildiğinde ise, katılımcıların kendi özgürlüklerini orta düzeyde yeterli hissettikleri anlaşılmaktadır (Ort. = 3.63, SS =0.83). Elde edilen tanımlayıcı istatistikler katılımcıların diğer faktörlere kıyasla özgür iradeyi çok daha fazla ön plana çıkardıklarını göstermektedir. Özgür irade sonrasında rastgelelik faktörünün benimsendiği görülmektedir. Belirlenimcilik bakış açıları ise katılımcılar arasında daha az tercih edilerek bilimsel belirlenimcilik kaderci belirlenimciliğe kıyasla daha fazla ön plana çıkmıştır. Özgür irade ve belirlenimcilik ile ilgili görüşlerin değerlendirildiği bu ölçekte katılımcılar görüşlerini "Kesinlikle katılmıyorum (1)" ile "Kesinlikle katılıyorum (5)" arasında değişen 5 puanlık bir ölçekte bildirmişlerdir.

Öz-bilinç ölçeğinin beş faktörüne ilişkin yapılan analizlerde; kendini düşünme (Ort. =3.43, SS = 0.67), içsel öz-farkındalık (Ort. = 3.77, SS = 0.60), stil bilinçliliği (M = 3.35, SS =0.83), görünüm bilinçliliği (M = 2.95, SS =0.97) ve sosyal anksiyete (M =3.21, SS = 0.80) olarak

bulunmuştur. Öz-bilinç ölçeği genel olarak değerlendirildiğinde ise, katılımcıların kendi öz-bilinç seviyelerini orta düzeyde değerlendirdikleri anlaşılmaktadır (Ort. = 3.34, SS =0.77). Elde edilen tanımlayıcı istatistikler katılımcıların diğer faktörlere kıyasla içsel öz-farkındalığı ön plana çıkardıklarını göstermektedir. İçsel öz-farkındalık sonrasında sırasıyla kendini düşünme, stil bilinçliliği, sosyal anksiyete ve görünüm bilinçliliği gelmektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde içsel öz-farkındalık dışındaki faktörler arasında büyük puan farklılıklarının bulunmadığı görülmektedir. Öz-bilinç ile ilgili görüşlerin değerlendirildiği bu ölçekte katılımcılar görüşlerini "Kesinlikle katılmıyorum (1)" ile "Kesinlikle katılıyorum (5)" arasında değişen 5 puanlık bir ölçekte bildirmişlerdir.

Yaşam anlamı ölçeğinin iki faktörüne ilişkin yapılan analizlerde; mevcut anlam (Ort. =4.85, SS = 1.25) ve aranan anlam (Ort. = 4.98, SS = 1.27) olarak bulunmuştur. Yaşam anlamı ölçeği genel olarak değerlendirildiğinde ise, katılımcıların kendi yaşam anlamlarına yüksek düzeyde sahip oldukları anlaşılmaktadır (Ort. = 4.91, SS =1.26). Elde edilen tanımlayıcı istatistikler katılımcıların mevcut anlama kıyasla aranan anlamı daha fazla ön plana çıkardıklarını göstermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde alt faktörler arasında büyük puan farklılıklarının bulunmadığı görülmektedir. Yaşam anlamı ile ilgili görüşlerin değerlendirildiği bu ölçekte katılımcılar görüşlerini "Benim için hiç uygun değil (1)" ile "Benim için tamamen uygun (7)" arasında değişen 7 puanlık bir ölçekte bildirmişlerdir.

Otantiklik ölçeğinin üç faktörüne ilişkin yapılan analizlerde; otantik yaşam (Ort. =5.48, SS = 0.96), dış etkiyi kabullenme (Ort. =3.35, SS = 1.38) ve kendine yabancılaşma (Ort. = 3.48, SS = 1.38) olarak bulunmuştur. Otantiklik ölçeği genel olarak değerlendirildiğinde ise, katılımcıların kendilerini orta düzeyde otantik olarak değerlendirdikleri anlaşılmaktadır (Ort. = 4.10, SS =1.24). Elde edilen tanımlayıcı istatistikler katılımcıların diğer alt boyutlara kıyasla otantik yaşamı çok daha fazla ön plana çıkardıklarını göstermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde otantik yaşam dışındaki alt faktörler arasında büyük puan farklılıklarının bulunmadığı görülmektedir. Otantiklik ile ilgili görüşlerin değerlendirildiği bu ölçekte katılımcılar görüşlerini "Benim için hiç uygun değil (1)" ile "Benim için tamamen uygun (7)" arasında değişen 7 puanlık bir ölçekte bildirmişlerdir.

Tanımlayıcı istatistiklere ilişkin sonuçlar Tablo 4-1'de özetlenmiştir.

Tablo 4-1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	*Ortalama*	*Standart Sapma Değerleri*
Özgür İrade ve Belirlenimcilik		
Kaderci/İnançsal Belirlenimcilik	3.08	1.08
Bilimsel Belirlenimcilik	3.48	0.72
Özgür İrade	4.19	0.79
Rastgelelik	3.78	0.75
Öz-bilinç		
Kendini Düşünme	3.43	0.67
İçsel Öz-farkındalık	3.77	0.60
Stil Bilinçliliği	3.35	0.83
Görünüm Bilinçliliği	2.95	0.97
Sosyal Anksiyete	3.21	0.80
Yaşam Anlamı		
Mevcut Anlam	4.85	1.25
Aranan Anlam	4.98	1.27
Otantiklik		
Otantik Yaşam	5.48	0.96
Dış Etkiyi Kabullenme	3.35	1.38
Kendine Yabancılaşma	3.48	1.38

Not: Özgür irade ve belirlenimcilik ölçeği ile öz-bilinç ölçeği 5'li likert ölçeği iken yaşam anlamı ölçeği ile otantiklik ölçeği 7'li likert ölçeğidir.

Değişkenler arasındaki korelasyonlar aşağıda verilen Tablo 4-2' de gösterilmiştir. Elde edilen verilere değerlendirildiğinde kaderci belirlenimcilik; bilimsel belirlenimcilik (.32), dış etkiyi kabullenme (.21), kendine yabancılaşma (.11), kendini düşünme (.11), stil bilinçliliği (.68), görünüm bilinçliliği (.11) ve sosyal anksiyete (.13) ile düşük ve orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Bilimsel belirlenimcilik; dış etkiyi kabullenme (.18), kendine yabancılaşma (.12), kendini düşünme (.14), stil bilinçliliği (.44) ve görünüm bilinçliliği (.11) ile düşük ve orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Özgür irade; rastgelelik (.10), otantik yaşam (.23), mevcut anlam (.19), içsel öz-farkındalık (.22) ve stil bilinçliliği (19) ile pozitif yönde; kendinde yabancılaşma (.-19) ve görünüm bilinçliliği (-.08) ile negatif yönde düşük ve orta düzeyde anlamlı ilişkiye sahiptir. Rastgelelik; kendine yabancılaşma (.13), kendini düşünme (.12) ve stil bilinçliliği (38) ile pozitif yönde; mevcut anlamla (-.22) ise negatif yönde orta ve düşük düzeyde anlamlı ilişkiye sahiptir. Otantik yaşam; mevcut anlam (.46) ve

içsel öz-farkındalık (.35) ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahipken; dış etkiyi kabullenme (-.18), kendine yabancılaşma (-.31), mevcut anlam (.46), görünüm bilinçliliği (-.22) ve sosyal anksiyete (-.13) ile negatif yönde orta ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Dış etkiyi kabullenme; kendine yabancılaşma (.52), aranan anlam (.16), kendini düşünme (.15), stil bilinçliliği (.14), görünme bilinçliliği (.53) ve sosyal anksiyete (.43) ile pozitif yönlü; mevcut anlamla (-.13) ise negatif yönlü orta ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Kendine yabancılaşma; aranan anlam (.21), kendini düşünme (.16), görünüm bilinçliliği (.43) ve sosyal anksiyete (.38) ile pozitif yönlü; mevcut anlam (-.39) ve içsel öz-farkındalık (-.26) ile negatif yönlü orta ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Mevcut anlam; içsel öz-farkındalık (.37) ile pozitif yönlü orta düzey bir ilişkiye sahipken; görünüm bilinçliliği (-.11) ve sosyal anksiyete (-.14) ile negatif yönlü düşük düzey anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Aranan anlam; kendini düşünme (.30), içsel öz-farkındalık (.26), görünüm bilinçliliği (.21) ve sosyal anksiyete (.18) ile orta ve düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Kendini düşünme; içsel öz-farkındalık (.36), stil bilinçliliği (.10), görünme bilinçliliği (.29) ve sosyal anksiyete (.24) ile orta ve düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Son olarak görünüm bilinçliliğinin sosyal anksiyete (.54) ile pozitif yönde orta düzey anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir Korelasyonlar arasındaki ilişkilerin gücü belirlenirken Kline (2011)'dan yararlanılmıştır.

Tablo 4-2. Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

****p<0,01**

Değişkenler	*1*	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*	*8*	*9*	*10*	*11*	*12*	*13*	*14*
1. Kaderci Belirlenimcilik		.32**	.14**			.21**	.11**			.11**		.68**	.11**	.13**
2. Bilimsel Belirlenimcilik	.32**		.12**			.18**	.12**			.14**		.44**	.11**	
3. Özgür İrade	.14**	.12**		.10**	.23**		-.19**	.19**			.22**	.19**		
4. Rastgelelik			.10**				.13**	.22**		.12**		.38**		
5.Otantik Yaşam			.23**			-.18**	-.31**	.46**			.35**		-.22**	-.13**
6. Dış Etkiyi Kabullenme	.21**	.18**			-.18**		.52**	-.13**	.16**	.15**		.14**	.53**	.43**
7. Kendinde Yabancılaşma	.11**	.12**	-.19**	.13**	-.31**	.52**		-.39**	.21**	.16**	-.26**		.43**	.38**
8. Mevcut Anlam			.19**	-.22**	. 46**	-.13**	-.39**				.37**		-.11**	-.14**
9. Aranan Anlam						.16**	.21**			.30**	.26**		.21**	.18**
10. Kendini Düşünme	.11**	.14**		.12**		.15**	.16**		.30**		.36**	.10**	.29**	.24**
11. İçsel Öz-farkındalık			.22**		.35**		-.26**	.37**	.26**	.36**				
12. Stil Bilinçliliği	.68**	.44**	.19**	.38**		.14**				.10**				
13. Görünüm Bilinçliliği	.11**	.11**	-.08*		-.22**	.53**	.43**	-.11**	.21**	.29**				.54**
14. Sosyal Anksiyete	.13**				-.13**	.43**	.38**	-.14**	.18**	.24**			.54**	

4.1.7. Yapısal Model Testlerine İlişkin Bulgular

4.1.7.1. Birinci Yapısal Model Testine İlişkin Bulgular

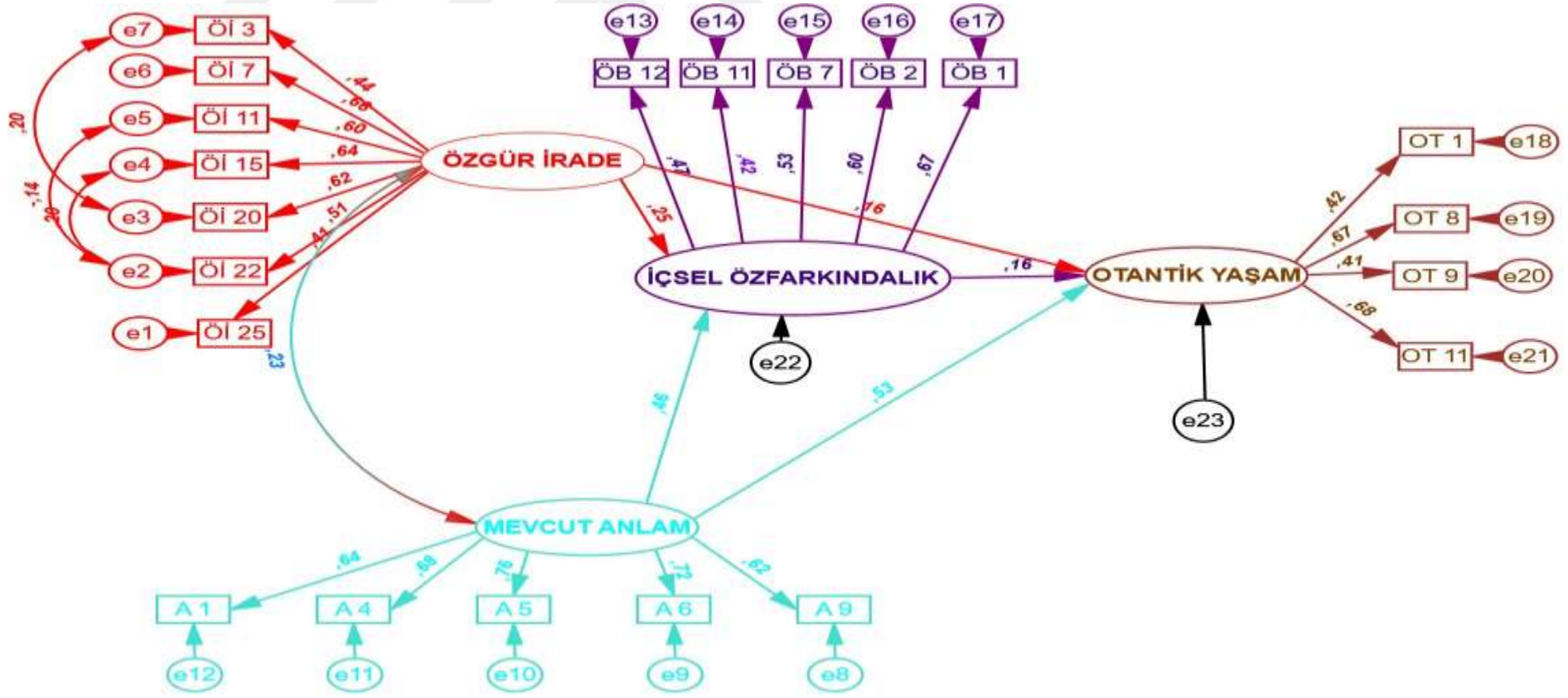
Ölçme modelinin doğrulanmasından sonra birinci örtük yapısal model test edilmiştir. Birinci yapısal modeldeki değerlerin analiz edilmesinde ölçme modelinde kullanılan kovaryans matrisi kullanılmıştır. Yapısal modelde yer alan örtük değişkenler arasındaki yol katsayıları ve açıkladıkları varyans değerleri şekil 4-5'te, parametre değerleri ise tablo 4-3'te gösterilmiştir. Yapılan yol analizi testi sonucunda, mevcut anlam değişkeninin içsel öz-farkındalık (0.46; $p<0.01$) ve otantik yaşam (0.52; $p<0.01$) değişkenleri üzerindeki yol katsayı değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla birlikte özgür irade değişkeninin içsel öz-farkındalık (0.25; $p<0.01$) ve otantik yaşam (0.15; $p<0.01$) değişkenleri üzerindeki yol katsayı değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Son olarak içsel öz-farkındalık değişkeninin otantik yaşam (0.16; $p<0.01$) değişkeni üzerindeki yol katsayı değerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Yol analizi sonucunda ulaşılan uyum indekslerinin eşik değerlerin üzerinde olması, modelin veriyle uyumlu ve kabul edilebilir olduğuna işaret etmektedir (*$\chi 2\ [180,\ N=599] = 522.36,\ p<0.01;\ \chi 2/sd = 2.90;\ RMSEA = 0.05;\ CFI = 0.90;\ GFI = 0.94;\ SRMR = 0.05$*). Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeyleri genel olarak incelendiğinde, mevcut anlam, özgür irade ve içsel öz-farkındalık değişkenlerinin her birinin otantiklik değişkenini anlamlı bir şekilde ve pozitif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Böylece araştırmanın temel hipotezi olan H1 kabul edilmektedir. Bununla birlikte her bir değişkenin otantikliği ayrı ayrı anlamlı ve pozitif bir şekilde yordaması H4, H7 ve H8'in kabul edilmesini gerektirmektedir. Bunun dışında özgür irade ve mevcut anlam değişkenlerinden her birinin içsel öz-farkındalık değişkenini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı anlaşılmaktadır. Elde edilen bu bulgulara dayanarak araştırmanın alt hipotezlerinden H2 ve H5 kabul edilmektedir.

Tablo 4-3. Birinci Yol Analizine İlişkin Parametre Tahmin Değerleri (N=599)

Parametre Tahminleri	*Standardize Olmayan*	*Standardize*
Ölçme Modeli		
Özgür İrade → Öİ 25	0.80*	0.41* (0.11)
Özgür İrade → Öİ 22	1.05*	0.50* (0.14)
Özgür İrade → Öİ 20	1.32*	0.61* (0.13)
Özgür İrade → Öİ 15	1.32*	0.63* (0.15)
Özgür İrade → Öİ 11	1.01*	0.59* (0.12)
Özgür İrade → Öİ 7	1.30*	0.66* (0.14)
Özgür İrade → Öİ 3	1.00*	0.44* (-----)
Mevcut Anlam → A1	1.00*	0.63* (-----)
Mevcut Anlam → A4	1.14*	0.67* (0.86)
Mevcut Anlam → A5	1.06*	0.76* (0.73)
Mevcut Anlam → A6	1.15*	0.71* (0.83)
Mevcut Anlam → A9	1.13*	0.61* (0.91)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB1	1.00*	0.66* (-----)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB2	0.77*	0.59* (0.07)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB7	0.83*	0.53* (0.08)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB11	0.77*	0.42* (0.09)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB12	0.88*	0.47* (0.09)
Otantik Yaşam → OT11	1.39*	0,68* (0.16)
Otantik Yaşam → OT9	1.11*	0.41* (0.16)
Otantik Yaşam → OT8	1.51*	0.66* (0.18)
Otantik Yaşam → OT1	1.00*	0.42* (-----)
Yapısal Model		
Mevcut Anlam → İçsel Öz-farkındalık		0.46*
Özgür İrade → İçsel Öz-farkındalık		0.25*
İçsel Öz-farkındalık → Otantik Yaşam		0.16**
Mevcut Anlam → Otantik Yaşam		0.52*
Özgür İrade → Otantik Yaşam		0.15*
$\chi 2$ [180, N=599] =522.36, p<0.01; RMSEA = 0.05; CFI = 0.90; GFI= 0.94; SRMR= 0.05.		

Not: *p<0.01;p<0.05**
Parantez içindeki değerler standart hataları göstermektedir.

Şekil 4-5. Birinci Yapısal Modeldeki Yol Katsayıları ve Varyans Değerleri



4.1.7.2. İkinci Yapısal Model Testine İlişkin Bulgular

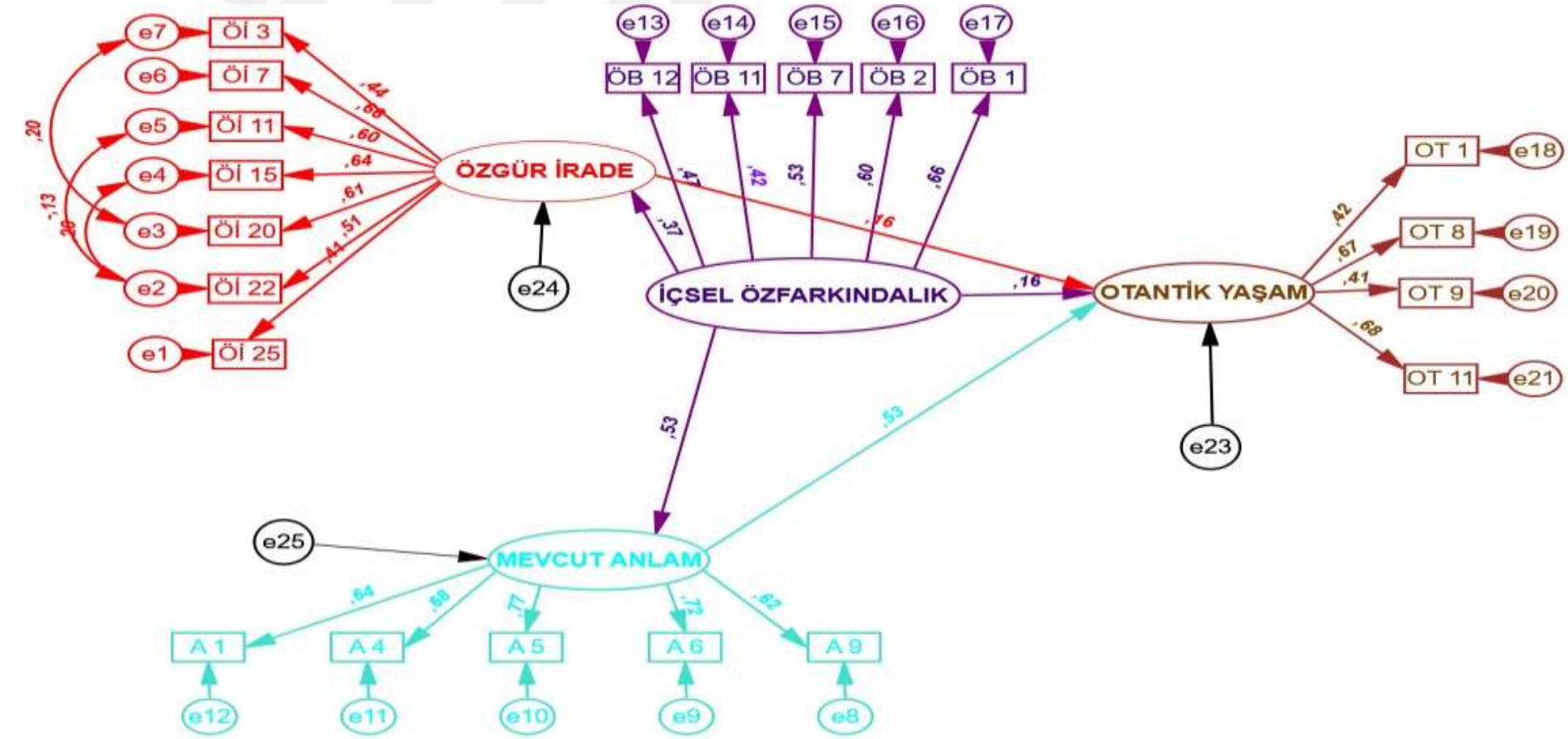
Birinci yapısal modelin doğrulanmasından sonra ikinci örtük yapısal model test edilmiştir. İkinci yapısal modeldeki değerlerin analiz edilmesinde ölçme modelinde kullanılan kovaryans matrisi kullanılmıştır. Yapısal modelde yer alan örtük değişkenler arasındaki yol katsayıları ve açıkladıkları varyans değerleri şekil 4-6'da; parametre değerleri ise tablo 4-4'te gösterilmiştir. Yapılan yol analizi testi sonucunda, içsel öz-farkındalık değişkeninin mevcut anlam (0.53; $p<0.01$), özgür irade (0.37; $p<0.01$) ve otantik yaşam (0.16; $p<0.05$) değişkenleri üzerindeki yol katsayı değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla birlikte özgür irade değişkeninin otantik yaşam (0.15; $p<0.01$) değişkeni üzerindeki yol katsayı değerlerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Son olarak mevcut anlam değişkeninin otantik yaşam (0.52; $p<0.01$) değişkeni üzerindeki yol katsayı değerinin anlamlı olduğu görülmüştür. Yol analizi sonucunda ulaşılan uyum indekslerinin eşik değerlerin üzerinde olması, modelin veriyle uyumlu ve kabul edilebilir olduğuna işaret etmektedir (*$\chi 2$ [181, N=599] =523.21, p<0.01; $\chi 2$/sd= 2.89; RMSEA = 0.05; CFI = 0.90; GFI= 0.94; SRMR= 0.05*). Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeyleri genel olarak incelendiğinde, mevcut anlam, özgür irade ve içsel öz-farkındalık değişkenlerinin her birinin otantiklik değişkenini anlamlı bir şekilde ve pozitif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Böylece birinci yapısal modelde olduğu gibi ikinci yapısal model sonucunda da H1, H4, H7 ve H8 kabul edilmiştir. Bunun dışında içsel öz-farkındalık değişkeninin özgür irade ve mevcut anlam değişkenlerinden her birini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı anlaşılmaktadır. Elde edilen bu bulgulara dayanarak araştırmanın alt hipotezlerinden H3 ve H6 kabul edilmektedir.

Tablo 4-4. İkinci Yol Analizine İlişkin Parametre Tahmin Değerleri (N=599)

Parametre Tahminleri	*Standardize Olmayan*	*Standardize*
Ölçme Modeli		
Özgür İrade → Öİ 25	0.80*	0.41* (0.11)
Özgür İrade → Öİ 22	1.05*	0.50* (0.14)
Özgür İrade → Öİ 20	1.32*	0.61* (0.13)
Özgür İrade → Öİ 15	1.32*	0.63* (0.15)
Özgür İrade → Öİ 11	1.01*	0.59* (0.12)
Özgür İrade → Öİ 7	1.30*	0.66* (0.14)
Özgür İrade → Öİ 3	1.00*	0.44* (-----)
Mevcut Anlam → A1	1.00*	0.63* (-----)
Mevcut Anlam → A4	1.14*	0.67* (0.86)
Mevcut Anlam → A5	1.06*	0.76* (0.73)
Mevcut Anlam → A6	1.15*	0.71* (0.83)
Mevcut Anlam → A9	1.13*	0.61* (0.91)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB1	1.00*	0.66* (-----)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB2	0.77*	0.59* (0.07)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB7	0.83*	0.53* (0.08)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB11	0.77*	0.42* (0.09)
İçsel Öz-farkındalık → ÖB12	0.88*	0.47* (0.09)
Otantik Yaşam → OT11	1.39*	0,68* (0.16)
Otantik Yaşam → OT9	1.11*	0.41* (0.16)
Otantik Yaşam → OT8	1.51*	0.66* (0.18)
Otantik Yaşam → OT1	1.00*	0.42* (-----)
Yapısal Model		
İçsel Öz-farkındalık → Mevcut Anlam		0.53*
İçsel Öz-farkındalık → Özgür İrade		0.37*
İçsel Öz-farkındalık → Otantik Yaşam		0.16**
Mevcut Anlam → Otantik Yaşam		0.52*
Özgür İrade → Otantik Yaşam		0.15*
$\chi 2$ [181, N=599] =523.21, p<0.01; RMSEA = 0.05; CFI = 0.90; GFI= 0.94; SRMR= 0.05.		

Not: *p<0.01;p<0.05**
Parantez içindeki değerler standart hataları göstermektedir.

Şekil 4-6. İkinci Yapısal Modeldeki Yol Katsayıları ve Varyans Değerleri



4.1.7.3. ARACILIK TESTİNE İLİŞKİN BULGULAR

1.1.1.1.1. Birinci Yapısal Modeldeki Aracı Değişkenlere İlişkin Bulgular

Şekil 4-5'te verilen yol katsayıları ve varyans değerleri üzerinden incelenen değişkenler arasındaki toplam, doğrudan ve dolaylı etkiler aracı değişken etkisinin varlığı noktasında önemli veriler sunmuştur. Bu nedenle ilk olarak birinci yapısal modelde var olabilecek aracı değişken etkileri AMOS 23.0 (versiyon) programı aracılığıyla yapısal model üzerinden "bootstrap" testi kullanılarak incelenmiştir. Bu analiz, var olan örneklem içerisinden belirli bir sayıda örneklem seçerek değişkenler arasındaki standardize edilmiş toplam, doğrudan ve dolaylı etkileri ortaya koymakta ve bu etkilerin anlamlılığını değerlendirmektedir. Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için belirli koşulların sağlanması gerekmektedir (Kline, 2011; Parsons, 1991; Preacher ve Hayes, 2004; Şahin ve Gürbüz, 2013). Öncelikle bağımlı değişkenin bağımsız değişken üzerindeki etkisinin anlamlı olması gerekmektedir. Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin[2] doğrulanması gerekmektedir:

h1: Mevcut anlam değişkeninin otantik yaşam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

h2: Özgür irade değişkeninin otantik yaşam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için önerilen ikinci koşul bağımsız değişkenin aracı değişken üzerindeki anlamlı etkisidir. Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, bağımsız değişkenin aracı değişken üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması, önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması gerekmektedir:

h3: Mevcut anlam değişkeninin içsel öz-farkındalık değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

h4: Özgür irade değişkeninin içsel öz-farkındalık değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için önerilen üçüncü koşul aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki anlamlı etkisidir. Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması,

[2] Aracılık testi için gerekli olan ve istatistiki zorunluluklar nedeniyle oluşturulan hipotezler ile araştırmanın temel ve alt hipotezleri birbirinden farklıdır. Bu nedenle metin içerisinde, aracılık testi için gerekli olan koşullar sebebiyle ortaya konan hipotezler "h" harfiyle ifade edilirken; araştırmanın temel ve alt hipotezleri "H" ile ifade edilmiştir.

önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezin doğrulanması gerekmektedir:

h5: İçsel öz-farkındalık değişkeninin otantik yaşam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

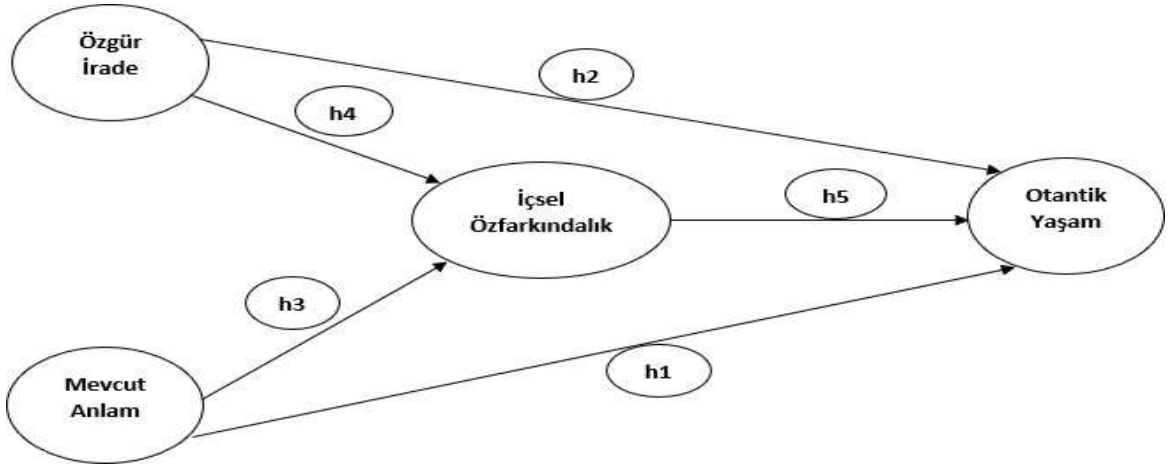
Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için önerilen dördüncü koşul, aracı değişkenin anlamlı dolaylı etkisi nedeniyle, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki anlamlı etkisinin yok olması (tam aracılık) veya azalmasıdır (kısmi aracılık). Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olması, önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması gerekmektedir:

h6: Mevcut anlam ve otantik yaşam arasındaki ilişkide içsel öz-farkındalık değişkeninin aracı rolü vardır.

h7: Özgür irade ve otantik yaşam arasındaki ilişkide içsel öz-farkındalık değişkeninin aracı rolü vardır.

Şekil 4-7'de aracılık rolünün değerlendirilmesi için oluşturulan yapısal model verilmiştir. Tablo 4.5'te doğrudan etkilere ilişkin, tablo 4.6'da ise dolaylı etkilere ilişkin elde edilen değerler gösterilmiştir.

Şekil 4-7. Birinci Yapısal Modelde Aracılık



Şekil 4-7'de gösterilen modelin uyum indeksleri, modelin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstermektedir (*χ2 [181, N=599] =542.50, p<0.01; RMSEA = 0.05; CFI = 0.90; GFI= 0.94; SRMR= 0.05.*).

Tablo 4-5. Doğrudan Etkiler

Doğrudan Etki Yolları	Standardize Beta Değeri	Standart Hata	Anlamlılık (p*)
H1: Mevcut Anlam → Otantik Yaşam	0.54	0.05	0.00
H2: Özgür İrade → Otantik Yaşam	0.18	0.06	0.01
H3: Mevcut Anlam → İçsel Öz-farkındalık	0.48	0.06	0.00
H4: Özgür İrade → İçsel Öz-farkındalık	0.27	0.05	0.01
H5: İçsel Öz-farkındalık → Otantik Yaşam	0.15	0.09	0,00

***Not:** P değeri Bootstrap Two Tailed Significance'yi temsil etmektedir.

Elde edilen veriler doğrultusunda, mevcut anlam değişkenin otantik yaşam değişkeni üzerinde (β= 0.54, sh = 0.05, p < 0.01) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu nedenle h1 hipotezi doğrulanmıştır. Özgür irade değişkenin otantik yaşam değişkeni üzerinde (β= 0.18, sh = 0.06, p <0.05) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır. Bu nedenle h2 hipotezi doğrulanmıştır. Mevcut anlam değişkenin içsel öz-farkındalık değişkeni üzerinde (β= 0.48, sh = 0.06, p <0.01) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu nedenle h3 hipotezi doğrulanmıştır. Özgür irade değişkenin içsel öz-farkındalık değişkeni üzerinde (β= 0.27, sh = 0.05, p <0.05) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu anlaşılmaktadır. Bu nedenle h4 hipotezi doğrulanmıştır. Son olarak içsel öz-farkındalık değişkenin otantik yaşam değişkeni üzerinde (β= 0.15, sh = 0.09, p <0.01) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu nedenle h5 hipotezi de doğrulanmıştır.

Tablo 4-6. Dolaylı Etkiler

Dolaylı Etki Yolları	Standardize Beta Değeri	Standart Hata	Anlamlılık (p*)	Sonuç
H6: MA ▶ İÖ ▶ OY	0.077 (%12,4)	0.04	0.01	Kısmi Aracılık
H7: Öİ ▶ İÖ ▶ OY	0.043 (%18,8)	0.02	0.01	Kısmi Aracılık

***Not:** P değeri Bootstrap Two Tailed Significance'yi temsil etmektedir. Parantez içerisindeki yüzdelik oranlar dolaylı etkinin toplam etki içerisindeki oranını temsil etmektedir. Tabloda kullanılan MA: Mevcut Anlam; İÖ: İçsel Öz-farkındalık; Öİ: Özgür İrade ve OY: Otantik Yaşam'ın kısaltmasıdır.

Dolaylı etkilerin analizine göre, içsel öz-farkındalık değişkeni mevcut anlam ile otantik yaşam arasındaki ilişkide anlamlı bir kısmi aracılık etkisine sahiptir (β= 0.077, sh = 0.04, p <0.05). Bu dolaylı aracılık etkisinin toplam etkinin %12,4'ünü oluşturduğu görülmektedir. Böylece h6 hipotezi doğrulanmıştır. İçsel öz-farkındalık değişkeni aynı zamanda özgür irade ile otantik yaşam arasındaki ilişkide de anlamlı bir kısmi aracılık etkisine sahiptir (β= 0.043, sh = 0.02, p <0.05). Bu dolaylı aracılık etkisinin toplam etkinin %18,8'ini oluşturduğu görülmektedir. Böylece h7 hipotezi doğrulanmıştır. Elde edilen bulgular içsel öz-farkındalığın mevcut anlam - otantiklik ilişkisinde ve özgür irade-otantiklik ilişkisinde dolaylı etkiye sahip kısmi arabulucu olduğunu göstermektedir.

1.1.1.1.2. İkinci Yapısal Modeldeki Aracı Değişkenlere İlişkin Bulgular

Şekil 4.6'da verilen yol katsayıları ve varyans değerleri üzerinden incelenen değişkenler arasındaki toplam, doğrudan ve dolaylı etkiler aracı değişken etkisinin varlığı noktasında önemli veriler sunmuştur. Bu nedenle ikinci yapısal modelde var olabilecek aracı değişken etkileri AMOS 23.0 (versiyon) programı aracılığıyla yapısal model üzerinden "bootstrap" testi kullanılarak incelenmiştir. Bu analiz, var olan örneklem içerisinden belirli bir sayıda örneklem seçerek değişkenler arasındaki standardize edilmiş toplam, doğrudan ve dolaylı etkileri ortaya koymakta ve bu etkilerin anlamlılığını değerlendirmektedir. Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için belirli koşulların sağlanması gerekmektedir. Öncelikle bağımlı değişkenin bağımsız değişken üzerindeki etkisinin anlamlı olması gerekmektedir (Kline, 2011; Parsons, 1991; Preacher ve Hayes, 2004; Şahin ve Gürbüz, 2013). Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki doğrudan etkisinin

anlamlı olması önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması gerekmektedir:

h1: İçsel öz-farkındalık değişkeninin otantik yaşam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için önerilen ikinci koşul bağımsız değişkenin aracı değişken üzerindeki anlamlı etkisidir. Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, bağımsız değişkenin aracı değişken üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması, önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması gerekmektedir:

h2: İçsel öz-farkındalık değişkeninin mevcut anlam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

h3: İçsel öz-farkındalık değişkeninin özgür irade değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için önerilen üçüncü koşul aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki anlamlı etkisidir. Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olması, önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması gerekmektedir:

h4: Mevcut anlam değişkeninin otantik yaşam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

h5: Özgür irade değişkeninin otantik yaşam değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

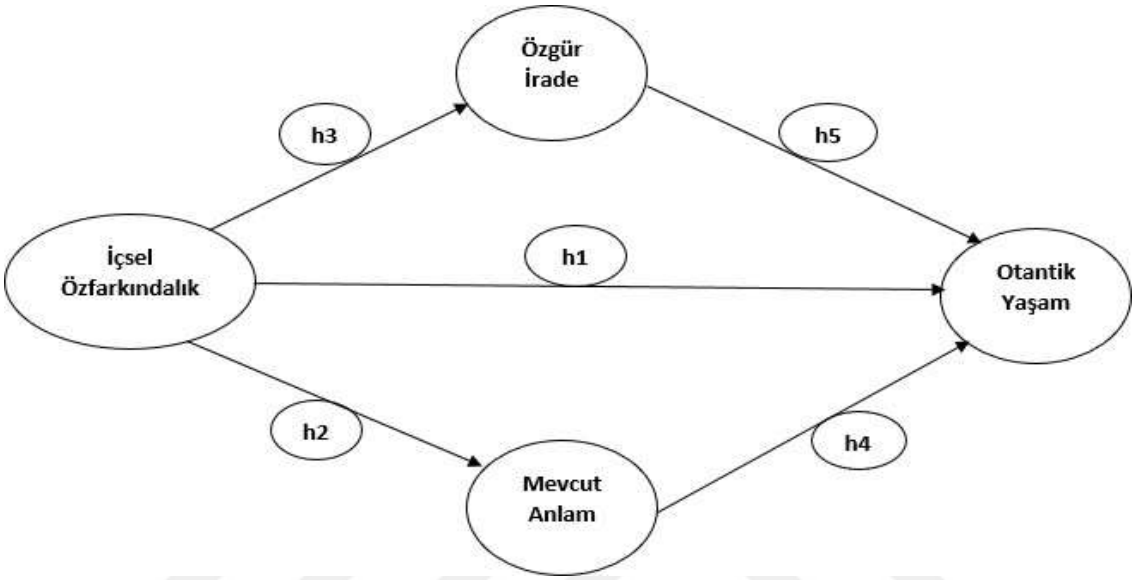
Yapısal modelde aracılık etkisinin var olabilmesi için önerilen dördüncü koşul, aracı değişkenin anlamlı dolaylı etkisi nedeniyle, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki anlamlı etkisinin yok olması (tam aracılık) veya azalmasıdır (kısmi aracılık). Yapısal modelde gerçekleştirilen "bootstrap" testinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olması, önerilen koşulun doğrulanması anlamını taşımaktadır. Bu nedenle aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması gerekmektedir:

h6: İçsel öz-farkındalık ve otantik yaşam arasındaki ilişkide mevcut anlam değişkeninin aracı rolü vardır.

h7: İçsel öz-farkındalık ve otantik yaşam arasındaki ilişkide özgür irade değişkeninin aracı rolü vardır.

Şekil 4.8'de aracılık rolünün değerlendirilmesi için oluşturulan yapısal model verilmiştir. Tablo 4.7'de doğrudan etkilere ilişkin, tablo 4.8'de ise dolaylı etkilere ilişkin elde edilen değerler gösterilmiştir.

Şekil 4-8. İkinci Yapısal Modelde Aracılık



Şekil 4.9'da gösterilen modelin uyum indeksleri, modelin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstermektedir (*χ2 [181, N=599] =542.50, p<0.01; RMSEA = 0.05; CFI = 0.90; GFI= 0.94; SRMR= 0.05.*).

Tablo 4-7. Doğrudan Etkiler

Doğrudan Etki Yolları	**Standardize Beta Değeri**	**Standart Hata**	**Anlamlılık (p*)**
H4: Mevcut Anlam ▶ Otantik Yaşam	0.52	0.06	0.00
H5: Özgür İrade ▶ Otantik Yaşam	0.16	0.06	0.01
H2: İçsel Öz-farkındalık ▶ Mevcut Anlam	0.53	0.05	0.00
H3: İçsel Öz-farkındalık ▶ Özgür İrade	0.36	0.05	0.01
H1: İçsel Öz-farkındalık ▶ Otantik Yaşam	0.15	0.09	0,00

***Not:** P değeri Bootstrap Two Tailed Significance'yi temsil etmektedir.

Elde edilen veriler doğrultusunda, mevcut anlam değişkenin otantik yaşam değişkeni üzerinde (β= 0.52, sh = 0.06, p < 0.01) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu nedenle h4 hipotezi doğrulanmıştır. Özgür irade değişkenin otantik yaşam değişkeni üzerinde (β= 0.16, sh = 0.06, p <0.05) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır. Bu nedenle h5 hipotezi doğrulanmıştır. İçsel öz-farkındalık değişkenin mevcut anlam değişkeni üzerinde (β= 0.53, sh = 0.05, p <0.01) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu nedenle h2 hipotezi doğrulanmıştır. İçsel öz-farkındalık değişkenin özgür irade değişkeni üzerinde (β= 0.36, sh = 0.05, p <0.05) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu anlaşılmaktadır. Bu nedenle h3 hipotezi doğrulanmıştır. Son olarak içsel öz-farkındalık değişkenin otantik yaşam değişkeni üzerinde (β= 0.15, sh = 0.09, p <0.01) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkiye sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu nedenle h1 hipotezi de doğrulanmıştır.

Tablo 4-8. Dolaylı Etkiler

Dolaylı Etki Yolları	Standardize Beta Değeri	Standart Hata	Anlamlılık (p*)	Sonuç
H6: İÖ → MA → OY	0.278 (%55,7)	0.04	0.01	Kısmi Aracılık
H7: İÖ → Öİ → OY	0.062 (%12,4)	0.02	0.01	Kısmi Aracılık

***Not:** P değeri Bootstrap Two Tailed Significance'yi temsil etmektedir. Parantez içerisindeki yüzdelik oranlar dolaylı etkinin toplam etki içerisindeki oranını temsil etmektedir. Tabloda kullanılan MA: Mevcut Anlam; İÖ: İçsel Öz-farkındalık; Öİ: Özgür İrade ve OY: Otantik Yaşam'ın kısaltmasıdır.

Dolaylı etkilerin analizine göre, mevcut anlam değişkeni, içsel öz-farkındalık ile otantik yaşam arasındaki ilişkide anlamlı bir kısmi aracılık etkisine sahiptir (β= 0.278, sh = 0.04, p <0.05). Bu dolaylı aracılık etkisinin toplam etkinin %55,7'sini oluşturduğu görülmektedir. Böylece h6 hipotezi doğrulanmıştır. Özgür irade değişkeni, içsel öz-farkındalık ile otantik yaşam arasındaki ilişkide de anlamlı bir kısmi aracılık etkisine sahiptir (β= 0.062, sh = 0.02, p <0.05). Bu dolaylı aracılık etkisinin toplam etkinin %12,4'ünü oluşturduğu görülmektedir. Böylece h7 hipotezi doğrulanmıştır. Elde edilen bulgular içsel öz-farkındalık değişkeninin otantik yaşam değişkeni

üzerindeki toplam etkisinin yaklaşık %68'sini, mevcut anlam ve özgür irade aracı değişkenlerinin dolaylı etkisiyle gerçekleştirdiğini göstermektedir.

4.1.7.4. Yapı Modellerinin Çoklu Kareli Korelasyon Katsayılarına İlişkin Bulgular

1.1.1.1.3. Birinci Yapı Modelinin Çoklu Kareli Korelasyon Katsayılarına İlişkin Bulgular

Birinci yapı modelinin açıkladığı varyans miktarı, çoklu kareli korelasyon katsayıları (R2) ile incelenerek Tablo 4-9'da gösterilmiştir. Elde edilen bulgulara göre içsel öz-farkındalık değişkenin yordayıcıları olan özgür irade ve mevcut anlam değişkenleri, bu değişkenin varyansının %33,2'sini açıklamaktadır. Otantik yaşam değişkenin yordayıcıları olan özgür irade, mevcut anlam ve içsel öz-farkındalık değişkenleri, bu değişkenin varyansının %47,4'ünü açıklamaktadır.

Tablo 4-9. Endojen Değişkenlerdeki Varyans (R^2) Oranları

Endojen Değişkenler	***R^2***
İçsel Öz-farkındalık	.33
Otantik Yaşam	.47

1.1.1.1.4. İkinci Yapı Modelinin Çoklu Kareli Korelasyon Katsayılarına İlişkin Bulgular

Birinci yapı modelinin açıkladığı varyans miktarı, çoklu kareli korelasyon katsayıları (R2) ile incelenerek Tablo 4-10'da gösterilmiştir. Elde edilen bulgulara göre içsel öz-farkındalık değişkeni yordadığı özgür irade değişkeninin toplam varyansının %13,6'sını, mevcut anlam değişkeninin ise toplam varyansının %28,1'ini açıklamaktadır. Otantik yaşam değişkenin yordayıcıları olan özgür irade, mevcut anlam ve içsel öz-farkındalık değişkenleri, bu değişkenin varyansının %47,2'sini açıklamaktadır.

Tablo 4-10. Endojen Değişkenlerdeki Varyans (R^2) Oranları

Endojen Değişkenler	***R^2***
Mevcut Anlam	.28
Özgür İrade	.13
Otantik Yaşam	.47

4.2. NİTEL DESENE İLİŞKİN BULGULAR

Altmış görüşmenin tematik analizi sonucunda dört üst tema ve bu temalara ilişkin on iki alt tema bulunmuştur. Tablo 4-11'de verilen üst ve alt temalarla ilgili olarak her bir temaya ilişkin katılımcı alıntılarına yer verilecektir. Katılımcılar görüşme sırasına göre K(n) olarak

adlandırılmıştır. Katılımcıların görüşleri doğrudan aktarım yoluyla paylaşılmış olup görüşlere ilişkin herhangi bir değişiklik ve düzenleme yapılmamıştır.

Tablo 4-11. Üst ve Alt Tema Listesi

Üst Temalar	Alt Temalar
Özgürlük	Öz-bilincin Özgürlük Üzerindeki Etkisi
	Yaşam Anlamının Özgürlük Üzerindeki Etkisi
	Otantikliğin Özgürlük Üzerindeki Etkisi
Öz-bilinç	Özgürlüğün Öz-bilinç Üzerindeki Etkisi
	Yaşam Anlamının Öz-bilinç Üzerindeki Etkisi
	Otantikliğin Öz-bilinç Üzerindeki Etkisi
Yaşam Anlamı	Özgürlüğün Yaşam Anlamı Üzerindeki Etkisi
	Öz-bilincin Yaşam Anlamı Üzerindeki Etkisi
	Otantikliğin Yaşam Anlamı Üzerindeki Etkisi
Otantiklik	Özgürlüğün Otantiklik Üzerindeki Etkisi
	Öz-bilincin Otantiklik Üzerindeki Etkisi
	Yaşam Anlamının Otantiklik Üzerindeki Etkisi

4.2.1. Özgürlük Temasına İlişkin Bulgular

Yapılan nitel analiz sonucunda ilk üst tema "özgürlük" olarak belirlenmiştir. Özgürlük teması genel olarak bireylerin özgür iradesinin ortaya çıkmasında veya engellenmesinde etkili olan

faktörleri tartışmaktadır. Yapılan tematik analizde özgür irade üzerinde üç alt temanın etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu alt temalar öz-bilinç, yaşam anlamı ve otantikliktir.

4.2.1.1. Öz-bilincin Özgürlük Üzerindeki Etkisi

Birinci alt tema öz-bilinçtir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%83,3) özgürlüğün ortaya çıkmasında öz-bilincin vazgeçilmez bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Bunun öncelikli sebebi öz-bilince yönelme hareketinin bireyi etkileyen dışsal faktörlerden uzaklaşma imkânı yaratmasıdır. Birey öz-bilincine yöneldiği zaman çevresindeki insanların ve içinde yaşadığı sosyo-kültürel faktörlerin inanç, değer ve fikirlerinden bağımsız bir şekilde düşünebilme imkânı bulmaktadırlar. Konuyla ilgili olarak 34 yaşındaki erkek katılımcı K42 şunları söylemektedir:

"Her gün birileri sana bir şey diyor. Harbiden diyorum bak sana, eve gidiyorsun karın sana şunu yapmalıyız diyor. Anneni, babanı ziyarete gidiyorsun. Onlar sana şunları yapmalısın diyor. Televizyonu açıyorsun oradakiler sana şunları yapmalısın diyor. Telefondan instagram'a gireyim diyorsun ordakiler de sana şunları yapmalısın diyor. O kadar çok kişi bana ne yapmam gerektiğini söylüyor ki… Acayip geliyor. Bu kadar çok kişi yapmam gerekeni söylerken ben de özgürüm öyle mi? Ben özgür falan değilim. Sadece bazen karıma, bazen anneme bazen de topluma yaranmak için kendimi özgürüm diye kandırıyorum. Gerçek özgürlük için ne yapmalı insan biliyor musun? Tüm bu sesleri susturmalı. Kendini dinlemeli. Kendi içine yönelmeli. Kendisine, "Abicim ben ne yapmalıyım?" diye sormalı. Özgürlük bence budur. İnsanın kendisini dinleyerek ulaştığı "şunu yapmalısın" demektir özgürlük."

Öz-bilince yönelme hareketi bir taraftan bireyin çevresinden bağımsız düşünmeyle özgürlüğüne katkı sunarken diğer taraftan sorumluluğu da yalnızca bireyin kendisinin almasını sağlamaktadır. Sorumluluk özgürlüğün en önemli tamamlayıcılarından biridir. Öz-bilinç bireye gerçekleştirdiği eylemlerin sorumluluğunu alma cesaretini vermektedir. Konuyla ilgili olarak 28 yaşındaki kadın katılımcı K34 şunları söylemektedir:

"Bak bizim bir akraba vardı: Teyzemin kızı. Annesinin istediği bir çocukla evlendi. İşte ne bileyim çocuğun işi varmış, anasını babasını tanıyorlarmış falan. Kıza sorduğumda zorla evlenmediğini ve kendisinin de bu evliliğe razı olduğunu söylemiştir. E insanlık hali karı-koca arasında tartışma olur. Kız ilk tartışma sonrasında annesine gözümün önünde şunu söyledi: "Al işte evlen evlen diye zorladığın çocuğa bak! Keşke seni dinlemeseydim!" Bana sorarsan bu kız bir noktada haklı. İnsanın kendisinin seçmediği bir şeyle ilgili sorumluluk almaması çok da saçma değil. Mademki anne sen benim özgürlüğümü elimden aldın. O zaman şimdi de sorumluluğu ben değil sen alacaksın diyor kız bir bakıma. Oysa kız evlenmeden bir düşünseydi, kendisini dinleseydi, annesi dedi diye değil kendisi dedi diye evlenseydi şimdi suçu annesine değil kendisine atacaktı. Yaptığı seçimin sonuçlarına katlanacaktı. Hayatta böyle işte. Eğer ki ben kendi kendime düşünüp, akledip karar vermiyorsam bir şeylere, kimse kusura bakmasın o şeylerin sorumluluğunu ben alamam. Çünkü onu ben seçmedim."

Bunun dışında öz-bilincin bireylerin farkında olamadıkları seçimleri görmesinde etkili olduğu sonucuna varılmaktadır. 25 yaşındaki erkek katılımcı K1 ve 29 yaşındaki erkek katılımcı K9'a göre insan kendisine yönelerek belirli bir konuyla ilgili derin bir biçimde düşündüğünde önceden fark edemediği seçimler ile ilgili farkındalık geliştirme şansına sahip olmaktadırlar. Katılımcı K9 şunları söylemektedir: *"İnsan diyor ki sanki ben bunu şöyle yapmazsam olmaz. Bunun başka çaresi yok, ille de böyle olacak. Halbuki tek başına sakince düşünen insan her zaman bir alternatifi olacağını fark eder."* Özetle öz-bilinç bireyin kendi seçimlerine erişebilmesi, yapılan seçimlerin sorumluluğunun alınması ve gözden kaçırılan seçimlerin fark edilmesi yoluyla özgürlük üzerinde etki sahibi olmaktadır.

4.2.1.2. Yaşam Anlamının Özgürlük Üzerindeki Etkisi

İkinci alt tema yaşam anlamıdır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%71,8) özgürlüğün ortaya çıkmasında yaşam anlamının önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Bunun en temel sebebi bireyin kendi yaşamı için belirlediği amaçların ve anlamların özgür iradeyi desteklenmesinden kaynaklanmaktadır. Anlamı olmayan bir yaşamda özgür irade ve seçimin önemi giderek azalmaktadır. Konuyla ilgili olarak 38 yaşındaki erkek katılımcı K55 şunları belirtmektedir:

"Neden bu dünyaya geldim bilmiyorum. Burada yaptıklarımızın bir anlamı ve kıymeti var mı onu da bilmiyorum. Böyle olunca da eve gitme ile parka gitme arasında bir fark kalmıyor. İkisi de olur. Aslına bakarsan özgürlüğe de gerek yok. Ne diyorlarsa yapmak lazım bence en azından canımız yanmaz. Dediklerinin tersini yapmak da boş çünkü. Yani fark etmez bence. Anlamı yoksa seçmeye de gerek yok. Rastgele yaşa gitsin."

Yapılan araştırmada elde edilen veriler insanı özgürlüğe iten şeyin yaşamdaki anlamları ve amaçları gerçekleştirme olduğunu göstermektedir. Kişi yaşamdaki amacını bulduğunda yaptığı seçimde bu anlama uygun bir yaşam tarzı seçip seçmeyeceğinin baskısını yaşamaktadır. İşte anlam, özgürlüğün baskısını bu şekilde doğrulamaktadır. Konuyla ilgili olarak 30 yaşındaki kadın katılımcı K49 şunları belirtmektedir:

"Benim görüşüme göre inandığım din, bence beni özgür kılan en önemli şey. Şöyle düşün. İnandığım din bana belirli farzlar söylüyor. Ve bunları yaparsan seni ödüllendireceğim diyor. Böylece ben iki seçenek arasında kalabiliyorum. Bir tarafta arzularımın istedikleri bir tarafta inancımın benden istedikleri. Özgürlük bu iki seçenek olmazsa ortaya çıkmaz ki. O yüzden özgürlük benim inançlı bir insan olmak istememe bağlı. Yani benim için bu böyle. Başkası bunu inanç üzerinden değil de ne bileyim bir amaç üzerinden de yaşayabilir. Ama ne olursa olsun insan bir şey olmak istemeli ki özgürlüğünü kullanabilsin."

Araştırmaya katılan 27 yaşındaki erkek katılımcı K11 ve 35 yaşındaki erkek katılımcı K17'ye göre kişinin bir yaşam anlamına sahip olması onun özgürlüğünü kuvvetlendirmektedir. Dahası onun yaşamındaki seçimlerinin sorumluluğunu almasını sağlamaktadır. K11 şunları söylemektedir:

"İnsan bir şeyin doğru olduğuna gerçekten ama gerçekten inandığında gözü kararır bence. Ona ne kadar kesin inanıyorsan o kadar onun için yaşarsın. Eğer inancın sağlamsa inandığın şeye yanlış yapmamak adına daha doğru ve özgür kararlar verirsin. Diyelim ki doğru olduğuna inandığın şey yüzünden sana bir zarar mı geldi? O zaman bu zarara daha çok katlanırsın. Daha hızlı atlatırsın. Önemli olan bir şeye ne kadar çok inandığın yani."

Özetle yapılan analizde elde edilen bulgulara göre yaşam anlamı bireyin özgürlüğünü var ederek, bireyin özgür seçimlerine destek olarak ve bireyin aldığı kararların sorumluluğunu daha güçlü üstlenmesini sağlayarak özgür irade üzerinde etkili olmaktadır.

4.2.1.3. Otantikliğin Özgürlük Üzerindeki Etkisi

Üçüncü alt tema otantikliktir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%91,6) özgürlüğün ortaya çıkmasında otantikliğin önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Bu durumun en önemli sebebi otantik bireyin yalnızca kendisine benzemesidir. Bir kişinin herkesten bağımsızlaşarak yalnızca kendisine benzemesi demek yaptığı özgür seçimlerin de yalnızca kendisine ait olması anlamına gelmektedir. Böyle bir bireyin her seçiminde özgürlük bulunmaktadır. Konuyla ilgili olarak 33 yaşındaki kadın katılımcı K22 şunları ifade etmektedir:

"Bu insanlar [otantik birey kastedilmektedir.] kim olduklarını sorgulayan insanlar. Hayatın ne olduğunu sorgulayan insanlar. Böyle insanlar mecburen özgür olmak zorundalar. Bir kere arayışa geçtiysen özgürlüğünü ele almışsın demek oluyor bu. Düşünsene yaptığın her davranışta bu doğru mu, neden bunu yapıyorum diye sorduğunu. Böyle bir insanın her davranışı özgür olmak zorunda. Çünkü insanın özünde özgürlük var. Ve insan ne kadar çok kendi özüne dönerse o kadar çok özgür oluyor işte."

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre otantik insan kendi saf ve özgür varoluşuna yönelmiş insandır. Kişi varoluşunu yöneldiğinde ise kaçınılmaz olarak özgürlüğü ve sorumluluğuyla yüzleşmektedir. Otantik insan bu yüzleşmeyi göze aldığından her an özgürlüğünü yeniden var etmektedir. Konuyla ilgili olarak 32 yaşındaki kadın katılımcı K36 şunları söylemektedir:

"*İnsan bir kez kendi içine yöneldiğinde kendi içerisinde gizli çok farklı dünyalarla karşılaşıyor. O karşılaştığın dünya o kadar güzel ki… Bu dünya yalnız sana ait. Ve bu dünya sana gizlice diyor ki istediğin her şeyi ama her şeyi yapmakta özgürsün. İnsana güç veriyor bu dünya, umut veriyor ve en önemlisi heyecan veriyor. Kendi kendine diyorsun ki: Evet aslında fark edebilsem istediğim her şey olabilirim, her şeyi yapabilirim."*

Bunun dışında yapılan görüşmelerde elde edilen bulgularda otantik insanın kendisini yaratma gücüne sahip olması da özgürlüğü temellendirmektedir. 31 yaşındaki kadın katılımcı K6, 34 yaşındaki erkek katılımcı K59 ve 28 yaşındaki erkek katılımcı K44'e göre insan istediği varlığa dönüşebildiğini anladığı zaman özgürlüğünü zorunlu olarak ortaya çıkarmaktadır. K59 şunları belirtmektedir: *"Bence bir kere değişebildiğini fark ettiysen özgürlüğünü de fark ettin demektir."* K44 şunları söylemektedir:

"Bana göre bizi değiştiren özgür seçimlerimizdir. Eğer seçimlerini düzgün yaparsan o zaman kendi doğana uygun bir insan haline gelirsin. Olay hep bu. Kendi doğanı fark et ve ona erişmek için özgürlüğünü kullan."

Özetle otantiklik, bireyi saf varlığındaki özgürlüğüne yönlendirerek, onu yalnızca kendisine benzemeye zorlayarak ve kendini yeni baştan var etme gücünü fark ettirerek özgür irade üzerinde etkili olmaktadır.

4.2.2. Öz-Bilinç Temasına İlişkin Bulgular

Yapılan nitel analiz sonucunda ikinci üst tema "öz-bilinç" olarak belirlenmiştir. Öz-bilinç teması genel olarak, bireylerin kendi varlığındaki derin/mahrem (kişinin kendisi dahi henüz bunların farkında değildir.) duygu, değer, düşünce ve fikirlere yönelme davranışının ortaya çıkmasında etkili olan faktörleri tartışmaktadır. Yapılan tematik analizde öz-bilinç üzerinde üç alt temanın etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu alt temalar özgürlük, yaşam anlamı ve otantikliktir.

4.2.2.1. Özgürlüğün Öz-bilinç Üzerindeki Etkisi

Birinci alt tema özgürlüktür. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların önemli bir bölümü (%46,7) öz-bilincin ortaya çıkmasında özgürlüğün gerekli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Bunun öncelikli sebebi bireyin kendine yönelişinin bir başkaldırı hareketi olması üzerinden şekillenmektedir. Özgürlük öz-bilinci yaratır. Çünkü o, tüm baskılara hayır diyen bir zihinde ortaya çıkmaktadır. Konuyla ilgili olarak 37 yaşındaki erkek katılımcı K21 şunları ifade etmektedir:

"Özgürlük, "hadi lan oradan!" demektir. Ev alman lazım diyenlere, evlenmelisin diyenlere, yani ne biliyim işte sana söylenen her şeye önce bir "hadi oradan!" demektedir. Yani bunlara başkaldıracaksın. Bunu yapan insan ancak kendisi üzerine düşünebilir. Hani var ya tasavvufta kendine doğru yolculuğa çıkmak. Onun gibi işte. Ama yola çıkmak için önce evi barkı toplayıp satman gerek. Yani her şeye başkaldırman gerek bence."

Özgürlük insana hayır deme özelliğini kazandırmak dışında ona başka bir düşünme şeklinin var olduğunu göstererek de öz-bilinci desteklemektedir. Birey dünyaya ilk geldiğinde sürekli olarak

çevresine bakarak öğrenmelerini ve dolayısıyla benliğini var etmektedir. Özgürlük bu yönteme alternatif olarak öz-bilinci fark etmeye yaramaktadır Konuyla ilgili olarak 29 yaşındaki kadın katılımcı K3 şunları ifade etmektedir:

"Üniversitedeyken sosyal öğrenme diye bir kuram anlatmışlardı hatırlıyorum. İçeriği çok aklımda değil ama temel felsefesi oldukça basitti. İnsan etrafındaki davranışları, fikirleri ve değerleri taklit ederek öğrenir. Bu dünyadaki insanların neredeyse tamamı için doğru bence. Mesela aç sosyal medyayı. Tatil yapan insan fotoğraflarıyla dolu. Parası olanlar türlü türlü eşyasıyla hava atıyorlar. Sen bunları gördüğünde direkt diyorsun ki: "Şunlara bak be! Bu hayatı bunlar yaşıyor!" Yani onların yaşam şeklini isteyip doğru diyorsun. İyi de niye? Tatile gitmek neden iyi bir şey? Bunu bilmiyorsun, sadece zorla kendini inandırıyorsun. Tüm bunlar karşısında insan özgürlüğünü kullanarak "Ya bir kere de ben kendim düşüneyim, bakalım aklım ne diyor?" demeli. Yani çevrendekilerden değil de bir kere de kendinden bir şey öğrenmeli."

Son olarak elde edilen bulgularda özgürlüğün öz-bilincine yönelme gücünü arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Birey ne kadar özgürse o kadar çok kendine yönelme becerisine sahip olmaktadır. 25 yaşında erkek katılımcı K39 *"Özgürlüğü hissettiğimde kendi üzerime daha çok düşünmek istiyorum."* demektedir. 34 yaşındaki kadın katılımcı K60 "*Özgür seçimlerde bulundukça kendime ayırdığım zaman daha da fazla hale geliyor. Yaptığım seçimlerim beni içime yönlendiriyor."* ifadelerini kullanmıştır. Özetle özgürlük bireye dış çevreden verilen diktelere karşı çıkarak, ona başka bir düşünme şekli potansiyelini kazandırarak ve onu kendi içsel deneyimlerine yönlendirerek öz-bilinç üzerinde etkili olmaktadır.

4.2.2.2. Yaşam Anlamının Öz-bilinç Üzerindeki Etkisi

İkinci alt tema yaşam anlamıdır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük bir bölümü (%77,4) öz-bilincin ortaya çıkmasında yaşam anlamının gerekli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Bu durumun en önemli nedenlerinden biri yaşam anlamı üzerine gerçekleştirilen düşünümün bireyi öz-bilince yönlendirmesinden kaynaklanmaktadır. Anlamlı bir yaşam üzerine düşünülmüş bir yaşamdır. Birey yaşam anlamına uygun bir hayat tarzı benimseyip benimsemediği üzerine sürekli olarak kendi içerisinde bir düşünüm geliştirmelidir. Konuyla ilgili olarak 36 yaşındaki erkek katılımcı K8 şunları ifade etmektedir:

"Mesela ben diyorum ki:" Ben çok zor koşullarda büyüdüm. Bu nedenle koşulları zor olan çocuklara eğitim bursu vermeliyim." Bu amaç bana kendimi çok iyi hissettiriyor. Hayatımdan keyif almamı sağlıyor. Ama her ay bursu gönderirken sürekli olarak "Yav şu bursa verdiğim parayı biriktirsem yazın rahatlıkla tatil yapardım." gibi düşünceler aklıma geliyor. Böyle olduğu zaman oturup bu bursu neden verdiğimi, neden böyle bir şey yapmak istediğimi hatırlamaya çalışıyorum. Bunu hatırlamaya çalışırken kendimle ilgili birçok farklı düşünce fark ediyorum. Ne acayip çocuğa para gönderip göndermemeyi düşünmek bile beni iyi hissettiriyor."

Yapılan çalışmada gerçekleştirilen analizler güçlü bir yaşam anlamına sahip olmanın bireyin öz-bilincine yönelişini arttırdığını göstermektedir. Yaşam anlamına olan bağlılık ve inanç ne kadar çok artarsa kişi de kendisini o kadar çok öz-bilincinde analiz etmek zorunda kalmaktadır. Konuyla ilgili olarak 32 yaşındaki kadın katılımcı K58 şunları ifade etmektedir:

"Ben bu konuyu çocuğuma bağlılığım üzerinden konuşabilirim. Benim inancıma göre bir çocuğu dünyaya getirdiysen ona bakman gerek. İhtiyaçlarını karşılaman gerek. Nasıl diyim bu benim içim çok açık ve net. Çocuğun için en iyi koşulları sağlaman gerek. Kendini ona feda etmen gerek. Anne olduğumdan beri sürekli kendime "Acaba doğru bir annelik yapıyor muyum?" diye soruyorum. Sürekli iyi bir anne olmak için ne yapmalıyım diye kendi kendime düşünüyorum. Söz konusu çocuğumsa daha hızlı değişmeye çalışıyorum. Kendimi çocuğuma feda ettiğimi anladığımdan beridir bu inancım ile ilgili daha fazla kafa yoruyorum."

Son olarak yaşam anlamı arayışının bir öz-bilince yönelme hareketi olduğu anlaşılmaktadır. Bireyin yaşamdaki anlamlarını araması ve bulmaya çalışması için benimseyebileceği en güvenilir yöntem öz-bilince yönelmedir. 37 yaşındaki erkek katılımcı K21 şunları ifade etmektedir:

""İnsan neden bu dünyaya geldim?" diye soruyorsa kendi üzerine kafa yoruyordur. Bu soruyu ezbere sorabilirsin. Ne bileyim işte ortamlarda bu sorularla hava atabilirsin ben bilgiliyim falan diye. Ben onlardan bahsetmiyorum. Gerçekten içten bu soruyu sormak kendi üzerine düşünmek demek."

Özetle yaşam anlamı, bireyi sürekli anlamlarına uygun yaşayıp yaşamadığını analiz ettirerek, bireyi güçlü bir şekilde kendisine yönlendirerek ve kökensel olarak kendini düşünmeyle aynı anda ortaya çıkarak öz-bilinç üzerinde etki sahibi olmaktadır.

4.2.2.3. Otantikliğin Öz-bilinç Üzerindeki Etkisi

Üçüncü alt tema otantikliktir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%93,8) öz-bilincin ortaya çıkmasında otantikliğin önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Bu durumun en önemli sebebi otantik bireyin yalnızca kendisine benzemesidir. Bireyin kendi saf varoluşuyla yüzleşmesi onun öz-bilincine ayırdığı zamanı arttırmaktadır. Konuyla ilgili olarak 25 yaşındaki erkek katılımcı K39 şunları ifade etmektedir:

"İnsan kendine yöneldiğinde tuhaf bir ruh haline giriyor. Acayip oluyorsun yani. Sanki başka bir dünya gibi. Ama değil de çünkü bu dünyadasın. Böyle kendini daha mutlu ve bütün hissediyorsun. Bir kere böyle hissettiğin zaman ister istemez kendine ayırdığın zaman artıyor. Tekrar o bütünlüğü ve huzuru istiyorsun. Kendinle vakit geçirmek senin sürekli yapmak istediğin bir şey haline gelmeye başlıyor zaman geçtikçe."

29 yaşındaki kadın katılımcı K47 ise şunları belirtmektedir:

"Ben Sartre'nin bahsettiği o yaratıcı hiçlikle yüzleştiğimi düşünüyorum. Bu insana çok acı veren bir şey. Öylece anlamsız ve boş bir hayatta anlam yaratmaya çalışmak. Acı… Böyle göründüğünün farkındayım ama insan bu yüzleşmeyi gerçekleştirdiğinde kendisini sahtelikten kurtarıp daha fazla kendine vakit ayırıyor. Evet madem hayat anlamsız. O halde ben hangi anlamları yaratmalıyım diye soruyor. Bu yüzden kendine daha fazla yöneliyorsun. Yaptığın herhangi bir eylemin sonucu içim kendini daha fazla meşgul ediyorsun."

Birey varoluşuyla yüzleştiğinde anlamsızlık, ölüm, özgürlük ve yalıtım ile karşılaşmaktadır. Bütün bu varoluşsal temalar zorunlu olarak bireyleri öz-bilincine yönlendirmektedir. Bu temaların karşısında ortaya çıkan saf kaygılara karşı bireyler ne tavır alacaklarını belirleyebilmek için kendilerine yönelmeye başlamaktadırlar. 37 yaşındaki kadın katılımcı K13 *"İnsan ölümle nasıl başa çıkar bilemiyorum. Ama bunu öğrenmek için kendisinden başka gidecek yeri yok bundan eminim."* demektedir. 39 yaşındaki kadın katılımcı K29 ise "*Bazen her şeye karar vermek çok zor. Keşke her şey belli olsa da yapsak diyor insan. Ama insan buna mecbur. Kendine yönelip yapabildiği kadarıyla iyi bir karar vermeye mecbur."* ifadelerini kullanmaktadır. Özetle otantiklik bireyi varoluşun temel kaygılarıyla yüzleştirerek onun öz-bilinci üzerinde etki sahibi olmaktadır.

4.2.3. Yaşam Anlamı Temasına İlişkin Bulgular

Yapılan nitel analiz sonucunda üçüncü üst tema "yaşam anlamı" olarak belirlenmiştir. Yaşam anlamı teması genel olarak, bireylerin şahsi yaşamlarında uğruna kendilerini feda edebilecekleri, bağlanabilecekleri ve hayatlarını daha doyumlu hale getiren anlamları aramada ve benimsemede etkili olan faktörleri tartışmaktadır. Yapılan tematik analizde yaşam anlamı üzerinde üç alt temanın etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu alt temalar özgürlük, öz-bilinç ve otantikliktir.

4.2.3.1. Özgürlüğün Yaşam Anlamı Üzerindeki Etkisi

Birinci alt tema özgürlüktür. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%85,7) yaşam anlamının ortaya çıkmasında özgürlüğün önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre özgür olmayan bir bireyin yaşam anlamını aramasında ve benimsemesinde etkin olamadığı sonucu ortaya çıkmaktadır. Konuyla ilgili olarak 28 yaşındaki erkek katılımcı K51 şunları ifade etmektedir:

"Çağımızdaki insanları değerlendirelim istersen. Hiçbirinin bir anlam arayışı gibi derdi tasası yok. Çünkü kabullenmişler. Onlara verilen ve söylenen her şeyi kabullenmişler. Kendilerinden haberleri yok. Kendileri üzerine o kadar az düşünüyorlar ki. Yaptıkları şey toplum onları kabullensin diye kendilerine söyleneni yapmak.

Ancak özgür olan biri anlam arar, düşünür sorar. Niye der nasıl der. Özgür olmayan ise kendisine ait olmayan anlamlara kendilerini uydurmaya çalışır. Oysa bize söylenen anlamları aşmak için bir de yeni anlamlar aramak için özgürlüğe çok fazla ihtiyaç var."

Özgür olmanın yaşam anlamı üzerindeki diğer önemli etkisi benimsenen yaşam anlamına uygun bir davranış kümesini hayata geçirmektir. Kişi kendisine ait bir anlam belirleyebilmektedir. Ancak özgürlük, bu anlama erişilip var edilebilmesi için en gerekli unsurların başında gelmektedir. Konuyla ilgili olarak 26 yaşındaki kadın katılımcı K43 şunları ifade etmektedir:

"Benim deneyimim biraz ilginç geliyor bana. Kendi üzerime düşündüğümde uğruna yaşamak isteyeceğim birden fazla anlam belirleyebiliyorum. Ancak bunları belirlemek bunları hayata geçirmekle aynı şey değil. Sanırım özgürlüğüm körelmiş. Yapamıyorum. Belki de anlamlarıma güvenmiyorumdur bilemiyorum. Emin olduğum tek şey şu: Benimsediğim anlamlarımı özgür seçimlerimle davranışa dökmediğim müddetçe bu arada kalmışlık hissini yaşamaya devam edeceğim."

Son olarak özgürlük bireyin varlığına en uygun anlamların belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Özgür olmayan bir birey kendisine verilen anlamların içine uymaya çalışırken varoluşundan uzaklaşmaktadır. Ancak insanı doyumlu kılan kendisine en uygun olan anlamı bulabilmesidir. Konuyla ilgili olarak 37 yaşındaki erkek katılımcı K46 şunları ifade etmektedir:

"Hayatıma şöyle dönüp baktığımda özgürlüğümü fark etmeden önce bana hiç uygun olmayan saçma sapan seçimlerin içerisine çekildiğimi görüyorum. Diyorum ki bunu nasıl yaptın, sana hiç uygun değil ki bu. Göz göre göre kendine bu işkenceyi neden çektirdin? İnsan özgürce düşünemediği zaman amaçlarını ve potansiyellerini de fark edemiyor demek ki. Özgür olmayan insan anlamını bulamıyor çünkü kapalı gözlerle arayış içine giriyor. Acı ama böyle düşünüyorum."

Özet olarak değerlendirildiğinde özgürlük, bireyin kendisine ait olmayan anlamları aşmasında, kendine ait yeni anlamlar bulmasında ve bu arayışta seçeneklerin açık bir şekilde ortaya konmasında önemli bir rol alarak yaşam anlamı üzerinde etkili olmaktadır.

4.2.3.2. Öz-bilincin Yaşam Anlamı Üzerindeki Etkisi

İkinci alt tema öz-bilinçtir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%92,4) yaşam anlamının ortaya çıkmasında özgürlüğün önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre öz-bilinç bireyin kendisine dikte edilen sahte anlamları aşmasında, yeni anlamlar keşfetmesinde ve benimsenen yaşam anlamlarının hayata geçirilmesinde en önemli varoluşsal yöntemdir. Öz-bilincin bireye küçüklüğünden itibaren

verilen anlamları aşmasıyla ilgili olarak 35 yaşındaki kadın katılımcı K40 şunları belirtmektedir:

"Yani tek çözüm yolunun bu olduğunu düşünüyorum. Annem, babam, arkadaşlarım, televizyonlar ve sosyal medya hep bir ağızdan aynı şeyleri söylediğinde bunlardan nasıl şüphe edebilirsin ki? Hepsi zayıf olmak güzel olmaktır dediği zaman kilo aldığında kendini nasıl güzel hissedebilirsin? Maalesef içinde yaşadığımız sistem çok acımasız. Herkese bir şekilde bir şeyler söyletebilme kudretine sahip. Tüm bunlardan kurtulabilmemizin doğal olarak tek bir çaresi var. Kendini bunlardan soyutlayarak yalnızca kendi içine yönel. 82 milyon kişi de aynı şeyi söylesin fark etmez. İnsan kendine yöneldiğinde tüm bunlardan sıyrılabilme gücüne sahip. Hele bir de deniz manzarası sessizlik ve kahve varsa…"

Öz-bilincin yeni anlamlar keşfetmedeki önemine ilişkin olarak 32 yaşındaki kadın katılımcı K5 şunları söylemektedir:

"İnsan inanacağı yaşam anlamlarını kendi içinde aramalı bir kere. Dışarıdan anlam almak zaten çocukluğumuzdan beridir yaptığımız şey. Bize doyum veriyor mu? Hayır. Bizi uyuşturuyor sadece. Reklamlarda koltuk alan adamlar mutlu oluyor diye bizde koltuk alıp mutlu olmak istiyoruz. Ne yazık. Sonra koltuğu aldığımızda kısa süreli bir uyuşmadan sonra sonuç hüsran. Anlam reklamlarda bulunmaz. Anlam insanın samimiyetle kendisine yönelerek erişebileceği bir şeydir. Bir çaba gerektirir. Zaman ayırmak gerek bu faaliyete. En az yemek yemek kadar önemli bu. Çünkü anlamın yoksa ekmek yemek için nasıl bir amacın olabilir ki?"

Son olarak öz-bilincin benimsenen anlamları hayata geçirmedeki önemine ilişkin olarak 29 yaşındaki erkek katılımcı K56 şunları söylemektedir:

"Kendimi değerlendirmem gerekirse her zaman kendi doğrularımı ve anlamlarımı hayata geçirdiğimi söyleyemem. İnsanız sonuçta hata yapıyoruz. Bu hatanın sebebi unutmamız. Kendimize verdiğimiz sözleri ve inandığımız bütün değerleri unutmamız. İnsan bunları hatırlamak için sürekli olarak kendine yönelmeli. Çünkü insana doğrularını en objektif aktarabilecek kişi yine kendisidir. Doğrularıma uygun davranmama sebebimi kendime yönelerek belirlemeliyim. Bu tespitten sonra bir sonraki seçim aşamasında anlamlarına uygun davranmalıyım. Kısacası insanın anlamlarına uygun yaşamasında en yakın dostu yine kendisi diye düşünüyorum."

Özetle öz-bilinç, sahte anlamları yok etme, yeni anlamlar keşfetme ve var olan anlamları yaşama dönüştürme sürecinde aldığı önemli rollerle birlikte yaşam anlamı üzerinde etki sahibi olmaktadır.

4.2.3.3. Otantikliğin Yaşam Anlamı Üzerindeki Etkisi

Üçüncü alt tema otantikliktir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%85,9) yaşam anlamının ortaya çıkmasında otantikliğin önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre otantiklik bireyi saf varlığındaki anlam yaratma

kabiliyetine yönlendirerek, onu yalnızca kendi anlamlarına benzemeye zorlayarak ve kendi anlamlarını yeni baştan var etme gücünü fark ettirerek yaşam anlamı üzerinde etkili olmaktadır. Otantikliğin bireyi anlam yaratma kabiliyetine yönlendirmesiyle ilgili olarak 36 yaşındaki erkek katılımcı K8 şunları söylemektedir:

"İnsan anlam yaratmak ve onu hayata geçirmek mecburiyetinde. Bu onun doğasında var. Anlam yaratmadan yaşamamız mümkün değil. İnsan bunu kendisine yöneldiğinde fark ediyor. Bu en az ölüm kadar kesin. Kendi içine yönelen her insan tıpkı suratına baktığında gözlerinin kendiliğinden var olduğunu görmesi gibi kendi içinde de anlam ihtiyacını görecektir. Bana göre aksini iddia eden yeterince saf bakamıyordur kendine o kadar diyorum. Bu nedenle gözün görmeyi zorunlu tutması gibi insanın kendisi de anlam yaratmayı zorunlu tutuyor diyebilirim."

Otantikliğin bireyi kendi anlamlarına benzemeye yönlendirmesiyle ilgili olarak 40 yaşındaki erkek katılımcı K20 şunları söylemektedir:

"Benim ilgimi çeken şey bence içten içe çevremizdeki anlamların bize uygun olmayan şeyler olduğunu biliyoruz. Yoksa neden bize yetmiyor ki? Hayır. Varlığımız bizden kendi anlamlarımızı yaratmamızı bekliyor. Biz ancak o zaman doyumlu bir yaşam yaşayabiliyoruz. Ölümüyle, seçimleriyle ve sorumluluğuyla yüzleşmiş her insan, hiç kimseye ait olmayan anlamlar yaratmak zorunda olduğunu bilir. Yalnızca kendisinin yaratacağı anlamlarla gerçekten mutlu olacağını bilir."

Son olarak otantikliğin bireyin kendisini anlamları üzerinden yeniden var etmeye yönlendirmesiyle ilgili olarak 32 yaşındaki kadın katılımcı K33 şunları söylemektedir:

"Anlam net bir şekilde insanı var eden şey. E insanda anlamı varoluşunun doğası gereği yaratabiliyor. O zaman aslında insan kendisinde var olan anlam yaratma özelliğini fark ettiğinde kendini yeni baştan var edebilir. Yeni bir kol yapmaktan veya kısa birinin kendisini uzatmasından bahsetmiyorum. Fiziksel anlamda bir yeniden yaratma değil bu. Ama fikirler ve değerler yeniden yaratılabilir ve değiştirilebilir. İnsan kendisini sorgulamaya başladığında bir de bu özelliğini fark ettiğinde anlamlarını değiştirerek kendisini değiştirebilir."

Özetle otantiklik, bireyi saf varlığındaki anlam yaratma kabiliyetine yönlendirerek, onu yalnızca kendi anlamlarına benzemeye zorlayarak ve kendi anlamlarını yeni baştan var etme gücünü fark ettirerek yaşam anlamı üzerinde etkili olmaktadır.

4.2.4. Otantiklik Temasına İlişkin Bulgular

Yapılan nitel analiz sonucunda dördüncü üst tema "otantiklik" olarak belirlenmiştir. Otantiklik teması genel olarak, bireylerin kendi varlığının derinlerindeki varoluşa yönelerek onunla ilişki kurmasında etkili olan faktörleri tartışmaktadır. Yapılan tematik analizde otantiklik üzerinde üç

alt temanın etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu alt temalar özgürlük, öz-bilinç ve yaşam anlamıdır.

4.2.4.1. Özgürlüğün Otantiklik Üzerindeki Etkisi

Birinci alt tema özgürlüktür. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%88,9) otantikliğin ortaya çıkmasında özgürlüğün önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre özgürlük bireyi içinde yaşadığı sahte dünyadan çekerek, onu varlığının temelindeki varoluşa yönlendirerek ve son olarak bu varlık alanında tutarak otantiklik üzerinde etkili olmaktadır. Özgürlüğün bireyi içinde yaşadığı sahte dünya kurgusundan kurtarmasıyla ilgili olarak 32 yaşındaki kadın katılımcı K37 şunları söylemektedir:

"Özgürlüğün temizleyici bir tarafı var. Mesela bugün ben 3 gün silmeyeyim masamın üzerini hemen toz toplar. Masanın gerçek halini göremeyecek duruma gelirsin o kadar tozlanır yani. Malum her tarafta inşaat tozu. Neyse işte. Sonra ben alıp bir bezle sildiğim zaman o masayı gözüme ilk günkü hali gibi görünür yine. Bence insan da tıpkı masa gibi. Bu acımasız yaşam insanı bencillikle, hırsla, kötü düşünmeyle, kibirle kirletiyor. İnsan öylesine kirleniyor ki saf varlığı görünmez hale geliyor. Özgürlük aynı bir bez gibi insanı temizleyip saf haline yeniden döndürüyor. İnsan özgürlüğünü elde edince kendi temiz haline geri dönebiliyor."

Özgürlüğün bireyi içindeki varoluşuna yönlendirmesiyle ilgili olarak 36 yaşındaki erkek katılımcı K8 şunları söylemektedir:

"Diyelim ki şansın yaver gitti. Bu dünyanın gerçek dediklerinin aptalca şeyler olduğunu fark ettin. Peki şimdi elinde ne kaldı? Bence elimde asıl benliğim kaldı. Bu dünyaya nasıl geldiysem onlar var elimde. Özgürlük bana bunları verdi işte. Aptal dünya bana ölüm yokmuş gibi tüket diyor. Özgürlük, ölüm senin gerçeğin unutma! diyor. Dünya bana para harcarsan mutlu olursun diyor. Özgürlük bana mutluluğunu sen kendi yarattığın seçimlerin ve değerlerinle yaratırsın diyor. Dünya bana otur izle diyor. Özgürlük, "senin varlığın izlemeye uygun değil in sahneye yaşa" diyor."

Özgürlüğün bireyi varoluşsal otantiklikte tutmasıyla ilgili olarak 34 yaşındaki erkek katılımcı K28 şunları söylemektedir:

"Benim görüşüme göre ölümle veya anlamsızlık gerçeğiyle yüzleşmek o kadar kolay değil. O yüzden insan kaçmak istiyor. Kim ölmek ister? Kim anlamsız bir dünyada olmak ister? Bunlar eğer gerçekten fark edebiliyorsan çok zor şeyler. Bu zorluklar seni rahata kaçmaya zorluyor. Ölüm yok, seçim yok, ev al araba al tamam. Ne yalan bir hayat! İnsan yine zor bir seçimle baş başa kalıyor. Ya Nietzsche gibi gerçek olan acıyı yaşamayı seçeceksin ya da benim gibi ev taksiti ödeyeceksin. Gerçeği fark etmek yetmiyor işte. Seçimlerinle gerçekleri yaşamaya cesaret edeceksin. Tıpkı benim yapamadığım gibi."

Araştırmadan elde edilen nitel bulgular analiz edildiğinde özgürlüğün otantiklik üzerindeki etkilerinin oldukça geniş düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Özgürlük, bireyin otantikleşmesi için üstlenmesi gereken bir varoluş temasıdır. Araştırmaya katılan bireylere göre özgürlüğü elde eden bireyler onun aracılığıyla varoluşun zorlu kaygıları ve korkularıyla baş edebilmekte ve otantik varlık düzeyinde kalmayı başarabilmektedir. Özgürlük bu nedenle otantik bireyin var edilmesinde ve hayatta tutulmasında oldukça önemli bir konuma sahiptir.

4.2.4.2. Öz-bilincin Otantiklik Üzerindeki Etkisi

İkinci alt tema öz-bilinçtir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%81,4) otantikliğin ortaya çıkmasında öz-bilincin önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre öz-bilinç bireyin kendisine dikte edilen sahte dünya kurgularını aşmasında, varoluşuyla yüzleşmesinde ve varoluşuna uygun bir yaşam benimsemesinde en önemli varoluşsal yöntemdir. Öz-bilincin bireyi kendisine dikte edilen sahte dünya kurgularını aşmasıyla ilgili olarak 29 yaşındaki kadın katılımcı K45 şunları söylemektedir:

"Görüşme boyunca insanın varlığındaki gerçeklerin derinlerde olduğundan bahsettik değil mi? Kullandığımız kelimeye bak: "Derin". Yani ulaşmak için çabalamamız gerekiyor. Bu çaba da insanın kendi üzerine düşünmesi işte. Kendi üzerine düşünme insanın varlığının derinlerine indiren bir merdiven gibi. Keşke insanın asıl gerçekleri hemen ulaşılabilir olsa. Ama değil. İnsan kendi gerçekleri için kendi üzerine düşüne düşüne o merdivenleri adım adım ine ine gitmesi gerekli. Derinlerde gerçekler var. Toprağın üsütünde yalanlar. Birbirine hava atmalar, tecavüzler, şiddetler, kibirlenmeler. İnsan bunlardan kurtulup derinlere inmeli. Mümkünse en derinlere doğru gitmeli."

Öz-bilincin bireyi varoluşuyla yüzleştirmesiyle ilgili olarak 29 yaşındaki kadın katılımcı K52 şunları söylemektedir:

"Ben şöyle düşünüyorum: Kendine yönelen insan elinde sonunda kendisindeki yüce özellikleri görecek. Bir bakacak ki kendisinde öyle güzel bir fıtrat [yaratılıştan gelen verili özellikler] var ki şaşıracak. İnsan hep nefsine uyduğu zaman hep kötülükle, sinirle ve stresle yaşıyor. Oysa kendini dinleyen insan kendindeki güzellikleri, temizliği ve iyiliği gördüğünde bunlarla yaşayacak. Gören bir göz lazım. Bir akıl gözü lazım. Akıl gözünü açmak için kendine yönelmek lazım. İnsanın tertemiz fıtratı onu huzurlu kılmaya yeter. İnsanın özünü bilmesi onun güzel bir hayat yaşaması için bence gayet yeterli."

Öz-bilincin bireyin varoluşuna uygun bir yaşam tarzı benimsemesine verdiği katkıyla ilgili olarak 29 yaşındaki kadın katılımcı K3 şunları söylemektedir:

"Ağabeyim bir yıl önce vefat etti. Gözümün önünde onu bir bez parçasına sarıp toprağın içerisine koydular. Ağabeyimin ölümünün haberini aldıktan sonraki süreçte ölümün varlığını belki de ilk kez bu kadar net fark ettim.

Bir gün ben de o tahtaların altına bir bez parçasına sarılı halde gömüleceğim dedim kendi kendime. İnsan böyle zor bir durumla karşılaşınca kendi kendine düşünmeye başlıyor. Yarın beni gömecekler, bu kadar basit. O zaman bugün neleri bu kadar ciddiye alıyorum? İlk zamanlar bunu o kadar çok düşünüyordum ki. Doğru mu yaşıyorum diye. Sonra yavaş yavaş kendime sorduğum soruları sormamaya başladım. Hayatın akışına tekrardan kendimi kaptırdım gitti. Ağabeyimin ölümü sonrasında "Çok da ciddiye almamam gerek." dediğim birçok şey için şimdi hayatımı harcıyorum. O yüzden düşünmek lazım. Sürekli kendi üzerine düşünüp kendini hesaba çekmek lazım. Ben böyle düşünüyorum."

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre öz-bilinç, bireyin otantik bir varlık olabilmesi için en temel varoluşsal yöntemdir. Kendine yönelme bu anlamda bireyi gerçeğe yaklaştıran bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Birey öz-bilince yönelerek sahte dünya kurgularından kendisini yalıtmaktadır. Bununla birlikte katılımcılar, öz-bilince yönelme hareketinin bireyin otantik varlığına uygun bir biçimde yaşamasında destekleyici bir role sahip olduğunu belirtmektedirler.

4.2.4.3. Yaşam Anlamının Otantiklik Üzerindeki Etkisi

Üçüncü alt tema yaşam anlamıdır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu (%77,9) otantikliğin ortaya çıkmasında yaşam anlamının önemli bir unsur olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre yaşam anlamı, bireyin otantik varoluşuna sadık kalmasında, varoluşun getirdiği temel kaygılarla yüzleşmesinde ve varoluşuna uygun bir şekilde kendisini yeniden var etmesinde etkilidir. Yaşam anlamının bireyin otantik varoluşuna sadık kalmasına destek olmasıyla ilgili olarak 31 yaşındaki kadın katılımcı K6 şunları söylemektedir:

"Kendi üzerimden düşündüğümde akademik çalışmalar yapmak benim hayatımdaki en önemli anlamlardan bir tanesi. Ben bilimsel bir araştırma yapıp insanlığa katkı sunduğumda kendimi daha anlamlı hissediyorum. Eğer böylesine güçlü bir yaşam amacım olmasaydı herhalde ben de arkadaş ortamı, sosyal medya falan, hayatı bir şekilde geçirmeye çalışırdım. Ama insanın bir anlamı olduğunda daha gerçek yaşıyor bu hayatı. Bunu yine kendimden biliyorum. Her gün bilimsel çalışma yapmıyorum, ben de arkadaşlarla çıkıyorum geziyorum. O anda gülüp eğleniyorum keyifli oluyor. Ama bana sorsan desen ki bu senin gerçekten tatmin ediyor mu? Hayır. Kendin için bir anlam seçtiğinde sanki daha gerçek yaşıyorsun. Bu yüzden de seçtiğin anlamın seni daha gerçek ve doğru bir yaşama götüren bir köprü gibi oluyor. Böylece hep o amaca bağlı kalarak gerçeğe ve doğruya daha bağımlı bir hayat sürüyorsun."

Yaşam anlamının bireyin varoluşunun getirdiği temel kaygılarla yüzleşmesine destek olmasıyla ilgili olarak 35 yaşındaki erkek katılımcı K17 şunları söylemektedir:

"Ölüm kaçınılmaz, özgürlük kaçınılmaz ve tüm bunlara karşı yapayalnızız bu da kaçınılmaz. Burada kritik nokta şu bence: E peki şimdi ne yapacağız? Ben ölümle nasıl başa çıkacağım mesela? Benim hayatımda gördüğüm şey güçlü bir yaşam anlamı. Ama bu anlam ne kadar güçlüyse o kadar başarılı baş ediyorsun ölümle. Ölümden

kaçmaktan bahsetmiyorum. Bahsettiğim yaşam anlamı ölümümü kabullenmemi sağlıyor. Bence dini inanç en güçlü yaşam anlamlarına sahip. Yani öleceğim, bu acayip tırsıtan [korkmanın argo kullanımı] bir şey. Ama inancıma uygun yaşarken ölmek bu korkuyu hafifletiyor. Ya da ne bilim insanlara yararlı olduktan sonra ölmek ile kendini düşünürken ölmek aynı şey değil. Güçlü bir anlam ölüm korkusunu hafifletiyor. Böyle olunca ölümü düşünmekten korkmuyorsun. Ölümü düşünen insan da zaten kötü bir hayat yaşayamıyor işte. Hepsi bağlantılı."

Yaşam anlamının bireyin varoluşuna uygun bir şekilde kendisini yeniden var etmesine destek olmasıyla ilgili olarak 27 yaşındaki kadın katılımcı K14 şunları söylemektedir:

"Ben her ay yardım STK [sivil toplum kuruluşları]'lara maddi yardım ediyorum. Bazen bu STK'ların organizasyonları oluyor. Yardım ettiğin çocukları ve yaşlıları görüyorsun ya o zaman sen de değişiyorsun. Yaptığın yardımlar seni de değiştiriyor. Aslında seni yardım etme fikri değiştiriyor. Sana iyi geliyor. Birilerine yardım ederek kendine yardım ediyorsun. Kendini değiştiriyorsun. O yüzden hayatta bir anlamı ve amacı kabul ettiğinde ve ona uygun yaşadığında sen de daha iyi bir insan haline geliyorsun. O yüzden yaşam anlamı insanı değiştirmede çok güçlü ve önemli diye düşünüyorum."

Yapılan nitel analizde elde edilen bulgulara göre yaşam anlamı bireyin kendi değer ve fikirlerini değiştirmesinde önemli etkilere sahiptir. Bununla birlikte bireyin varoluşsal korkuların üstesinden gelmesinde güçlü bir yaşam anlamının oldukça rahatlatıcı bir yönü bulunmaktadır. Son olarak kişi yaşam anlamı üzerinden otantik bir varoluş düzeyinde kararlı bir biçimde kalabilmektedir. Yaşam anlamı bu kararlı otantik varlığa katkıda bulunmaktadır.

5. TARTIŞMA

Yapılan çalışma, özgür irade, öz-bilinç ve yaşam anlamının otantiklik üzerindeki etkisini araştırmaktadır. Bununla birlikte otantiklik değişkeninin yordayıcıları arasındaki ilişkileri de değerlendirmektedir. Ayrıca mevcut yaşam anlamı ile otantik yaşam arasındaki ilişkide içsel öz-farkındalığın/öz-bilincin aracı rolünü, özgür irade ile otantik yaşam arasındaki ilişkide içsel öz-farkındalığın aracı rolünü, içsel öz-farkındalık ile otantik yaşam arasındaki ilişkide mevcut anlam ve özgür iradenin aracılık rollerini araştırmaktadır. Bu bölümde ise, elde edilen başlıca bulgular alanyazındaki güncel araştırmalar ile kıyaslanarak değerlendirilecek ve bulguların özgün değerleri ele alınacaktır.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı istatistikleri değerlendirildiğinde, özgür irade ve belirlenimcilik ölçeğinde katılımcılar tarafından özgür iradenin diğer alt faktörlere kıyasla çok daha fazla benimsendiği görülmektedir. Ortalama puanlar bakımından katılımcılar belirlenimcilik yerine özgür iradeyi daha fazla ön plana çıkarmışlardır. Araştırmadan elde edilen bu sonuç, Alper ve Sümer (2017), Baer ve arkadaşları (2008), Baumeister ve Brewer (2012), Sarkissian ve arkadaşları (2010), Monroe ve arkadaşları (2017), Monroe ve arkadaşları (2014), Vohs ve Schoole (2008), Baumeister ve arkadaşları (2009), Paulhus ve Carey (2011) ve Clark ve arkadaşları (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmaların sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

Öz-bilinç ölçeğine ilişkin tanımlayıcı istatistikler değerlendirildiği zaman içsel öz-farkındalık alt boyutunun ortalama puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların özellikle içsel öz-farkındalıklarının daha fazla olduklarını belirtmeleri stil bilinçliliği ve sosyal anksiyete gibi alt boyutlara kıyasla öz-bilincine yönelme ihtiyaçlarını ön plana çıkarmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bu bulgu alanyazındaki birçok çalışma ile desteklemektedir. Bu çalışmalara göre psikolojik ruh hali iyi olan bireylerin öz-bilince yönelme davranışı göstermesi beklenmektedir (Anderson vd., 1996; Baumeister ve Tice, 1988; Burnkrant ve Page, 1984; Carver ve Scheier, 1978; Chang, 1998; Creed ve Funder, 1998; Lindwall, 2004; Mittal ve Balasubramanian, 1987; Piliavin ve Charng, 1988). Ancak çok az sayıdaki çalışma içsel öz-farkındalıkta var olan artışı depresyon ve izolasyonla ilişkilendirmiştir (Ingram, 1990). Bunun dışında sosyal anksiyete ve stil bilinçliliği psikopatolojilerle ilişkilendirilmiştir (Anderson vd., 1996; Conway vd., 1993; Conway ve Giannopoulos, 1993; Creed ve Funder, 1998; Lennox vd., 1987; Piliavin ve Charng, 1988; Watson vd., 1996; Watson ve Biderman, 1993) Bu nedenle

yapılan çalışmada elde edilen bu bulgu, alanyazındaki sonuçlarla benzer şekilde bireylerin öz-bilince yönelme tutumunu ortaya koymaktadır (Cheng vd., 2012; Harrington Loffredo, 2010; Luo vd., 2021; Mohiyeddini vd., 2013; Selwyn Grant, 2019; Stein Grant, 2014).

Yaşam anlamı ölçeğine ilişkin tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde mevcut anlam alt boyutu ile aranan anlam alt boyutu arasında belirgin bir farklılık bulunamamıştır. Ancak her iki alt boyut ve ölçeğin genel puanları değerlendirildiğinde, yaşam anlamı ortalama puanlarının iyi ve güçlü düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Alanyazın incelendiğinde iyi ve güçlü bir yaşam anlamının sağlıklı bir psikoloji ile ilişkili olduğu görülmektedir. Aksine yaşam anlamı düzeyi düştüğünde patoloji ortaya çıkmaktadır (Hicks ve King, 2007; Lindeman ve Verkasalo, 1996; Mascaro ve Rosen, 2005; Ryff, 1989; Scannell vd., 2002; Soderstrom ve Wright, 1977; Steger vd., 2006; Steger ve Frazier, 2005; Zika ve Chamberlain, 1992). Yapılan araştırmaya katılan katılımcıların anlam düzeyindeki iyilik ve yükseklik, alanyazındaki diğer çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (DeGagne ve Busseri, 2021; Jiang vd., 2021; Li vd., 2022; Liu vd., 2021; Lybbert vd., 2019; Rush vd., 2022; Schnell ve Krampe, 2020; Sharpley vd., 2021; Smith ve Lapsansky, 2021; Stoddard vd., 2019; Zika ve Chamberlain, 1992).

Otantiklik ölçeğine ilişkin tanımlayıcı istatistiklere göre yapılan araştırmada, otantik yaşam alt faktörünün ortalama puanının dış etkiyi kabullenme ve kendine yabancılaşma alt boyutlarının ortalama puanından çok daha yüksek olduğu görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde otantik yaşam alt boyutunun öz-saygı, olumlu duygu, yaşam doyumu, öznel iyi oluş ve özerklik ile ilişkili olduğu görülmektedir. Kendine yabancılaşma ve dış etkiyi kabullenme faktörlerinden oluşan otantik olmama ise stres, kaygı, fiziksel şikâyet, depresyon, düşük yaşam doyumu ve düşük benlik saygısı ile ilişkilidir (Deci ve Ryan, 2000; Goldman ve Kernis, 2002; Lopez ve Rice, 2006; Neff ve Harter, 2002; Ryan vd., 2005; Theran, 2011; Tolman ve Porche, 2000; Wood vd., 2008). Araştırmadan elde edilen ortalama puanların faktörler üzerindeki dağılımı alanyazında gerçekleştirilen çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (Bailey ve Levy, 2022; Bossom ve Zelenski, 2022; Cheng vd., 2022; Huber vd., 2022; Jacobs ve Barnard, 2022; Klussman vd., 2022; Mink vd., 2022; Morgan ve Fowers, 2022).

5.1. H1: ÖZGÜR İRADE, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

Birinci yapısal model aracılığıyla gerçekleştirilen çoklu ilişkiler değerlendirildiğinde, araştırmanın temel hipotezi olan H1'in doğrulandığı sonucuna varılmaktadır. Buna göre eş

zamanlı olarak özgür irade, mevcut anlam ve içsel öz-farkındalık otantik yaşam üzerinde anlamlı ve uyumlu bir etkiye sahiptir. Aynı doğrulama ikinci yapısal model aracılığıyla da başarılı bir biçimde gerçekleştirilmiştir. Buna göre hem birinci hem de ikinci yapısal model sonucunda açıklanan varyans değerleri incelendiğinde, otantik yaşam faktörünün neredeyse yarısını özgür irade, mevcut anlam ve içsel öz-farkındalık oluşturmaktadır. Bu bulgu nitel çalışma aracılığıyla elde edilen bulgularla paralellik taşımaktadır. Nitel desende elde edilen bulgularda, otantiklik üst temasını oluşturan özgürlük, öz-bilinç ve yaşam anlamı alt temalarının tamamı katılımcıların büyük çoğunluğu tarafından otantikliği açıklamada gerekli görülmüştür. Elde edilen bu bulgu istatistiki olarak sosyal çalışma bilimine, hizmet verdiği bireyin özgür iradesini, yaşam anlamını ve öz-bilincini arttırarak otantikliğini arttırabileceğini göstermektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular bir taraftan bu bulguya ilişkin az sayıdaki bilimsel araştırmalarla tutarlılık gösterirken (Ekşi vd., 2022; Fleeson ve Wilt, 2010; İlhan ve Özdemir, 2013; Wood vd., 2008; Xia vd., 2021) diğer taraftan varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal temellerini de doğrulamaktadır. Varoluşçu felsefede Kierkegaard (2005), Marcel (1995), Heidegger (2017), Sartre (2022), Nietzsche (2011) ve Jaspers (2014) gibi varoluşçu düşünürler otantik/ideal insan tiplerini ortaya koyarken bu varlıkların güçlü bir özgür iradeye, öz-bilince ve yaşam anlamına sahip olduklarını belirtmektedir. Otantik bir varlık eş zamanlı olarak bu özelliklere sahip olan bir bireydir. Özgür iradesiyle kendi değerlerini, fikirlerini ve davranışlarını var eden otantik insan, öz-bilinci ve yaşam anlamı aracılığıyla kendisini sahte dünya kurgularından koruyarak kendi projesini hayata geçirmeye çalışmaktadır. Araştırma sonucunda eş zamanlı olarak otantiklik üzerinde öz-bilincin, özgür iradenin ve yaşam anlamının etkili olması, öncü varoluşçu düşünürlerin ileri sürdüğü temel otantiklik argümanını doğrulamaktadır. Varoluşçu psikoterapide özellikle Yalom (2005), May (2019b), Horney (2013), Maslow (2020), Allport (1967) ve Bugental (1965) gibi öncü psikoterapistler, kişinin aynı anda özgür irade ve sorumluluk sahibi olmasını, öz-bilincine yönelme pratiğinin bulunmasını ve güçlü bir yaşam anlamı ve amacına sahip olmasını otantiklik için gerekli görmüşlerdir. Onlara göre otantik insan, aynı anda tüm bu özellikleri varoluşunda taşıyan varlıktır. Elde edilen bulgular varoluşçu psikoterapide ileri sürülen bu savı doğrulamaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmada Krill (2017), Thompson (1992), Randall (2001), Romanchuk ve Brown (1995), Nilsson (2018), Chigangaidze (2021), Lantz (1998) ve Weiss (1975)'e göre otantik birey, aynı zamanda özgür, kendilik bilinci olan ve güçlü yaşam anlamları bulunan bir kişidir. Bu değişkenler otantik bireyin temel özelliklerini oluşturmaktadır. Öncü varoluşçu sosyal çalışmacılar tarafından ileri sürülen bu sav, araştırma sonucunda erişilen bu bulguyla

doğrulanmaktadır. Alanyazın incelendiğinde eş zamanlı olarak bu dört faktör arasındaki ilişkilerin değerlendirildiği bir başka nicel çalışmanın bulunmadığı görülmektedir. Bunun dışında bu ilişki ağına karma modelli yöntemle yaklaşan başka bir bilimsel çalışma bulunmamaktadır. Sosyal çalışma bilimi alanyazınında bu dört faktörü eş zamanlı değerlendiren ve bu soruna karma modelli bir yöntemle yaklaşan başka bir çalışma bulunmamaktadır. Gerçekleştirilen nitel çalışmalarda anlam-otantiklik, ölüm otantiklik, anlam ve özgürlük üzerinden otantikliğin değerlendirildiği görülmektedir. Bu çalışmalarda elde edilen bulgular ile araştırmada elde edilen bulguların birbirini desteklediği sonucuna varılmaktadır (Klugman, 1997; Lantz ve Greenlee, 1991; Nilsson vd., 1999; Picardie, 1980). Dolayısıyla yapılan araştırma sonucunda ortaya konan bu temel bulgu, sosyal çalışma literatüründe önemli boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerine önemli bir katkıda bulunmaktadır.

Birinci yapısal model sonucunda açıklanan varyans değerleri incelendiğinde, içsel öz-farkındalık faktörünün üçte birini özgür irade ve mevcut anlamın oluşturduğu sonucuna varılmaktadır. İkinci yapısal model sonucunda açıklanan varyans değerleri incelendiğinde, mevcut anlam faktörünün %28'ini, özgür irade faktörünün ise %13'ünü içsel öz-farkındalığın oluşturduğu anlaşılmaktadır. Elde edilen bu veriler otantiklik değişkenin yordayıcıları arasındaki ilişkileri belirginleştirmektedir. Sosyal çalışma bilimi, üzerinde uygulama gerçekleştireceği bu faktörler aracılığıyla bireyin iyilik haline yönelebilmektedir. Sosyal çalışma bilimi alanyazınında bu yordayıcı faktörler arasındaki ilişkileri eş zamanlı olarak değerlendiren ve bu soruna karma modelli bir yöntemle yaklaşan başka bir çalışma bulunmamaktadır. Gerçekleştirilen kısıtlı sayıdaki çalışmaların büyük çoğunluğunun nitel desendeki çalışmalar olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda elde edilen bulgular ile araştırmada elde edilen bulguların birbirini desteklediği sonucuna varılmaktadır (Brown, 1980; Brown ve Romanchuk, 1995; Klugman, 1997; Lantz, 1989; Lantz ve Greenlee, 1991). Yapılan araştırma sonucunda ortaya konan bu temel bulgu, sosyal çalışma literatüründe önemli boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerine önemli bir katkıda bulunmaktadır.

5.2. H2: ÖZGÜR İRADE, ÖZ-BİLİNÇ ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

Birinci yapısal modelde elde edilen sonuçlarda, özgür iradenin içsel öz-farkındalığı anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre bireyin özgür irade düzeyi arttıkça içsel öz-farkındalık düzeyinde güçlü bir artış meydana gelmektedir. Araştırmanın nitel deseninden elde

edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu güçlü bir şekilde desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan gönüllülerin büyük çoğunluğu, bireyin özgür iradesinin onun öz-bilinç düzeyini arttırdığını belirtmektedir. Nicel ve nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H2'yi doğrulamaktadır. Alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde özgür iradenin öz-bilinci arttırdığı görülmektedir (Bubber ve Gala, 2022; Caruso, 2020; Coseru, 2020; Flock, 2021; Libet, 1999; Meyers, 2020; Repetti, 2010, 2020; Yela vd., 2020). Dolayısıyla araştırmanın sonucunda elde edilen bulgunun güncel çalışmalarda elde edilen bulguyla paralellik gösterdiği görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular bir taraftan bilimsel araştırmalarla tutarlılık gösterirken diğer taraftan varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal temellerini de doğrulamaktadır. Varoluşçu felsefede özellikle Sartre (2022), Nietzsche (2011), Heidegger (2019b), Kierkegaard (1941), Marcel (1962) ve Jaspers (1959), bireyin özgür iradesinin öz-bilincine yönelmesinde vazgeçilmez bir unsur olduğunu belirtilmektedirler. Elde edilen bu bulgu, belirtilen felsefi argümanı doğrulamaktadır. Varoluşçu psikolojide Yalom (2018), May (2020), Perls (1969) ve Kaiser (1955) özgür iradenin bireyin kendi üzerine yönelişinde gerekli olduğunu ileri sürmektedirler. Elde edilen araştırma bulgusu varoluşçu psikoterapide ileri sürülen bu argümanı doğrulamaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmada Krill (2017)'in, Thompson (2008)'un, Brown ve Romanchuk (1995)'un, Randall (2011)'ın, Picardie (1980)'nin, Nilsson (2018)'un, Chigangaidze (2021)'nin ve Lantz (1988, 1989)'ın ileri sürdüğü özgür iradenin bireylerin kendilerine yönelerek sorunlarının azaltılması iddiası, araştırma sonucunda erişilen bu bulguyla açık bir biçimde paralellik göstermektedir. Sosyal çalışma literatürü incelendiğinde nicel desende özgür irade- öz-bilinç ilişkisinin tartışıldığı araştırmaların sayısının oldukça az olduğu anlaşılmaktadır. Nitel desende gerçekleştirilen çalışmalarda elde edilen sonuçlar ise araştırmada ortaya çıkan nicel ve nitel bulguları destekler niteliktedir (Brown ve Romanchuk, 1995; Lantz ve Greenlee, 1991; Picardie, 1980; Randall, 2001). Dolayısıyla yapılan araştırma sonucunda elde edilen bu bulgular, sosyal çalışma literatüründe önemli boşluğu doldurarak çalışmanın özgün değerine önemli bir katkıda bulunmaktadır.

5.3. H3: ÖZ-BİLİNÇ, ÖZGÜR İRADE ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

İkinci yapısal modelde elde edilen sonuçlarda, içsel öz-farkındalığın özgür iradeyi anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre bireyin içsel öz-farkındalığı arttıkça özgür irade düzeyinde güçlü bir artış meydana gelmektedir. Araştırmanın nitel deseninden elde edilen

bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu güçlü bir şekilde desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan gönüllülerin büyük çoğunluğu, bireyin öz-bilincinin onun özgürlük düzeyini arttırdığını belirtmektedir. Nicel ve nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H3'ü doğrulamaktadır. Alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde öz-bilincin özgür iradeyi arttırdığı görülmektedir (Bubber ve Gala, 2022; Caruso, 2020; Coseru, 2020; Flock, 2021; Libet, 1999; Meyers, 2020; Repetti, 2010, 2020; Yela vd., 2020). Dolayısıyla araştırmanın sonucunda elde edilen bulgunun güncel çalışmalarda elde edilen bulgularla paralellik gösterdiği görülmektedir. Yukarıda varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmada özgür irade-öz-bilinç ilişkisine ait argümanların tamamı bu bulgu için de geçerlidir. Ve bu bulgu, yukarıda olduğu gibi ileri sürülen tüm argümanları doğrulamaktadır. Sosyal çalışma literatürü incelendiğinde, nicel desende öz-bilinç- özgür irade ilişkisinin tartışıldığı araştırmaların sayısının oldukça az olduğu anlaşılmaktadır. Nitel desende gerçekleştirilen çalışmalarda elde edilen sonuçlar ise araştırmada ortaya çıkan nicel ve nitel bulguları destekler niteliktedir (Brown ve Romanchuk, 1995; Lantz ve Greenlee, 1991; Picardie, 1980; Randall, 2001). Dolayısıyla yapılan araştırma sonucunda elde edilen bu bulgular, sosyal çalışma literatüründe önemli boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerine önemli bir katkıda bulunmaktadır.

5.4. H4: ÖZGÜR İRADE, OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

Birinci yapısal model üzerinden elde edilen sonuçlara göre, özgür iradenin otantikliği anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre bireyin yaşamındaki özgür irade düzeyi arttıkça otantik yaşam düzeyinde güçlü bir artış meydana gelmektedir. Araştırmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu güçlü bir şekilde desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan gönüllülerin büyük çoğunluğu bireyin özgürlüğünün otantikliği arttırdığını belirtmektedir. Nicel ve nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H4'ü doğrulamaktadır. Hem nicel hem de nitel desenden elde dilen bu bulgu alanyazındaki kısıtlı nicel ve nitel analiz sonuçları ile paralellik taşımaktadır (Bassil-Morozow, 2021; Bonnett ve Cuypers, 2003; Ekşi vd., 2022; Gaddy, 2005; Georganda, 2016; Haji ve Cuypers, 2008; Kane, 2011; Moses, 2000; Yagil ve Medler-Liraz, 2014). Araştırmadan elde edilen bulgular bir taraftan bilimsel araştırmalarla tutarlılık gösterirken diğer taraftan varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal temellerini de doğrulamaktadır. Varoluşçu felsefede özellikle Heidegger (2019a) ve Sartre (2021), özgür iradenin otantikliğin

sağlanmasında en temel unsur olduğunu iler sürmektedir. Onlara göre otantiklik, özgür iradeyle gerçekleştirilen kendini inşa etmeye bağlıdır. Dahası Sartre (2022) özgürlüğü insanın en temel ayırıcı özelliği olarak değerlendirmektedir. Ona göre bireyi diğer kendinde-varlıklardan ayıran ve onu kendi-için varlık düzeyine çıkaran şey özgürlüğüdür. Elde edilen bu bulgu, Heidegger (2019a) ve Sartre (2022) tarafından altı çizilen felsefi argümanı doğrulamaktadır. Varoluşçu psikolojide özellikle Yalom (2018), May (2020) ve Bugental (1964) özgürlük ve sorumluluğun otantikliği oluşturduğunu belirtmektedirler. Elde edilen bulgular varoluşçu psikoterapide ileri sürülen bu savı doğrulamaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmada Krill (1978b), Thompson (1992), Weiss (1975) ve Lantz (1997)'a göre özgür irade arttıkça bireylerin ve bireyler arasındaki ilişkilerin otantikliği artmaktadır. Öncü varoluşçu sosyal çalışmacılar tarafından ileri sürülen bu sav, araştırma sonucunda erişilen bu bulguyla açık bir biçimde paralellik göstermektedir. Konuya ilişkin ulusal ve uluslararası sosyal çalışma literatüründe oldukça kısıtlı bir araştırma kümesi bulunmaktadır. Yapılan alanyazın taramasında özgürlük ile otantiklik arasındaki ilişkinin çoğunlukla nitel desende gerçekleştirildiği, elde edilen verilerin ise araştırmanın nicel ve nitel deseninde elde edilen bulgularla paralellik gösterdiği görülmektedir (Brown ve Romanchuk, 1995; Lantz ve Greenlee, 1991; Picardie, 1980; Randall, 2001). Bu anlamda yapılan araştırma sonucunda hem nitel hem de nicel düzeyde elde edilen bu bulguların, sosyal çalışma literatüründe var olan önemli bir boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerini önemli ölçüde arttırdığı sonucuna ulaşılmaktadır.

5.5. H5: YAŞAM ANLAMI, ÖZ-BİLİNÇ ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

Araştırmanın ölçüm modeli sonrasında gerçekleştirilen birinci yapısal modelde, ilk olarak mevcut anlamın içsel öz-farkındalığı güçlü bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre insanın yaşam düzeyi arttıkça içsel öz-farkındalığı da güçlü bir biçimde artmaktadır. Araştırmanın nitel deseninden elde edilen bulgularda yaşam anlamının bireyin öz-farkındalığını arttırdığı sonucuna varılmıştır. Gerek nicel gerekse nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H5'i doğrulamaktadır. Alanyazındaki bilimsel çalışmalar incelendiğinde, bireyin hayatındaki yaşam anlamının öz-farkındalığı üzerinde güçlü bir etkisinin var olduğu görülmektedir (Borawski, 2021; Borawski vd., 2021, 2022; Briki Dagot, 2022; Brose vd., 2022; Dewitte Dezutter, 2021; Jarukasemthawee Pisitsungkagarn, 2021; Martskvishvili ve Lagidze, 2022; Morales vd., 2020). Bu durum araştırmadan elde edilen sonuçlarla alanyazındaki güncel çalışmaların sonuçları arasındaki benzerliği göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgular bir taraftan bilimsel araştırmalarla tutarlılık gösterirken diğer taraftan varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal temellerini de doğrulamaktadır. Varoluşçu felsefede özellikle Heidegger (2019b), Sartre (2022) ve Jaspers (2014), bireyin benimsediği yaşam anlamının onun kendisini tanımasında ve kendisini değiştirmesinde etkili olduğunu belirtmektedirler. Elde edilen bu bulgu, belirtilen felsefi argümanı doğrulamaktadır. Varoluşçu psikolojide ise özellikle Frankl (2017) tarafından altı çizilen anlam olgusunun bireyin kendisini tanımasında ve böylece psikopatolojilerinin azaltılmasında önemli olduğunu belirtilmektedir. Elde edilen bulgular Frankl (1988)'ın savını doğrulamaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmada Krill (1978b)'in, Thompson (1992)'un ve Lantz (1989)'ın ileri sürdüğü yaşam anlamları üzerinden bireylerin, çiftlerin ve ailelerin kendilerini daha iyi tanıması iddiası, araştırma sonucunda erişilen bu bulguyla açık bir biçimde paralellik göstermektedir. Bireyin yaşam anlamı arayıcılığıyla geliştirdiği öz-bilinci onu depresyon, anksiyete, korku, düşük benlik saygısı, madde bağımlılığı ve şiddet yönelimi gibi faktörlerden korumaktadır. Bu nedende belirtilen dezavantajlı durumları yaşayan bireylerle mesleki çalışma yürüten sosyal çalışma bilimi, hizmet verdiği bireylerin öz-bilincinin arttırılmasında yaşam anlamı faktörünü kullanmaktadırlar. Konuyla ilgili sosyal çalışma bilimi literatüründe kısıtlı bir çalışma sahası olsa da bu çalışmalarda alınan verimli sonuçlar, araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir (Brown, 1980; Brown ve Romanchuk, 1995; Klugman, 1997; Lantz, 1989; Lantz ve Greenlee, 1991). Bu nedenle araştırmadan elde edilen bu bulgu, varoluşçu sosyal çalışma literatüründe oldukça kısıtlı bir şekilde incelenen ve nicel desende oldukça az sayıda çalışma bulunan bu alanda önemli bir boşluğu doldurmaktadır.

5.6. H6: ÖZ-BİLİNÇ, YAŞAM ANLAMI ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

İkinci yapısal model üzerinden yapılan analizlerde, içsel öz-farkındalığın mevcut anlamı güçlü bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre bireyin içsel öz-farkındalığı arttıkça mevcut anlam düzeyinde güçlü bir artış meydana gelmektedir. Araştırmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu güçlü bir şekilde desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan gönüllülerin büyük çoğunluğu, bireyin öz-bilincinin onun yaşam anlamı düzeyini arttırdığını belirtmektedir. Nicel ve nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H6'yı doğrulamaktadır. Alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde ise öz-bilincin yaşam anlamını arttırdığı görülmektedir (Borawski, 2021; Borawski vd., 2021, 2022; Briki Dagot, 2022; Brose vd., 2022; Dewitte Dezutter, 2021; Jarukasemthawee

Pisitsungkagarn, 2021; Martskvishvili ve Lagidze, 2022; Morales vd., 2020). Dolayısıyla araştırmanın sonucunda elde edilen bulgunun güncel çalışmalarda elde edilen bulgularla paralellik gösterdiği görülmektedir. Yukarıda varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmada yaşam anlamı- öz-bilinç ilişkisine ait argümanların tamamı bu bulgu için de geçerlidir. Ve bu bulgu, yukarıda olduğu gibi ileri sürülen tüm argümanları doğrulamaktadır. Sosyal çalışma literatürü incelendiğinde nicel desende öz-bilinç- mevcut anlam ilişkisinin tartışıldığı araştırmaların sayısının oldukça az olduğu anlaşılmaktadır. Nitel desende gerçekleştirilen çalışmalarda elde edilen sonuçlar ise araştırmada ortaya çıkan nicel ve nitel bulguları destekler niteliktedir (Brown, 1980; Brown ve Romanchuk, 1995; Klugman, 1997; Lantz, 1989; Lantz ve Greenlee, 1991). Dolayısıyla yapılan araştırma sonucunda elde edilen bu bulgular, sosyal çalışma literatüründe önemli boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerine önemli bir katkıda bulunmaktadır.

5.7. H7: YAŞAM ANLAMI, OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

Birinci yapısal modelde elde edilen sonuçlarda, mevcut anlamın otantikliği güçlü bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre bireyin yaşamındaki anlam düzeyi arttıkça otantik yaşam düzeyinde güçlü bir artış meydana gelmektedir. Araştırmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu güçlü bir şekilde desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan gönüllülerin büyük çoğunluğu, bireyin yaşam anlamı düzeyinin otantikliği arttırdığını belirtmektedir. Nicel ve nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H7'i doğrulamaktadır. Hem nicel hem de nitel desenden elde dilen bu bulgu alanyazındaki kısıtlı nicel ve nitel analiz sonuçları ile paralellik taşımaktadır (Baumeister, 2019; Christy vd., 2020; De Zoysa vd., 2021; Kelley vd., 2022; Kim vd., 2019; Kipfelsberger vd., 2022; Maffly-Kipp vd., 2020; Moisseron-Baudé vd., 2022; Nicolotti Magrin, 2020; Seto Davis, 2021; Xia vd., 2021). Yapılan çalışmalarda bireyin yaşamındaki anlamın ve doyumun güçlü olmasının onun otantikliğini arttıran bir unsur olduğu belirtilmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular bir taraftan bilimsel araştırmalarla tutarlılık gösterirken diğer taraftan varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal temellerini de doğrulamaktadır. Varoluşçu felsefede otantiklik kelimesini insan varlığı için kullanan Heidegger (2019a), bireyin güçlü yaşam anlamlarının olmasının bireyin otantikliğine mutlak suretle katkı yapacağını ileri sürmektedir. Araştırmada elde edilen bu bulgu, Heidegger (2017)'in felsefi argümanı doğrulamaktadır. Varoluşçu psikolojide başta Frankl (2017) olmak üzere May (2020), Yalom

(2018) ve Bugental (1965), güçlü bir yaşam anlamının otantik bireye erişilmesinde vazgeçilmez bir unsur olduğunu ileri sürmektedirler. Elde edilen bulgular varoluşçu psikoterapide iler sürülen bu savları açık bir biçimde doğrulamaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmada Krill (2017)'in, Thompson (1992)'un ve Lantz (1991)'ın ileri sürdüğü yaşam anlamları üzerinden otantik ilişkiler ve bireyler var etme iddiası, araştırma sonucunda erişilen bu bulguyla doğrulanmaktadır. Konuya ilişkin ulusal ve uluslararası sosyal çalışma literatüründe oldukça kısıtlı bir araştırma kümesi bulunmaktadır (Krill, 2017; Payne, 2014). Yapılan alanyazın taramasında yaşam anlamı ile otantiklik arasındaki ilişkinin çoğunlukla nitel desende gerçekleştirildiği, elde edilen verilerin ise araştırmanın nicel ve nitel deseninde elde edilen bulgularla paralellik gösterdiği görülmektedir (Brown, 1980; Brown ve Romanchuk, 1995; Klugman, 1997; Lantz, 1989; Lantz ve Greenlee, 1991; Picardie, 1980; Randall, 2001). Bu anlamda yapılan araştırma sonucunda hem nitel hem de nicel düzeyde elde edilen bu bulguların, sosyal çalışma literatüründe var olan önemli bir boşluğu doldurarak çalışmanın özgün değerini önemli ölçüde arttırdığı sonucuna ulaşılmaktadır.

5.8. H8: ÖZ-BİLİNÇ, OTANTİKLİK ÜZERİNDE ANLAMLI VE POZİTİF YÖNDE BİR ETKİYE SAHİPTİR.

Birinci yapısal model üzerinden yapılan analizlere göre, içsel öz-farkındalığın otantikliği anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre bireyin içsel öz-farkındalık düzeyi arttıkça otantik yaşam düzeyinde güçlü bir artış meydana gelmektedir. Araştırmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu güçlü bir şekilde desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan gönüllülerin büyük çoğunluğu bireyin öz-farkındalığının otantikliği arttırdığını belirtmektedir. Nicel ve nitel desenden elde edilen veriler, araştırmanın alt hipotezlerinden H8'i doğrulamaktadır. Hem nicel hem de nitel desenden elde dilen bu bulgu alanyazındaki nicel ve nitel desendeki araştırma sonuçları ile paralellik taşımaktadır (Adams, 2006; DiDonato, 2020; Dietl ve Reb, 2021; Dirkx, 2006; Gardner vd., 2005; Sparrowe, 2005; Steffens vd., 2021). Araştırmadan elde edilen bulgular bir taraftan bilimsel araştırmalarla tutarlılık gösterirken diğer taraftan varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal temellerini de doğrulamaktadır. Varoluşçu felsefede Kierkegaard (2005), Marcel (1962) ve Jaspers (1955), öz-bilincin otantikliğin sağlanmasında önemli bir etkiye sahip olduğunu ileri sürmektedir. Onlara göre otantiklik öz-bilince yönelme hareketiyle gerçekleştirilen kendini sorgulama ve farkındalığa bağlıdır. Elde edilen bu bulgu, altı çizilen felsefi argümanı doğrulamaktadır. Varoluşçu psikolojide özellikle Yalom (2005), May (2019a),

Horney (2013a), Maslow (2020) ve Bugental (1964), kişinin öz-bilincine yönelmesinin otantikliği oluşturduğunu belirtmektedirler. Elde edilen bulgular varoluşçu psikoterapide ileri sürülen bu savı doğrulamaktadır. Varoluşçu sosyal çalışmada Krill (1978b) ve Thompson (1992)'a göre öz-bilinç arttıkça bireylerin ve bireyler arasındaki ilişkilerin otantikliği artmaktadır. Öncü varoluşçu sosyal çalışmacılar tarafından ileri sürülen bu sav, araştırma sonucunda erişilen bu bulguyla doğrulanmaktadır. Konuya ilişkin ulusal ve uluslararası sosyal çalışma literatüründe oldukça kısıtlı bir araştırma kümesi bulunmaktadır. Yapılan alanyazın taramasında öz-bilinç ile otantiklik arasındaki ilişkinin çoğunlukla nitel desende gerçekleştirildiği, elde edilen verilerin ise araştırmanın nicel ve nitel deseninde elde edilen bulgularla paralellik gösterdiği görülmektedir (Brown ve Romanchuk, 1995; Klugman, 1997; Randall, 2001). Bu anlamda yapılan araştırma sonucunda hem nitel hem de nicel düzeyde elde edilen bu bulguların, sosyal çalışma literatüründe var olan önemli bir boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerini önemli ölçüde arttırdığı sonucuna ulaşılmaktadır.

5.9. H9 VE H10: ÖZ-BİLİNÇ, YAŞAM ANLAMI VE ÖZGÜR İRADENİN ARACILIK ETKİLERİ

Birinci yapısal model ile ilgili gerçekleştirilen aracılık testleri sonucunda içsel öz-farkındalığın, mevcut anlam-otantik yaşam ile özgür irade – otantik yaşam ilişkilerinde kısmi aracılığa sahip olduğu görülmektedir. Elde edilen bu sonuç H9'u doğrulamaktadır. İkinci yapısal model ile ilgili gerçekleştirilen aracılık testleri sonucunda ise mevcut anlam ve özgür irade faktörlerinin, içsel öz-farkındalık-otantik yaşam ilişkisinde kısmi aracılık etkisine sahip olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonuç ise H10'u doğrulamaktadır Bu sonuçlara göre yaşam anlamını arttırmak otantik yaşamı doğrudan ve dolaylı olarak arttırmaktadır. Böylece yaşam anlamı öncelikle içsel öz-farkındalığı arttırmakta sonrasında bu toplam artış, otantik yaşam değişkeninin değerini arttırmaktadır. Aynı dolaylı etkiler diğer kısmi aracı değişkenler için de geçerlidir. Bu veriler araştırmanın nitel deseninden elde edilen bulguların sonuçlarıyla desteklenmektedir. Alanyazın incelendiğinde benzer bir aracılık testi araştırmasına rastlanamamıştır. Bunun dışında az sayıdaki nitel ve nicel çalışma, bu ilişki kümelerine ayrı ayrı göndermede bulunmaktadır (Brose vd., 2022; Ekşi vd., 2022b; Jacobs ve Barnard, 2022; Jiang vd., 2021; Kipfelsberger vd., 2022). Bu araştırmaların sonuçları da yapılan çalışmada elde edilen sonuçlarla paralellik taşımaktadır. Aracılık testi sonucunda elde edilen bulgular, varoluşçu felsefe, psikoterapi ve sosyal çalışmanın kuramsal argümanları ile örtüşmektedir. Sartre (2018)'a göre özgür irade, öncelikle bireyin öz-farkındalığını arttırmaktadır. Bireyin kendisine ilişkin farkındalığının artması ise

onun otantikliği üzerinde etki sahibi olmaktadır. Yalom (2018), bireyin yaşam anlamının onun öz-bilincine yönelişini arttırarak otantikleştirdiğini ileri sürmektedir. Lantz (1998) ise bireyin kendine yönelmesinin yaşam anlamını yaratarak otantikliği arttırdığını belirtmektedir. Tüm bu kuramsal argümanlar araştırmada elde edilen aracılık testi bulgularıyla paralellik göstermektedir. Dolayısıyla yapılan araştırma sonucunda ortaya konan aracılık etkisi bulguları, sosyal çalışma literatüründe önemli boşluğu doldurarak, çalışmanın özgün değerine önemli bir katkıda bulunmaktadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. SONUÇ

Yapılan çalışma özgür irade, yaşam anlamı ve öz-bilincin otantiklik üzerindeki etkisini karma modelli bir yöntemle araştırmıştır. Bu temel soruyla birlikte otantiklik değişkeninin yordayıcıları arasındaki ilişkilerin de belirlenmesi için nicel desende yapısal eşitlik modellemesi aracılığıyla ölçüm modeli, yapısal model (iki adet yapı modeli test edilmiştir.), aracılık ve çoklu kareli korelasyon katsayıları testleri gerçekleştirilmiştir. Nitel desende ise Braun ve Clarke (2006)'ın tematik analiz yöntemi aracılığıyla üst ve alt temalar belirlenerek analizler gerçekleştirilmiştir.

Nicel desende yapılan ölçüm modeli testlerinde, özgür irade ve belirlenimcilik ölçeğinde özgür irade alt boyutunun; öz-bilinç ölçeğinde içsel öz-farkındalık alt boyutunun, otantiklik ölçeğinde ise otantik yaşam alt boyutunun diğer faktörlerden daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Yaşam anlamı ölçeğinde ise alt boyutlar arasında belirgin bir ortalama puan farklılığına ulaşılamamıştır. Nicel desende gerçekleştirilen yapı model testlerinde hem birinci hem de ikinci yapı modelinde özgür irade, mevcut anlam ve içsel öz-farkındalık değişkenlerinin eş zamanlı olarak otantik yaşam faktörünü anlamlı ve pozitif bir biçimde yordadığı sonucuna varılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda H1, H4, H7 ve H8 kabul edilmiştir. Birinci yapı modelinde eş zamanlı olarak özgür irade ve mevcut anlam değişkenlerinin her birinin içsel öz-farkındalık değişkenini anlamlı ve pozitif bir biçimde yordadığı görülmektedir. Elde edilen bulgular sonucunda H2 ve H5 kabul edilmiştir. İkinci yapı modelinde ise eş zamanlı olarak içsel öz-farkındalık değişkeninin özgür irade ve mevcut anlam değişkenlerinin her birini anlamlı ve pozitif bir biçimde yordadığı sonucuna varılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda H3 ve H6 kabul edilmiştir

Nicel desende gerçekleştirilen aracılık testlerinde, birinci yapı modelinde içsel öz-farkındalık değişkeninin, özgür irade – otantik yaşam ile mevcut anlam- otantik yaşam ilişkilerinde kısmi arabulucuk etkisine sahip olduğu gözlemlenmiştir. Elde edilen bulgular sonucunda H9 kabul edilmiştir. İkinci yapı modelinde ise mevcut anlam ve özgür irade değişkenlerinin her birinin içsel öz-farkındalık-otantik yaşam ilişkisinde kısmi arabulucuk etkisine sahip olduğu sonucuna

varılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda H10 kabul edilmiştir. Nicel desende endojen değişkenlerin çoklu kareli korelasyon katsayı değerleri incelendiğinde, birinci ve ikinci yapı model testinde, özgür irade, içsel öz-farkındalık ve mevcut anlam değişkenlerinin otantik yaşam faktörünün varyansının %47'sini açıkladığı saptanmıştır. Birinci yapı model testinde mevcut anlam ve özgür irade değişkenlerinin, içsel öz-farkındalık faktörünün varyansının %33'ünü açıkladığı sonucuna varılmıştır. İkinci yapı modelinde içsel öz-farkındalık değişkeninin, mevcut anlam faktörünün varyansının %28'ini, özgür irade faktörünün varyansının ise %13'ünü açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu sonuçlar araştırmanın temel hipotezi H1'i doğrular niteliktedir.

Nitel desende gerçekleştirilen tematik analizler sonucunda dört üst on iki alt temaya ulaşılmıştır. Buna göre özgürlük üst temasını, yaşam anlamı-özgürlük ilişkisi, öz-bilinç-özgürlük ilişkisi ve otantiklik-özgürlük ilişkisi alt temaları oluşturmaktadır. Elde edilen nitel bulgular, araştırmanın alt hipotezlerinden H4 ve H2'yi doğrular niteliktedir. Öz-bilinç üst temasını, özgürlük-öz-bilinç ilişkisi, yaşam anlamı- öz-bilinç ilişkisi ve otantiklik- öz-bilinç ilişkisi alt temaları oluşturmaktadır. Elde edilen nitel bulgular, araştırmanın alt hipotezlerinden H2, H8 ve H6'yı destekler niteliktedir. Yaşam anlamı üst temasını, özgürlük-yaşam anlamı ilişkisi, öz-bilinç- yaşam anlamı ilişkisi ve otantiklik- yaşam anlamı ilişkisi alt temaları oluşturmaktadır. Elde edilen nitel bulgular, araştırmanın alt hipotezlerinden H6 ve H7'yi destekler niteliktedir. Son olarak otantiklik üst temasını, özgürlük- otantiklik ilişkisi, öz-bilinç-otantiklik ilişkisi ve yaşam anlamı- otantiklik ilişkisi alt temaları oluşturmaktadır. Elde edilen nitel bulgular, araştırmanın alt hipotezlerinden H1, H4, H8 ve H7'yi doğrular niteliktedir.

Varoluşçuluğun getirdiği kuramsal ve felsefi zorluk bu alanda yapılan bilimsel çalışmaların az sayıda olması sonucunu doğurmuştur. Yapılan çalışma gerek metodolojik kapsamı gerekse veri toplama sürecindeki önlemleri ile birlikte bilimsel alanda bulunan bu geniş boşluğu doldurma noktasında önemli bir adım olarak değerlendirilmektedir. Varoluşçu felsefede, varoluşçu psikoterapide ve varoluşçu sosyal çalışmada oldukça deneyimsel bir biçimde varoluşçu perspektifin verimliliği tespit edilmiştir. Bu bakışın temel temaları arasındaki ilişkinin bilimsel olarak incelenmesi ise, bu perspektifin bilimsel alanyazında yaygınlığını ve kabul edilebilirliğini arttıracaktır. Varoluşçuluk, özellikle bireyin iyilik halini amaç edinmiş bir meslek olarak sosyal çalışma biliminin göz ardı edemeyeceği bir kuramsal alt yapıdır. Yapılan araştırma ulusal ve uluslararası alanyazında çok fazla ihmal edilmiş olan varoluşçuluğun temel temalarını karma modelli bir metodoloji ile inceleyerek önemli bir boşluğu doldurmaktadır.

Araştırmanın temel sorusunun daha önce hiç çalışılmamış olması, alt hipotezlerine ilişkin nicel desendeki araştırmaların oldukça nadir olması ve nitel desendeki araştırmaların da sayısının oldukça kısıtlı olması yapılan çalışmanın özgün değerini arttırmaktadır. Bu nedenle yapılan araştırma gerek metodolojisi gerekse elde ettiği sonuçlar itibariyle Türkiye'deki varoluşçu sosyal çalışma alanında az sayıda bulunan önemli bir bilimsel çalışma konumundadır. Bu araştırmanın varoluşçu sosyal çalışma alanında yapılacak diğer bilimsel çalışmalara rehberlik etmesi beklenmektedir.

6.2. ARAŞTIRMACILAR İÇİN ÖNERİLER

- Yapılan bilimsel çalışma yalnızca Türkiye'deki genç yetişkin bireyleri örneklem olarak kabul etmektedir. Bu nedenle ilerleyen süreçlerde çalışmanın diğer yaşam dönemindeki bireylerle tekrarlanması çok daha bütüncül bir bakış açısını doğuracaktır.

- Sosyal çalışma bilimi içerisinde bulunan her dezavantajlı grubun kendine has yapısı elde edilecek sonuçların farklılaşmasına neden olabilmektedir. Bu nedenle araştırma sonuçlarının yaşam dönemleri tasnifi dışında çeşitli dezavantajlı gruplarla da tekrarlanması daha geniş bir perspektifi doğuracaktır.

- Zaman ve imkân kısıtlılıkları dolayısıyla çalışılmayan ancak varoluşçuluğun temelini oluşturan ölüm ve yalıtım temalarının da ilerleyen süreçlerde varoluşçu sosyal çalışma içerisinde nitel ve nicel desenlerde araştırılması daha doğru, bütünsel ve güvenilir bir bakış için önerilmektedir.

- Varoluşçu sosyal çalışmada bireylerin otantikliğini arttırmada etkili olan faktörlerin araştırılması için farklı nitel ve nicel desenlerin tasarlanıp denenmesi de bütüncül bir bakışın elde edilebilmesi adına ilerleyen çalışmalar önerilmektedir.

- Son olarak ilerleyen çalışmalar için bireyin varoluşu üzerinde etki sahibi olan faktörlerin incelenmesinde deneysel metodolojilerin kullanılması da önerilmektedir.

6.3. UYGULAMACILAR İÇİN ÖNERİLER

- İlk olarak sosyal çalışmacılar hizmet verdiği bireyleri "varoluş" olarak değerlendirmelidir. Bu bireyler, bütün düşünceleri, davranışları, değerleri ve özellikleri bilinen bir varlık değildirler. Bu bakış açısı sosyal çalışmacının hizmet verdiği bireyleri "nesneleştirmesine" neden olmaktadır. Bireyler bozulan birer eşya değildir. Aksine onlar kendi anlamlarını ve amaçlarını arayan, kendilerini keşfetme noktasında desteğe ihtiyaç duyan eşsiz birer varlıktırlar. Sosyal çalışmacılar bozuk bir makineyi direktif vererek düzeltmek yerine eşsiz bir varlığı kendini keşfetme noktasında desteklemelidirler.

- Yapılan araştırmada varoluşçu perspektifte otantikliğin, bir birey için varılabilecek en ideal kişilik özelliği olduğu görülmektedir. Sosyal çalışmacı ilişki kurduğu varoluşları, otantikleştirmek için onları öz-bilincine yönlendirme noktasında destekleyici olmalıdır. Öz-bilinç varoluşa giden en temel yoldur. Otantiklik ve kendini keşfetme ise varoluşla yüzleşmeyi gerektirmektedir.

- Sosyal çalışmacı gerçekleştirdiği mesleki uygulamada hasta-profesyonel ilişkisi yerine ortak-ortak ilişkisini tercih etmelidir. Meslek elemanı, birlikte çalıştığı varoluş için hiçbir şekilde karar alamaz. Çünkü özgür irade ve sorumluluk yalnızca kişiye aittir. Aksi halde sosyal çalışmacı hizmet verdiği bireyi kendi algısına uygun bir nesne haline getirecektir. Sosyal çalışmacıya düşen kendi hayatı ve benliği ile ilgili kararlar alan ve bu kararları hayata geçirme noktasında desteğe ihtiyaç duyan danışanını "ben-ben" ilişkisi aracılığıyla güçlendirmektir. Sosyal çalışmacı bireylerin özgür irade ve sorumluluğundan kaçmaya eğilimli olduğunu bilmelidir. Bu noktada bireye özgürlüğü ve sorumluluğu sıklıkla hatırlatılmalıdır.

- Yapılan araştırmada bir kişiyi otantik hale getiren en önemli etmenlerden birinin yaşam anlamı olduğu sonucuna varılmaktadır. Sosyal çalışmacı, bireyin kendi özgür seçimleri ile kendisini adayabileceği yaşam anlamlarını keşfetmesinde destekleyici olmalıdır. Bu noktada meslek elemanı hizmet verdiği bireyin anlam dünyasını keşfetmeye çalışmalıdır. Bireyin yeni anlamlar yaratmasına engel olan sağlıksız anlamların keşfiyle birlikte sağlıklı yaşam anlamının yaratımına destek olunmalıdır.

- Sosyal çalışmacı, bireyin öz-bilinci aracılığıyla özgür iradesi ve yaşam anlamı ile yüzleşme sürecinin kaygı ve korku dolu olduğunu bilmesi gerekmektedir. Bu noktada kişi sıklıkla onu sahteleştiren modern dünya düzenine ve başkalarına kaçmak isteyecektir. Ancak varoluş olan insan bir devinim halindedir. Sosyal çalışmacı tüm bu devinim sürecinde, hizmet verdiği bireyin kendi özgür iradesi ve yaşam anlamına uygun bir kişisel tarih yaratımında güçlendirici ve destekleyici rolüne devam etmelidir.

- Sosyal çalışmacı, mesleki uygulamayı yalnızca hizmet verdiği bireyi değil kendisini de değiştiren bir kaynak olarak değerlendirmelidir. Mesleki uygulama yalnızca hizmet alan kişiyi öz-bilinci aracılığıyla yaşam anlamlarını ve özgür iradesini sorgulamaya itmemelidir. Aynı zamanda meslek elemanını da tüm bunlarla yüzleştirmelidir. Bu noktada mesleki uygulama sosyal çalışmacıyı da otantikleştiren bir kaynak görevi görmektedir. Aksi durumda bireyle içtenlik, samimiyet, doğallık ve empati gerektiren bir "ben-ben" ilişkisinin kurulması mümkün değildir.

- Sosyal çalışmacı bireylerin yaşadıkları sorunların kökeninde ölüm, özgürlük, anlamsızlık, yalıtım ve öz-bilince yönelmeme gibi temaların bulunduğunu varsaymalıdır. Bu noktada gerçekleştirdiği mesleki müdahalesinde, hizmet verdiği kişiyi güvenli terapi ortamında sıklıkla bu varoluşsal temalarla yüzleştirmelidir. Bu kökensel kaygıların her biriyle ayrı ayrı çalışmak varoluşçu sosyal çalışmacının müdahalesinin temel çerçevesini oluşturması gerekmektedir. Ancak sosyal çalışmacı her bireyin eşsiz bir varoluş olduğunu bilmektedir. Her bireyin anlam dünyası mesleki ilişki yoluyla ayrı ayrı keşfedilmelidir. Bu keşif sonrasında ise bireyin eşsiz durumuna uygun destekleyici ve güçlendirici müdahale planı organize edilmelidir.

- Son olarak sosyal çalışmacılar, varoluşçu sosyal çalışma yaklaşımının temel özelliklerini müdahalelerine aktarabilmek adına sürekli güncel alanyazındaki makale, sempozyum, panel ve eğitimleri takip ederek kendilerini bu alanda geliştirmelidirler. Varoluşçu perspektif bireyden bağımsız düşünülemez. O halde sosyal çalışmacı, öncelikle kendi öz-bilinci aracılığıyla özgür iradesi ve yaşam anlamlarıyla yüzleşmelidir. Önce kendisine sonra hizmet verdiği bireye, içinde yaşadığı tüketim toplumun dayattığı bozulan bir eşya gibi bakmamayı öğrenmelidir.

KAYNAKLAR

Abdel-Khalek, A. M. (1986). Death anxiety in Egyptian samples. *Personality and Individual Differences, 7*(4), 479-483. https://doi.org/10.1016/0191-8869(86)90126-1

Adams, W. W. (2006). Love, Open Awareness, and Authenticity: A Conversation with William Blake and D. W. Winnicott. *Journal of Humanistic Psychology*, *46*(1), 9-35. https://doi.org/10.1177/0022167805281189

Adelbratt, S., ve Strang, P. (2000). Death anxiety in brain tumour patients and their spouses. *Palliative Medicine*, *14*(6), 499-507. https://doi.org/10.1191/026921600701536426

Adewumi, C. I., ve Jemilaiye, R. F. V. (2022). An Evaluatıon of The Prımacy of Freedom, Choıce and Responsıbılıty ın Jean Paul Sartre's Exıstentıalısm And The Moral Implıcatıons. *Sapıentıa Global Journal Of Arts, Humanıtıes And Development Studıes*, *5*(1), Article 1. http://sgojahds.com/index.php/SGOJAHDS/article/view/328

Aho, K. (2014). *Existentialism: An Introduction*. Polity Press.

Akin, A., Abacı, R., ve Öveç, Ü. (2007). The Construct Validity and Reliability of the Turkish Version of Self- Consciousness Scale. *Ankara Universitesi Egitim Bilimleri Fakultesi Dergisi*, *2*(40), 257-276. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000178

Akin, A., ve Taş, İ. (2015). Yaşam Anlamı Ölçeği: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Journal of Turkish Studies, 10*(Volume 10 Issue 3), 27-27. https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7860

Albinsson, L., ve Strang, P. (2003). Existential concerns of families of late-stage dementia patients: Questions of freedom, choices, isolation, death, and meaning. *Journal of palliative medicine, 6*(2), 225-235.

Alderwick, C. (2015). Atemporal essence and existential freedom in Schelling. *British Journal for the History of Philosophy, 23*(1), 115-137.

Allport, G. W. (1967). Gordon W. Allport. İçinde *A history of psychology in autobiography, Vol V.* (ss. 1-25). Appleton-Century-Crofts. https://doi.org/10.1037/11579-001

Alper, S., ve Sümer, N. (2017). Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlaması ve Psikometrik Özellikleri (The Adaptation of Free Will and Determinism Plus (FAD-Plus) Scale into Turkish and Its Psychometric Properties). *Türk Psikoloji Yazıları, 20*, 26-35.

Alquist, J. L., Ainsworth, S. E., ve Baumeister, R. F. (2013). Determined to conform: Disbelief in free will increases conformity. *Journal of Experimental Social Psychology, 49*(1), 80-86. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.08.015

Anderson, E. M., Bohon, L. M., ve Berrigan, L. P. (1996). Factor structure of the private self-consciousness scale. *Journal of Personality Assessment, 66*(1), 144-152.

Arendt, H. (1981). *The Life of the Mind: The Groundbreaking Investigation on How We Think*. HMH.

Ash, C., ve Huebner, E. S. (2001). Environmental events and life satisfaction reports of adolescents: A test of cognitive mediation. *School Psychology International, 22*(3), 320-336.

Baer, J., Kaufman, J. C., ve Baumeister, R. F. (2008). *Are we free? Psychology and free will*. Oxford University Press.

Bailey, E. R., ve Levy, A. (2022). Are You for Real? Perceptions of Authenticity Are Systematically Biased and Not Accurate. *Psychological Science, 33*(5), 798-815. Scopus. https://doi.org/10.1177/09567976211056623

Bakewell, S. (2016). *At the Existentialist Café: Freedom, Being, and Apricot Cocktails*. Other Press.

Baltes, P. B. (1983). Life-Span Developmental Psychology: Observations on History and Theory Revisited. İçinde *Developmental Psychology*. Routledge.

Barnes, R. C. (2000). Viktor Frankl's logotherapy: Spirituality and meaning in the new millennium. *TCA journal, 28*(1), 24-31.

Barrett, W. (2003). *İrrasyonel İnsan* (S. Özer, Çev.). Hece Yayınları.

Barrett-Lennard, G. (1998). *Carl Rogers' Helping System: Journey and Substance*. Sage. https://doi.org/10.4135/9781446217894

Bartlett, J., Kotrlik, J., ve Higgins, C. (2001). Organizational research: Determining appropriate sample size in survey research appropriate sample size in survey research. *Information technology, learning, and performance journal, 19*(1), 43.

Bassil-Morozow, H. (2021). God Is an Algorithm: Free Will, Authenticity and Meaning in Black Mirror. Içinde M. Gibson ve C. Carden (Ed.), *The Moral Uncanny in Black Mirror* (ss. 171-189). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-47495-9_10

Batthyány, A. (2016). *Logotherapy and existential analysis*. Springer.

Batthyany, A., ve Russo-Netzer, P. (2014). *Meaning in positive and existential psychology*. Springer.

Baumeister, R. F. (2019). Stalking the True Self Through the Jungles of Authenticity: Problems, Contradictions, Inconsistencies, Disturbing Findings—and a Possible Way Forward. *Review of General Psychology, 23*(1), 143-154. https://doi.org/10.1177/1089268019829472

Baumeister, R. F., ve Brewer, L. E. (2012). Believing versus disbelieving in free will: Correlates and consequences. *Social and Personality Psychology Compass, 6*(10), 736-745.

Baumeister, R. F., Masicampo, E. J., ve Dewall, C. N. (2009). Prosocial benefits of feeling free: Disbelief in free will increases aggression and reduces helpfulness. *Personality ve Social Psychology Bulletin*, *35*(2), 260-268. https://doi.org/10.1177/0146167208327217

Baumeister, R. F., ve Tice, D. M. (1988). Metatraits. *Journal of personality*, *56*(3), 571-598.

Beierlein, C., Kovaleva, A., Kemper, CJ., ve Rammstedt, B. (2010). Entwicklung einer Standardbatterie zur Erfassung psychologischer Merkmale in sozialwissenschaftlichen Umfragen: Kognitiver Pretest. *GESIS Projektbericht*. https://doi.org/10.17173/PRETEST44

Bennett, D. A. (2001). How can I deal with missing data in my study? *Australian and New Zealand journal of public health*, *25*(5), 464-469.

Benton, J. P., Christopher, A. N., ve Walter, M. I. (2007). Death anxiety as a function of aging anxiety. *Death Studies*, *31*(4), 337-350.

Beshai, J. A., ve Naboulsi, M. A. (2004). Existential perspectives on death anxiety. *Psychological Reports*, *95*(2), 507-513.

Binswanger, L. (1956). Existential Analysis and Psychotherapy. İçinde F. Fromm-Reichmann ve J. L. Moreno, *Progress in psychotherapy*, (ss. xii, 352). Grune ve Stratton.

Birnbaum, F. (1961). Frankl's existential psychology from the viewpoint of Individual Psychology. *Journal of Individual Psychology*, *17*(2), 162.

Blackham, H. J. (2020). *Altı Varoluşçu Düşünür* (E. Uşşaklı, Çev.; 3. baskı). Dost Kitabevi Yayınları.

Bland, A. M. (2022). A 15-Year Progress Report on the Presence of Humanistic/Existential Psychology Principles in Mental Health Outcome Measurement: Thematic Discourse and Summative Content Analyses. *Journal of Humanistic Psychology*, 00221678221077475. https://doi.org/10.1177/00221678221077475

Blazer, J. A. (1973). Relationship between meaning in life and fear of death. *Psychology, 10*(2), 33-34.

Bollnow, O. F. (2004). *Varoluş Felsefesi –Kierkegaard-Hiedegger-Jaspers* (M. Beyaztaş, Çev.). Efkâr Yayınları.

Bonnett, M., ve Cuypers, S. (2003). Autonomy and authenticity in education. *The Blackwell guide to the philosophy of education*, 326-340.

Borawski, D. (2021). Authenticity and rumination mediate the relationship between loneliness and well-being. *Current Psychology, 40*(9), 4663-4672. Scopus. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00412-9

Borawski, D., Nowak, A., ve Zakrzewska, A. (2022). Lonely meaning–seekers: The moderating role of search for meaning in the relationship between loneliness and presence of meaning. *Personality and Individual Differences, 190*. Scopus. https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111550

Borawski, D., Siudak, A., Pawelec, A., Rozpara, B., ve Zawada, M. (2021). The interplay between loneliness, mindfulness, and presence of meaning. Does search for meaning matter? *Personality and Individual Differences, 172*. Scopus. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110580

Bossom, I. R. L., ve Zelenski, J. M. (2022). The impact of trait introversion-extraversion and identity on state authenticity: Debating the benefits of extraversion. *Journal of Research in Personality, 97*. Scopus. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104208

Bradford, K. (1969). *Existentialism and casework.* Exposition Press.

Braun, V., ve Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Briki, W., ve Dagot, L. (2022). Conservatives Are Happier than Liberals: The Mediating Role of Perceived Goal Progress and Flow Experience — a Pilot Study. *Current Psychology*, *41*(3), 1267-1278. Scopus. https://doi.org/10.1007/s12144-020-00652-0

Brose, A., Raedt, R. D., ve Vanderhasselt, M.-A. (2022). Eight items of the ruminative response scale are sufficient to measure weekly within-person variation in rumination. *Current Psychology*, *41*(7), 4210-4218. Scopus. https://doi.org/10.1007/s12144-020-00913-y

Brown, J. A. (1980). Child abuse: An existential process. *Clinical Social Work Journal*, *8*(2), 108-115. https://doi.org/10.1007/BF00761130

Brown, J. A., ve Romanchuk, B. J. (1995). Existential Social Work Practice with the Aged. *Journal of Gerontological Social Work*, *23*(1-2), 49-66. https://doi.org/10.1300/J083V23N01_04

Bubber, S., ve Gala, J. (2022). Linking Indian Yogic Practices and Modern Marriages: Role of Meditation in Marital Wellbeing. *Current Psychology*. https://doi.org/10.1007/s12144-022-02826-4

Buber, M. (2002). *The Martin Buber Reader: Essential Writings*. Springer.

Buber, M. (2003). *Between man and man*. Routledge.

Buber, M. (2010). *I and Thou*. Martino Publishing.

Buber, M., ve Agassi, J. B. E. (1999). *Martin Buber on psychology and psychotherapy: Essays, letters, and dialogue.* Syracuse University Press.

Bugental, J. F. T. (1964). The Third Force in Psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, *4*(1), 19-26. https://doi.org/10.1177/002216786400400102

Bugental, J. F. T. (1965). *The Search for Authenticity: An Existential-analytic Approach to Psychotherapy*. Holt, Rinehart and Winston.

Burch, M. I. (2013). The existential sources of phenomenology: Heidegger on formal indication. *European Journal of Philosophy*, *21*(2), 258-278.

Burnkrant, R. E., ve Page Jr, T. J. (1984). A modification of the Fenigstein, Scheier, and Buss self-consciousness scales. *Journal of personality assessment*, *48*(6), 629-637.

Caruso, G. D. (2020). Buddhism, Free Will, and Punishment: Taking Buddhist Ethics Seriously. *Zygon®*, *55*(2), 474-496. https://doi.org/10.1111/zygo.12599

Carver, C. S., ve Scheier, M. F. (1978). Self-focusing effects of dispositional self-consciousness, mirror presence, and audience presence. *Journal of personality and social psychology*, *36*(3).

Celaleddin, H. (2021). *Jean-Paul Sartre—İnsan Özgürlüğe Mahkumdur*. Destek Yayınları.

Chang, L. (1998). Factor interpretations of the self-consciousness scale. *Personality and Individual Differences*, *24*(5), 635-640.

Cheng, C. M., Govorun, O., ve Chartrand, T. L. (2012). Effect of Self-awareness on Negative Affect Among Individuals with Discrepant Low Self-esteem. *Self and Identity*, *11*(3), 304-316. https://doi.org/10.1080/15298868.2011.567022

Cheng, L., Li, Z., Hao, M., Zhu, X., ve Wang, F. (2022). Objectification limits authenticity: Exploring the relations between objectification, perceived authenticity, and subjective well-being. *British Journal of Social Psychology*, *61*(2), 622-643. Scopus. https://doi.org/10.1111/bjso.12500

Chessick, R. D. (1996). Heidegger's "Authenticity" in the Psychotherapy of Adolescents. *American Journal of Psychotherapy*, *50*(2), 208-216. https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1996.50.2.208

Chestov, L. (1948). *Kierkegaard et la philosophie existentielle*. J. Vrin; L'Édition Originale.

Chigangaidze, R. K. (2021). An exposition of humanistic- existential social work in light of ubuntu philosophy: Towards theorizing ubuntu in social work practice. *Journal of*

Religion ve Spirituality in Social Work: Social Thought, *40*(2), 146-165. https://doi.org/10.1080/15426432.2020.1859431

Christy, A. G., Rivera, G. N., ve Schlegel, R. J. (2020). Chapter 9—Authenticity and the true self in religion and spirituality. Içinde K. E. Vail ve C. Routledge (Ed.), *The Science of Religion, Spirituality, and Existentialism* (ss. 119-139). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-817204-9.00010-X

Clark, C. J., Luguri, J. B., Ditto, P. H., Knobe, J., Shariff, A. F., ve Baumeister, R. F. (2014). Free to punish: A motivated account of free will belief. *Journal of personality and social psychology*, *106*(4), 501.

Colette, J. (2017). *Varoluşçuluk* (I. Ergüden, Çev.; 2. Baskı). Dost Kitabevi Yayınları.

Collins, P. H. (2017). Simone de Beauvoir, Women's oppression and existential freedom. *A companion to Simone de Beauvoir*, 325-338.

Conway, M., ve Giannopoulos, C. (1993). Self-esteem and specificity in self-focused attention. *The Journal of Social Psychology*, *133*(1), 121-123.

Conway, M., Giannopoulos, C., Ciank, P., ve Mendelson, M. (1993). Dysphoria and specificity in self-focused attention. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *19*(3), 265-268.

Cooper, D. (1999). *Existentialism*. Blackwell.

Cooper, R. (2017). Where's the problem? Considering Laing and Esterson's account of schizophrenia, social models of disability, and extended mental disorder. *Theoretical Medicine and Bioethics*, *38*(4), 295-305. https://doi.org/10.1007/s11017-017-9413-0

Coseru, C. (2020). Free Your Mind: Buddhism, Causality, and the Free Will Problem. *Zygon®*, *55*(2), 461-473. https://doi.org/10.1111/zygo.12586

Crandall, J. E., ve Rasmussen, R. D. (1975). Purpose in life as related to specific values. *Journal of Clinical Psychology*, *31*(3), 483-485. https://doi.org/10.1002/1097-4679(197507)31:3<483::AID-JCLP2270310326>3.0.CO;2-C

Creed, A. T., ve Funder, D. C. (1998). The two faces of private self-consciousness: Self report, peer-report, and behavioral correlates. *European Journal of Personality*, *12*(6), 411-431.

Crowell, S. (2001). *Husserl, Heidegger, and the Space of Meaning: Paths Toward Trancendental Phenomenology*. Northwestern University Press.

Crowell, S. (Ed.). (2012). *The Cambridge Companion to Existentialism*. Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CCOL9780521513340

Crowell, S. (2020). Existentialism. İçinde E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2020). Metaphysics Research Lab, Stanford University. https://plato.stanford.edu/archives/sum2020/entries/existentialism/

Crumbaugh, J. C. (1968). Cross-validation of purpose-in-life test based on Frankl's concepts. *Journal of individual psychology*, *24*(1), 74.

Crumbaugh, J. C. (1971). Frankl's logotherapy: A new orientation in counseling. *Journal of Religion and Health*, *10*(4), 373-386.

Çelik, G. (2018). Varoluş Felsefeleri, Varoluşçu Terapi ve Sosyal Hizmet. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *19*(3), 417-439. https://doi.org/10.16953/deusosbil.280561

De Zoysa, P., Kumar, S., Amarasuriya, S. D., ve Mendis, N. S. R. (2021). Being yourself: An assessment of authenticity in undergraduates of a University in Sri Lanka. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, *12*(2), 138-153. https://doi.org/10.1080/21507686.2021.1924810

Dean, R. G., ve Fenby, B. L. (1989). Exploring Epistemologies: Social Work Action as a Reflection of Philosophical Assumptions. *Journal of Social Work Education*, *25*(1), 46-54. https://doi.org/10.1080/10437797.1989.10671269

Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (2000). The" what" and" why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, *11*(4), 227-268.

DeGagne, B., ve Busseri, M. A. (2021). The impact of better- Versus worse-than-average comparisons on beliefs about how life satisfaction is unfolding over time, affect, and motivation. *European Journal of Social Psychology*, *51*(3), 610-626. https://doi.org/10.1002/ejsp.2765

Dewitte, L., ve Dezutter, J. (2021). Meaning Reflectivity in Later Life: The Relationship Between Reflecting on Meaning in Life, Presence and Search for Meaning, and Depressive Symptoms in Older Adults Over the Age of 75. *Frontiers in Psychology*, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.726150

DiDonato, T. E. (2020). Self-authenticity and the Michelangelo Phenomenon. Içinde B. A. Mattingly, K. P. McIntyre, ve Jr. Lewandowski Gary W. (Ed.), *Interpersonal Relationships and the Self-Concept* (ss. 105-123). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-43747-3_7

Dietl, E., ve Reb, J. (2021). A self-regulation model of leader authenticity based on mindful self-regulated attention and political skill. *Human Relations*, *74*(4), 473-501. Scopus. https://doi.org/10.1177/0018726719888260

Dirkx, J. M. (2006). Authenticity and imagination. *New Directions for Adult and Continuing Education*, *2006*(111), 27-39. https://doi.org/10.1002/ace.225

Doerries, L. E. (1970). Purpose in life and social participation. *Journal of Individual Psychology*, *26*(1), 50.

Durant, W. (2005). *On The Meaning of Life*. Promethean Press.

Ekşi, H., Şahin, Y., Akça Koca, D., Eminoğlu, Z., ve Ekşi, F. (2022). A bridge from will to authenticity: The role of meaning. *Current Psychology*. https://doi.org/10.1007/s12144-022-02744-5

Elliott, R. (2022). *Nietzsche's Dawn: Philosophy, Ethics, and the Passion of Knowledge*. Pennsylvania State University Press.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society* (s. 397). W W Norton ve Co.

Erikson, E. H. (1994). *Identity and the Life Cycle*. W. W. Norton ve Company.

Fabry, J. B. (1994). *The pursuit of meaning: Viktor Frankl, logotheraphy, and life*. Institute of Logotherapy Press.

Fenigstein, A., Scheier, M. F., ve Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *43*(4), 522-527. https://doi.org/10.1037/h0076760

Fleeson, W., ve Wilt, J. (2010). The relevance of big five trait content in behavior to subjective authenticity: Do high levels of within-person behavioral variability undermine or enable authenticity achievement? *Journal of Personality*, *78*(4), 1353-1382. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00653.x

Flock, L. (2021). Freedom of the Singing Voice: An Exploration of the Mind-Body Connection, Performance Anxiety and Confidence through Methods of Fitzmaurice Voicework, Organic Intelligence, and Ziva Meditation. *Voice and Speech Review*, *15*(1), 64-75. https://doi.org/10.1080/23268263.2020.1834702

Ford, G. G. (1996). An existential model for promoting life change Confronting the disease concept. *Journal of Substance Abuse Treatment*, *13*(2), 151-158. https://doi.org/10.1016/0740-5472(96)00041-4

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., ve Hyun, H. (2018). *How to Design and Evaluate Research in Education*. McGraw-Hill Education Press.

Frankl, V. (2017). *İnsanın Anlam Arayışı* (Ö. Yılmaz, Çev.), (2. Baskı). Okuyan Us.

Frankl, V. E. (1967). Logotherapy and existentialism. *Psychotherapy: Theory, Research ve Practice*, *4*(3), 138.

Frankl, V. E. (1988). *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy: expanded edition, with a new afterword by the author.* Meridian.

Frankl, V. E. (2010). *The feeling of meaninglessness: A challenge to psychotherapy and philosophy* (s. 234). Marquette University Press.

Fremstedal, R. (2022). *Kierkegaard on Self, Ethics, and Religion: Purity Or Despair*. Cambridge University Press.

Freud, S. (1964). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. Macmillan.

Friedman, B. (1961). Death anxiety and the primal scene. *Psychoanalytic Review*, *48*(4), 108-118.

Friedman, M. S. (2003). *Martin Buber: The life of dialogue*. Routledge.

Fromm, E. (2019). *Freud Düşüncesinin Büyüklüğü ve Sınırları* (A. Arıtan, Çev.). Say Yayınları.

Fromm, E. (2022). *Sevme Sanatı* (I. Gündüz, Çev.). Say Yayınları.

Frosh, S. (2012). *A Brief Introduction to Psychoanalytic Theory*. Bloomsbury Publishing.

Gaddy, C. W. (2005). *Credo: Free Will is a Necessity for Spiritual Authenticity*. Boston University.

Gantt, E. E. (2016). *Review of Meaning in positive and existential psychology.* Springer.

Gantt, E. E., ve Thayne, J. L. (2014). Positive psychology, existential psychology, and the presumption of egoism. İçinde *Meaning in positive and existential psychology* (ss. 185-204). Springer.

Garbe, J. (2022). The Privilege of Risk: A Critique of Nietzsche's Philosophy of Life. *Ipso Facto: The Carleton Journal of Interdisciplinary Humanities, 1,* 61-72.

Gardner, W. L., Avolio, B. J., Luthans, F., May, D. R., ve Walumbwa, F. (2005). "Can you see the real me?" A self-based model of authentic leader and follower development. *The Leadership Quarterly*, *16*(3), 343-372. https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2005.03.003

Garrow, S., ve Walker, J. A. (2001). Existential group therapy and death anxiety. *Adultspan Journal*, *3*(2), 77-87.

Gatch, V. M., ve Temerlin, M. K. (1965). The belief in psychic determinism and the behavior of the psychotherapist. *Review of Existential Psychology and Psychiatry, 5*, 16-33.

Gedo, J. E., ve Goldberg, A. (1976). *Models of the Mind: A Psychoanalytic Theory*. University of Chicago Press.

Georganda, E. (2016). Throwness, freedom and the will for authenticity: An existential/developmental approach to psychotherapy. *Existential Analysis*, *27*(2), 261-276.

Gillis, J. S., ve Jessor, R. (1970). Effects of brief psychotherapy on belief in internal control: An exploratory study. *Psychotherapy: Theory, Research ve Practice*, *7*(3), 135.

Goldman, B. M., ve Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, *5*(6), 18-20.

Gordon, R. D. (2000). Karl Jaspers: Existential philosopher of dialogical communication. *Southern Communication Journal*, *65*(2-3), 105-118. https://doi.org/10.1080/10417940009373161

Gould, R. L. (1972). The Phases of Adult Life: A Study in Developmental Psychology. *American Journal of Psychiatry, 129*(5), 521-531. https://doi.org/10.1176/ajp.129.5.521

Gravetter, F., ve Forzano, L.-A. (2011). *Research Methods for the Behavioral Sciences, International Edition*. Wadsworth Publishing.

Greenberg, J., Koole, S. L., ve Pyszczynski, T. A. (2004). *Handbook of experimental existential psychology*. Guilford Press.

Griffiths, M. (2017). *The Challenge of Existential Social Work Practice*. Unıversty of Tasmania.

Grob, A. (2000). *Perceived control and subjective well-being across nations and across the life-span* (ss. 319-339). MIT Press. http://edoc.unibas.ch/dok/A5255106

Gül, A. (2010). *Benlik Düzenleme Odakları, Otantiklik ve İlişkisel/Özerk Benlik Ketlenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Mersin Üniversitesi.

Haber, R. (2002). Virginia Satir: An Integrated, Humanistic Approach. *Contemporary Family Therapy, 24*(1), 23-34. https://doi.org/10.1023/A:1014317420921

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., ve Anderson, R. E. (2010). Canonical correlation: A supplement to multivariate data analysis. *Multivariate Data Analysis: A Global Perspective, 7th ed.; Pearson Prentice Hall Publishing: Upper Saddle River, NJ, USA*.

Haji, I., ve Cuypers, S. E. (2008). *Moral responsibility, authenticity, and education*. Routledge.

Harlow, L. L., Newcomb, M. D., ve Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of clinical psychology*, *42*(1), 5-21.

Harrington, R., ve Loffredo, D. A. (2010). Insight, Rumination, and Self-Reflection as Predictors of Well-Being. *The Journal of Psychology*, *145*(1), 39-57. https://doi.org/10.1080/00223980.2010.528072

Harrow, M., ve Ferrante, A. (1969). Locus of control in psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *33*(5), 582-589. https://doi.org/10.1037/h0028292

Havighurst, R. J. (1973). CHAPTER 1 - History of Developmental Psychology: Socialization and Personality Development through the Life Span. Içinde P. B. Baltes ve K. W. Schaie (Ed.), *Life-Span Developmental Psychology* (ss. 3-24). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-077150-9.50007-1

Heidegger, M. (2017). *Metafizik Nedir?* (S. K. Yetkin ve M. Ş. İpşiroğlu, Çev.). Kaknüs Yayınları.

Heidegger, M. (2019a). *Nedenin Neliği* (S. Babür, Çev.). Bilgesu Yayıncılık.

Heidegger, M. (2019b). *Varlık ve Zaman* (K. H. Ökten, Çev.; 3. baskı). Alfa Yayınları.

Herakleitos. (2005). *Fragmanlar* (C. Çakmak, Çev.). Kabalcı Yayınevi.

Hicks, J. A., ve King, L. A. (2007). Meaning in life and seeing the big picture: Positive affect and global focus. *Cognition and Emotion*, *21*(7), 1577-1584. https://doi.org/10.1080/02699930701347304

Hoagland, S. L., ve Murphy, J. S. (1999). Existential freedom and political change. *Feminist Interpretations of Jean-Paul Sartre*, 149-174.

Hobbs, N. (1962). Sources of gain in psychotherapy. *American Psychologist*, *17*(11), 741-747. https://doi.org/10.1037/h0040135

Hoeller, K. (1990). An introduction to existential psychology and psychiatry. *Review of Existential Psychology ve Psychiatry*. *& Psychiatry*, Spec Issue , *20*(1-3), 3–19.

Hoeltzel, S. (2022). *Reason and Conversion in Kierkegaard and the German Idealists*. Routledge.

Hoffman, L. (2022). White Privilege, Social Justice, and Existential Psychology. *Journal of Constructivist Psychology*, *0*(0), 1-14. https://doi.org/10.1080/10720537.2022.2068705

Hoffman, L., Yang, M., Kaklauskas, F. J., Chan, A. T.-H., ve Mansilla, M. (2020). *Existential Psychology East-West (Volume 1-Revised and Expanded Edition)*. University Professors Press.

Horney, K. (2013a). *Neurosis and Human Growth: The Struggle Toward Self-Realization*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315010526

Horney, K. (2013b). *The Neurotic Personality Of Our Time*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315010533

Horowitz, L. M. (1979). On the cognitive structure of interpersonal problems treated in psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *47*(1), 5.

Hu, L., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, *6*(1), 1-55.

Huber, C., Germar, M., ve Mojzisch, A. (2022). Authenticity Occurs More Often Than Inauthenticity in Everyday Life: Evidence from Retrospective Reports. *Social Psychology*, *53*(2), 63-72. Scopus. https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000475

Hussain, A. H., ve Tozman, S. (1978). Psychiatry on death row. *The Journal of Clinical Psychiatry*, *39*(3), 183-188.

Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological bulletin*, *107*(2), 156.

İlhan, T., ve Özdemir, Y. (2013). Otantiklik Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, *4*(40), 0. https://doi.org/10.17066/pdrd.15631

Jacobs, R., ve Barnard, A. (2022). Authenticity as Best-Self: The Experiences of Women in Law Enforcement. *Frontiers in Psychology*, *13*. Scopus. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.861942

Jacobsen, B. (2008). *Invitation to existential psychology: A psychology for the unique human being and its applications in therapy*. John Wiley ve Sons.

Jacobson, G. R., Ritter, D. P., ve Mueller, L. (1977). Purpose in life and personal values among adult alcoholics. *Journal of Clinical Psychology*, *33*(S1), 314-316.

Jaffé, A. (1986). *The Myth of Meaning in the Work of C.G. Jung*. Daimon.

Jarukasemthawee, S., ve Pisitsungkagarn, K. (2021). Mindfulness and eudaimonic well-being: The mediating roles of rumination and emotion dysregulation. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, *33*(6), 347-356. Scopus. https://doi.org/10.1515/ijamh-2021-0009

Jaspers, K. (1955). *Reason and existenz*. Noonday Press.

Jaspers, K. (1959). *Truth and Symbol*. Rowman ve Littlefield.

Jaspers, K. (2003). *Way to Wisdom: An Introduction to Philosophy*. Yale University Press.

Jaspers, K. (2014). *Man in the Modern Age (Routledge Revivals)*. Routledge.

Jaspers, K., ve Schilpp, P. A. (1957). *The Philosophy of Karl Jaspers*. Open Court Pub. Co.

Jiang, T., Tian, J., Zhang, Y., Chen, X., ve Luo, Y. (2021). The Temporal Focus of Mind-Wandering and Chinese Adolescents' Well-Being. *Psychological Reports*, 00332941211057141. https://doi.org/10.1177/00332941211057141

Judge, T. A., ve Bono, J. E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits—self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability—with job

satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of applied Psychology*, *86*(1), 80.

Jung, C. G., Read, H., Fordham, M., Adler, G., ve Hull, R. F. C. (1966). *The collected works of C.G. Jung.: C. XVI.* Pantheon, Bollingen Series.

Kaftanski, W. (2022). Imagination, Mental Representation, and Moral Agency: Moral Pointers in Kierkegaard and Ricoeur. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 1-20.

Kaiser, H. (1955). The Problem of Responsibility in Psychotherapy. *Psychiatry*, *18*(3), 205-211. https://doi.org/10.1080/00332747.1955.11023007

Kaiser, H. (1965). *Effective psychotheraphy*. Collier-Macmillian. http://125.18.99.74:8080/jspui/handle/123456789/11789

Kane, R. (2011). *The Oxford handbook of free will*. Oxford University Press.

Kastenbaum, R. (2000). *The Psychology of Death*. Springer Publishing Company.

Kaufmann, W. (1975). *Existentialism from Dostoevsky to Sartre: Basic Writings of Existentialism by Kaufmann, Kierkegaard, Nietzsche, Jaspers, Heidegger, and Others*. Penguin.

Kelley, N. J., Davis, W. E., Dang, J., Liu, L., Wildschut, T., ve Sedikides, C. (2022). Nostalgia confers psychological wellbeing by increasing authenticity. *Journal of Experimental Social Psychology*, *102*, 104379. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2022.104379

Kesebir, P. (2014). A quiet ego quiets death anxiety: Humility as an existential anxiety buffer. *Journal of Personality and Social Psychology*, *106*(4), 610.

Kierkegaard, S. (1941). *Concluding Unscientific Postscript* (D. F. Swenson ve J. Campbell, Çev.). Princeton University Press. https://doi.org/10.2307/j.ctvd58t7q

Kierkegaard, S. (1946). How Johannes Climacus Became an Author. İçinde R. Bretall (Ed.), *A Kierkegaard Anthology*. Princeton University Press.

Kierkegaard, S. (2005). *Felsefe Parçaları ya da Bir Parça Felsefe* (D. Şahiner, Çev.). Türkiye İş Bankası Yayınları.

Kierkegaard, S. (2014). *Korku ve Titreme* (N. Beier, Çev.). Pinhan Yayıncılık.

Kierkegaard, S. (2020). *Ya- Ya Da* (N. Beier, Çev.). Alfa Yayınları.

Kierkegaard, S. (2021). *Ölümcül Hastalık Umutsuzluk* (8. Baskı). Doğu Batı Yayınları.

Kim, J., Chen, K., Davis, W. E., Hicks, J. A., ve Schlegel, R. J. (2019). Approaching the true self: Promotion focus predicts the experience of authenticity. *Journal of Research in Personality*, *78*, 165-176. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.12.001

Kipfelsberger, P., Braun, S., Fladerer, M. P., ve Dragoni, L. (2022). Developing authenticity: A quasi-experimental investigation. *Personality and Individual Differences*, *198*, 111825. https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111825

Kline, R. B. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Guilford Publications.

Klugman, D. (1997). Existentialism and Constructivism: A Bi-Polar Model of Subjectivity. *Clinical Social Work Journal*, *25*(3), 297-313. https://doi.org/10.1023/A:1025734528329

Klussman, K., Nichols, A. L., Curtin, N., Langer, J., ve Orehek, E. (2022). Self-connection and well-being: Development and validation of a self-connection scale. *European Journal of Social Psychology*, *52*(1), 18-45. Scopus. https://doi.org/10.1002/ejsp.2812

Kominkiewicz, F. B. (2006). Heideggerian existentialism and social work practice with death and survivor bereavement. *The Social Science Journal*, *43*(1), 47-54. https://doi.org/10.1016/j.soscij.2005.12.004

Koole, S. L. (2010). Existential psychology. *The Corsini Encyclopedia of Psychology*, 1-2.

Kramer, M., Winget, C., ve Whitman, R. M. (1971). A City Dreams: A Survey Approach to Normative Dream Content. *American Journal of Psychiatry*, *127*(10), 1350-1356. https://doi.org/10.1176/ajp.127.10.1350

Krill, D. (2014). Existential Social Work. *Advances in Social Work, 15*, 117-128. https://doi.org/10.18060/16846

Krill, D. F. (1978a). *Existential social work*. https://doi.org/10.18060/16846

Krill, D. F. (1978b). *Existential Social Work*. Free Press. https://books.google.com.tr/books/about/Existential_Social_Work.html?id=aKO5AAAAIAAJveredir_esc=y

Krill, D. F. (2017). Existential social work. İçinde *Social work treatment: Interlocking theoretical approaches,* (17th ed, ss. 250-281). Routledge.

Krug, O. T., Granger, N., Yalom, I., ve Schneider, K. J. (2019). Case Illustrations of Existential-Humanistic and Existential-Integrative Therapy. *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*, 267-281.

Kupś, T. (2022). Kierkegaard On Descartes: Doubt as a Prefiguration of Existential Despair. *Roczniki Filozoficzne, 70*(2), 23-34.

Kurtulan, M. H., ve Karaırmak, Ö. (2016). Examination of the relationship among death anxiety, spirituality, religious orientation and existential anxiety. *Spiritual Psychology and Counseling*, *1*(2), 176-217.

Langs, R. (2004). Death Anxiety and the Emotion-Processing Mind. *Psychoanalytic Psychology, 21*(1), 31-53. https://doi.org/10.1037/0736-9735.21.1.31

Langs, R., ve Giovacchini, P. L. (2018). *Death anxiety and clinical practice*. Routledge.

Lantz, J. (1988). The Use of Frankl's Concepts in Family Therapy. *Journal of Independent Social Work, 2*(2), 65-80. https://doi.org/10.1300/J283v02n02_07

Lantz, J. (1989). Family logotherapy with an overweight family. *Contemporary Family Therapy*, *11*(4), 287-297. https://doi.org/10.1007/BF00919468

Lantz, J. (1999). Existential Marital Psychotherapy and the Experience of Managed Care. *Journal of Couples Therapy*, *8*(3-4), 109-114. https://doi.org/10.1300/J036v08n03_11

Lantz, J., ve Greenlee, R. (1991). Existential Social Work with Vietnam Veterans. *Journal of Independent Social Work*, *5*(1), 39-52. https://doi.org/10.1300/J283v05n01_04

Lantz, J., ve Kondrat, M. E. (1997). Evaluation Research Problems in Existential Psychotherapy with Couples and Families. *Journal of Family Psychotherapy*, *8*(2), 55-71. https://doi.org/10.1300/J085V08N02_05

Lapointe, F. H. (1973). A Selected Bibliography On the Existential and Phenomenological Psychology of G. Marcel ve Paul Ricoeur. *Journal of Phenomenological Psychology*, *4*(1), 363-373.

Lazarus, H., ve Kostan Jr., J. J. (1969). Psychogenic hyperventilation and death anxiety. *Psychosomatics: Journal of Consultation and Liaison Psychiatry*, *10*(1), 14-22. https://doi.org/10.1016/S0033-3182(69)71786-8

Lee, S. (2022). Facing the Lively Unity of Difference: Heidegger's Thoughts on Nietzsche's Philosophy of Eternal Return and the Self-Overcoming Power of Thinking. *Human Studies*, 1-19.

Lennox, R., Welch, L., Wolfe, R., ve Zimmerman, B. (1987). Assessment of self-consciousness. *Representative Research in Social Psychology*.

Li, H., Luo, J., Zhang, J., Zhang, J., Chen, Z., ve Tan, H. (2022). Study on the Effect of Meaning in Life on the Relapse Tendency of Compulsory Isolation Drug Abstainers. *International Journal of Education and Humanities*, *2*(1), 39-44. https://doi.org/10.54097/ijeh.v2i1.253

Libet, B. W. (1999). Do We Have Free Will? *Journal of Consciousness Studies*, *6*(8-9), 47-57.

Lieberman, M. A., Solow, N., Bond, G. R., ve Reibstein, J. (1979). The Psychotherapeutic Impact of Women's Consciousness-Raisingnn Groups. *Archives of General Psychiatry*, *36*(2), 161-168.

Lindeman, M., ve Verkasalo, M. (1996). Meaning in Life for Finnish Students. *The Journal of Social Psychology*, *136*(5), 647-649. https://doi.org/10.1080/00224545.1996.9714049

Lindwall, M. (2004). Factorial structure and invariance across gender of the Swedish Self-Consciousness Scale. *Journal of Personality Assessment*, *82*(2), 233-240.

Little, T. D., Bovaird, J. A., ve Card, N. A. (2007). *Modeling Contextual Effects in Longitudinal Studies*. Routledge.

Liu, Y., Gul, H., Zhang, J., Raza, J., ve Usman, M. (2021). Abusive Supervision and Suicidal Ideation: The Potential Role of Meaning in Life. *Deviant Behavior*, *42*(12), 1513-1524. https://doi.org/10.1080/01639625.2020.1757195

Lopez, F. G., ve Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(3), 362.

Lowith, K. (1948). Heidegger: Problem and background of existentialism. *Social Research*, 345-369.

Luo, Y., Shi, Z., Zhang, B., Peng, Y., Zhang, A., ve Zeng, Y. (2021). Interpersonal sensitivity and social avoidance and distress in female college students: Mediating role of self-inconsistency and moderating role of self-consciousness. *Journal of Psychology in Africa*, *31*(3), 219-225. https://doi.org/10.1080/14330237.2021.1927342

Lybbert, R., Ryland, S., ve Bean, R. (2019). Existential interventions for adolescent suicidality: Practical interventions to target the root causes of adolescent distress.

Children and Youth Services Review, *100*, 98-104. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.02.028

MacCallum, R. C., Browne, M. W., ve Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological methods*, *1*(2), 130.

Mackey, L. (1969). Philosophy and Poetry in Kierkegaard. *The Review of Metaphysics*, *23*(2), 316-332.

Maddi, S. R. (1967). The existential neurosis. *Journal of Abnormal Psychology*, *72*(4), 311-325. https://doi.org/10.1037/h0020103

Maddi, S. R. (1970). The Search for Meaning. In M. Page. İçinde M. Page (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (s. (137-186)). NE: University of Nebraska Press.

Maffly-Kipp, J., Flanagan, P., Kim, J., Schlegel, R. J., Vess, M., ve Hicks, J. A. (2020). The Role of Perceived Authenticity in Psychological Recovery from Collective Trauma. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *39*(5), 419-448. https://doi.org/10.1521/jscp.2020.39.5.419

Marcel, G. (1949). *Being and Having* (K. Farrer, Çev.). Dacre Press.

Marcel, G. (1962). *Homo Viator: Introduction to a Metaphysic of Hope* (E. Crawford, Çev.). Harper Torchbooks.

Marcel, G. (1963). The Existential Background of Human Dignity. Içinde *The Existential Background of Human Dignity*. Harvard University Press. https://doi.org/10.4159/harvard.9780674865068

Marcel, G. (1995). *The Philosophy of Existentialism* (M. Harari, Çev.). Citadel.

Marcus, P. (2018). *In search of the spiritual: Gabriel Marcel, psychoanalysis and the sacred*. Routledge.

Martskvishvili, K., ve Lagidze, N. (2022). Well-being and Pandemic Lockdown: The Role of Emotional Intelligence, Self-compassion and Rumination. *Psychological Thought*, *15*(1), 105-131. Scopus. https://doi.org/10.37708/psyct.v15i1.623

Mascaro, N., ve Rosen, D. H. (2005). Existential Meaning's Role in the Enhancement of Hope and Prevention of Depressive Symptoms. *Journal of Personality*, *73*(4), 985-1014. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00336.x

Maslow, A. (1970). *Motivation and Personality* (2. baskı). Harper ve Row.

Maslow, A. (2020). *İnsan Olmanın Psikolojisi* (O. Gündüz, Çev.; 10. baskı). Kuraldışı Yayınları.

Matteson, R. (1974). *Purpose ın Lıfe As Related to Involvement ın Organızed Groups and Certaınsocıocultural Varıables.* Northern Illinois University.

Maurer, A. (1964). Adolescent Attitudes toward Death. *The Journal of Genetic Psychology*, *105*(1), 75-90. https://doi.org/10.1080/00221325.1964.10533647

May, R. (1961). *Existential psychology*. Crown Publishing Group/Random House.

May, R. (2019a). *Kendini Arayan İnsan* (K. Işık, Çev.; 3. Baskı). Okuyan Us.

May, R. (2019b). *Yaratma Cesareti* (A. Oysal, Çev.). Metis Yayınları.

May, R. (2020). *Kaygının Anlamı* (A. Babacan, Çev.). Okuyan Us.

May, R., Angel, E., ve Ellenberger, H. F. (1994). *Existence*. Jason Aronson.

Mazer, M. (1960). The Therapeutic Function of the Belief in Will. *Psychiatry*, *23*(1), 45-52. https://doi.org/10.1080/00332747.1960.11023201

Mead, G. H. (1934). *Mind, self ve society from the standpoint of a social behaviorist* (C. W. Morris, Ed.). University of Chicago Press.

Meadows, C. (2022). *Kierkegaard and Socrates*. https://philarchive.org/rec/MEAKAS

Meissner, W. W. (1958). Affective response to psychoanalytic death symbols. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, *56*(3), 295-299. https://doi.org/10.1037/h0049195

Melges, F. T., ve Weisz, A. E. (1971). The personal future and suicidal ideation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, *153*(4), 244-250. https://doi.org/10.1097/00005053-197110000-00003

Meng, J., Gao, C., Tang, C., Wang, H., ve Tao, Z. (2019). Prevalence of hypochondriac symptoms among health science students in China: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, *14*(9), e0222663. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0222663

Merkıt, N. (2020). Spinoza ve Nietzsche'nin Felsefesinde Ölüm Sorunu. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, *30*, 437-450.

Meyer, J. E. (1975). *Death and neurosis. (Trans M. Nunberg)* (ss. xii, 147). International U Press.

Meyers, K. L. (2020). Mental Freedom and Freedom of the Loving Heart: Free Will and Buddhist Meditation. *Zygon®*, *55*(2), 519-539. https://doi.org/10.1111/zygo.12603

Mink, A. J., Maddox, M. M., Pinero, A. J. Z., ve Crockett, E. E. (2022). Gender differences in the physiological effects of emotional regulation. *Journal of Social Psychology*. Scopus. https://doi.org/10.1080/00224545.2022.2064732

Mittal, B., ve Balasubramanian, S. K. (1987). Testing the dimensionality of the self-consciousness scales. *Journal of Personality Assessment*, *51*(1), 53-68.

Mohiyeddini, C., Bauer, S., ve Semple, S. (2013). Public self-consciousness moderates the link between displacement behaviour and experience of stress in women. *Stress*, *16*(4), 384-392. https://doi.org/10.3109/10253890.2012.755171

Moisseron-Baudé, M., Bernaud, J.-L., ve Sovet, L. (2022). Relationships between Sense of Community, Authenticity, and Meaning in Life in Four Social Communities in France. *Sustainability*, *14*(2), 1018. https://doi.org/10.3390/su14021018

Monroe, A. E., Brady, G. L., ve Malle, B. F. (2017). This isn't the free will worth looking for: General free will beliefs do not influence moral judgments, agent-specific choice ascriptions do. *Social Psychological and Personality Science*, *8*(2), 191-199.

Monroe, A. E., Dillon, K. D., ve Malle, B. F. (2014). Bringing free will down to Earth: People's psychological concept of free will and its role in moral judgment. *Consciousness and cognition*, *27*, 100-108.

Montaigne. (2006). *Denemeler –Bütün Denemeler 1* (H. Portakal, Çev.). Cem Yayınevi.

Morales, A., Rodriguez-Menchon, M., Lis, A., Delvecchio, E., Li, J.-B., Orgiles, M., ve Espada, J. P. (2020). Spanish Validation of the Adolescent Self-Consciousness Questionnaire. *Spanish Journal of Psychology*, *23*. Scopus. https://doi.org/10.1017/SJP.2020.17

Morgan, B., ve Fowers, B. (2022). Empathy and authenticity online: The roles of moral identity, moral disengagement, and parenting style. *Journal of Personality*, *90*(2), 183-202. Scopus. https://doi.org/10.1111/jopy.12661

Moses, M. S. (2000). The relationship between self-determination, the social context of choice, and authenticity. *Philosophy of Education Archive,* 294-302.

Mounier, Emmanuel. (2019). *Varoluş Felsefelerine Giriş* (S. R. Kirkoğlu, Çev.; 1. baskı). Fol Kitap.

Neff, K. D., ve Harter, S. (2002). The role of power and authenticity in relationship styles emphasizing autonomy, connectedness, or mutuality among adult couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, *19*(6), 835-857.

Nicolotti, M., ve Magrin, M. E. (2020). Authenticity: Psychological Perspectives and Operationalizations. Içinde F. Maggino (Ed.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (ss. 1-7). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_104669-1

Nietzsche, F. (2005). *Gezgin ve Gölgesi* (M. Tüzel, Çev.). İthaki Yayınları.

Nietzsche, F. (2011). *Böyle Söyledi Zerdüşt* (M. Tüzel, Çev.). Türkiye İş Bankası Yayınları.

Nietzsche, F. (2015). *Yunanlıların Trajik Çağında Felsefe* (G. Aytaç, Çev.). Say Yayınları.

Nietzsche, F. (2017a). *Ecce Homo-Kişi Nasıl Olduğu Kimse Olur* (M. Tüzel, Çev.). Türkiye İş Bankası Yayınları.

Nietzsche, F. (2017b). *Putların Alacakaranlığı* (M. Tüzel, Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Nietzsche, F. (2020). *Ahlakın Soykütüğü Üzerine* (A. İnam, Çev.). Say Yayınları.

Nietzsche, F. (2021). *Şen Bilim: Ana Metin 1* (A. İnam, Çev.). Say Yayınları.

Nilsson, H. (2018). Existential social work and the quest for existential meaning and well-being: A conceptual framework. *Journal of Religion ve Spirituality in Social Work: Social Thought*, *37*(1), 64-76. https://doi.org/10.1080/15426432.2017.1382428

Nilsson, I., Jansson, L., ve Norberg, A. (1999). Crisis Phenomena after Stroke Reflected in an Existential Perspective. *The International Journal of Aging and Human Development*, *49*(4), 259-277. https://doi.org/10.2190/UUAE-TQ52-LUQ3-JVLR

Noyes, R. (1980). Attitude Change Following Near-Death Experiences. *Psychiatry, 43*(3), 234-242. https://doi.org/10.1080/00332747.1980.11024070

Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory*. McGraw-Hill.

Osborne, J. W. (2017). An existential perspective on death anxiety, retirement, and related research problems. *Canadian Journal on Aging/La Revue Canadienne du Vieillissement*, *36*(2), 246-255.

Padelford, B. L. (1974). Relationship between drug involvement and purpose in life. *Journal of Clinical Psychology*, *30*(3), 303-305. https://doi.org/10.1002/1097-4679(197407)30:3<303::AID-JCLP2270300323>3.0.CO;2-2

Parsons, R. J. (1991). The mediator role in social work practice. *Social Work*, *36*(6), 483-487.

Pascal, B. (2019). *Düşünceler* (D. Çetinkasap, Çev.). Türkiye İş Bankası Yayınları.

Paulhus, D. L., ve Carey, J. M. (2011). The FAD–Plus: Measuring lay beliefs regarding free will and related constructs. *Journal of personality assessment*, *93*(1), 96-104.

Payne, M. (2014). *Modern Social Work Theory* (4.). Oxford University Press.

Pearson, P. R., ve Sheffield, B. F. (1975). Purpose in life and social attitudes in psychiatric patients. *Journal of Clinical Psychology*, *31*(2), 330-332. https://doi.org/10.1002/1097-4679(197504)31:2<330::AID-JCLP2270310237>3.0.CO;2-Y

Perls, F. (1969). *Gestalt therapy verbatim* (s. 279). Real People Press.

Perls, F. (1973). *The Gestalt Approach ve Eye Witness to Therapy*. Science and Behavior Books.

Perls, F., Hefferline, G., ve Goodman, P. (1951). Gestalt therapy. *New York*, *64*(7), 19-313.

Phares, E. J. (1976). *Locus of Control in Personality*. General Learning Press.

Picardie, M. (1980). Dreadful Moments: Existential Thoughts on Doing Social Work. *The British Journal of Social Work*, *10*(4), 483-490.

Piliavin, J. A., ve Charng, H.-W. (1988). What is the factorial structure of the private and public self-consciousness scales? *Personality and Social Psychology Bulletin*, *14*(3), 587-595.

Pituch, K. A., ve Stevens, J. P. (2015). *Applied Multivariate Statistics for the Social Sciences: Analyses with SAS and IBM's SPSS* (6. bs). Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315814919

Plantinga, A. (1983). On Existentialism. *Philosophical Studies: An International Journal for Philosophy in the Analytic Tradition*, *44*(1), 1-20.

Platon. (1993). Sokrates'in Savunması. İçinde T. Aktürel (Çev.), *Diyaloglar -I* (ss. 11-39). Remzi Kitabevi.

Poellner, P. (2022). *Value in Modernity: The Philosophy of Existential Modernism in Nietzsche, Scheler, Sartre, Musil*. Oxford University Press.

Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior research methods, instruments, ve computers*, *36*(4), 717-731.

Priest, S. (2002). *Merleau-Ponty*. Routledge.

Rahner, K. (1969). The concept of Existential philosophy in Heidegger. *Philosophy Today*, *13*(2), 126-137.

Randall, E. (2001). Existential Therapy of Panic Disorder: A Single System Study. *Clinical Social Work Journal*, *29*(3), 259-267. https://doi.org/10.1023/A:1010459712685

Rank, O. (1945). *Will therapy; and, Truth and reality* (s. 304). Knopf.

Rank, O. (1999). *The Trauma of Birth*. Psychology Press.

Rank, O. (2016). *Eş Benlik* (G. Metin, Çev.). Pinhan Yayıncılık.

Reker, G. T., Peacock, E. J., ve Wong, P. T. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology*, *42*(1), 44-49. https://doi.org/10.1093/geronj/42.1.44

Repetti, R. (2010). Meditation and Mental Freedom: A Buddhist Theory of Free Will. *Journal of Buddhist Ethics*, *17*, 166-212.

Repetti, R. (2020). A Defense of Buddhism, Meditation, and Free Will: A Theory of Mental Freedom. *Zygon*, *55*(2), 540-564. https://doi.org/10.1111/zygo.12600

Reynolds, J. (2001). *Maurice Merleau-Ponty*. https://philpapers.org/rec/REYMM

Rickly, J. M. (2022). A review of authenticity research in tourism: Launching the Annals of Tourism Research Curated Collection on authenticity. *Annals of Tourism Research*, *92*, 103349.

Robah, K. (2017). *Determinants of existential death anxiety: A cross-sectional survey study on the effect of age, gender and religious affiliation on death anxiety* [B.S. thesis]. University of Twente.

Roddenberry, A., ve Renk, K. (2010). Locus of control and self-efficacy: Potential mediators of stress, illness, and utilization of health services in college students. *Child Psychiatry ve Human Development*, *41*(4), 353-370.

Rogers, C. R. (1951). *Client-Centered Therapy; İts Current Practice, İmplications, and Theory*. Houghton Mifflin.

Rogers, C. R., ve Wood, J. K. (1974). Client-centered theory: Carl R. Rogers. İçinde *Operational theories of personality* (ss. x, 421-x, 421). Brunner/Mazel.

Roth, M. (1959). The phobic-anxiety-depersonalization syndrome and some general aetiological problems in psychiatry. *J Neuropsychiatry*, *1*, 293-306.

Rubin, G. (1962). *Helping A Clinic Patient Modify Self-Destructive Thinking*. *1*(7), 76-80.

Rush, A., Brown Urban, J., Davis, W. J., ve Linver, M. R. (2022). Exploring Pathways to Purpose in Scouts. *Journal of Adolescent Research*, 07435584221091488. https://doi.org/10.1177/07435584221091488

Russo, M. (2022). From Jean-Paul Sartre to Critical Existentialism: Notes for an Existentialist Ethical Theory. *Sartre Studies International*, *28*(1), 49-66. https://doi.org/10.3167/ssi.2022.280104

Ryan, R. M., LaGuardia, J. G., ve Rawsthorne, L. J. (2005). Self-complexity and the authenticity of self-aspects: Effects on well being and resilience to stressful events. *North American Journal of Psychology*, *7*(3).

Ryckman, R. M., ve Sherman, M. F. (1973). Relationship between Self-Esteem and Internal-External Control for Men and Women. *Psychological Reports*, *32*(3_suppl), 1106-1106. https://doi.org/10.2466/pr0.1973.32.3c.1106

Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, or Is It—Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069-1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Sallee, D. T., ve Casciani, J. M. (1976). Relationship between sex drive and sexual frustration and purpose in life. *Journal of Clinical Psychology*, *32*(2), 273-275. https://doi.org/10.1002/1097-4679(197604)32:2<273::AID-JCLP2270320214>3.0.CO;2-S

Sarkissian, H., Chatterjee, A., De Brigard, F., Knobe, J., Nichols, S., ve Sirker, S. (2010). Is belief in free will a cultural universal? *Mind ve Language*, *25*(3), 346-358.

Sartre, J. P. (2019). *Bulantı* (S. Hilav, Çev.; 49. baskı). Can Yayınları.

Sartre, J. P. (2017). *Toplu Oyunlar* (I. M. Noyan, Çev.). İthaki Yayınları.

Sartre, J. P. (2021). *Varoluşçuluk* (A. Bezirci, Çev.). Say Yayınları.

Sartre, J. P. (2022). *Varlık ve Hiçlik: Fenomenolojik Ontoloji Denemesi* (T. Ilgaz ve G. Ç. Eksen, Çev.; 8. Baskı). İthaki Yayınları.

Scannell, E. D., Allen, F. C., ve Burton, J. (2002). Meaning in life and positive and negative well-being. *North American Journal of Psychology*.

Schafer, J. L. (1999). Multiple imputation: A primer. *Statistical Methods in Medical Research*, *8*(1), 3-15. https://doi.org/10.1177/096228029900800102

Schilpp, P.A. and Friedman, M., Eds. (1967) *The Philosophy of Martin Buber*. Open Court, La Salle, 133-150.

Schmitt, A. (1976). *Dialogue with Death*. Choice Books.

Schnell, T., ve Krampe, H. (2020). Meaning in Life and Self-Control Buffer Stress in Times of COVID-19: Moderating and Mediating Effects With Regard to Mental Distress. *Frontiers in Psychiatry*, *11*. https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2020.582352

Schulenberg, S. E., Hutzell, R. R., Nassif, C., ve Rogina, J. M. (2008). Logotherapy for clinical practice. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *45*(4), 447.

Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death* (ss. xv, 250). W H Freeman/Times Books/ Henry Holt and Co.

Selwyn, J., ve Grant, A. M. (2019). Self-regulation and solution-focused thinking mediate the relationship between self-insight and subjective well-being within a goal-focused context: An exploratory study. *Cogent Psychology*, *6*(1), 1695413. https://doi.org/10.1080/23311908.2019.1695413

Seto, E., ve Davis, W. E. (2021). Authenticity predicts positive interpersonal relationship quality at low, but not high, levels of psychopathy. *Personality and Individual Differences*, *182*, 111072. https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111072

Sharpe, D., ve Viney, L. L. (1973). Weltanschauung and the Purpose-in-Life Test. *Journal of Clinical Psychology*.

Sharpley, C. F., Murcell, N., Anderson, M., Bitsika, V., Fourie, P. J., ve Agnew, L. L. (2021). An exploration of recent life stress, psychological resilience, purpose in life, and optimism as correlates of depression in social housing residents in rural Australia. *International Journal of Mental Health*, *50*(3), 234-249. https://doi.org/10.1080/00207411.2021.1896079

Sheffield, B. F., ve Pearson, P. R. (1974). Purpose-in-life in a sample of British psychiatric out-patients. *Journal of Clinical Psychology*, *30*(4), 459. https://doi.org/10.1002/1097-4679(197410)30:4<459::aid-jclp2270300406>3.0.co;2-4

Shogren, K. A., Lopez, S. J., Wehmeyer, M. L., Little, T. D., ve Pressgrove, C. L. (2006). The role of positive psychology constructs in predicting life satisfaction in adolescents with and without cognitive disabilities: An exploratory study. *The Journal of Positive Psychology*, *1*(1), 37-52.

Shook, J. R. (2022). The will to believe in one's true being: Love and God for William James and Gabriel Marcel. İçinde *The Jamesian Mind* (ss. 432-446). Routledge.

Shrut, S. D. (1958). Attitudes toward old age and death. *Mental Hygiene*, *42*(2), 259-266.

Shybut, J. (1968). Time perspective, internal vs. External control, and severity of psychological disturbance. *Journal of Clinical Psychology*, *24*(3), 312-315. https://doi.org/10.1002/1097-4679(196807)24:3<312::AID-JCLP2270240309>3.0.CO;2-2

Sinsheimer, R. B. (1969). The Existential Casework Relationship. *Social Casework*, *50*(2), 67-73. https://doi.org/10.1177/104438946905000201

Smith, A. J., ve Lapsansky, E. R. (2021). Trauma and the Question of Free Will: An Existentialist's Guide to Trauma-Informed Care. *The Journal of Humanistic Counseling*, *60*(1), 37-57. https://doi.org/10.1002/johc.12150

Smith, J. (2005). Merleau-Ponty and the phenomenological reduction. *Inquiry*, *48*(6), 553-571.

Soderstrom, D., ve Wright, E. W. (1977). Religious orientation and meaning in life. *Journal of Clinical Psychology*, *33*(S1), 65-68. https://doi.org/10.1002/1097-4679(197701)33:1+<65::AID-JCLP2270330113>3.0.CO;2-0

Sparrowe, R. T. (2005). Authentic leadership and the narrative self. *The Leadership Quarterly*, *16*(3), 419-439. https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2005.03.004

Spinoza, B. (2016). *Törebilim / Ethica* (A. Yardımlı, Çev.). İdea Yayınevi.

Stacey, C. L., ve Markın, K. (1952). The attitudes of college students and penitentiary inmates toward death and a future life. *The Psychiatric Quarterly Supplement*, *26*(1), 27-32.

Stacey, C. L., ve Reichen, M. L. (1954). Attitudes toward Death and future Life Among Normal and Subnormal Adolescent Girls. *Exceptional Children*, *20*(6), 259-262. https://doi.org/10.1177/001440295402000605

Stefaroi, P. (2016). *Philosophy and social work: Philosophical bases, models and sources for a humanistic social work.* CreateSpace.

Steffens, N. K., Wolyniec, N., Okimoto, T. G., Mols, F., Haslam, S. A., ve Kay, A. A. (2021). Knowing me, knowing us: Personal and collective self-awareness enhances authentic leadership and leader endorsement. *The Leadership Quarterly*, *32*(6), 101498. https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2021.101498

Steger, M. F., ve Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of Counseling Psychology*, *52*(4), 574-582. https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.574

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., ve Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(1), 80-93. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80

Stein, D., ve Grant, A. M. (2014). Disentangling the Relationships Among Self-Reflection, Insight, and Subjective Well-Being: The Role of Dysfunctional Attitudes and Core Self-Evaluations. *The Journal of Psychology*, *148*(5), 505-522. https://doi.org/10.1080/00223980.2013.810128

Stoddard, S. A., Pierce, J., Hurd, N. M., Bauermeister, J. A., ve Zimmerman, M. A. (2019). Purpose and mastery as predictors of perceived health and substance use problems. *Journal of Community Psychology*, *47*(6), 1514-1529. https://doi.org/10.1002/jcop.22200

Stretch, J. J. (1967). Existentialism: A Proposed Philosophical Orientation for Social Work. *Social Work*, *12*(4), 97-103. https://doi.org/10.1093/sw/12.4.97

Sugarman, L. (2001). *Life-Span Development: Frameworks, Accounts and Strategies* (2. bs). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203626948

Sullivan, H. S. (2010). The Interpersonal Theory of Psychiatry. İçinde *An Introduction to Theories of Personality* (7. bs). Psychology Press.

Sutich, A. (1962). *American Association for Humanistic Psychology: Progress Report*. Palo Alto.

Swaine, R. L., ve Baird, V. (1977). An Existentially Based Approach To Teaching Social Work Practice. *Journal of Education for Social Work*, *13*(3), 99-106.

Şahin, F., ve Gürbüz, S. (2013). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri* (5. baskı). Seçkin Yayıncılık.

Tajima, H. (2014). *Examination of the Philosophical Diversity of Existential Approaches in Social Work Practice*. *5*(54), 23-30.

Tatar, A., ve Saltukoğlu, G. (2019). Madde Cevap Kuramı ile İki Boyutlu Sosyo-Demografik Durum Ölçeği Geliştirme Çalışması-I: Madde Seçimi ve Faktör Yapısının Oluşturulması. *The Journal of Academic Social Sciences*, *98*(98), 48-64. https://doi.org/10.29228/ASOS.36786

Templer, D. I. (1971). Death anxiety as related to depression and health of retired persons. *Journal of Gerontology*, *26*(4), 521-523.

Thauberger, P. C., Ruznisky, S. A., ve Cleland, J. F. (1981). Avoidance of Existential-Ontological Confrontation: A Review of Research. *Psychological Reports*, *49*(3), 747-764. https://doi.org/10.2466/pr0.1981.49.3.747

Theran, S. A. (2011). Authenticity in relationships and depressive symptoms: A gender analysis. *Personality and Individual Differences*, *51*(4), 423-428.

Thomas, J. M., ve Weiner, E. A. (1974). Psychological differences among groups of critically ill hospitalized patients, noncritically ill hospitalized patients, and well controls. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *42*(2), 274-279. https://doi.org/10.1037/h0036248

Thompson, N. (1992). *Existentialism and Social Work* (1 baskı). Routledge.

Thompson, N. (2007). Spirituality: An Existentialist Perspective. *Illness, Crisis ve Loss*, *15*(2), 125-136. https://doi.org/10.1177/105413730701500205

Thompson, N. (2008). Existentialist Ethics: From Nietzsche to Sartre and Beyond. *Ethics and Social Welfare*, *2*(1), 10-23. https://doi.org/10.1080/17496530801948705

Thompson, N., ve Pascal, J. (2011). Reflective practice: An existentialist perspective. *Reflective Practice*, *12*(1), 15-26. https://doi.org/10.1080/14623943.2011.541089

Thompson, N., ve Walsh, M. (2010). The existential basis of trauma. *Journal of Social Work Practice*, *24*(4), 377-389. https://doi.org/10.1080/02650531003638163

Thurschwell, P., ve Eaglestone, R. (2009). *Sigmund Freud* (2. baskı). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203888063

Tillich, P. (1944). Existential Philosophy. *Journal of the History of Ideas*, *5*(1), 44-70. https://doi.org/10.2307/2707101

Tolman, D. L., ve Porche, M. V. (2000). The Adolescent Femininity Ideology Scale: Development and Validation of a New Measure for Girls. *Psychology of Women Quarterly*, *24*(4), 365-376. https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2000.tb00219.x

Tolstoy, L. N. (2018). *İtiraflarım* (I. Yurdunusever, Çev.). Ren Kitap.

Türk Dil Kurumu. (2022). *Türk Dil Kurumu*. https://sozluk.gov.tr/

Tymieniecka, A. T. (2010). Toward a phenomenological and existential psychology. İçinde *Phenomenology and existentialism in the Twentieth Century* (ss. 281-299). Springer.

Vaillant, G. E. (1995). *Adaptation to Life*. Harvard University Press.

Valle, R. S., ve King, M. (1978). *Existential-phenomenological alternatives for psychology* (ss. xv, 392). Oxford University Press.

van Deurzen, E., ve Adams, M. (2011). *Skills in Existential Counselling ve Psychotherapy* (2. baskı). https://doi.org/10.4135/9781473983205

VanVoorhis, C. W., ve Morgan, B. L. (2007). Understanding power and rules of thumb for determining sample sizes. *Tutorials in quantitative methods for psychology*, *3*(2), 43-50.

Vera, Á. V. (2022). Patience in Kierkegaard. *Veritas–Revista de Filosofia da Pucrs*, *51*, 9-33

Vohs, K. D., ve Baumeıster, R. (2004). Ego Depletion, Self-Control, and Choice. *Handbook of experimental existential psychology*, Guilford Press.

Vohs, K. D., ve Schooler, J. W. (2008). The value of believing in free will: Encouraging a belief in determinism increases cheating. *Psychological science*, *19*(1), 49-54.

Vontress, C. E. (1979). Cross-Cultural Counseling: An Existential Approach. *The Personnel and Guidance Journal*, *58*(2), 117-122. https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1979.tb00363.x

Wahl, J. (1964). *Existentialisme'in Tarihi* (B. Onaran, Çev.). Elif Yayınevi.

Walsh, J. (1999). Incorporating Existential Themes into the Supervision of Social Work Practitioners. *The Clinical Supervisor*, *18*(1), 1-16. https://doi.org/10.1300/J001v18n01_01

Watson, P. J., ve Biderman, M. D. (1993). Narcissistic Personality Inventory factors, splitting, and self-consciousness. *Journal of personality assessment*, *61*(1), 41-57.

Watson, P. J., Morris, R. J., Ramsey, A., Hickman, S. E., ve Waddell, M. G. (1996). Further contrasts between self-reflectiveness and internal state awareness factors of private self-consciousness. *The Journal of Psychology*, *130*(2), 183-192.

Watts, M. (2014). *The philosophy of Heidegger*. Routledge.

Webber, J. (2009). *The Existentialism of Jean-Paul Sartre*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203883174

Weerman, A., ve Abma, T. (2019). Social work students learning to use their experiential knowledge of recovery. An existential and emancipatory perspective. *Social Work Education, 38*(4), 453-469. https://doi.org/10.1080/02615479.2018.1538335

Weigert, E. (1960). Loneliness and Trust—Basic Factors of Human Existence. *Psychiatry, 23*(2), 121-131. https://doi.org/10.1080/00332747.1960.11023209

Weiss, D. (1962). *Ontological dimension in Social casework*. *1*.(30), 2-16.

Weiss, D. (1975). *Existential Human Relations*. Collage Press.

Werkmeister, W. H. (1941). An Introduction to Heidegger's" Existential Philosophy". *Philosophy and Phenomenological Research, 2*(1), 79-87.

Whittaker, J. (1994). *Social treatment: An Introduction to Interpersonal Helping in Social Work Practice*. Transaction Publishers.

Wininger, K. J. (2022). *Nietzsche's reclamation of philosophy*. Brill.

Wolman, B. B. (1975). Principles of interactional psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research ve Practice, 12*(2), 149-159. https://doi.org/10.1037/h0086419

Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., ve Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of counseling psychology, 55*(3), 385.

Xia, M., Lv, H., ve Xu, X. (2021). Validating the Chinese version authenticity scale: Psychometrics in college and community samples. *Current Psychology*. https://doi.org/10.1007/s12144-020-01326-7

Yagil, D., ve Medler-Liraz, H. (2014). Feel Free, Be Yourself: Authentic Leadership, Emotional Expression, and Employee Authenticity. *Journal of Leadership ve Organizational Studies, 21*(1), 59-70. https://doi.org/10.1177/1548051813483833

Yalom, I. (2018). *Varoluşçu Psikoterapi* (Z. Babayiğit, Çev.; 1. Baskı). Pegasus Yayınları.

Yalom, I. D. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy, 5th ed* (ss. xix, 668). Basic Books/Hachette Book Group.

Yalom, I. D., ve Lieberman, M. A. (1991). Bereavement and Heightened Existential Awareness. *Psychiatry*, *54*(4), 334-345. https://doi.org/10.1080/00332747.1991.11024563

Yalom, I. D., ve Yalom, M. (2021). A Matter of Death and Life. İçinde *A Matter of Death and Life*. Stanford University Press.

Yela, J. R., Crego, A., Gómez-Martínez, M. Á., ve Jiménez, L. (2020). Self-compassion, meaning in life, and experiential avoidance explain the relationship between meditation and positive mental health outcomes. *Journal of Clinical Psychology*, *76*(9), 1631-1652. https://doi.org/10.1002/jclp.22932

Zank, M., ve Braiterman, Z. (2004). *Martin Buber*. https://plato.stanford.edu/entries/buber/

Zika, S., ve Chamberlain, K. (1987). Relation of Hassles and Personality to Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*(1), 155-162. https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.1.155

Zika, S., ve Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology (London, England: 1953)*, *83 (Pt 1)*, 133-145. https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1992.tb02429.x

EKLER

EK A: ANKET FORMU

ANKET FORMU

Demografik Bilgiler

Yaşınız ……

Biyolojik Cinsiyet

☐Erkek ☐Kadın

Eğitim Durumu

☐Okuryazar Değil ☐İlkokul Mezunu ☐Lise Mezunu ☐ Lisans Mezunu ☐ Lisansüstü

Ekonomik Gelir ……

Medeni Durum

☐ Evli ☐ Bekar

Yaşam Anlamı Ölçeği

Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuduktan sonra kendinizi 1 ile 7 arasında derecelendirin. 1- beni hiç tanımlamıyor, 7- beni tamamen tanımlıyor. İfadelerin karşısındaki uygun rakamı daire içine alarak işaretleyiniz.

(Her bir maddeyi için uygun gelen numarayı işaretleyiniz)

1. Yaşamımın anlamını anlıyorum	1	2	3	4	5	6	7
2. Yaşamımı anlamlı kılan bir şey arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3. Her zaman hayatımın amacını bulmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4. Hayatımın net bir amacı var.	1	2	3	4	5	6	7
5. Hayatımı neyin anlamlı kıldığını iyi bilirim.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tatmin edici bir yaşam anlamı keşfettim.	1	2	3	4	5	6	7
7. Her zaman yaşamımı değerli kılan bir şeylerin arayışındayım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Yaşamım için bir amaç veya görev arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9. Hayatımın net bir amacı yok.	1	2	3	4	5	6	7
10. Hayatımda bir anlam arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

Öz-Bilinç Ölçeği

Aşağıdaki ifadelerin sizi ne kadar tanımladığını düşünerek, bu ifadelere ne ölçüde katıldığınızı aşağıdaki ölçek üzerinde değerlendiriniz. Değerlendirmelerinizi sizi tam olarak yansıtacak şekilde yapınız.

0= Hiç katılmıyorum
1= Katılmıyorum
2= Kısmen Katılıyorum
3= Katılıyorum
4= Tamamen Katılıyorum

(Her bir maddeyi için uygun gelen numarayı işaretleyiniz)

1.Her zaman kendimi anlamaya çalışıyorum.	0	1	2	3	4
2. Bir şeyleri yapma tarzımla ilgileniyorum.	0	1	2	3	4
3. Genel olarak kendimin pek farkında değilim.	0	1	2	3	4
4. Yeni durumlarda utangaçlığımı yenmem zaman alıyor.	0	1	2	3	4
5. Kendimi çok düşünürüm.	0	1	2	3	4
6. Kendimi sunma şeklim hakkında endişeliyim.	0	1	2	3	4
7. Biri beni izlerken çalışırken sorun yaşıyorum.	0	1	2	3	4
8. Çok kolay utanıyorum.	0	1	2	3	4
9. Görünüşüm konusunda kendime güveniyorum.	0	1	2	3	4
10. Genelde içsel duygularıma dikkat ederim.	0	1	2	3	4
11. Genellikle iyi bir izlenim bırakmak konusunda endişelenirim.	0	1	2	3	4
12. Sebeplerimi sürekli inceliyorum.	0	1	2	3	4
13. Bir grubun önünde konuşurken endişeli hissediyorum.	0	1	2	3	4
14. Evimden çıkmadan önce yaptığım son şeylerden biri aynaya bakmaktır.	0	1	2	3	4
15. Bazen bir yerlerde kendime baktığım hissine kapılıyorum.	0	1	2	3	4
16. Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğü konusunda endişeliyim.	0	1	2	3	4
17. Ruh halimdeki değişikliklere karşı tetikteyim.	0	1	2	3	4
18. Genelde görünüşümün farkındayım.	0	1	2	3	4
19. Bir problem üzerinde çalışırken zihnimin nasıl çalıştığının farkındayım.	0	1	2	3	4

Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği

Aşağıdaki ifadelerin sizi ne kadar tanımladığını düşünerek, bu ifadelere ne ölçüde katıldığınızı aşağıdaki ölçek üzerinde değerlendiriniz. Değerlendirmelerinizi sizi tam olarak yansıtacak şekilde yapınız.

1= Hiç katılmıyorum
2= Katılmıyorum
3= Kısmen Katılmıyorum
4= Kısmen Katılıyorum
5= Katılıyorum
6= Tamamen Katılıyorum

(Her bir maddeyi için uygun gelen numarayı işaretleyiniz)

1 – Geleceğin kader tarafından çoktan belirlendiğine inanıyorum.	1	2	3	4	5
2 – İnsanların biyolojik yapıları onların yeteneklerini ve kişiliklerini belirler.	1	2	3	4	5
4 – İnsanlar kendi kararları üzerinde tam kontrole sahiptir.	1	2	3	4	5
5 – Ne kadar denerseniz deneyin, kaderinizi değiştiremezsiniz.	1	2	3	4	5
6 – Psikolog ve psikiyatristler er ya da geç tüm insan davranışlarını çözecekler.	1	2	3	4	5
7 – Bu dünyada ne olacağını kimse öngöremez.	1	2	3	4	5
8 – İnsanlar yaptıkları kötü tercihlerinin tüm sorumluluğunu üstlenmelidirler.	1	2	3	4	5
9 – Kaderin halihazırda herkes için bir planı vardır.	1	2	3	4	5
10 – Genleriniz geleceğinizi belirler.	1	2	3	4	5
11– Hayat, zar atmak ya da yazı-tura atmak gibi, tahmin	1	2	3	4	5
12 – Eğer gerçekten istiyorlarsa, insanlar her engelin üstesinden gelebilirler.	1	2	3	4	5
13 – Olacağı varsa olur – sizin bu konuda yapabileceğiniz pek bir şey yoktur.	1	2	3	4	5
14 – Bilim sizin geçmiş çevrenizin şu anki zeka ve kişiliğinizi nasıl oluşturduğunu göstermektedir.	1	2	3	4	5
15 – İnsanlar öngörülemezdirler.	1	2	3	4	5
16 – Suçlular, yaptıkları kötü şeylerden tamamen sorumludurlar.	1	2	3	4	5
17 – İnsanların hoşuna gitsin veya gitmesin, gizemli güçler onların hayatına karışıyor gibi gözükmektedir.	1	2	3	4	5
18 – Diğer hayvanlarda olduğu gibi, insan davranışı da her zaman doğanın kanunlarına uyar.	1	2	3	4	5
19 – Hayatı öngörmek zordur çünkü neredeyse tamamen rastgeledir.	1	2	3	4	5
20 – Şans insanların hayatında büyük rol oynar.	1	2	3	4	5
21 – İnsanlar tamamen özgür bir iradeye sahiptirler.	1	2	3	4	5
22 – Ebeveynlerinin karakteri çocuklarının karakterlerini belirleyecektir.	1	2	3	4	5
23 – İnsanlar her zaman kötü davranışlarından dolayı hatalıdırlar.	1	2	3	4	5
24 – Çocuklukta içinde bulunduğunuz koşullar yetişkinlikteki başarınızı belirleyecektir.	1	2	3	4	5
25 – İnsanların başına gelen şeylerin nedeni şanstır.	1	2	3	4	5
26 – Zihnin gücü her zaman vücudun arzularının üstesinden gelebilir.	1	2	3	4	5
27 – İnsanların gelecekleri öngörülemez.	1	2	3	4	5

Otantiklik Ölçeği

Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuduktan sonra kendinizi 1 ile 7 arasında derecelendirin. 1- beni hiç tanımlamıyor, 7- beni tamamen tanımlıyor. İfadelerin karşısındaki uygun rakamı daire içine alarak işaretleyiniz.

(Her bir maddeyi için uygun gelen numarayı işaretleyiniz)

1. Kişinin kendisi olmasının popüler olmasından daha iyi olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekten içimde ne hissettiğimi bilmiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3. Başkalarının görüşlerinden çok fazla etkilenirim.	1	2	3	4	5	6	7
4. Genellikle başkalarının bana yapmamı söyledikleri şeyleri	1	2	3	4	5	6	7
5. Her zaman başkalarının benden beklentilerini yerine getirmem gerektiğini hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
6. Diğer insanlar (başkaları) beni çok etkiler.	1	2	3	4	5	6	7
7. Kendimi yeteri kadar tanımadığım hissine kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8. Her zaman inandığım şeylere sadık kalırım.	1	2	3	4	5	6	7
9. Birçok ortamda olduğum gibi davranırım.	1	2	3	4	5	6	7
10. Kendimi gerçek benden uzak hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11. Değerlerime ve inançlarıma uygun olarak yaşarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Kendime yabancılaştığımı hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7

EK B: YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME FORMU

YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME FORMU

1. **Demografik Bilgiler**

Yaşınız ……

Biyolojik Cinsiyet

☐Erkek ☐Kadın

Eğitim Durumu

☐Okuryazar Değil ☐İlkokul Mezunu ☐Lise Mezunu ☐Lisans Mezunu ☐Lisansüstü

Ekonomik Gelir ……

Medeni Durum

☐Evli ☐Bekar

2. **Sizce kendinizi ne kadar tanıyorsunuz?**
3. **Yaşamınızı değerlendirdiğinizde özgürlüğünüz (özgür iradeniz) ile ilgili ne düşünüyorsunuz?**
4. **Yaşamınızın anlamı üzerinde düşündüğümüzde hayatınız ile ilgili değerlendirmeleriniz nelerdir?**
5. **Benliğinizi dış baskılardan uzak olarak kendi eleştirel düşünce ve akıl yürütmelerinizle oluşturduğunuzu düşünüyor musunuz?**
6. **Sizce yaşamının anlamı üzerine düşünmemiş biri kendi varoluşunu yeniden yaratabilir mi?**
7. **Sizce özgür iradeye sahip olmayan biri kendi varoluşunun sorumluluğunu alabilir mi?**
8. **Sizce kendi benliği üzerine düşünmeyen bir kişi kendi varoluşunu yeniden yaratabilir mi?**
9. **Sizce kendi benliği üzerine düşünmeyen biri özgür iradesini ele alabilir mi?**
10. **Sizce kendi benliği üzerine düşünemeyen biri yaşamına anlam katma becerisine sahip olabilir mi?**
11. **Sizce özgür iradesi olmayan biri yaşamına kendi elleriyle anlam katabilir mi?**
12. **Sizce insanın kendisini yeniden var etmesinde yaşamına anlam katabilme, özgür irade ve kendi benliği üzerinde bilgisinin olması faktörlerinden hangisi daha önceliklidir?**
13. **Sizce kendisini var edebilen biri yaşamına anlam katabilme becerisine sahip olabilir mi?**
14. **Sizce kendisini var edebilen biri özgür iradesini arttırabilir mi?**
15. **Sizce kendisini var edebilen birisi kendisini daha iyi tanıyabilir mi?**

EK C: BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

T.C. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa

Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sizi Yunus BAYRAM tarafından yürütülen "Varoluşçu Sosyal Hizmette Özgürlük, Öz-bilinç ve Yaşam Anlamının Otantiklik Üzerindeki Etkisi: Karma Modelli Bir Çalışma" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı özgürlük, öz-biliş ve yaşam anlamının otantiklik üzerindeki etkisini ölçmektir. Araştırmada sizden tahminen anket formu için 15 dakika; yarı yapılandırılmış görüşme formu için 45 dakika ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya siz dahil tahminen 660 kişi katılacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. İletişim bilgileriniz ise sadece izninize bağlı olarak ve farklı araştırmacıların sizinle iletişime geçebilmesi için "ortak katılımcı havuzuna" aktarılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya ybayram@bartin.edu.tr e-posta adresi ve 0(378)223 5344 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Kısaca araştırmanın amacı

Araştırma sosyal hizmette çok önemli bir uygulama alanı olan varoluşçu sosyal hizmetin temel kavramları arasındaki ilişkiyi ölçmeyi amaçlamaktadır. Bu bağlamda varoluşçu sosyal hizmet uygulamaların nihai hedefi olan otantiklik üzerinde yaşam anlamı, özgürlük ve öz-bilişin etkilerinin anlaşılması amaçlanmaktadır.

Kullanılacak ölçekler…

Araştırmada Öz-biliş Ölçeği, Yaşam Anlamı Ölçeği, Özgür İrade ve Belirlenimcilik Ölçeği ve Otantiklik Ölçeği kullanılmıştır.

Veri toplama araçlarının imhası ile ilgili bilgi.

Elde edilen veriler araştırma amacı dışında kullanılmayacak olup, yalnızca araştırmacıların ulaşabileceği şifreli bir veri depolama aracında muhafaza edilecektir. Elde edilen verilen bu cihazdan araştırmanın yayınlanmasından sonraki 2. yılın sonunda silinerek imha edilecektir.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen

araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının **:**

Adı-

Soyadı:.....

İmzası: İletişim Bilgileri: e-posta: Telefon:

İletişim bilgilerimin diğer araştırmacıların benimle iletişime geçebilmesi için "ortak araştırma havuzuna" aktarılmasını; ¯ kabul ediyorum ¯ kabul etmiyorum (lütfen uygun seçeneği işaretleyiniz)

Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin;

Veli veya Vasisinin

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

Araştırmacının

Adı-Soyadı: Yunus BAYRAM

İmzası:

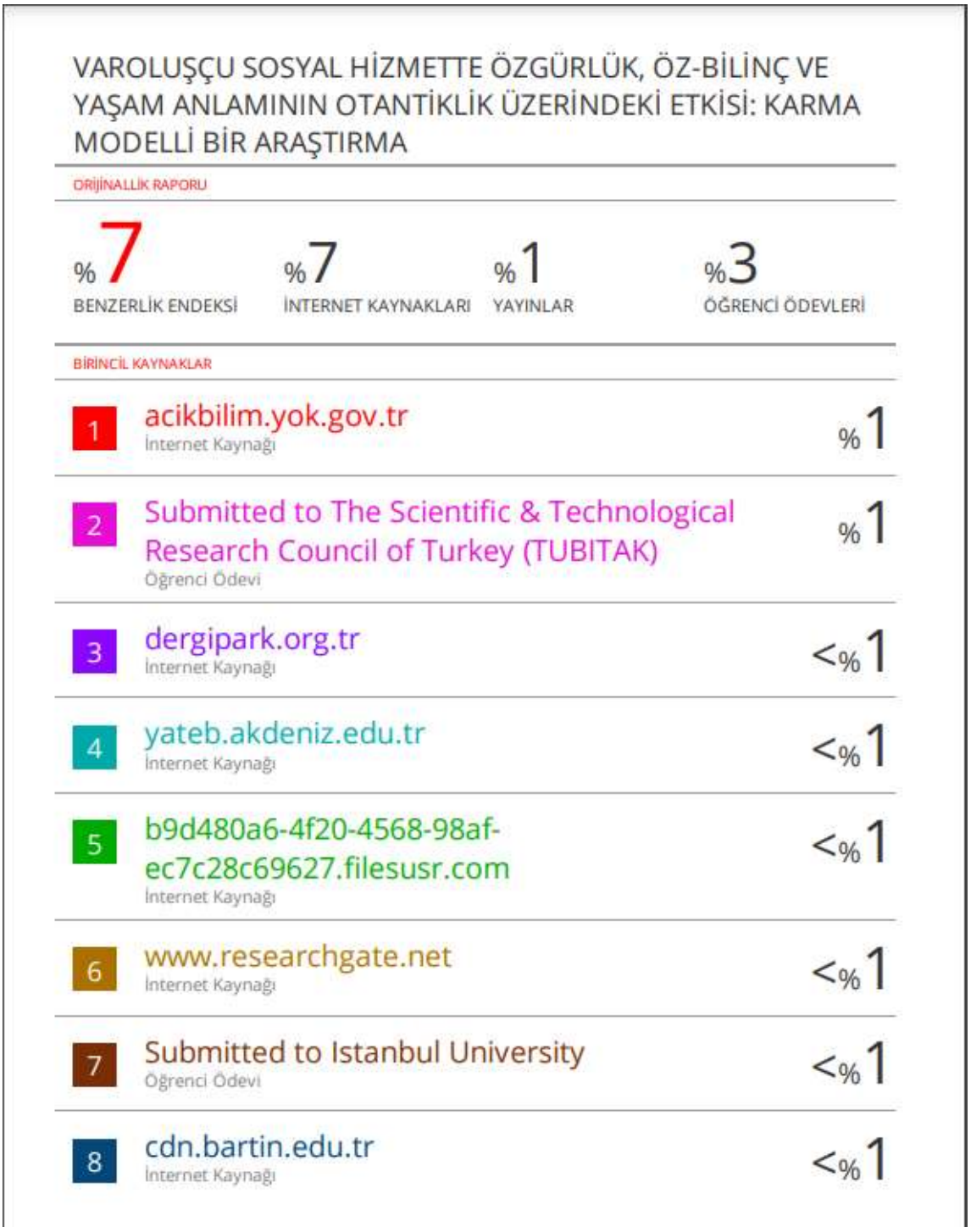
Şahidin:

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

İNTİHAL RAPORU İLK SAYFASI



VAROLUŞÇU SOSYAL HİZMETTE ÖZGÜRLÜK, ÖZ-BİLİNÇ VE YAŞAM ANLAMININ OTANTİKLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: KARMA MODELLİ BİR ARAŞTIRMA

ORİJİNALLİK RAPORU

%7	%7	%1	%3
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%1
2	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	%1
3	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
4	yateb.akdeniz.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
5	b9d480a6-4f20-4568-98af-ec7c28c69627.filesusr.com İnternet Kaynağı	<%1
6	www.researchgate.net İnternet Kaynağı	<%1
7	Submitted to Istanbul University Öğrenci Ödevi	<%1
8	cdn.bartin.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1

ETİK KURUL İZİN YAZISI

☒ **Etik Kurul izni gerekmektedir.**

☐ **Etik Kurul izni gerekmemektedir.**

Yunus BAYRAM
(İmza)

* B E A C F J M T R *

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı :74555795-050.01.04-
Konu :2020-241 sayılı Etik Kurul Onayı

Sayın Yunus BAYRAM
İUC Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Sosyal Hizmet Bölümü
Sosyal Hizmet Anabilim Dalı
Doktora Programı Öğrencisi

İlgi :20/11/2020 tarihli, bila sayılı yazı

Yürütücülüğünü üstlendiğiniz ***"Varoluşçu Sosyal Hizmette Özgürlük, Öz-biliş ve Yaşam AnlamınınOtantiklik Üzerindeki Etkisi: Karma Modelli Bir Çalışma***" başlıklı **"Doktora Tezi"** başvurunuz etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

COVİD-19 salgının Ülkemizde yayılması nedeniyle, Kurulumuz 01.12.2020 tarihinde on-line platformda gerçekleştirilen toplantısında yapılan değerlendirmeler sonucunda; elektronik belge sistemi (EBYS) ile uygunluğu bildirilen yazının ilgili makamlarca **"Etik Kurul Onayı"** yerine geçen belge olarak değerlendirilmesi hususunda;

Gereği için bilgilerinizi rica ederim

e-İmzalı
Prof. Dr. Selçuk HÜNERLİ
Başkan

KURUM İZNİ YAZILARI

☐ **Kurum izni gerekmektedir.**

☒ **Kurum izni gerekmemektedir.**

Yunus BAYRAM
(İmza)