

**T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**YAŞAM KOÇLARI AÇISINDAN KOÇ-DANIŞAN İLİŞKİSİNİN  
PSİKO-SOSYAL VE MANEVİ YÖNDEN TAHLİLİ**

**DOKTORA TEZİ**

**Hatice Sümeyye ULCAY**

**Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri**

**Tez Danışmanı: Prof. Dr. Abdolvahit İMAMOĞLU**

**OCAK – 2019**

T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

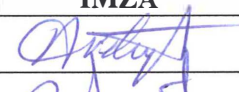

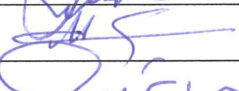

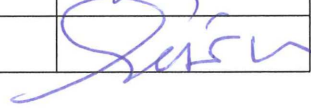
**YAŞAM KOÇLARI AÇISINDAN KOÇ-DANIŞAN İLİŞKİSİNİN  
PSİKO-SOSYAL VE MANEVİ YÖNDEN TAHLİLİ**




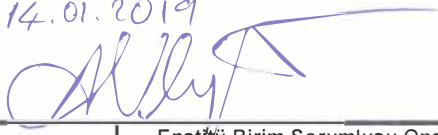
**DOKTORA TEZİ**

**Hatice Sümeyye ULCAY**

**Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri**

“Bu tez 02/01/2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA
Prof.Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU	Basarılı	
Prof.Dr. Ali ULU: MEHMEDOĞLU	Basarılı	
Prof.Dr. Fuat AYDIN	Basarılı	
Doç.Dr. Naci KULA	Basarılı	
Dr. Öğr. Üyesi Sezai KÜÇÜK	Basarılı	

 SAKARYA ÜNİVERSİTESİ	<b>T.C.</b> <b>SAKARYA ÜNİVERSİTESİ</b> <b>SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ</b> <b>TEZ SAVUNULABİLİRLİK VE ORJİNALLİK BEYAN FORMU</b>	Sayfa : 1/1
<b>Öğrencinin</b>		
Adı Soyadı	:	Hatice Sümeyye ULÇAY
Öğrenci Numarası	:	1160D10003
Enstitü Anabilim Dalı	:	Felsefe ve Din Bilimleri
Enstitü Bilim Dalı	:	Din Psikolojisi
Programı	:	<input type="checkbox"/> YÜKSEK LİSANS <input checked="" type="checkbox"/> DOKTORA
Tezin Başlığı	:	YAŞAM KOÇLARI AÇISINDAN KOÇ-DANIŞAN İLİŞKİSİNİN PSİKO-SOSYAL VE MANEVİ YÖNDEN TAHLİLİ
Benzerlik Oranı	:	%4
<b>SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,</b>		
<input checked="" type="checkbox"/> Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının benzerlik oranının herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi beyan ederim.		
 14/01/2019 Öğrenci İmza		
<input checked="" type="checkbox"/> Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen öğrenciye ait tez çalışması ile ilgili gerekli düzenleme tarafımda yapılmış olup, yeniden değerlendirilmek üzere .....@sakarya.edu.tr adresine yüklenmiştir.		
Bilgilerinize arz ederim.		
 ...../...../20..... Öğrenci İmza		
<b>Uygundur</b>		
<b>Danışman</b> <b>Unvanı / Adı-Soyadı: Prof.Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU</b>		
Tarih: 14.01.2019 İmza: 		
<input type="checkbox"/> KABUL EDİLMİŞTİR <input type="checkbox"/> REDDEDİLMİŞTİR EYK Tarih ve No:	Enstitü Birim Sorumlusu Onayı	

## ÖNSÖZ

Güncel ve geniş bir yelpazeye sahip, çalışılması epeyce zor muğlak iki farklı konu olan koçluk ve maneviyatın yoğun bir çalışma sonucunda tamamlanmasını nasip eden Rabb'e hamd olsun. Öncelikle bilgi ve tecrübesiyle yol gösteren, tezin her satırını dikkatle okuyup araştırmanın şekillenip sonuca ulaşmasında gayretlendiren danışman hocam Prof. Dr. Abdulvahit İmamoğlu'na teşekkür ederim. Araştırmanın başından sonuna her aşamasında yer alan ve konuyu araştırmam için öneren saygıdeğer hocam Prof. Dr. Fuat Aydın'a, konunun önemli noktalarına dikkat çeken Doç. Dr. Murat İskenderoğlu, Dr. Öğr. Sezai Küçük ve Dr. Öğr. Ayşe Şentepe Lokmanoğlu'na teşekkürlerimi sunarım. Konu ile ilgili değerli tavsiyelerde bulunan Prof. Dr. Ali Köse ve Prof. Dr. Hayati Hökelekli'ye, savunma jürimde bulunup katkı veren Prof. Dr. Ali Ulvi Mehmedoğlu ve Doç. Dr. Naci Kula'ya teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Maddi ve manevi desteklerinden dolayı da TÜBİTAK'a teşekkür ederim.

Yardımlarını esirgemeyen tüm arkadaşlarıma ve her zaman desteklerini hissettiğim dostlarım Ayşegül Mete ve Gülsüm Korkmazer'e, özellikle araştırmanın Amerika'da gerçekleşen döneminde yardımcı olan ve bu süreçte beni motive eden Dr. Jakleen Saleem ve Haticel Altundal Erkmen'e teşekkür ederim. Mülakatlarımın Amerika'da gerçekleşen aşamasında, etik ve yöntem konusundaki tecrübelerinden yararlandığım Sevil Özen, Dr. Çetin Bilir ve Dr. Murat Akarsu'ya teşekkürü bir borç bilirim.

Son olarak, maddi ve manevi olarak destekleyen kıymetli babalarım Dr. Öğr. Gazi Kamil Erel ve Prof. Dr. Yusuf Ulçay'a, her anımda yanımda olup huzur veren annem ve kardeşlerime şükranlarımı sunarım. Hayatımda varlıklarıyla en büyük destekçim olan kızım Fatıma Şahver ve eşim Mehmed Sıtkı Ulçay'a teşekkür ederim.

**Hatice Sümeyye ULÇAY**

**13.01.2019**

## İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR .....	iv
TABLO LİSTESİ .....	v
ŞEKİL LİSTESİ .....	vi
ÖZET .....	ix
SUMMARY .....	x
GİRİŞ .....	1
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	11
1.1. Koçluk Kavramına Genel Bakış .....	11
1.1.1. Koç Kelimesinin Anlamı .....	11
1.1.2. Koç Kelimesinin Tarihi Seyri .....	13
1.1.3. Türkiye’de Koçluk Kavramına Yüklenen Anlamlar ve Gelişim Süreci .....	19
1.1.4. Koçlukla İlgili Kavramlar .....	22
1.1.5. Koçluğun Endüstrileşmesi .....	23
1.2. Koçluğun Psikolojik Kökenleri.....	26
1.3. Koçluk Modelleri .....	28
1.4. Koçluk Türleri.....	34
1.4.1. Spor Koçluğu .....	35
1.4.2. İşletme Dünyasında Koçluk.....	36
1.4.3. Eğitim Alanında Koçluk .....	38
1.4.4. Yaşam Koçluğu.....	40
1.4.5. Dini Yaşam Koçluğu Alanları .....	40
1.4.5.1. Hristiyan Yaşam Koçluğu .....	41
1.4.5.2. Müslüman Yaşam Koçluğu .....	42
1.4.5.3. Benötesi Yaşam Koçluğu .....	44
1.4.5.4. Manevi Yaşam Koçluğu .....	44
1.5. Koçluğun Diğer Danışmanlıklardan Farkı .....	47
1.5.1. Koç ve Terapist Arasındaki Farklar .....	48
1.5.2. Koç ve Mentorluk Arasındaki Farklar .....	50
1.5.3. Koçluk ve Şeyhlik Arasındaki Farklar.....	52
1.6. Koçluk ve Maneviyat İlişkisi .....	55

1.6.1. Maneviyat Kavramı ve Batı'daki Gelişimi .....	56
1.6.2. Türk İslam Kültüründe Maneviyat Algısı .....	57
1.6.3. Maneviyat ve Psikoloji Arasındaki ilişki .....	60
1.6.4. Manevi Danışmanlık ve Koçluk .....	64
<b>BÖLÜM 2: ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....</b>	<b>73</b>
2.1. Araştırmanın Modeli .....	73
2.1.1. Fenomenolojik Desen .....	75
2.1.2. Kültürel Desen .....	76
2.2. Katılımcı Yaşam Koçları .....	77
2.2.1. Yaşam Koçlarının Cinsiyet ve Yaş Değişkenlerine Göre Dağılımı.....	79
2.2.2. Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı.....	82
2.2.3. Katılımcıların Koçluk Meslek Türlerine Göre Dağılımı.....	85
2.3. Verilerin Toplanması .....	86
2.3.1. Gözlem .....	88
2.3.2. Mülakat .....	89
2.3. Verilerin Analizi ve Yorumlanması .....	93
2.4. Araştırma Sürecinde Karşılaşılan Güçlükler.....	99
<b>BÖLÜM 3: BULGULAR VE YORUMLAR .....</b>	<b>102</b>
3.1. Yaşam Koçu Olma Süreci .....	102
3.1.1. Katılımcıların Koçluğa Yönelimini Etkileyen Faktörler .....	103
3.1.1.1. Psikolojik Faktörler .....	103
3.1.1.2. Sosyal Faktörler .....	105
3.1.2. Yaşam Koçluğu Mesleğini Tercih Nedenleri.....	108
3.1.2.1. Alana İlgi .....	108
3.1.2.2. Kendisini Farklı Hissetmek .....	109
3.1.2.3. İnsanlara Yardım Etme Arzusu .....	110
3.1.3. Yaşam Koçunda Bulunması Gereken Özellikler .....	116
3.2. Koçluk Sürecinde Koç-Danışan Etkileşimi .....	118
3.2.1. Danışanın Yaşam Koçuna Gelme Nedenleri .....	119
3.2.1.1. Psikolojik Nedenler .....	119
3.2.1.2. Sosyo-kültürel Nedenler .....	122

3.2.1.3. Ekonomik Nedenler .....	124
3.2.1.4. Manevi Nedenler .....	125
3.2.2. Koç ve Danışanın İlk İrtibatı.....	129
3.2.2.1. İnternet Aracılığıyla İrtibat Kurma.....	129
3.2.2.2. Sosyal Çevre .....	130
3.2.3. Danışan ile İlişki Şekli .....	132
3.2.3.1. Profesyonel İlişki.....	132
3.2.3.2. Arkadaşça İlişki .....	133
3.2.4. Koçun Danışanda Aradağı Kriterler .....	137
3.2.5. Koç ve Danışan Görüşme Şekli .....	141
3.2.6. Koçluk Sonucu Oluşan Köklü Değişimler.....	143
3.2.7. Koçluk Uygulama Modelleri .....	147
3.2.7.1. Sokratik Sorgulama .....	148
3.2.7.2. Rüya Çalışmaları .....	148
3.2.7.3. Şuur Egzersizleri.....	149
3.2.7.4. Ölçme Teknikleri.....	151
3.3. Yaşam Koçlarının Maneviyata Yönelik Yaklaşımlarıyla İlgili Bulgular .....	152
3.3.1. Yaşam Koçlarının Maneviyat Tanımları.....	152
3.3.1.1. İletişim Kurma.....	153
3.3.1.2. Duygu Temelli Bağlanma.....	158
3.3.1.3. İnanç .....	160
3.3.1.4. Değer .....	163
3.3.1.5. Minnettarlık .....	165
3.3.1.6. Maneviyatın Ruhun Bir Parçası Olması .....	166
3.3.2. Yaşam Koçlarının Aldıkları Manevi Eğitim.....	168
3.3.3. Koçluk Sürecinde Manevi Yaklaşımlar .....	174
3.4. Genel Değerlendirme .....	185
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>193</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>202</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>231</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>271</b>

## KISALTMALAR

<b>ABD</b>	: Amerika Birleşik Devletleri
<b>AC</b>	: Associate Certified Coach/Akredite Üye Koç
<b>ACTP</b>	: ICF Akredite Koçluk Eğitim Programı
<b>akt.</b>	: Aktaran
<b>APJIR</b>	: Academic Platform Journal of Islamic Research
<b>Bkz.</b>	: Bakınız
<b>Çev.</b>	: Çeviren
<b>DİA</b>	: Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi
<b>diğ.</b>	: Diğerleri
<b>ICF</b>	: International Coach Federation/Uluslararası Koçluk Federasyonu
<b>IOC</b>	: Institute of Coaching/Koçluk Enstitüsü
<b>KPD</b>	: Koçluk Platformu Derneği
<b>MCC</b>	: Master Certified Coach/Akredite Master Koç
<b>MYK</b>	: Mesleki Yeterlilik Kurumu
<b>PCC</b>	: Professional Certified Coach/Akredite Profesyonel Koç
<b>TDK</b>	: Türk Dil Kurum
<b>UPKD</b>	: Uluslararası Profesyonel Koçluk Derneği
<b>UZEM</b>	: Uzaktan Eğitim Araştırma ve Uygulama Merkezi
<b>vb.</b>	: Ve benzeri



## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1</b> : Literatürde Yer Alan Koçluk Tanım ve Amaçları .....	11
<b>Tablo 2</b> : Koçluk Psikolojisi ve Koçluk Sektörü.....	24
<b>Tablo 3</b> : Bireysel Koçluk Modelleri ve Uygulamaları.....	29
<b>Tablo 4</b> : Koç ve Terapist Arasındaki Farklar.....	49
<b>Tablo 5</b> : Koç ve Mentor Arasındaki Farklar .....	51
<b>Tablo 6</b> : Şeyh ve Manevi Koç Arasındaki Farklar.....	53
<b>Tablo 7</b> : Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı 2017 .....	80
<b>Tablo 8</b> : Katılımcıların Yaş Dağılımı 2017.....	81
<b>Tablo 9</b> : Katılımcıların Eğitim Seviyesine Göre Dağılımı.....	83
<b>Tablo 10</b> : Katılımcıların Mezun Oldukları Bölüm ve Geçmiş Meslekleri.....	83
<b>Tablo 11</b> : Katılımcıların Koçluk Öncesi Çalışma Süresi .....	84
<b>Tablo 12</b> : Katılımcıların Koçluk Meslek Türlerine Göre Dağılımı .....	85
<b>Tablo 13</b> : Data Toplama Prosedürü .....	92
<b>Tablo 14</b> : Nitel Veri Seti .....	97
<b>Tablo 15</b> : Nitel Araştırmanın İnanılcılığı İçin Kullanılan Kriterler.....	98
<b>Tablo 16</b> : Danışanda Aranılan Kriterler .....	138
<b>Tablo 17</b> : Yaşam Koçlarının Maneviyat Tanımları .....	153
<b>Tablo 18</b> : Yaşam Koçlarının Maneviyatı .....	168
<b>Tablo 19</b> : Koçluk Sürecinde Manevi Yaklaşımlar .....	174

## ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1 : İlk Coach At Arabaları .....	14
Şekil 2 : Coach Araba Çizimleri .....	14
Şekil 3 : Koçluğun Etkilendiği Alanlar .....	34
Şekil 4 : Koçluk ve Diğer Danışmanlıklar .....	55
Şekil 5 : Maslow'un İnsan Güdeleri Hiyerarşisi .....	63
Şekil 6 : İnsanın Manevi Gelişim Piramidi .....	64
Şekil 7 : Araştırma Deseninin Uygulama Aşamaları .....	74
Şekil 8 : Araştırma Sürecinde Fenomenleri Anlama ve Açıklama .....	77
Şekil 9 : Manevi Alanda Bilimsel Materyal Toplama .....	87
Şekil 10 : Koçluğa Yönelimi Etkileyen Faktörler .....	103
Şekil 11 : Koçluk Serüveni .....	112
Şekil 12 : Diğerkamlık, Prososyal Davranış ve Yardım Etme İlişkisi .....	116
Şekil 13 : Koçluk Uygulama Satışı .....	124
Şekil 14 : Yaşam Koçu ile Müşteri İlişkisi .....	132
Şekil 15 : Koçluk Hareket Planı .....	147
Şekil 16 : Koçluk Çalışma Modeli .....	199
Şekil 17 : Koçluğun Kurumsallaşması .....	200

<b>Tezin Başlığı:</b> Yaşam Koçları Açısından Koç-Danışan İlişkisinin Psiko-Sosyal ve Manevi Yönden Tahlili	
<b>Tezin Yazarı:</b> Hatice Sümeyye ULCAY	<b>Danışman:</b> Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU
<b>Kabul Tarihi:</b> 02.01.2019	<b>Sayfa Sayısı:</b> viii (önkısım) + 230(tez)+40 (ek)
<b>Anabilimdalı:</b> Felsefe ve Din Bilimleri	
<p>Araştırmanın amacı, bireyin yaşam koçluğuna yönelim nedeni ve yaşam koçu-danışan ilişkisinin psiko-sosyal ve manevi yönden tahlilini yapmaktır. Çalışmada, nitel araştırma yöntemlerine başvurulmuştur. Amerika'dan 4'ü erkek 1'i bayan ve Türkiye'den 4'ü bayan 1'i erkek olmak üzere toplam 10 kişinin deneyimi incelenmek üzere fenomenolojik ve kültürel desenler esas alınarak yarı yapılandırılmış mülakat ve gözlem yöntemleri uygulanmıştır. Elde edilen veriler fenomenolojik analiz yöntemiyle incelenmiştir.</p> <p>Araştırma katılımcıların yaşam koçu olma süreci, koç-danışan ilişki süreci ve koçların manevi yaklaşımları şeklinde üç ana başlık üzerine kurulmuş ve araştırma bulguları psiko-sosyal ve manevi etkenler bağlamında incelenmiş ve yorumlanmıştır. Ayrıca yaşam koçluğuna yönelik eleştiriler ele alınmıştır. Yaşam koçluğunu ele alan bu çalışmanın bulgular bölümünde koçlarla görüşmelerden elde edilen bilgiler aktarılmıştır. Bulgularla literatür karşılaştırılarak genel değerlendirmeler yapılmıştır.</p> <p>Araştırmada koçların eğitim seviyesinin yüksek olduğu ve koçluk mesleğinin kadınlar tarafından daha çok tercih edildiği tespit edilmiştir. Koç-danışan ilişkisi mesafeli yakınlık ve profesyonel olmak üzere iki farklı boyuta sahiptir ve koçlukta yaygın olan iletişim sosyal paylaşım ağları aracılığı ile gerçekleşmektedir. Koç danışan ilişkisi bağlanma ve güven üzerine kurulmuştur. Danışanın koça başvurmasında sosyal yetenek ihtiyacından kaynaklanan nedenlerle birlikte kişinin hayatta tıkanmışlık yaşaması ve sürekli gelişim gösterme ihtiyacı etkili olmuştur. Araştırma sonucunda yaşam koçu ve danışan ilişkisinde maneviyat, vicdan, mahremiyet, minnettarlık, sorumluluk ve yardımlaşma fenomenlerinin önemli olduğu tespit edilmiştir. Bulgular kapsamında sonuçlar ve öneriler sunularak araştırma tamamlanmıştır.</p>	
<b>Anahtar Kelimeler:</b> Koçluk, yaşam koçu, danışan, maneviyat, fenomenolojik analiz.	

**Title of the Thesis:** Psycho-Social and Spiritual Analysis of Coach-Client Relations from the Life Coaches' Perspective

**Author:** Hatice Sumeyye Ulcay **Supervisor:** Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOĞLU

**Date :** 02.01.2019

**Nu. of pages:** viii (pretext) + 230 (mainbody) + 40 (app)

**Department:** Philosophy and Religious Sciences

This research aims to investigate the reasons which tend clients to approach coaching and the relationship between life coaches and clients with respect to psycho-social and spiritual factors. Qualitative research methods were utilized in this study. Total of 10 participants were interviewed from which 5 of them were from Turkey with 4 women, 1 man distribution and 5 of them from USA with 4 men and 1 woman distribution. Semi-structured interview forms and observation methods were utilized while caring for phenomenological and cultural key points. Data were collected and analyzed using phenomenological methods.

The research has been categorized into the following three major subjects: (1) Participants' journey to become life coach, (2) Life coach and client relationship, (3) Spiritual approach of life coaches. The results of the research have been interpreted with respect to spiritual and psycho-social factors. Findings of the research have been presented under the discussion section in detail from analysis of interview scripts.

It has been observed in this study that life coaches attained higher education and life coaches were mostly females. Life coach and client relation have the following two categories: (1) distant (2) professional. The most popular communication method in coaching has been found to be social media. Coach-client relation has been found upon trust and connectedness. Developing social skills factors have been the dominating reasons of clients for seeking assistance through the life coaches. As a result, spirituality, consciousness, privacy, thankfulness, responsibility, assistance and service to one another are the forthcoming important concepts from this study. Finally, findings from this study have been compared to the literature, general assessments were conducted, results were obtained from the findings and this research has been concluded with some recommendations.

**Keywords:** Coaching, life coaching, client, spirituality, phenomenological analysis.

## GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın genel olarak konusu, temelini oluşturan problem durumu, problem cümlesi, amacı ve önemi, araştırmadaki varsayımlar ve araştırmanın sınırlılıkları ile araştırmada adı geçen terimlerin tanımları yer almıştır.

### Araştırmanın Konusu

Dünya üzerinde parıltılı bir kavram haline gelen koçluk (Courville, 2009: 62), karmaşık aynı zamanda dinamik yapısıyla gelişmekte olan ve yenilikçi düşünceleri birleştiren bir yapıya sahiptir. Koçluk, özellikle son yıllarda yönetici koçluğu, iş koçluğu, spor koçluğu ve yaşam koçluğunun yanı sıra geri bildirim koçluğu, doktora tez yazım koçluğu, medya koçluğu, doğum koçluğu, liderlik koçluğu ve manevi koçluk gibi türlere ayrılmış ve kişisel gelişim alanında yeni bir fenomen olarak ortaya çıkmıştır.

Henüz emekleme aşamasında olan koçluk, kuruluşuna katkıda bulunan disiplinlerden ayrı ve özgün bir alan olarak kendisini kanıtlamaya çalışmaktadır. Alan içinde koçluğun tam olarak ne olduğunun doğru ifade edilmesi ve en iyi koçluk yaklaşımının belirlenmesi konusunda birçok farklı görüş yer alırken alan dışında danışan ve kamuoyunun, koçluk hakkında çok daha fazla karışık düşünceye sahip olduğu görülmektedir. Örneğin ICF, “koçların danışanlara tavsiyede bulunmadığını” ve “cevapların danışanlarda olduğunu” savunurken (ICF, 1999:1), bu anlayışa ters düşecek yorum yapan bazı koçlar, danışanlarının kendilerinden özel bilgi ve tecrübe için kısa süreli ücretli danışmanlık hizmeti aldığını başka bir ifadeyle “tavsiye satın aldıklarını” ifade etmektedir (akt. Brock, 2008:2).

Koçluk teriminin güncel kullanımı ve tanım olarak gelişmesi, spor ve eğitim koçluğuna verilen geleneksel referansların ötesine geçmiş ve böylece birçok farklı alanda koçlukla ilgili çalışma yapılmıştır. Dikkat çeken çalışma konuları arasında; hiperaktivite bozukluğu (ADHD; Rately, 2002); satış performansını artırma (Zengin, 1998); akran eğitimi (Engelen ve Bergen, 2002); şizofrenide bilişsel eğitim (Twamley ve diğ., 2003); kariyer koçluğu (Scandura, 1992); stres yönetimi (Busch ve Steinmetz, 2002); yaşam koçluğu (Grant, 2003)

ve yönetici koçluğu yer almaktadır (Kilburg, 1996; akt. Grant, 2005: 2).

1990 yılından itibaren dünya genelinde koçluk eğitimi veren okulların sayısı 3'ten 273'e yükselmiş ve 2008 yılında 11 koçluk dergisi olduğu tespit edilmiştir (Carr, 2005; akt. Brock, 2008: 1). Amerika'da Harvard Üniversitesi'nde kurulmuş olan Koçluk Enstitüsü ile en az yedi üniversite koçluk programları sunmaktadır. Benzer yapılanma dünyanın birçok yerinde görülmektedir. Bu bakımdan akademide koçluğun gittikçe artan bir şekilde kabul edildiği söylenebilir. Aynı şekilde koçluk literatürünün gelişimi son yıllarda önemli ölçüde hız kazanmıştır. 2000 ve 2009 yılları arasında, koçlukla ilgili 425 makale ve 77 doktora tezi hazırlanmıştır. Bu çalışmalar sıklıkla yönetici koçluğu (Bono ve diğ., 2009), koçluk uygulamaları (Vloeberghs, Pepermans ve Thielemans, 2005; McCauley, 1999), koçluk okullarının özellikleri (Grant ve O'Hara, 2006) hakkındadır (akt. Grant ve diğ., 2010: 129-130). Günümüze kadar koçlukla ilgili yapılan araştırmalar genellikle, uygulamalı pozitif psikoloji için bireysel, örgütsel ve sosyal değişimi kolaylaştıracak bir platform sunmaktadır (Grant ve Cavanagh, 2007: 239).

Günümüzde koçluk mesleğine giren kişilerin sayısında önemli bir artış yaşanmaktadır (Criddle, 2007; International Coach Federation, 2013; Poepsel, 2011; Stober ve Grant, 2006). Koçluğa ilgideki artış, muhtemelen, koç olmaya çalışan kişilerin sayısının artmasının yanı sıra koçun yardımına ihtiyaç duyan danışanların sayısının artmasından da kaynaklanmaktadır (Griffiths ve Campbell, 2008; Stein, 2003). John Whitmore'a göre ahlaki ve çevresel bozulmanın üstesinden gelebilmek için, insancıl koçluk ilkeleri; eğitim, yönetim, liderlik, sağlık, din ve diğer sosyal kurumlara nüfuz etmelidir (Grant ve Cavanagh, 2007: 243). 1990'lı yıllarda iş dünyasında ve örgütsel psikoloji alanında ilgi gören koçluk (Kristal, 2010), günümüzde bireysel gelişim odaklı kişisel yaşam koçluğu alanında gelişim göstermektedir (Disbennett-Lee, 2005). Bu sebeple birçok kişi, gideceği yönü ve hayattaki dengesini sağlamak için koçlara başvurmaktadır (O'Connor ve Lages, 2004: 12). Koçluk alanı, danışanın hedef belirlemesinde ve bu hedefine ulaşmasında danışana eylem planı tasarlayarak yardımcı olmaktadır (Kimsey-House ve diğ., 2011: 14-15). Özetle, bireyin bu durumu gerçekleştirebilmesi başka bir ifadeyle yaşam koçunun başarısı, koç ve danışan arasındaki çalışma ilişkisine bağlı görülmektedir (Herbert-McZeal, 2014: 1).

Bununla birlikte, akademisyenler, uygulayıcılar ve araştırmacıların karşı karşıya olduğu önemli bir sorun olarak hem seküler hem de dini ve manevi koçluk modellerinin etkililiğini destekleyecek ampirik verilerin eksikliği söz konusudur (Grant ve Cavanagh, 2007; Bartley, 2011). Nitekim koçluk müdahalelerinin çoğu, psikolojik tekniklere dayanmakla birlikte yakın zamanda, profesyonel koçluğu tarif etme çabalarında koçluk uygulayıcıları ve danışanları, açıkça veya dolaylı olarak dini söylemle ilgili olan dili kullanmaya başlamış ve böyle bir söylem, Hristiyanlık, Budizm ya da Yahudilik gibi belirli dini geleneklerle doğrudan bağlantılı olmadığından "manevi" olarak tanımlanma yoluna gidilmiştir (Courville, 2009: 1). Son yıllarda bu eksikliği gidermek üzere Batı'da koçluk ve maneviyat/spiritüel temalı çalışmalara ilginin arttığı görülmektedir (bkz. Elliot, 2005; Maynard, 2006; Aupers ve Houtman, 2006; Maher, 2008; Courville, 2009; Bartley, 2011; Pienarr, 2015; Ollendieck, 2016).

Bu araştırmada, konuyla ilgili doktora çalışmaları arasında dikkat çekenler; Maher'in (2008) manevi yaşam koçluğu modeli; Courville'nin (2009), iş, maneviyat ve koçluk ilişkisini ortaya koyması; Bartley'in (2011) başarılı Hristiyan koçluk uygulamalarını tespit etmesi; Elliott'un (2005) yaşam koçluğunun, Tanrıya açılma, kişisel değerlere kavuşma, kişisel iyi oluşun artması, içsel özgürlük, anlam kazanımı gibi manevi uygulamalar konusunda olumlu yönde etkide bulunduğunu ortaya koyması bakımından önemli görülmektedir.

Koçluk ile ilgili kitap, makale ve eğitim programlarının sayısı artmaya devam etmektedir. Ancak koçluk uygulamalarının başarısı konusunda ampirik veri azlığının yanı sıra (Williams, 2000), koçluk üzerine yapılan ampirik literatürün de bağlamsal, anket temelli ve koçluk uygulamalarının özellikleri ile sınırlı olduğu görülmektedir (Grant ve Cavanagh, 2007). Bununla birlikte işyeri maneviyatı, spor ve eğitim alanında maneviyat üzerine yeni çalışmaların başlaması umut vericidir. Ancak Türkiye'de koçluk üzerine yapılan araştırmalar işletme, eğitim ve spor alanına yoğunlaşırken koçluk uygulamalarındaki manevi boyuta kısaca yer vermekte ya da göz ardı etmektedir.

Bu eksiklikten yola çıkarak araştırmada "Maneviyat yaşam koçluğunda nasıl bir role sahip?" ve "Yaşam koçu-danışan ilişkisinde maneviyat alanı ne derecede ele alınmaktadır?"

sorularına yanıt aranmıştır. Bunun sonucunda koçluğun amaç, hedef, metod, danışanla<sup>1</sup> ilişki, eğitim durumu vb. özellikler konusunda maneviyat temasına nasıl ve ne kadar yer verdiği ve yaşam koçu-danışan ilişkisinde danışanın kişiliği ve manevi yaklaşımına bağlı verilerle karşılaşılmaktadır. Çalışmanın temel motivasyonlarını ortaya koyma bakımından diğer danışmanlık alanlarında güncel pek çok problem çalışılmayı beklerken yaşam koçunun danışanla ilişkisinde maneviyat boyutuna vurgu yapılması bu çalışma adına oldukça anlamlı görülmektedir. Bu durum öncelikle koçluğun diğer danışmanlıklardan farklı olarak normal insana bütüncül bir bakış açısı ile yaklaşması ve maneviyatı danışmanlık sürecine dahil ettiği iddiasında bulunması ile alakalıdır. Burada maneviyatın yaşam koçları tarafından nasıl yorumlandığı dikkate değer bir husustur.

Din psikolojisi merkezli yapılan çalışmalarda, genellikle “din” fenomeninin, araştırılmak istenen olaya yaptığı psikolojik etkiye bakılır. Bu sebeple araştırmada; yaşam koçlarının maneviyatlarını derecelendirme gibi bir amaç güdülmemiş, manevi yaklaşımlara karşı bakış açıları değerlendirilmiştir. Çalışmada hem maneviyatın yaşam koçluğu uygulamalarındaki yeri hem de yaşam koçlarının manevi yaşam hakkındaki görüşleri ve danışanlarına uyguladıkları dini-seküler eğilimlere değinilmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda araştırmada çift yönlü bir yaklaşım sergilenerek “koçların manevi yaklaşımları” ile birlikte “yaşam koçlarının geçmiş tecrübeleri, algıları, kendi maneviyatları” hakkında bilgi edinmek de amaçlanmıştır. Bu şekilde koçların sahip oldukları inançlar ile koçluk uygulamalarındaki kendi inançlarının danışan üzerindeki etkisinin derecesi de akla gelen sorular arasında yer almaktadır. Bu noktada yaşam koçlarının değer yönelimleri, maneviyat algıları ve dinsel-seküler yaklaşımları da araştırma konusu dahilindedir.

Araştırmanın ilk bölümde koçluğun tanımları, tarihçesi, gelişimi, koçluk türleri, yaklaşımları, becerileri üzerinde durulmuştur. Koçluğun diğer gelişim ve danışmanlık modellerinden farkı ortaya konulmuş, koçluk psikolojisi ve koçluk endüstrisi ilişkisinden bahsedilmiştir. İkinci bölümde araştırmanın yönteminden, örneklem grubundan bahsedilmiş, verilerin analizi üzerinde durulmuştur. Araştırmanın üçüncü bölümünde ise bulgular kısmına yer verilmiştir. Dördüncü bölümde, katılımcıların demografik özellikleri

---

1 Türkçe’de “coachee” sözcüğünün tam karşılığı bulunmadığından çalışmada kendisine koçluk yapılan kişi, “danışan” olarak anılacaktır.



ile mülakatlar neticesinde elde edilen veriler, fenomenolojik analiz sonucu yorumlanmış ve değerlendirme yapılmıştır. Son bölümde ise bu araştırma neticesinde gelecek araştırmalara kapı aralayacak yeni çalışmalara fayda sağlayacağı düşünülen yeni araştırma konularına yer verilmiştir.

### **Araştırmanın Amacı ve Problemi**

Din psikolojisi alanındaki çalışmalar, hem Türkiye’de hem de Amerika’da psikolojinin önemli bir alanı olarak kabul edilmektedir. Nitekim Türkiye nüfusunun %92’sinin Allah’a inanması (Kulat, 2017:4), Amerikalıların ise % 90’dan fazlasının Tanrı’ya inanması ve belirli dini tercihleri (Hoge, 1996) göz önünde bulundurulduğunda insanı anlamaya çalışan bu alanın, Türkiye ve Amerika’daki insan hayatının önemli bir yönünü ele aldığı söylenebilir. Din psikolojisi alanında kaygı ile başa çıkma, fedakarlık, dini tutum ve davranış ile ilgili yapılan çalışmalar, psikolojiye genel ilgi duyan diğer birçok olgu çalışması için zengin bir malzeme kaynağı sunmaktadır (Nielsen, 2000: 10, akt. Courville, 2009: 179-180). Ancak çoğunluğu belli bir inanca ve maneviyata sahip insanların, psikolojik destek ya da rehberlik ve danışmanlık hizmetlerinden yararlanırken çeşitli (manevi ve dini konularda eğitim görmemiş insanlar tarafından rehberlik hizmeti sunulması gibi) sorunlarla karşılaştığı görülmektedir (Stern, 1985: 40; Ok, 2008: 7). Bu sorunları ele alan akademide Türkiye’de maneviyat ve danışmanlık psikolojisi alanındaki çalışmaların daha başlangıç düzeyinde olduğu söylenebilir. Türkiye, zengin manevi birikime sahip bir coğrafyada bulunmasına karşın, iyi oluş hali, kişisel ve manevi gelişim gibi konular için temel alanlardan biri olan maneviyat temasının, profesyonel psikolojik danışma ve alternatif psikolojik danışma sürecindeki yansımalarına ilişkin, literatürde gerek ampirik gerek teorik çalışmaların eksikliği söz konusudur. Koçluğun tanımı, uygulama yöntem ve teknikleri, çalışma alanı gibi kendi içerisinde birçok tartışma söz konusuyken maneviyat ile ilgili söylemleri dikkat çekici görüldüğünden bu çalışma koçluk ve maneviyat ilişkisini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Aynı şekilde çalışma, manevi temelli yaklaşım ve teknikler ile maneviyatın psikoloji alanına entegrasyonunda karşılaşılabilecek problemleri sergilemesi açısından da önemli görülmektedir. Nitekim insan olmanın anlamı hakkında yapılan varsayımlar, psikoloji ve din alanlarındaki gerginliğin özünde yer almaktadır

(Courville, 2009:180). Bu konuda bir çözüm arandığında bu alandaki çalışmaların sayı ve kalitesinin artırılması bir ihtiyaç olarak görülebilir.

Araştırmanın bir diğer amacı ise “yaşam koçluğu amaç, hedef, metod, danışanla ilişki, eğitim durumu” vb. özelliklerini, “danışanın bu ilişki içerisindeki kişisel ve manevi gelişimine yönelik yaklaşımların” tespitini ve yaşam koçluğu yaklaşımının bireyin kişisel ve manevi gelişiminde yardımlarını ortaya koymayı hedeflemektedir. Elde edilen neticelerin sadece psikolojik danışmanlık alanında değil aynı zamanda din hizmetleri alanında da yarar sağlayacağına inanılmaktadır.

Diğer yandan araştırmada Amerika’dan 4’ü erkek 1’i bayan ve Türkiye’den 4’ü bayan 1’i erkek olmak üzere toplam 10 koç ile mülakat gerçekleştirilmiştir. İki farklı ülkeden örneklem grubunun seçilmiş olmasının amacı, koçluğun doğuş yeri olan Amerika’da nasıl algılandığını ve Türkiye’de bu durumun nasıl uygulandığını, dini ve kültürel farklılıklar dikkate alınarak tespit etmektir. Bu nedenle iki farklı profile ulaşmak açısından bu grupların işlevsel olacağı düşünülmüştür.

Bu olgulardan yola çıkılarak araştırmanın temel amacı, “koçluğun ne olduğunun ve yaşam koçu-danışan ilişkisinin psiko-sosyal ve manevi yönden tahlilinin” ortaya konmasıdır. Bunu tespit edebilmek için de öncelikle “yaşam koçluğunun tanımlanması” başka bir ifadeyle yaşam koçunun ne olup ne olmadığını keşfetmek gerekmektedir. Bu bağlamda yaşam koçluğunu oluşturan koç olma süreci, koç-danışan ilişkisi ve koçluk yaklaşımları olmak üzere üç unsur incelenerek konuyla ilgili öneriler geliştirilmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın temel problemini “koçlukta, yaşam koçu ve danışan arasındaki psiko-sosyal ilişki ve maneviyatın değeri” konusu oluşturmaktadır. Bu ana problemin yanında araştırmanın alt problemleri aşağıdaki gibi sıralanabilir:

1. Araştırmaya katılan yaşam koçlarının yaş, cinsiyet, eğitim durumu, meslekleri ve sosyo-kültürel özellikleri nelerdir?
2. Katılımcıların yaşam koçluğuna yönelimini etkileyen faktörler nelerdir?
3. Katılımcıların yaşam koçluğu mesleğini tercih nedenleri nelerdir?
4. Katılımcıların yaşam koçu olmasında maneviyatın etkisi var mıdır?
5. Yaşam koçlarının danışan ile ilişkisinde maneviyata yönelik tutumları nasıldır?
6. Danışanın yaşam koçuna gelme nedenleri nelerdir?

7. Danışanlar hangi manevi nedenlerden dolayı koça gelmektedir?
8. Yaşam koçunda bulunması gereken beceri ve yetiler nelerdir?
9. Koçların danışanları ile görüşme şekli nasıldır?
10. Koçların danışanları ile kurdukları ilişki şekli nasıldır?

Bu sorular doğrultusunda, koç-danışan ilişkisinin “psiko-sosyal ve manevi yönden tahlili” araştırılarak konu ile ilgili öneriler geliştirilmeye çalışılmıştır.

### **Araştırmanın Varsayımları**

Araştırmanın problemleri ve yöntemi de dikkate alınarak yaşam koçluğu, koç ve danışan ilişkisi, koçlukta manevi söylem ve yaklaşım konuları ele alınarak bu araştırmada “Yaşam koçu olmada, koç-danışan ilişkisinde ve koçun yaklaşımlarında maneviyat önemli bir fenomendir” ifadesi araştırmanın temel varsayımını oluşturmaktadır. Araştırmada koç-danışan ilişkisi ve koçlukta manevi yaklaşımlar farklı ve çok boyutlu yapıları ile ele alınmıştır.

Araştırmanın problemleri ve temel varsayımı ile bağlantılı olarak ileri sürülen alt varsayımlar aşağıda sunulmuştur:

- Mesleki koçluk yeterince kurumsal değildir.
- Koçluğun çizdiği terapötik geleneklerin tanımlanması ve kavramsallaştırılması, din psikolojisinin bir alt alanı olarak konumlanması için uygundur.
- Bireyin yaşam koçu olmasında maneviyat etkilidir.
- Danışanlar manevi nedenlerden dolayı koçlara gelebilmektedir.
- Yaşam koçu, koçluk sürecinde manevi duygu ve tutumları önemli bulmaktadır.

### **Araştırmanın Önemi**

Koçluğun gelişimi ve statüsü gün geçtikçe artmakta olup, üniversitelerde koçluk, eğitim programlarında kendisine yer bulmaktadır (Gooding, 2006; Bartley, 2011: 21). Psikoloji ve davranışsal bilimler koçluk üzerine odaklanarak akademik araştırma ve incelemede bulunmasına rağmen (Grant, 2005; Grant, 2006; Önen, 2015: 158), seküler, dini ya da manevi yaşam koçluğu alanındaki çalışmalardan yoksundur (Bartley, 2011: 21; Cavanagh ve Grant, 2007). Bugün, araştırmacılar, profesyonel dernekler ve tüketiciler tarafından

somut ve doğrulanabilir kaynaklardan koçluk hakkında bilinen tutarlı, kuramsal, temel ve terminolojiyle iyi tanımlanmış uzmanlık alanındaki tüm bilgiyi birleştirmenin bir ihtiyaç olduğu kabul edilen bir görüştür (Maynard, 2006: 3). Bu bağlamda, koçluk kavramının gelişmesinde, tanınmasında ve Türkiye’deki uygulama alanının tahlilinde, yapılan bu çalışma hem teorik hem pratik anlamda yarar sağlayabilir, Batı’da ve Türkiye’de bu konu ile ilgili literatürün toplanması ve yorumlanması yoluyla din psikolojisi alanına bir katkı sağlayabilir.

Bugün koçluk sektörü koçluğun etkinliğini destekleyen araştırma yoksunluğu sorunu ile karşı karşıyadır. Literatüre bakıldığında, son zamanlarda ‘koç’ kavramını pek çok yönüyle ele alan araştırmalar bulunmaktadır ve bu araştırmalar hızla artmaktadır. Aynı zamanda 29.06.2013 tarihinde Türkiye’de yeni bir meslek olarak kabul gören genel anlamda koçluğun ne olduğu üzerine tartışmalar devam ederken, bu araştırma yaşam koçluğu alanındaki dini ve manevi yaklaşımlar üzerine ilk çalışma olacaktır. Koçluk üzerinden yapılan söylemler, alan hakkında bilgi kirliliğine ve koçluğun tanımlanmasında yaşanılacak birçok sorunla gündeme gelmesine sebep olmaktadır. Nitekim gazete ve web sitelerinde, şeyhlik ve yaşam koçluğu kavramlarının birlikte ve benzer görevlere sahip olduğunu ima eden<sup>2</sup>, yaşam koçunun şeyhliğin yerini aldığını ve fonksiyonel olarak şeyh olabileceğini<sup>3</sup> söyleyen ya da farkında olmaksızın yaşam koçlarının, şeyh gibi davranabileceklerini iddia eden yazılarla<sup>4</sup> karşılaşılmalıdır. Aynı zamanda koçların çoğunlukla örtük bir söylem içerisinde ortaya koydukları manevi temanın, açık olarak ortaya konmasının, koçluk uygulayıcıları, danışanları ve yapılan işin değerlendirilmesi, değişimi ve gelişimi için yeniden bir imkan sağlayacaktır. Bununla birlikte manevi söylemi açıkça belirtmek ve etki alanını genişletmek, spor, iş, eğitim ve birçok alanda maneviyat hakkında geniş bir çalışma başlatmak için yarar sağlayabilir. Bunun dışında çalışma ile hem yaşam koçluğunun doğru tanıtılabilmesi açısından hem de geleneksel tasavvuf anlayışı ile ilişkisinin doğru anlaşılabilmesi bakımından da bir değer ifade etmektedir.

---

2 <http://haber.stargazete.com/ege/yasam-kocu-ozlem-ucal-sistemin-en-kuvvetli-enerjisi-cumhurbaskanidir/haber-955430> (Eklenme Tarihi: 10.01.2017).

3 [http://www.semazen.net/roportaj\\_detay.php?id=35](http://www.semazen.net/roportaj_detay.php?id=35) (Eklenme Tarihi: 10.01.2017).

4 <http://www.milliyet.com.tr/obur-dunya-koclari/cumartesi/haberdetayarsiv/23.09.2006/172362/default.htm> (Eklenme Tarihi: 10.01.2017).

Bu çalışma, Türkiye’de koçluk ve maneviyat ilişkisini ele alan herhangi bir çalışma bulunmaması, Batı’da yaşam koçluğu ve din psikolojisi çerçevesinde ulaşılan teorik ve ampirik birikimin Türkçe’ye kazandırılması ve söz konusu maneviyat ve yaşam koçu yaklaşımları arasındaki ilişki ve etkileşimin yapılan görüşmeler ile tespit edilecek olması bakımından önemli görülebilir. Bu noktada insanla ilgili bilimsel verilerin kaynağı olarak Batının işaret edilmesi anlamlı görünse de bu çalışma yürütülürken, Batı’yı etkileyen kaynakların da yeniden keşfedilmesi umulmaktadır. Bununla birlikte birçok bilimsel çalışmada Batı menşeli araştırmaların referanslarını kullanırken karşılaşılan kültürel farklılıkları görmezden gelme riski dikkate alınarak dini, kültürel ve sosyal farklılıklar ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Mahiyet ve konu bakımından benzerlikler gösteren bilimsel disiplinler arasında ilişki kurmak akademik bakışın gerektirdiği bir zorunluluktur. Bu sebeple bütüncül bakış açısının sağlanabilmesi için disiplinler arası çalışmaların yapılması gerekmektedir. Bu çerçevede son dönemlerde din psikolojisi, danışmanlık ve tasavvuf birbiriyle ilişkisi kurulan disiplinler arasında yer almaktadır. Bu disiplinler arasında ilişki kurmak başka bir deyişle sufi psikolojisini konu edinen; Wilcox’un (2001) *Sufizm ve Psikoloji*, Frager’in (2005), *Kalp, Nefis, Ruh*, Merter’in (2013), *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, Sayar’ın (2008) *Sufi Psikolojisi*, Şekur’un (2018) *Su Üstüne Yazı Yazmak* gibi eserleri kaleme alan bazı araştırmacıların gündemine girmiş ve bu konuda çeşitli fikir ve düşünceler ortaya atılmıştır. Bu çalışmalar disiplinler arasında ilişki kurmada yardımcı olsa da metodu ve mahiyeti bakımından henüz multidisipliner bir alan ortaya konulduğu söylenemez. Bu minvalde maneviyatı konu edinen psikoloji ve tasavvuf olmak üzere bu iki disiplin arasında ilişki kurmanın ehemmiyeti araştırmadaki konunun mahiyetini anlamak bakımından önem arz etmektedir.

### **Araştırmanın Metodu**

Yaşam koçluğu-danışan ilişkisini manevi ve psiko-sosyal açıdan inceleyen bu araştırma iki aşamada yürütülmüştür. İlk aşamada, araştırmanın teorik boyutlarını ortaya koymak amacıyla literatür taraması yapılmıştır. İkinci aşamada, koç olma nedenleri, koç-danışan ilişkisi ve bu süreçlere maneviyatın etkisiyle ilgili derinliğine bir analiz yapabilmek için nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

## Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

Çalışma, literatür taraması ve nitel araştırma yöntemlerinden mülakat ile sınırlıdır. Koçluk ve maneviyat kavramları, son yıllarda yeniden tanımlanma sürecine girmiş bir kavramdır. Dolayısıyla literatürde halen tanım ve kapsamına ilişkin tartışmalar devamlılığını sürdürmektedir. Konunun bu kadar dinamik olması kavramların çalışılmasını da zorlaştırmaktadır. Bu nedenle çalışmamızın kavramsal çerçevesini oluşturabilmek için kaynak taraması yapılmıştır. Bu bakımdan çalışmamız 2018 yılından önceki çalışmaları ele alacaktır. Araştırma kesitseldir, dolayısıyla araştırmanın yapıldığı zaman dilimi ile sınırlıdır.

Araştırma, Türkiye’de 5, Amerika’da 5 olmak üzere toplam 10 katılımcıdan elde edilen veriler ile sınırlıdır. Araştırmanın güvenilirliği için 10 katılımcı ile 2016-2018 yıllarında görüşme yapılmış ve bulgular elde edilmiştir. Daha sonra yeni sorular eklenmiş katılımcılar ile telekonferans şeklinde görüşme yapılmıştır. Veriler katılımcılardan gelen cevaplarla doygunluğa ulaşmasından dolayı katılımcı sayısı sınırlı tutulmuştur.

Birçoklarınca şemsiye bir kavram olarak ele alınan rehberlik kavramı, psikoterapi ve danışmanlık alanlarını içine almaktadır (Ok, 1997; akt. Özdoğan, 2006: 129). Bu sebeple araştırmada, koçluk yerine gerektiğinde rehberlik kavramına yer verilmiştir. Aynı zamanda koça gelen kişi için ingilizcede *client*, *cochee* vb. kavramlar bazen *müşteri* olarak bazen de Türkiye’deki koçların tercihleri üzerine *danışan* şeklinde kullanılmıştır.

## BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

Yaşam koçluğunu ve maneviyat ile ilişkisini anlamak için koçlukla ilgili temel kavramların anlaşılması gerekir. Koçluk kavramının daha iyi anlaşılabilmesi, koçluk ve koçluğun geçmişiyile ilgili ortaya atılan çok sayıda bilgi kirliliğinin önüne geçilebilmesi için, koçluğun tarihçesi, koç kelimesinin kavramlaşması aşamasında hangi anlamlarda kullanıldığı, uygulama alanları ve günümüzdeki koçluk yaklaşımları ele alınabilir.

### 1.1. Koçluk Kavramına Genel Bakış

#### 1.1.1. Koç Kelimesinin Anlamı

Dinamik bir yapıya sahip olan ve tarih içerisinde değişimlerden geçerek sürekli yeni anlamlar kazanan koçluğun ne olduğunu anlamak için, koçluk tanımları aktarılırken belli bir sistem prensibinde hareket edilmeye çalışılmıştır. Bu sebeple, 20. yüzyılda koçluğa yüklenen anlamlara yer verilmiştir.

Literatürde yer alan başlıca koçluk tanımları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir:

**Tablo 1: Literatürde Yer Alan Koçluk Tanım ve Amaçları**

Yazar	Yıl	Tanım ve Amaç
Orth, Wilkinson ve Benefari	1987	Koçluk, çalışanların kapasitelerini ve performanslarını arttıracak imkanları fark etmeleri için yardım edici uygulamalı bir süreçtir.
Mink, Owen ve Mink	1993	Koçluk, bireyin, yani koçun, diğer kişilerle öğrenmelerini kolaylaştıracak bir ilişki kurmasıdır.
Kalinauckas ve King	1994	Koçluk, bir yöneticinin, tartışma ve yönlendirilmiş faaliyetler yoluyla, bir çalışana problem çözmesinde veya bir görevi daha iyi yerine getirmesinde yardımcı olmasıdır. Buradaki odak, performansın kullanışlı şekilde geliştirilmesi ve belirli becerilerin ilerletilmesidir.
Peterson ve Hicks	1996	Koçluk, insanları kendilerini geliştirmeleri ve daha etkili olmaları için gerekli olan araç, bilgi ve fırsatlarla donatma sürecidir.
Whitmore	1996	Bir bireyin kendi kapasitesini ortaya çıkararak performansını en üst seviyeye çıkarması sağlamaktır.
Parsloe	1999	Öğrenmeye ve gelişmeye olanak tanıyan ve dolayısıyla performans artıran bir süreçtir.

**Tablo 1: Devamı**

Hall, Otazo ve Hollenbeck	1999	Yoğun yöneticiler için uygulanan pratik ve hedef odaklı kişisel, birebir öğrenme yöntemidir ve performansı artırmak, yönetici davranışlarını geliştirmek, kariyeri ilerletmek ya da raydan çıkmayı önlemek, işletme sorunlarının üzerinden gitmek ve girişimleri değiştirmek amaçlarından biri için kullanılabilir.
Grant	2000	Koçluk, iş performansının, yaşam tecrübelerinin, kendi kendine öğrenmenin ve kişisel gelişiminin artırılmasına olanak sağladığı işbirliğine dayanan, çözüm odaklı, sonuç eğilimli ve sistematik bir süreçtir.
Redshaw	2000	Yönetici koçluğu, öğrenen kişiye rehberlik, cesaretlendirme ve destek sağlamaktır.
Piasecka	2000	Koçluk, liderlik kapasitesinin arttırılmasıdır.
Clutterbuck	2003	Koçluk, asıl olarak kısa vadeli bir müdahale ile belirli bir yetkinliğin geliştirilmesine ve performansın artırılmasına olanak sağlamaktır.
Sterr	2003	Koçluk, bireyin bir başka birey ile olan performans geliştirme odaklı iletişimidir.
Downey	2003	Koçluk, bir başka bireyin performans, öğrenme ve gelişimine olanak sağlama sanatıdır.
Caplan	2003	Bir koç, yardımcı olduğu bireyle işbirliği içinde olan ve bireyin hedeflerine ulaşmasında, sorunlarını çözmesinde, öğrenmesinde ve gelişim sağlamasında yardımcı olan ortaktır.
Ellinger, Ellinger ve Keller	2003	Koç, öğrenmeyi kolaylaştırmaya değer veren ve destekleyen yönetim teknikleri kullanarak, yüksek performans içeren bir çalışma ortamını teşvik eden kişidir.
Fanasheh	2005	Koçluk, insanlığın tüm ihtiyaçlarını en iyi karşılayan süreçtir.
Wright ve Mackinnon	2007	Koçluk bir liderlik tarzıdır.
Hamlin, Ellinger ve Beattie	2009	Koçluk, yardımcı olmayı ve kolaylaştırmayı amaçlayan bir süreçtir; bireylerin, grup/ekiplerin ve şirketlerin yeni beceriler, yeterlilik ve performans edinmesini sağlar; kişisel etkinliklerini, kişisel gelişimlerini ve kişisel büyümelerini destekler.
CIPD Koçluk Kursları Tanımı		Koçluk bireylere yardım ve destek sağlamaktır.
		Yeteneklerini geliştirmek
		Performanslarını artırmak
		Potansiyellerini en üst seviyeye çıkarmak ve olmak istedikleri insan olabilmelerine yardımcı ve destek olmak.
Concise Oxford Sözlük		Koçluk olaylar ile ilgili ders çıkartıcı yol göstermek, eğitmek, ipuçları vermektir.
ICF Türkiye (25 katılımcı)	2014	Koçluk kişilere hayatlarının her alanında onlara destek olan, gelişimlerine katkıda bulunan bir "yol arkadaşını" çağırıştırılmaktadır.



16. yüzyılda “at arabası” anlamında kullanılan koçluk kelimesinin 20. yüzyıldaki anlamları incelendiğinde, kazandığı anlamlar neticesinde çok boyutlu bir kavrama dönüştüğü görülmektedir. Günümüzde genel anlamı itibariyle koçluk, “öğretmek, eğitmek, danışmanlık yapmak, bilgi vermek, yol göstermek, yöneltmek ve alıştırmak” şeklinde ifade edilmektedir.

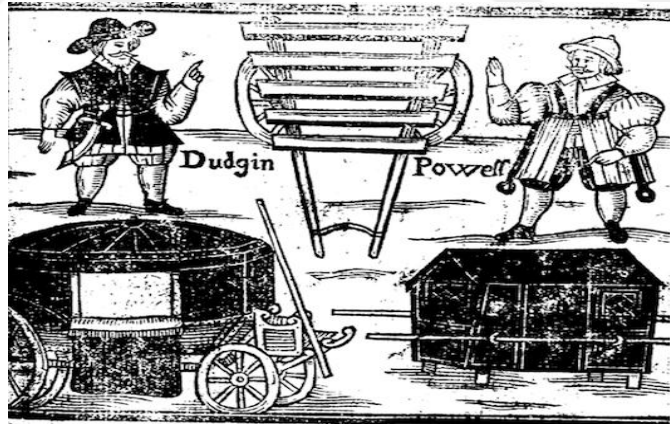
### 1.1.2. Koç Kelimesinin Tarihi Seyri

Koç kelimesinin ilk kullanımı, *Oxford Sözlüğü*’ne göre 16. yüzyıla kadar birçok Avrupa dilinde “*cochee, coch, cocyhe, coache, coche ve coach*” olarak 6 farklı formda geçmekte olup İspanyolca’da ve Portekizce’de ‘coche’, Romanya’da ‘cocie’, Almanya’da ‘kutsche ve kotsche’, Polonya’da ‘kors’ olarak kullanılmıştır (1972: 446). Etimolojik olarak incelendiğinde, coach kelimesi Macaristan’ın Kosci/Kocs kasabasından gelmektedir. Bu kasaba, bir binek araba üreticisi ile *Koczi szeter*, yani *Kocs’ün vagonu* olarak bilinen önceki binek arabalarına kıyasla daha geniş ve rahat bir araba tasarlayarak adını duyurmuştur. Daha sonra bu ad kısaltılarak *koşi* şeklinde anılmıştır (Hendrickson, 2000:187). Bu şekilde Macaristan’da 1458-1490’a kadar, çelik yaylı koltuklu, üzeri kapalı taşıma araçlarının yapıldığı kasabanın adı olarak kullanılmıştır (Baltaş, 2011:6; Evered ve Selman, 1989:31). *The New Encyclopedia*’da, koç kelimesi önceden yolcu ve kargoyu birlikte taşıyan araç anlamında kullanılırken, sonraki dönemlerde yeni özellikler kazanarak tren vagonları anlamını da kazandığı ifade edilmektedir. (Goetz, 1989: 407). Daha sonralarda ise koç kelimesi, hem sürücüyü hem vagonu birlikte adlandırmak için kullanılmıştır. Günümüzde halen şehir içi taşıma yapan araçlar için *bus* (otobüs) sözcüğü, uzun yolculuklarda kullanılan otobüsler için ise *coach* sözcüğü kullanılmaktadır (Baltaş, 2007:11; Baron ve Morin, 2009:88; Poussard, 2004:14). Coach olarak bilinen taşıma aracını kullanan kişilere de *coachman* denmektedir (Markham, 1617).



**Şekil 1: İlk Coach At Arabaları**

Yukarıda Jacob van Geel'in 1617 yılında çizdiği coach arabası yer almaktadır. Henry Peacham de 1636'da yayınlanan *Coach ve Sedan* adlı eserinde aşağıdaki coach arabası resmine rastlanmaktadır.



**Şekil 2: Coach Araba Çizimleri**

Coach arabalarının 1600'lü yıllarda resmedildiği görülmektedir. Günümüzde Amerika ve birçok ülkede otobüs adında kullanılmaktadır.

Araştırmacılara göre, *koç* kelimesinin Avrupa ve Amerika'da profesyonel anlamda hangi alanda kullanılmaya başlandığına dair çeşitli görüşler mevcuttur. Nitekim 1990'lı yıllara gelindiğinde, *coach* sözcüğü, ABD ve İngiltere'de bambaşka bir kimliğe bürünerek farklı bir serüvene başlamıştır (Baltaş, 2010; akt. Çakar, 2011: 7).

Yaygın olan görüşe göre, tarihsel seyri açısından koç sözcüğünün bugünkü anlamıyla ilk olarak 1885 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde ve İngiltere'de spor alanında kullanılmaya başlandığı görülmektedir (Maren ve Fischer-Epe, 2006:17; akt. Pürçek, 2014: 126). Koçluğun bugünkü manasına kavuşmasında Carpenter, spor dünyasının öncü olduğunu ve bu geleneğin Yunanistan'dan kaldığını, en iyi atletlere iyi ücretli koç uzmanları tarafından hizmet verildiği şeklinde ilk uygulamalara rastlanacağını iddia etmiştir (2004; akt. Allen, 2016: 22).

Nitekim koçluk literatürü, 1918 yılında sporcuların psikolojisi hakkında gözlem yapan spor psikoloğu Coleman Griffith'e kadar uzanmaktadır (Palmer ve Whybrow, 2008; akt. Allen, 2016: 22). Griffith'e (1926) göre koçluk, talimat vermekten fazlasını yapmaktı, aynı zamanda koçlar öğretmenlik yapıyordu (Allen, 2016: 22). Spor koçluğu alanında koçlukla ilgili benzer söylemler artarken, iş koçluğu alanı bu gelişmelerin gerisinde kalmadı. Literatürde yerini alan ilk koçluk makalesi Gorby (1937) tarafından, kıdemli çalışanların yeni çalışanlara koçluk etmesi üzerine (Maynard, 2006: 14) ve koçluk tekniklerinin iş verimliliğini ve kârını artırmak için nasıl kullanılabileceğini anlatan bir çalışma olmuştur (Allen, 2016: 22). 1938 yılında Bigelow'un koçluğun satış performansını artırmak için kullanıldığını açıklaması, 1955 yılında Hayden'in performans değerlendirmeleri geliştirmek ve davranış değişikliğini kolaylaştırmak için koçluk ile takip edilmesini savunması, 1951'de Mold, koçluk tekniklerini kullanarak kişiler arası iletişim becerilerini artıran bir yöntem olarak eğitim programı açıklamaları, 1964'te Mahler'in eğitim yöneticilerinin daha etkin koçluk yapabilmesi hakkındaki çalışması ile 10 yıl içerisinde yönetim ekiplerine yönelik hazırladığı genel kullanım kitabının ilgi görmesi ile yöneticilerden oluşan ilk müşteri kitlesinin oluştuğu söylenmektedir (Mahler&Wrightnour, 1973; Mahler, 1974; akt. Maynard, 2006: 14-15). 20. yüzyıla yönelik Batı kaynaklı birçok çalışma, endüstriyel koçluk üzerine olmasına karşın son yıllarda, koçluk psikolojisi alanının hızla genişlemesi bu durumun değişmeye başladığını göstermektedir (Palmer ve Whybrow, 2008; akt. Allen, 2016: 22).

Birçok araştırmacıya göre, tenis koçu olan W. Timothy Gallwey'in 1974'te yazmış olduğu *Tenisin İçindeki Oyun* ya da *İçsel Tenis Oyunu (The Inner Game of Tennis)* adlı spor koçluğu kitabı günümüzdeki koçluk mesleğinin yeniden modellenme, kontrol ve öğrenimde

yardımcı ilk kaynak olarak kabul edilmektedir<sup>5</sup> (Svenstrup, 2012: 12). Eser incelendiğinde, içsel sözcüğü, oyun içinde yer alan kişinin rakibi karşısında, içinde yaşadığı duygu durumu anlamı taşımaktadır. Örneğin oyuncular spor yaparken iş ve özel yaşamlarıyla ilgili, şahsi problemlerini gizlice ve güvenle tartışıp paylaşabilecekleri birilerine ihtiyaç duymaları nedeniyle de koçluğun ortaya çıktığı ifade edilmektedir.

1950-60'larda sanayinin gelişmesi ile ABD'de bulunan şirketlerin genel müdürlerinin danışmanlık hizmetlerinden faydalandıkları görülmektedir. Bu sebeple, iş dünyasında, endüstriyel psikologların, bu hizmet dalının ilk öncüleri oldukları da söylenebilir. 1980'lere gelindiğinde, Seattle'da, malî danışman Thomas J. Leonard, müşterilerinin özel hayatlarını paylaşma ihtiyacını fark ederek, müşterileri için yaşam plânlaması hazırlama kararı vermiştir. 1988'lerde finans dünyasında “Yaşamınızı Şekillendiren Yaşam” adlı yaşam planlama kursları vermeye başlamış ve 1992'de ilk yaşam koçluğu eğitimi veren okulu kurmuştur (Parsloe, 1997: 5-8). Leonard koçluğun nasıl öğretilebileceğine dair standartlar oluşturmaya başlamış ve bunun tüm dünyada kullanılabilir bir metot olduğunu göstererek bugünkü koçluğun temellerini oluşturmuştur. Leonard, koçluğu günlük hayata uygulamış ve telefonla koçluk görüşmelerinin işleyeceğini göstererek koçluk seanslarının tele-konferans şeklinde yayılmaya başlamasına da önyak olmuştur. Thomas Leonard ile yakın zamanınlı olarak Dr. Dick Borough'un (1985), *yönetici koçluğu* terimini kullanan ilk kişi olduğu da yer alan bilgiler arasındadır (O'Hefferman, 1986; Yargıç ve Cowell, 1997; akt. Liljenstrand, 2003:3). Birçok yönden koçlukla ilgili programların gelişimi Amerika Birleşik Devletleri'nin doğu ve batı kıyılarında eşzamanlı başlamış gibi görünmektedir. ABD'de Leonard koçluğun öncülüğünü yaparken, İngiltere ve Avrupa'da Laura Whitworth, John Withmore ve Graham Elxsander koçluğun yayılmasında etkili olmuştur. Aynı kişiler, koçluğun bazı temel kurallarını belirleyerek koçluk alanının oluşmasına büyük katkıda bulunmuşlardır (Oğuş, 2015: 7; akt.

---

5 Koçluğun kurucusunun kim olduğu konusunda ihtilaf vardır. Örneğin Anthony Robbins, kendi web sayfasında koçluk endüstrisinin babası (Father of the Coaching Industry) olarak kendisini tanıtmıştır ve medya bu konuda Robbins'i desteklemektedir. Çünkü Robbins'in kitapları ABD'de çok satanlar listesinde yer almaktadır. Buna karşın araştırmada Thomas Leonard'ın, ilk koçluk okulu, resmi koçluk tanımlarını ve sertifika programlarını oluşturması bakımından ve ICF, IAC gibi günümüzde en çok sözü geçen, kursları denetleyen kurumların kurucusu olması bakımından profesyonel koçluğun kurucusu (Founder of Professional Life Coaching) olarak kabul edilmektedir.

Ekiz, 2016: 1).

Koçluğun temelleri oluşturulduktan sonra koçluğun bir meslek olarak görülmeye başlandığı söylenebilir. Nitekim danışanın ihtiyaçlarını karşılamaya odaklanmak için koçluk yapma gerekliliğinin vurgulanması (Anderson ve Anderson, 2005), koçluğun, danışan ile işbirliğine dayalı bir ilişkiyle değişim sağlaması (Peterson, 2006) gibi benzer tanımlamalar neticesinde Kristal (2010), birçok araştırmacının, koçluğu, bireylerin değişime ayak uydurması, hedeflere ulaşması ve kişisel büyümesi gibi sonuçlara ulaşması için tasarlanmış bir meslek olarak kabul görmesi gerektiğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Grant ve Cavanagh (2004), koçluğun bir mesleğe dönüştüğünü, koçluk mesleğinin artmakta olduğunu, çünkü olumsuz bir etkisi olabilecek belirli bileşenlerden yoksun olduğunu ileri sürmektedir (akt. Herbert-McZeal, 2014: 31).

Araştırmacıların sunduğu her iki farklı fikirde, koçluğun ortaya çıkışında farklı kişiler ve alanlar zikrediliyor olsa da koçluğun, Avrupa ve Amerika’da 19. yüzyılda, bugünkü anlamına yakın manada kullanıldığı noktasında ortak fikir üzerinde oldukları görülmektedir.

Son yüzyılda ortaya çıkmış olmasına karşın profesyonel danışmanlık alanı sürekli kendini yenilemeye devam etmektedir. Bu sebeple, Tobias’a göre, koçluk terimi ilk olarak, danışmanlık uygulamaları altında paketlenen yedek/ikame bir kelime (a substitute word) olarak kullanılmıştır (1996: 87). Mesleki gelişimi desteklemek için terime yeniden tanımlama çalışmaları devam etmiştir. Bu şekilde danışmanlar değişen dünyaya ve yeni eğilimlere, koç kelimesine yeni anlamlar yükleyerek cevap vermiştir. Benzer şekilde Douglas ve Moorely, dinamik danışmanlık pazarının bir kanıtı olarak *koçluk* teriminin kısa sürede iş dünyasında yer edindiğini belirtmiştir (2000; akt. Newsom, 2008:1). Nitekim günümüzde güncel metinlerde bu kavrama sıklıkla rastlanmaya başlanmıştır.

Medya 1990’ların sonunda koçluk kelimesini, çalışanın bireysel gelişim ve ilerlemesine yatırım yapmak isteyen şirket ve kurumlar tarafından mesleki gelişimi destekleyen, yarar sağlayan anlamını ihtiva eden bir terim olarak karakterize etmiştir (Stern, 2004). Kilburg da benzer şekilde koçluk terimini “Danışmanlık esnasında pratikte ortaya çıkan yetkinlik” (1996: 59) anlamında kullanarak yeniden tanımlamıştır. Bununla birlikte Kilburg (1996), psikodinamik teori ve hedef belirleme gibi çeşitli modeller kullanarak bir koçluk çerçevesi

çizmeye çalışmıştır (akt. Herbert-McZeal, 2014: 30). İşletme dünyasında koçluk, 1980’li yıllardan bu yana, yönetim geliştirmek amacıyla kullanılan bir eğitim tekniği (Özalp, Demirci, 1999: 39; akt. Feridun, 2017: 15-16), yakın dönemde ise başarıya giden bir yol olarak görülmektedir (Poussard, 2004:17). Bu bakımdan koçluk, yeni bir yönetim stili; koçun üstlendiği görev de bir çeşit rehberlik rolüdür (Poussard, 2004:14; Çakar, 2011: 6; Akın, 2002: 97). Benzer başka bir tanımında ise koçluk, öğretmenlik, antrenörlük, psikologluk, danışmanlık olarak çevrilmektedir (Arat, 2007: 130).

Koçlukla ilgili bazı araştırmacılar koçluğu, kişilere kendilerini daha iyi hissetmek için araç ve bilgi sağlayan, bazıları ise bireylerin kişisel hedeflerine ulaşmalarını ve başarı karşısındaki engelleri aşmalarını sağlayan bir süreç olarak tanımlamışlardır (Kampa-Kokesch ve Anderson, 2001; McCauley ve Hezlett, 2001; Orenstein, 2002; Star, 2004: 10). Bu konuda Gallwey bir koçun görevini, danışanın potansiyelinin özgürleşmesine yardımcı olmasıdır şeklinde açıklamıştır (Poussard, 2004:14). Benzer şekilde Whitemore (2007) koçu, kişinin potansiyelini kullanmasında cesaretlendirici, yol arkadaşı ve profesyonel bir rehber olarak kabul etmektedir (Köktürk, 2006; akt. Çakar, 2011: 4). Bunun dışında koçluk, bireyler arasında başarıya ulaşan, büyüyen ve teşvik eden bir kaynak olarak görülmüştür (Peterson, 1996). Grant (2003), koçluğun hedefe ulaşma, problem çözme ve bireysel başarı için fırsatlar yaratma üzerine odaklandığını belirtmektedir. Kısaca koçluk bireye hedef belirleme ve vizyon sahibi olma konusunda yardımcı olmaktadır (Whitworth ve diğ., 2007; Grant, 2003; akt . Herbert-McZeal, 2014: 30).

Literatürde görüldüğü üzere *coach* kavramına ilişkin çeviriler ve tanımlar, araştırmacının kimliğine göre çeşitlilik arz etmektedir. Nitekim, yönetici ve koçluk yaklaşımını inceleyen Özbay (2008), koçluk teriminin tanımları arasında liderlik başlığına yoğunlukla değinirken (10-11), Ceylan, iş dünyasında liderlik yaklaşımları incelendiğinde koçlukla ilgili kavramlarla karşılaşıldığını ifade etmektedir (2002: 83), Yalçinkaya, koçların liderlere yardımcı olduğunu, ya da bir liderlik çeşidi olabileceği üzerine yoğunlaşmıştır (2005: 117). Eğitim ve koçluk yaklaşımını inceleyen Ekiz’in (2016), koçlukla ilgili “rehber, öğretmen” anlamları üzerine, spor alanında koçluğu inceleyen Çeviker’in (2017) *coach* teriminin karşılığı olarak “antröner” terimini kullandığı görülmüştür. Din ve maneviyat temalı koçluk tanımları araştırıldığında ise, akademik alandaki çalışmaların yetersiz kaldığı ve

toplumsal olarak koçluğa bakışın medya tarafından yönlendirildiği görülmektedir. Nitekim medyada, manevi danışmanlık kurumlarında manevi ya da dini yaşam koçlarının isimleriyle sıklıkla karşılaşilmektedir. Web sitelerinde koçlar, sezgisel güce sahip, danışanının iç ve dış dünya dengesini kurabilen kimseler olarak geçmektedir.<sup>6</sup>

Koçluğun akademik ilgilileri ile uygulayıcılarını bir araya getiren *koçluk ve pozitif psikoloji konferansı*<sup>7</sup> sonucunda, bu faaliyetin koçluğun ABD’de yaklaşık bir milyar dolarlık bir sektör haline geldiği, en hızlı gelişen sektör olduğu halde koçun ve koçluğun hem tanım hem de varoluş nedeninin ve koçluk sürecinin kendi performansının bilimsel olarak açıklanmayı ve çalışılmayı gerektirdiği tespit edilmiştir (Pürçek, 2014). Bu noktada koç kelimesinin kavramlaşmasına katkı sağlamak adına, birçok psikolojik danışman ve akademisyen tarafından farklı tanımlar yapılmasına rağmen (Jakson, 2005: 45), koç (coach) kavramının etimolojik olarak “bir kimseyi olduğu yerden, olmak istediği yere götürme” anlamından uzaklaşmadan yeni anlamlar kazanmaya devam ettiği görülmektedir (Sebera, 2004). Özellikle, koçluk tanımlarının pek çoğu benzerdir. Koçluk alanında bir sorun olabilecek koçluk türleri için tanımlar arasında açık bir farklılaşma olduğu görülmemektedir (Herbert-McZeal, 2014:14). Kavrama yönelik farklı anlamlar eklenebilmesi, koçluğun köklerinin ve tarihi gelişiminin istenilen her zemine oturtulabilmesinden kaynaklanmakta olup son yıllarda koçluğun her zaman ve hayatın her alanında uygulanabilir olmasını mümkün kılmıştır (Houghton: 2006).

### 1.1.3. Türkiye’de Koçluk Kavramına Yüklenen Anlamlar ve Gelişim Süreci

1980’li yıllarda Türkiye koçluğu ilk olarak *Beyaz Gölge/The White Shadow* dizisindeki Ken Howard’ın canlandığı *basketbol koçu Coach Reeves* ile tanımıştır. Beyaz gölge dizisinde Koç Reeves, öğrencilerin maçlarda kazanmasını değil, birbirlerine güvenmelerini, ortak çalışmalarını ve kişisel gelişimlerini önclemiştir. Bir sahnesinde Rhys baskette şut kaçırmamasına karşın, Koç Reeves, Rhys’e oyunun sadece kazanmak olmadığını, gerçek kazancın takım olmak olduğunu, bu sebeple takımındaki Larson’a pas vermesi ve şutu Larson’un atmasına izin vermesi gerektiğini tavsiye etmiştir. Daha önceleri, kişisel gelişim

---

6 <http://www.su-koc.com/TR,45/spirituel-kocluk.html>; <https://www.cemalkondu.com/tr-TR/Blog/kocluk/spirituel-kocluk-1175/>, (Eklenme Tarihi, 13.02.2018).

7 Bkz. [www.coachingresearchforum.org](http://www.coachingresearchforum.org) (Erişim Tarihi: 12.12.2015).

dünyası mutluluğa giden yolu, birey odaklı başarı olarak sınırlandırıp toplumsal değerleri görmezden gelmesine karşın, Koç Reeves'in bu başarının ötesinde grup başarısının önemine atıfta bulunması, yardımlaşma, dayanışma gibi değerlerin önemini hatırlatması bakımından da önemli görülmektedir. Bununla birlikte bu dönemde Türkiye’de, koç kelimesi hakkındaki bilgiler çok sığdır. 2000’lerden itibaren Türkiye’de, koçluk spor alanı dışında da kullanılmaya başlanmış ve bu durumda koçluğun nasıl bir boşluğu doldurmaya çalıştığı sorusu gündeme gelmeye başlamıştır.

Koçluk, ABD’de 1990’lı yıllarda yeni anlamıyla gündeme gelişinden yaklaşık 10 sene kadar sonra 2000’li yıllarda Türkiye’de adını birçok alanda duyurmaya başlamıştır.. Bu konuda Türkiye’deki yazarlar tarafından koçluk tanımlamaları arasında Yüksel, koçun, refaketçi, güvenilir kişi, arkadaş anlamında kullanıldığını belirtmiştir (2017: 5). Başka bir görüşe göre ise koçluk, Türk tarihinde, hükümdar olması beklenen şehzadenin eğitim müessesesi olarak görülmekte olup “şehzade hocalığı”, “hace-i sultanlık”, “atabeylik” gibi farklı alanlarda uygulandığı şeklindedir (Çetin, 2015: 6-7). Yurdakul’a göre koçluk, yıllardır insanoğlunun karşılaşmakta olduğu günümüzde kişisel başarı olarak tanımlanan öncelerinde ise kendini gerçekleştirme çabası ya da doğal oluş hali olarak da ifade edilebilecek duruma en uyumlu yapı ve içsel iletişim aracıdır (Yurdakul, 2010: 24).

Türkiye’de üç koçun ICF şubesini kurmasıyla koçluğun kurumsallaşma ve meslek haline gelme süreci başlamıştır. 2009 yılında resmi bir dernek olarak kendisine yer bulmuştur. Koçluk kuruluş itibarıyla öncelere dayansa da bu kavram hakkındaki eksiklerin giderilmesi 2012 yılında koçluk konferansı ile gerçekleşmiştir (Eryılmaz, 2014: 54). Bu gelişmeler neticesinde 22.05. 2013 tarihinde, KPD ve UPKD tarafından hazırlanan taslak Mesleki Yeterlilik Kurumu (MYK) yönetim kurulunca 5544 sayılı kanun ile koçluk ulusal resmi bir meslek olarak onaylanmıştır. Bununla birlikte, MYK Başkanı ve Nefes Koçluğu Federasyon Başkanı 06 Haziran 2017’de ilk imzaları atarak “Nefes Koçu” için ulusal meslek standardı hazırlıklarına başlamıştır.<sup>8</sup>

---

8 <https://www.myk.gov.tr/index.php/tr/haberler/34-meslek-standartlar-dairesi-bakanl/2786-nefes-kocluk-federasyonu-ile-ulusal-meslek-standard-hazirlama-birlii-protokolue-mzaland> (Eklenme Tarihi: 05.02.2018)



Koçluğun meslek olması ile birlikte, Türkiye’de son yıllarda, Kadir Has, Gediz, Yeditepe ve Sakarya gibi pekçok üniversite 2014 yılından itibaren UZEM işbirliği ile uluslararası koçluk eğitim sertifikası vermeye başlamıştır.

Bunun dışında profesyonel koçlar dendiğinde listenin başında Türkiye’de bu mesleği başlatan ve ilk Akredite Master Koç (MCC) ünvanını alan Dost Can Deniz geliyor. Yine Gila Şeritçioğlu ve Gülsün Zeytinoğlu da öne çıkan isimlerden. Bunun dışında profesyonel koçlardan Yücel Kosal, Türkiye’ye getirdiği ilişki koçluğuyla; Vedat Erol, liderlik koçluğu teknikleriyle tanınıyor. Demet Uyar, Türkiye’ye ICF akredite koçluk eğitimlerini getiren ilk girişimcilerden biri olmasıyla; Zeynep Balcı, psikologlar birliğindeki rolünü koçlukla birleştirmesiyle; Souzan Bachir ve Tana Eskinazi ise mesleğe verdikleri yıllarla ön plana çıkan koçlar arasındadır. ICF üyelerinden Nur Velidedeoğlu Kavuncu ve Vivian Soryano da basında sıklıkla adı geçen koçlar arasındadır. Ayrıca ICF’ten eğitim almadığı halde medya tarafından popüler olan “yaşam ve doğum koçu” Ebru Şallı; “stil koçu” Eda Taşpınar; “gelin koçu” Kumru Telemez; “oyuncu koçu” Fikret Urağ bu isimlerden birkaçıdır.<sup>9</sup>

Türkiye’de koçluk, temelde akademik araştırmalar ve medya tarafından iki farklı anlamda yansıtılmaktadır. Yukarıdaki örneklerden de anlaşıldığı üzere, medyada ünlü kişilerin farklı dallarda koçluk yapması ve ünlülerin koçlarının olması bir ayrıcalık olarak gösterilmektedir.

Günden güne koçluğun kendi içindeki değişimden Türkiye’de etkilenmiştir. Nitekim daha önceleri kişisel danışmanlık hizmeti olarak adlandırılan koçluk, şimdilerde eğitim, psikoloji ve sosyal alanlarda bir yöntem olarak değerlendirilmekte ve ders kitaplarında yer almaktadır. Bu konudaki değişimin en önemli faktörlerinden biri olarak Grant, Cavanagh, Whitmore gibi akademisyenlerin bu alana ilgi göstermesi sonucu dünya genelinde akademik alanda literatürün genişletilmesi Türkiye’de koçluğun akademik alanda incelenmesi konusunda etkisi olmuştur. Aynı zamanda koçluk üzerine eserlerin Türkçe’ye çevrilmesiyle toplumun bu alana ilgisinin arttığı söylenebilir.

---

<sup>9</sup> <http://www.patronlardunyasi.com/haber/Iste-Turkiye-nin-en-etkili-koclari/121768> (Eklenme Tarihi: 12.01.2015).

#### 1.1.4. Koçlukla İlgili Kavramlar

Müşteri (client): “Tedavi gören ya da danışmanlık, vb. hizmeti alan kişi. Psikoterapistler genelde *hasta* terimini kullanmaktadır. Buna karşılık hümanist ekol taraftarları, hasta teriminin aşağılayıcı olduğunu ve tedavi gören, şu veya bu konuda yardım arayan insanların, bir tür hizmet aldıkları gerekçesiyle *müşteri* terimini kullanmayı tercih etmektedir. İlk bakışta oldukça insancıl gözükken bu yaklaşım, aslında tedaviyi piyasa koşullarına göre pazarlanan bir mala, hastayı da bu malı alabilecek potansiyel bir müşteriye dönüştürmektedir. Ancak bunun hastayı rahatlatan, onun kendini *normal* hissetmesini sağlayan bir yönü vardır: *Sen hasta değil, hizmet satın alan müşterisin!* İngilizce *client* terimini *danışan* olarak Türkçeleştiren uzmanlar da bu handikapın farkında olsalar gerek” (Budak, 2000: 524-525).

Seans (Seance): “Oturum, terapi gibi belli bir amaçla bir arada geçirilen süre. Kişilerin özel olarak hazırlanmış ortamlarda (örneğin karanlık bir odada) oturarak doğüstü şeyler yapmaya veya gözlemeye (örneğin ruhlarla konuşmaya) çalışmalarından oluşan bir tür/parapsikoloji etkinliği” (Budak, 2000: 659).

Danışan (counselee): “Herhangi bir güçlük ya da sorunun çözümü için ruhbilim uzmanlarından yardım isteyen kişi” (Hançerlioğlu, 1993: 94).

Danışman (Counsellor): “İnsanlara yaşamlarını düzenlemede, toplum, öğretim ve eğitimle ilgili sorunlarının çözümlenmesinde yol gösterip yardım eden kişi” (Hançerlioğlu, 1993: 94).

Coachee: Koçtan rehberlik ve danışmanlık alan kişidir (Herbert-McZeal, 2014:14).

Araştırmanın konusu ile ilgili olarak sıklıkla karşılaşılan manevi danışmanlık (pastoral counseling) kavramı ise, din psikolojisi alanının alt araştırma alanlarından biri olarak kabul edilmekte (Koç, 2016: 27) olup kişinin iç dünyasını, Kutsal ile ilişkisi gibi manevi, dinsel ve ruhsal boyutlarını kapsayan bir alanda verilen danışmanlık hizmeti olarak tanımlanmaktadır (Özdoğan, 2006: 127).

### 1.1.5. Koçluğun Endüstrileşmesi

Yukarıda belirtildiği üzere koçluğun ortaya çıkışı ve gelişmesinde farklı fikirler söz konusu olsa da koçlukla ilgili araştırma yapılması için şirketlerin ekonomik yatırımlarıyla, koçluk literatürünün hızlı bir biçimde ilerlemesinde ve koçluğun endüstrileşmesinde işletme dünyasının büyük bir etkisinin olduğu görülmektedir. Örneğin, kurucusunun Ruth Ann Harnisch olduğu Harnisch Foundation, Harvard Medical School'a koçlukla ilgili araştırma yapılması için, 2 milyon dolar bağışta bulunmuş ve bu şekilde Koçluk Enstitüsü (IOC) kurulmuştur.<sup>10</sup> Bu bakımdan, yatırımcı bulan araştırmacılar ile koçluk alanında akademik çalışmalar yapılması ile koçluk sektörünün kısa sürede kabul gördüğü söylenebilir.

Koçluk üzerine literatür büyümeyi sürdürürken koçluk endüstrisi de varlığını kabul ettirmeye başlamıştır. 1980'den 1994'e kadar koçluk alanı atletizm ve ticaretin çok ötesinde çeşitli alanlara yayılmış olup hayat, sağlık ve aile alanlarında başarı elde etmeye başlamıştır (Hudson, 1999). Bu alanların her birinde koçluk üzerine yayın sayısı da her geçen yıl artmaktadır. Bugün, Uluslararası Koçluk Federasyonu bünyesinde, şu anda 30 binden fazla profesyonel koçun çalıştığı tahmin edilmektedir (ICF, 2007). Bugünün koçlarının çok çeşitli mesleklerden geliyor olması ve koçlar hakkında genel bir kimlik bilgisi olmaması profesyonel bir meslekten gelen koçların yüzdeliğini söylemek açısından zor görülmektedir (Harris, 1999). Hem yönetici hem de yaşam koçluğunun doğası, kişisel başarı ya da mesleki yaşamda hedef kazanım ve performansın artmasına yol açan duygusal, bilişsel ve davranışsal düzeylerde değişiklik yapmaktadır (Stober ve Grant, 2006). Bu bağlamda koçluk ve koçluk psikolojisi alanları büyük olasılıkla büyüme yolunda devam edecektir.

Koçluk endüstrisinin kökenleri, değişime yönelik hümanist yaklaşım olarak 1950'lere kadar uzanmaktadır. Başka bir ifadeyle koçluk, endüstri alanında hümanist yaklaşımla kendisine yer bulmuştur. Günümüzde ise kendi başına bir psikolojik yaklaşım olarak tanımlanmaktadır. Dikkat çeken bir husus ise koçluk psikolojisinin, koçluk sektöründen sonra konuşulmaya başlanmış olmasıdır. Birkaç istisna dışında koçluk sektörü değişen eğitim geçmişlerini kabul eder ve GROW modeli veya koça özgü benzer modellerde

---

10 Bkz. <http://news.harvard.edu/gazette/story/2009/11/mclean-launches-coaching-institute/> (Eklenme Tarihi 08.09.2016).

olduğu gibi değişmek için genellikle insancıl (hümanist) yaklaşımı kullanır. Koçluk psikolojisi mesleği ise psikolojide eğitim gerektirir ve kanıta dayalı değerlendirme yapmış olan çeşitli psikolojik teorik yaklaşımlar kullanır. Yine de koçluk ve koçluk psikolojisi alanlarında belirlenmiş, açık bir çizgi yoktur (Allen, 2016: 23).

Bununla birlikte koçluk psikolojisi, öğrenme kuramlarına ve yaklaşımlara dayanan koçluk modellerinin temelini oluşturan kişisel yaşam ve çalışma alanlarındaki daha geniş nüfusta performans, refah ve gelişimi artırmak için akademik ve uygulamalı psikoloji alanında bir alt disiplin olarak kendisine yer bulmuştur (Adams, 2016: 231). 2011 yılında Amerikan Psikoloji Derneği, koçluk sektöründeki uygulayıcıları temsil eden araştırmacılarla birlikte koçluk üzerine yapılan çalışmalara yer vererek koçluk endüstrisinin ve koçluk psikolojisi alanının birleşmesine yönelik ilk adımları oluşturduğu söylenebilir.. Koçluk psikolojisi ve koçluk endüstrisi birleşmeye başlamış, başka bir ifadeyle bazı farklılıklarına rağmen birbirinden faydalanmaktadırlar. Aşağıdaki tabloda, koçluk psikolojisi ve koçluk sektörü arasındaki bu farklılıklara yer verilmiştir (Allen, 2016: 25):

**Tablo 2: Koçluk Psikolojisi ve Koçluk Sektörü**

	<b>Koçluk Sektörü</b>	<b>Koçluk Psikolojisi</b>
<b>Ekol</b>	Hümanist Yaklaşım	Pozitif Psikoloji
<b>Model kullanımı</b>	Koça özgü yaklaşım uygular.	Test edilmiş Psikolojik teorik yaklaşımları kullanır.
<b>Eğitim geçmişi</b>	Farklılık gösterir (her alandan olabilir)	Psikoloji alanında eğitilmiş olması şarttır.

Koçluk psikolojisi, psikolojik hizmet alanında nispeten yeni bir yaklaşım olsa da koçluk literatürünü, sporcuların psikolojisi hakkında 1918'de gözlem yapan bir spor psikoloğu olan Coleman Griffith'e kadar uzatmak mümkündür (Palmer ve Whybrow, 2008). Griffith (1926), koçların, tıpkı bir öğretmen gibi talimat vermekten fazla görevleri olduğunu öne sürmüştür. Spor koçluğu alanı uzun zamandır koçlukla ilişkili alanlardan iş koçluğu alanının çok gerisinde kalmıştır. Gorby (1937) alanda ilk makalelerden birini yazarak koçluk tekniklerinin iş verimliliğini ve kârını artırmak için nasıl kullanılabileceğini ayrıntılı olarak anlatmıştır. İş endüstrisinde koçluk üzerine gelişen literatür, 20. yüzyılda koçluk

literatürünün öne çıkmasını sağlamıştır. Son zamanlarda, koçluk ve koçluk psikolojisi literatürü hızla arttıkça bu durum değişmeye başlamıştır.

Bu bölüm genel olarak değerlendirildiğinde, koçluk teriminin, 20. yüzyılda tanımı konusunda uzlaşma sağlanamadığı ve terime pek çok kültürde farklı anlamlar eklendiği görülmektedir. Hatta koçlukla ilgili literatür incelendiğinde, kavrama yönelik çelişkili ifadelerin yer aldığı söylenebilir. Bu sebeple literatürde koçluk terimiyle ilgili çok sayıda yayın incelendiğinde, terimin tanımlanmasında dikkat çeken üç temel tutum şu şekildedir:

1. Araştırmacının, koçluk türüne göre tanım yapması. (Örneğin, spor koçluğu, evlilik koçluğu)
2. Yazarın, çalıştığı alana göre tanım yapması. (Eğitim Bölümü, Psikoloji Bölümü, Sağlık Bölümü)
3. Araştırmanın yapıldığı örnekleme göre tanım yapması. (Koçluk hizmeti alan danışan çeşitliliğine göre değişmektedir).

Yukarıda belirtildiği gibi koçluğa yüklenen anlam çeşitli hatta karşıt anlam yükleme teşebbüslerine rağmen Sebera'nın da ifade ettiği gibi koç kavramı “bir kimseyi olduğu yerden olmak istediği yere götürme” anlamından uzaklaşmamıştır (Sebera, 2004: 84).

Koçluk konusunda hızla artan yayın sayısı, bireylerin seminer talebi, aldıkları eğitim ülkemizde bu kavramın önemli hale geldiğini göstermektedir. Ülkemizde ilk olarak kariyer koçluğundan firmalar ve bireyler yararlanmış olsa da yakın zamanda eğitim koçluğu, koçluk psikolojisi alanında artan çalışmaların da olduğu görülmektedir.

Günümüzde ihtiyaç olmanın ötesinde toplumun koç ve koçlukla ilişkili kavramlarla sıklıkla karşılaşması sonucu da koçluğa ilginin arttığı söylenebilir. Bunun dışında koçluğun tarihi serüveninde firma CEO'ları tarafından alanın desteklemesinin, koçluğun hızlı ilerlemesinde ve gelişmesinde etkisi olduğu söylenebilir. “İlk iç ve dış koçluk hizmetlerinden yararlanan, koçluk programlarını uygulayan; IBM ve Ernst&Young, AT&T, Bear Stearns, Citicorp, Motorola” gibi başarılı şirketlerin koçluğu desteklemesi örnek olarak gösterilebilir (Ceylan 2002: 20; akt. Çakar, 2011: 10). Bununla birlikte, “2005 yılında yayınlanan istatistiklere göre ABD’de CEO’ların yüzde 80’ninin koçluk eğitimi aldığı” söylenmektedir (Elgün 2007: 19). Görüldüğü üzere, birçok şirket CEO’su koçlukla ilgili

danışmanlık hizmetlerinin yanı sıra bu alanda eğitim görmeyi istemektedir. Bu sebeple, koç yetiştirmek için birçok özel kurumun yanı sıra üniversite açılmaya devam etmektedir (Özer, 2001: 46-47; akt. Elgün, 2007:19).

Koçluk alanında hızla zenginleşen literatüre rağmen koçlukla ilgili birçok yanıtlanmamış soru mevcuttur. Bu sorular özellikle, koçluk tanımı ve süreci konusunda anlaşma eksikliği ile ilgilidir (Drake, 2008; akt. Herbert-McZeal, 2014: 28). Bu karmaşanın farkında olan Uluslararası Koçluk Federasyonu (ICF) ve Uluslararası Koçluk Birliği'nin (IAC) koçluğu tanımlamak için standartlar, yetkinlikler, ustalık ve etik oluşturmak için büyük bir çaba sarf ettiği görülmektedir. ICF ve IAC'nın dünya üzerinde birçok ülkede kurumunun olması ve bu kurumların birlikte bir çalışma yürütmeleri neticesinde kültürel çalışmaların sayısını artırmakta ve koçluğa yönelik anlam yelpazesini genişletmektedir. Bu bakımdan koçluğun keskin sınırları olan bir anlam kümesi içerisine sığdırılması şimdilik mümkün görülmemektedir.

## **1.2. Koçluğun Psikolojik Kökenleri**

Koçluk hizmeti sunan kişilerin koçluğun kökenlerini, kullandıkları tekniklerin felsefesi sebebiyle, Sokrates'e kadar dayandırdıkları görülmüştür. Sokrates'in (M.Ö. 470-399), “doğurtma sanatı”, Yunanca “maiötik”, kişinin kendini sorgulayarak gerçeğe ulaşma yöntemidir. Sokratik yöntemde, “soru sormak” üstün bir eğitsel yöntem olarak kabul edilmektedir (Hesapçioğlu, 1998: 25-26; Çakar, 2011: 9). Koçun en etkin kullandığı yöntem de güçlü soru sorabilme becerisidir. Bu bakımdan koç, “beceriye ortaya çıkaran ebe” olarak görülmektedir (Landsberg, 1999: 18; Çakar, 2011:9). Buna karşın koçluğun kökenleri, akademik literatür incelendiğinde birçok farklı psikolojik yaklaşım modeline dayandırılmıştır.

Koçluk epistemolojik, ontolojik ve metodolojik gelişimi açısından psikoloji alanından yararlanmakta olup hızlı gelişimi açısından bu alana borçludur. Koçluk, psikoloji bilimi ile insanın bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak nasıl geliştiğine dair çizdiği teoriler yardımıyla, kendi alanında yeni teknikler geliştirebilmektedir. Başka bir ifadeyle koçluk, “psikolojide meşru köklere sahiptir” (Dearlove ve Crainer, 2003: 109; akt. Courville, 2009: 48). Koçluğun gelişimine bakıldığında, klinik psikolojiden, sosyal psikolojiye, spor

psikolojisinden eğitim psikolojisine kadar birçok disiplin ve bilim dalından (Lee, 2009; akt. Çakar, 2011: 9), psikanalitik kuram, bilişsel kuram, davranış kuramı, gelişim kuramı ve pozitif psikoloji gibi birçok kuramın teknik ve metodolojisinden de faydalandığı görülmektedir. Örneğin Richard Kilburg (2004) yönetici koçluğuna psikodinamik yaklaşımlar hakkında kısa bir genel bakış sağlamış ve Carl Rotenburg (2000:653), Amerikan Psikanaliz Akademisi toplantılarında sunulan bir makalede koçluğun psikanalitik kuramdan oldukça faydalandığını göstermiştir. Psikanalitik kuramın koçluk psikolojisine sağladığı katkı ile ilgili başka bir örnek de, ünlü bir klinik psikanalisti olan Jacques Lacan'ın çalışmalarından doğrudan etkilenen ve psikanalitik koçluk metodolojisi geliştiren Gilles Arnaud (2003) tarafından sunulan çalışmadır. Grant, koçluk psikolojisinin kökeninin, Maslow'un (1968), hümanist psikoloji geleneğine dayandığını ve pozitif psikoloji hareketini destekleyen faktörlerin de bu konuda etkili olduğunu iddia etmektedir (Grant, 2006: 12-13; akt. Courville, 2009: 49).

Psikologlar arasında, profesyonel koçların çalışmalarına en yakın isim, müşteri merkezli terapiyi savunan Carl Rogers (1951) gibi görünmektedir. Rogers teorisini, kişinin bir başkasına gerçekten öğretemeyeceği inancına dayandırdı; başka bir ifadeyle, karşı tarafın öğretme tehdidinin en aza indirildiği, müşterinin güvende hissettiği ve müşterinin farklı algılarla deney yapmakta özgür hissettiği bir alan yaratarak öğrenmesini kolaylaştırabileceğini savundu. Rogers, danışanın öğrenmeye istekli olması durumunda gerekli olan, aktif dinleme becerisi gibi, her şeyin gerçekleştiğinin farkındaydı. Son zamanlarda ABD Donanması Bayrak Görevlileri için bir koçluk programında bu yöntem denenmiş ve kanıtlanmıştır. Müşteri merkezli bu anlayış, Rogerian psikolojisinin genel olarak profesyonel koçluk için bir temel olarak kabul edilmesini sağlamıştır (akt. Courville, 2009: 50).

Bunun dışında Seligman, oldukça yeni olan pozitif psikoloji ve profesyonel koçluk alanındaki gelişmelerin benzerliğine dikkat çekmektedir (2007:266). Pozitif psikolojinin ortaya çıkışını Grant, “uygulamalı bir yardımcı meslek olarak psikoloji, normal, iyi işleyen, yetişkinlerin refahı ve hedefe ulaşmasını arttırmaktan ziyade geleneksel olarak sıkıntıyı iyileştirmeye ve işlev bozukluğunu onarmaya odaklanmış ve bu boşluğu gidermek için pozitif psikoloji geliştirilmiştir” (2006: 17) sözleriyle ifade etmiştir. Nitekim yıllarca süren

psikolojik araştırmalardan sonra Martin Seligman (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000), psikoloji ve psikolojik araştırmaların tümünün patolojiye ya da insanlarda neyin yanlış olduğuna odaklandığını fark etti. Seligman “sağlıklı” olanı belirlemek için normal sağlıklı yetişkinleri araştırmaya başladı ve pozitif psikoloji olarak bilinen yeni bir akım geliştirdi. Pozitif psikoloji ve profesyonel koçluk arasındaki bağlantı, her iki disiplinin patolojik yetişkinden ziyade normal, sağlıklı yetişkinlere odaklanmasıydı. Bu şekilde, Seligman ve takipçileri, profesyonel koçları eğitmek için teknik bir eğitim programı geliştirdiler ve pozitif psikoloji koçluğunu öğreten bir kitap yazdılar (Biswas- Diener ve Dean, 2007; akt. Courville, 2009: 51). Pozitif psikoloji ve koçluk arasındaki açık bağlantıya ek olarak, koçluk psikologlarının sadece olumlu psikolojik ereveseler değil, çalışmalarında çok çeşitli teorik perspektifler kullandıkları da grlmştır. Bunlar arasında “psikodinamik ve sistemik (Kilburg, 2000), gelişimsel (Laske, 1999), bilişsel-davranışçı (Ducharme, 2004), zm odaklı (Greene ve Grant, 2003) ve davranışsal (Skeffington ve Zeus, 2003) yaklaşımlar” bulunmaktadır (Grant, 2006: 18).

### **1.3. Koçluk Modelleri**

Yukarıda belirtilen psikolojik yaklaşımların yanı sıra koçluğun kendine özgü modeller geliştirdiği grlmştır. Grant (2004) tarafından yayınlanan bir raporda üçüncü eğilim olarak adlandırılan 1996 yılından sonraki bu dönemde, birçok farklı koçluk modelinin ortaya çıktığı ifade edilmiştir. Bu dönem karakter olarak aynı zamanda koçluk alanında, titiz akademik çalışmaların yapıldığı bir dönem olarak da kabul edilir. Bu süre içerisinde ortaya konan modeller teorik uygulama, yaklaşım, perspektif ve bağlam açısından diğer yaklaşımlardan farklılık göstermektedir. Literatürde yer alan koçluk modellerinde; “güven, dürüst iletişim, gizlilik, taahhüt senedi, hedeflerin belirlenmesi ve eylem planı” ortak teması üzerine kurulmuştur. Genel olarak çoğu model kendi içinde, değişime ve gelişime karşı cevap verebilir bir sistematige sahiptir (Maynard, 2006: 49-50). Bu konuda araştırmacılar çeşitli isimlerle birçok koçluk modeli sunmaktadır. Kendisini geliştiren koçlukta, ko sayısından fazla koçluk modeline rastlanmaktadır. Günümüzde koçların bu eklektik koçluk modellerine göre eğitildiği görülmektedir (Rostron, 2009: 116-117).



Bu bölümde, dünya çapında koçların çalışmalarını etkileyen modellerin bir kesiti sunulmuştur. Koçluk modelleri, kişiliğe, düşünce sürecine ve danışanın genel olarak istediği sonuca göre değişmektedir. Koçluk modelleri, koç ve danışan arasındaki etkileşimde kurulan yapının anlaşılmasında etkin rol oynamaktadır.

**Tablo 3: Bireysel Koçluk Modelleri ve Uygulamaları**

<b>Modeller</b>	<b>Kullanımları</b>
G.R.O.W. Modeli	Verimliliği arttırmak; organize olmak ve bir egzersiz programı başlatmak. Nesnellik ve somut eylemler için uygulanır.
4D Flow Modeli	Sezgileri kuvvetli olan kişiler için uygulanır. İlişkisel, esnek ve ruhsal olarak duyarlı kişilerde çalışır.
The Funnel Model	Kendini keşfetme sorunları, karar vermede güçlük yaşayan veya yaşamda neler olup bittiğini anlamaya çalışanlar için uygundur.
Hristiyan Koçluk Modeli	Vizyon sahibi olmak isteyenler ve Hristiyanlar için uygundur.

Yukarıda Ollendieck'ten (2016: 85) uyarlanarak oluşturulmuş Tablo 3'te, GROW, 4D Flow, The Funnel ve Hristiyan Koçluğu olmak üzere dört modelin ismi ve bu modellerin kullanımları sunulmuştur.

John Whitmore (Whitmore 1996; 2004) tarafından geliştirilen G.R.O.W. modeli, stratejik performansa odaklanmaktadır. G'nin, "Oturumun amacı (goal) nedir?", R gerçekliği (reality) temsil eder, "O harfi, seçeneklerin ne anlama geldiğini gösterir -"Seçenekleriniz (options) nelerdir?" Ogne ve Roehl, "yanlış varsayımlara meydan okur ve daha sonra bir eylem planı için olası seçeneklerin bir listesi" ortaya çıkarılır (2008:112). W harfi "Ne yapacaksınız?" anlamına gelir. Bu adımda, eylem ve sorumluluk ortaya çıkar. G.R.O.W. Modeli üretkenliği artırmak isteyenlere hizmet eder (Ogne and Roehl, 2008: 108-113). Stolfus, bu modelin "iş performansını arttırmak, organize olmak veya bir egzersiz

programına başlamak” için nasıl yardımcı olduğunu vurgulamıştır (Stolzfus, 2008: 27; akt. Ollendieck, 2016: 85-86).

4D Flow (4D Akış) Modeli, ayırt etme, keşif, geliştirme ve bağımlılık içerir. Steve Ogne, bu modeli “sezgisel ve kişisel yaşam yaklaşımlarını” önemseyen müşterileri için geliştirmiştir (Ogne ve Roehl, 2008: 110). Koç, bilinçlendirme aşamasında, danışanının Tanrı'yı nerede konumlandığını keşfetmesini sağlar. Genel olarak bu model ile keşif aşamasında Tanrı'nın danışandan beklentisi dikkate alınır. Ardından sonraki adımlar tespit edilir. Son aşamada, “Kime ihtiyacın var?” diye ima edilir. Danışan, Tanrı'ya ve başkalarına nasıl dayanacağını anlamaya başlar. Bu bakımdan 4D Akış Modeli literatürde, manevi-ayırt edici bir model olarak görülmektedir (akt. Ollendieck, 2016: 88).

The Funnel (Dönüşüm) Modeli, hedef, keşif, seçenekler, karar ve eylemi içeren beş adımdan oluşur. Stolzfus dönüşüm modelini, “Hedef, danışanın belirli bir tarihte ulaşmak istediği hedef cümlesidir” şeklinde açıklamıştır (Stolzfus, 2008: 30). Keşif, danışanın hem iç hem de dışsal olarak ne yaşadığını tanımlayabilmesi durumudur. Bir sonraki adım seçenekler sunarak danışanın birden fazla potansiyel çözüm geliştirmek için yaratıcı düşünmesi sağlanır. Daha sonra kararlar, eylemlere dönüşür. Bu durumda, danışan talimatları takip etme konusunda istekli olduğunda emin olur. Son aşamada, eylem, istenen amacı gerçekleştirmek için somut adımlar içerir. Genellikle, bu adım planlanan eylem adımlarını uygulamak için gerekli olan motivasyon miktarını belirlemeye yardımcı olur. Genel olarak, The Funnel Modeli “kendini keşfetme sorunları, karar verme veya yaşamda neler olup bittiğini işleme için iyi çalışmaktadır” (Stolzfus, 2008: 27-31).

Gary Collins (2009), dört açıdan oluşan temel Hristiyan Koçluk Modelini paylaşır: farkındalık, vizyon, strateji-eylem ve engeller. Collins, koçluk modelinin ilk (farkındalık) bölümünün en az iki parçaya sahip olduğunu şu şekilde paylaşmıştır: “şimdiki zamanı (danışanın şimdi olduğu yeri) doğru bilmek ve kişinin (danışanın gerçekte kim olduğunun) farkında olmak” (Collins, 2009: 118). Bu, danışanı koçluğa getiren motivasyondan kaynaklanmaktadır. Collins, kişinin farkındalık kazanımı ile “yetenekleri, güçlü yönleri, Tanrı tarafından verilen ruhsal armağanlar, zayıflıklar, tutkular ve yaşam amaçları” na nasıl baktığına işaret etmiştir.

Vizyon, koçun müşterinin nereye gitmek istediğini belirlemesine yardımcı olmaktadır. Collins'e göre kişinin vizyonu "kişinin ne yapmak istediği, ve ne yapması gerektiği ile ilgilidir" (Collins, 2009:120). Sonuç olarak son aşama, engeller, müşterinin hedeflerine ulaşmasını engelleyen şeyleri tanımlar. Genel olarak, bu engeller başka insanlarla ilgili olmayabilir aksine danışanın kendi olumsuz düşünce ve içten konuşması veya diğer mağrur düşüncelerinde tıkalı kalmasından kaynaklanabilir. Dikkat çeken bir diğer husus ise, bu modelin tüm kararlarının merkezinde İsa Mesih'i vurgulamasıdır (Ollendieck, 2016: 88-89).

Açıklama getirilen modeller dışında birçok koçluk modeline rastlamak mümkündür. Whitworth, Kimsey-House ve Sandahl (1992) Co-Active Koçluk Modelini; Jeannine Sandstrom ve Lee Smith (1997) Collaborative Conversation Modelini; Dembkowski ve Elridge, (2003) ACHIEVE modelini; Libri (2004), "amaç, gözlemler, strateji, analiz, takım, inisiyatif, değer ve teşviği" temsil eden POZİTİF modelini; Jackson ve McKergow (2007), "sonuç, ölçekleme, know-how ve kaynakları, beyan-eylem ve inceleme'yi" temsil eden OSKAR modelini; koçluğun bilişsel davranışsal ve rasyonel duygusal modelleri arasında Albert Ellis, ABCDE modelini geliştirmiştir (Ellis ve diğ., 1997; Palmer 2002). Edgerton, "sosyal bağlam, fiziksel, eylem, biliş ve duyguları" temsil eden SPACE modelini geliştirmiştir (Edgerton ve Palmer, 2005). Bahsi geçen modellerin çalışma alanı içerisinde "inanış ve inanç" konularının yer aldığı söylenebilir. Nitekim 4D Flow, the, Co-active koçluk modeli vb. Hristiyan koçluk uygulamalarında kullanıldığı ve tavsiye edildiği görülmektedir (Ollendieck, 2016: 84-90; Hall ve Miller, 2007: 58-59). Benzer şekilde "hedeflere ulaşılabilirlik (possibility), hedefe ulaşmadaki yeterlilik (ability) ve hedefe ulaşmayı hak etme (worthiness)" olarak temsil edilen The PAW Process Modeli'nin inanç gelişimini sağladığı iddia edilmektedir (Svenstrup, 2012: 66-67).

Koçlukla, problem çözme modelleri, eğitim, danışmanlık ve stres yönetimi geliştirilmiş (Wasik, 1984; Palmer ve Burton, 1996; Palmer 1997), bilişsel davranışçı koçluk (Neenan ve Palmer, 2001) ve koçluk psikolojisi oluşturulmuş (Palmer ve Szymanska, 2007) ve bu şekilde farklı amaçla koçluk modelleri ortaya çıkmıştır (akt. Palmer, 2008: 4). Koçlukta ilk defa bulunan bir model geliştirilerek yeni ve farklı adlarla sunulabilmektedir. Örneğin I Can Do Modeli, John Whitmore tarafından geliştirilen GROW modeli dahil çeşitli kaynaklardan uyarlanarak oluşturulmuştur (Martin, 2012: 79-81).

Yukarıda verilen modellerin dışında birçok farklı koçluk metodu mevcuttur. Bunlar arasında “inner freedom ve play two win metodu” örnek olarak aşağıda açıklanmıştır.

Inner Freedom Method (İçsel Özgürlük Metod) ile Thomas Leonard ve Dave Buck’in, CoachVille’de uyguladıkları, “Büyük oyna, korkunla oyna, sen bir oyuncusun ve her şeyi yapabilirsin” gibi telkinlerle danışanı güdülemektedir. Bu değişim programına mistik bir havası olan mantra adını vermektedirler. Bu metod ile kişisel dönüşüm amaçlanmaktadır. Sonucunda kişinin içindeki enerjinin dışarıya çıkması ve korkularını yenmesi hedeflenmektedir.<sup>11</sup>

Play two win metodu ile koç, kazanılabilecek bir oyunu kurar, rehber olur ve kişiye bulunduğu şartlarda en iyi hangi şekilde müdahalede edeceği konusunda öğrenmesini sağlar. Danışanın arayışı onu dönüşüm yoluna götürecektir. Dönüşüm zihniyette başlar. Danışana “Neden doğdun” sorusu yöneltilerek kişinin yaşamdaki yerini ve önemini fark edebilmesi amaçlanmaktadır. İkinci aşama, danışanın insanlar üzerindeki ilişki dönüşümüdür. Burada danışan ve diğer kişiler arası güven kurulması hedeflenmektedir. Bu şekilde koç oyun ruhunu (içsel gücü), oyunu kurması ile koçluğunun super gücünü, danışanın etkilendiği durumları ve yaptığı hatalı görüşleri keşfedebilmektedir. Steve Creffield’in “Spiral Staircase” başlıklı makalesi de Sarmal Koçluk modelinin ilham kaynağı olarak görülmekte ve bu model yaşam koçunun, danışanın hayatına girmesine ve koçluk tekniklerini, etkili olan bireysel inançlar ve değerlerle birleştirmesine yardımcı olacak bir teori sunmaktadır (Martin, 2012: 179, 195-214).

---

11 Bkz. [https://www.coachville.com/public/view/inner-freedom-documents%2FInner\\_Freedom\\_Coach\\_Mission\\_1.pdf](https://www.coachville.com/public/view/inner-freedom-documents%2FInner_Freedom_Coach_Mission_1.pdf) (Eklenme Tarihi: 11.12.2007).

Yukarıda belirtilenlerden çok daha fazla koçluk aracı ve tekniği bulunmakta olup sayısı gün geçtikçe artmaktadır. Geçmişte, insani ilişkiler için kullanılan faydalı örneklerden de yararlanılarak koçluk alanında yeni teknikler geliştirilmeye devam edeceği söylenebilir.

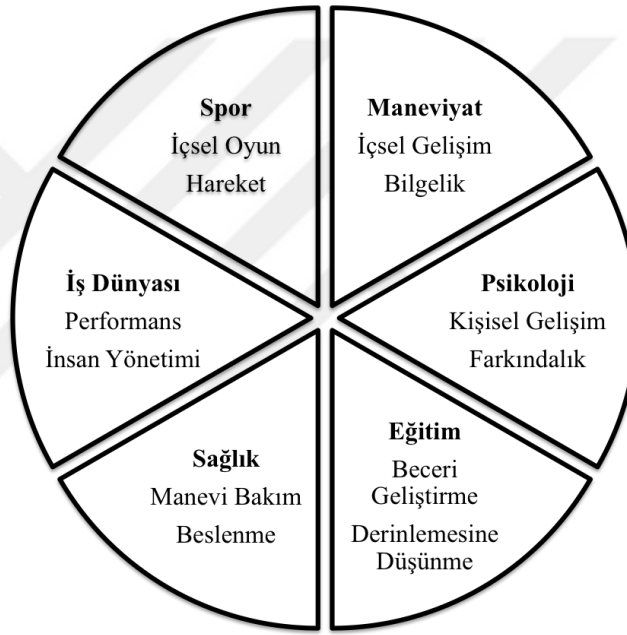
Bu konuda genel bir değerlendirme yapılacak olunursa, şu anda koçluk alternatif tıpa benzetilebilir. Farklı tiplerde birçok koçluk uygulayıcısı ve bu kişilerden hizmet alıp mutlu olduğunu söyleyen danışanlar vardır. Ancak bu durumun Grant'ın ifadesiyle plasebodan (Grant ve Cavanagh, 2007: 241-242) başka bir şey olduğuna dair yeterince kanıt yoktur. Koçluk psikolojisi ve geliştirilen modeller de aynı konumdadır. Var olmak için, gerçekte uygulamalı bir psikoloji dalı olarak gelişmiş olmasına karşın, en yüksek kalitede kanıt temelli araştırmalara ihtiyaç duymaktadır. Ancak o zaman ne sunabileceği konusunda dürüst ve doğru iddialarda bulunmaya başlayabilir (Grant ve Cavanagh, 2007: 242).

Özetle, çeşitli koçluk modellerinin kapsamlı bir açıklaması olmasa da, bu bölüm hem bireysel hem de grup koçluğu için en yaygın koçluk modellerinden bazılarını genel bir bakış sunmuştur.

Koçların uyguladığı modellerin yanı sıra danışan, eğitim hayatında eksiklik gördüğünde, kariyerinde çıkmaza düştüğünde, insan ilişkilerinde ve hatta dini ve manevi konularda kendisini yetersiz gördüğünde alanında mütehassıs koça gitmeyi tercih etmektedir. Bu sebeple koçluk türlerinin gelişmesinde, bireyin yaşamındaki değişimlere adapte olması, sürekli değişim ve gelişim göstermesi konusunda ona yardım sunma çabası büyük bir faktördür. Nitekim koçluk türlerinin oluşumu, hem danışanın ihtiyaçlarının hem de koçluğun kendi gerçeğini bulması sürecinde önemli görülmektedir. Arz talep doğrultusunda farklı birçok koçluk türü gelişmiş olmasına karşın konunun sınırlarını koruyabilmek adına tarihsel olarak önce oluşan spor, eğitim, yaşam ve işletme dünyasındaki koçluk (kariyer, performans, liderlik vb.) olmak üzere dört temel koçluk türüne kısaca yer verilebilir.

#### 1.4. Koçluk Türleri

Bu başlık altında koçluk alanında kendisine yer edinmiş koçluk türleri, birbirinden farklılıkları ile birlikte ele alınacaktır. Koçlukta birçok farklı eğitim geçmişi bulunan şahsın kişisel tercihi ve danışanın ihtiyacından kaynaklanan farklılar sonucu koçluk türlerinin sayısının günden güne arttığı söylenebilir. Bu araştırma dahilinde koçluğun etkilendiği alanlar şu şekilde belirtilebilir.



**Şekil 3: Koçluğun Etkilendiği Alanlar**

Koçluk, kendi içerisinde türlere ayrılırken, model oluştururken ya da farklı uygulamalarda bulunurken başka alanlardan da yararlanmaktadır. Geçmişinde psikolog olsun ya da olmasın genelde koçların, yukarıda Şekil 3’te belirtildiği üzere, felsefe, yetişkin eğitimi, insan gelişimi, insan yönetimi ve uzun ömürlü bilgelik gibi daha birçok alandan yola çıkarak bir dizi kuramsal bakış açısı geliştirdiği ve kendi içerisinde branşlaştığı görülmektedir.

Literatürde birçok farklı koçluk türüne rastlamak mümkündür. Stern (2004), “Yönetim koçluğu, kişisel/yaşam koçluğu, kariyer koçluğu, performans koçluğu, ilişki koçluğu, yüksek potansiyel ve gelişim koçluğu, mirasçılık (legacy) koçluğu, video koçluğu, takım koçluğu” vb. birçok farklı koçluk türünü listelemiştir (157-158; akt. Courville, 2009: 61-

62). Morris III'e göre koçluk temelde, “bireysel koçluk, gelişimsel koçluk, iş koçluğu, yardım amaçlı koçluk, değişim koçluğu, kariyer koçluğu ve yönetici koçluğu” olarak yedi çeşide ayrılır (Disbennett- Lee, 2005; akt. Kazazoğlu, 2009 16). Delamore, Courville ile yaptığı kişisel görüşmesinde ise koçluk türlerinin belirlenmesi için içerik, tecrübe ve popülasyonu (2009: 62) kriter olarak belirlediğini belirtmektedir. Bu konuda Laske ise, koçluk türlerinin teorik ve uygulama bakımından (1999:140; Courville, 2009: 62) birbirlerinden ayrılacaklarını ileri sürmüştür.

Popüler hale gelen ve kendi içinde birçok türe ayrılan koçluk terimini Lucy Bregman, “parıltılı kelime/glow word” olarak adlandırmaktadır (Courville, 2009: 62). Kendisini parıltılı sunmak isteyen her branş için kullanılabilir bir kelime olarak görülmektedir. Rossett ve Marino’nun ifadeleriyle, “Kilo vermek ister misin? Buyur koça. Saçınızı çekmeyi bırakmak ister misiniz? Buyur koça. Özel biriyle özel bir tarihe hazır mısınız? Buyur koça.” (2005: 46; akt. Courville, 2009: 62). Görüldüğü üzere ihtiyacı olan her insana, ihtiyacı adedince koçluk alanı geliştirilmiş ve koçluk alanı sadece yeni koçlarla değil, koçluk alanlarının artması ile de boğulmuştur (Herbert-McZeal, 2014: 31). Aşağıda, birçok koçluk türü içerisinde, araştırmanın konusuna yakın ve kullanımı en yaygın koçluk türleri açıklanacaktır.

#### **1.4.1. Spor Koçluğu**

Tarihsel olarak, sporda koçluk yapmak bugünkü anlamından uzakta, insanların bilmedikleri konularda onlara verilen eğitim anlamında kullanılıyordu (Whitmore, 2006:32; akt. Brock, 2008: 93), Mink, Owen ve Mink “koçun, genel müdür ya da takımdan sorumlu kişi” için kullanıldığı şeklindeki beyanları bu bakış açısını desteklemektedir (1993:7). Daha sonraki yıllarda spor dünyasında Gallwey (1974), “içindeki rakibin daha zorlu” kavramını geliştirmiş olup her alanda ve her durumda uygulanabilecek ilk koçluk yöntemini göstermiş oldu (Whitmore, 1992: 5-7; Brock, 2008: 93).

Kilburg (1996), spor koçluğu alanında yapılan araştırmaların diğer koçluk alanlarında gerektiği kadar değer görmediğini; buna karşın, spor koçluğunun birçok boyutunun koçluk alanlarını etkilediğini ifade etmiştir (Maynard, 2006: 54). Örneğin, sporcu kişiliğinin öğrenme ve rekabetçi profilinden; kontrol kaybı, duygusal istikrar, zihinsel dayanıklılık gibi

elde edilecek birçok faydalı bilgi bulunmaktadır (Miller, Ogilvie ve Adams, 2000; akt. Maynard, 2006: 55). Bununla birlikte spor koçluğu modellerinin; “eğitim, beceri uygulamaları, geri bildirim” (Feltz ve diğ., 1999; akt. Maynard, 2006: 56) gibi öğretim yönü sıklıkla vurgulanmıştır. Ayrıca spor koçluğu, literatürde oldukça ilgi gören yönetici koçluğunun önemli bir yönüdür (Gün, 2000; Chelladurai, 1990; Spink, 1998; akt. Maynard, 2006: 56). Bunun dışında dikkat çeken bir husus da spor koçluğunun; özgüven (George, 1994), psikolojik beceriler (Smith ve Christensen, 1995; Howe, 1993), beklentilerin hedeflere etkisi (Horn), 1984), performans geliştirme (Petrie ve Diehl, 1995), yarışma (Stanne, Johnson ve Johnson, 1999), bireysel ve takım etkinliği (Feltz ve Lirgg, 1998), teknik direktör etkinliği (Douge, 1993) ve içsel ve dışsal motivasyon (Vallerand ve Rousseau, 1984; Vallerand ve Bissonnett, 1992) gibi birçok konuda, yaşam koçluğu, profesyonel koçluk gibi modellere yardımcı olmasıdır (Maynard, 2006: 56).

Literatürde spor koçluğu alanında son yıllarda manevi araştırmaların ilgi çektiği görülmektedir. Spor yalnızca filozoflar, sosyologlar ya da psikologlar tarafından değil, aynı zamanda teologlar, rahipler ve dini liderler tarafından araştırılmıştır (Parker ve Weir, 2012). Spor öğrencisi rolü giderek daha fazla gündeme gelmektedir (Dzikus, Waller, ve Hardin, 2011; Gamble, Hill ve Parker, 2013). Derin düşünmeyi gerektiren ideolojik bir alanı açıkladığı için, insan hareketi faaliyetlerinde de din ve maneviyat ilişkisi temasının yoğun ilgiyle karşılandığı söylenebilir. İnsan hareket kültürünün bireyin hayatını anlamlı kılmak için nasıl kullanabileceği sorusu, bu alanda yoğun şekilde araştırma yapmak için motive edici bir unsurdur. Bu sorunun önemli bir kısmı, spor faaliyetlerinin manevi boyutuyla açıklanmaya çalışılmaktadır (Jirasek, 2015:290-297).

#### **1.4.2. İşletme Dünyasında Koçluk**

Koçluğun sektör haline gelmesinden önce iş yerine hizmet eden danışmanlıklar mevcut olduğundan, işletme dünyasında koçluk hizmetlerinin yayılması zor olmamıştır. Bununla birlikte *beceri öğretimi* ve *ilişki becerilerini geliştirmesi* ve bireye özel farklı tekniklerle hizmet sunması bakımından diğer danışmanlıklardan kendisini farklı kılmıştır. Bu şekilde işletme dünyasında son 20 yıl içinde koçluk, tanınmış bir uygulama ya da bir metodoloji olarak gelişti (Stern, 2004: 157; Courville, 2009: 61). Kurum içinde koçluk, üst düzeyde çalışanlarla birlikte her düzeyde çalışan için bir gereksinim olarak görülmektedir (Mogan



2005:1; akt. Çakar, 2011: 10). Koçluğun, Motorola, IBM ve AT&T gibi büyük şirketlerin yararlandığı bir hizmet dalına dönüşmesi zaman almamıştır. Bu hızlı dönüşüm ile birlikte 2005 yılının istatistiklerine göre, ABD’de bulunan CEO’ların %80’ninin koçluk eğitimi aldığı görülmektedir (Elgün, 2007:19).

İngiltere’deki iş koçluğunun önde gelen isimleri Whitmore, Alexander ve Downey, spor koçu olan Gallwey tarafından eğitildiklerini ve ondan etkilendiklerini söylemiştir. (Whitmore, 1992: 7; akt. Brock, 2008:93). Bu ifade birçok araştırmacının yönetici koçluğunun köklerinin, spor ve performans koçluğuna ait olduğu düşüncesi ile örtüşmektedir (Peltier, 2001: 170).

Literatürde koçlukla ilgili makalelerin birçoğu özel koçluk becerilerini tanımlamıştır. Buna karşın, Levinson (1996), iş koçları için özel tanımlamalara gitmiştir (Garman ve diğ., 2000; akt. Maynard, 2006: 29). Kilburg (1996) da, iş koçluğunu diğer danışmanlıklardan ayırt etmenin zor olmasına karşın, yönetici yönüne odaklanma şekliyle farklılıkların olduğunu belirtmiştir (akt. Maynard, 2006: 29). Literatürde de görüldüğü üzere, spor alanında ismini dünyaya duyuran ve kökleri eskiye dayanan koçluk kavramının, ilk anlamından uzaklaşmadan, iş yaşamına adapte edildiği ve fikir olarak kullanımında pek farklılık olmadığı söylenebilir.

Son on yılda literatürde artan bir ilgi gören üst yönetim (executive) koçluğu, yöneticilerin performanslarını ve sonuç olarak genel organizasyonun performansını geliştirmesine yardımcı olmak amacıyla müdahale olarak önerilmiştir (Kampa-Kokesch ve Anderson, 2001: 205).

Bunun dışında iş dünyasında koçluk uygulamaları ve koçluk literatürü ile ilgili birçok araştırma yapıldığı görülmektedir. Hızla büyüyen bu alanda birçok farklı koçluk türü ortaya çıkmıştır: Bireyin kariyerine karar vermesinde ve kariyer hedeflerine odaklanmasında, kariyer koçluğu hizmeti; bireyin iş hayatındaki performans potansiyelini, iş dünyasındaki içsel eksikliklerinin ve gereksinimlerinin nasıl doldurulacağı üzerine odaklanmasında, performans koçluğu hizmeti; liderin, yeni görevinde, edinmesi gereken rolüne ve ekibiyle ilişkisine, lider koçluk hizmetleri sunulmaktadır. Bu alanda, birey ve kuruma hizmet sunan daha birçok farklı koçluk hizmeti verilmektedir.

İş dünyasında manevi arayış üzerine ilgili literatür incelendiğinde, son yıllardaki büyük ilginin varlığı dikkati çekmektedir. Günümüzde insanın yaşamını idame ettirebilmesi için belli düzeyde kazanç elde etmesi gerekir, ancak insanoğlunun tek ihtiyacı salt ekonomik değildir. Aynı zamanda çalışan birey, manevi ve sosyal ihtiyaçlara da sahiptir. Sadece ekonomik ihtiyaçları ön planda tutan bireyler zamanla kendilerine yabancılaşmakta ve hayatın anlamını kaybetmektedir. Bu süreçte farkındalık sağlamak, iş hayatı ve manevi hayatlarında denge sağlamak isteyen işletmeciler ekonomik beklentilerinin yanı sıra yaşadıkları hayattan daha fazlasını umarken farklı danışmanlık hizmetlerinden yardım almaktadırlar. Bu beklentilerinin işletmecilerin ve danışmanların fark etmesi sonucu iş yerinde koçluk hizmetinin talep edilmesi ve kolay kabul görmesi ile sonuçlandığı söylenebilir.

İşletme dünyasında koçluk ve maneviyatın biraraya gelmesi çok da zor olmamıştır. Koçluğun sektör haline gelmesinden önce iş yerine hizmet eden danışmanlıklar olmasına karşın maneviyat eksikliği hissedilmesi üzerine iş yeri maneviyatı üzerine birçok araştırma yapılmaya başlanmıştır. Levy'e (2000) göre; çalışanların iş yerine gittiği zaman yanında götürmek zorunda kaldığı, fiziksel, zihinsel ve duygusal ihtiyaçları keza ruhsal ihtiyaçları da vardır (Kurtar, 2009: 28). Bu bakımdan iş hayatına atılan kadın erkek her bireyin manevi ihtiyaçlarına uygun bir çalışma imkanı sunulmalıdır. Kişisel iyi oluş üzerine yapılan araştırmalarda hayatın manevi boyutunun dengede olması halinde kişilerin daha mutlu ve hayatlarında daha başarılı oldukları görülmektedir.

#### **1.4.3. Eğitim Alanında Koçluk**

Koçluğun eğitim alanına nüfuzunu anlayabilmek için, eğitim alanında görülen rehberlik faaliyetlerine kısaca değinilmiştir. Literatürde rehberlik hizmeti ile ilgili ilk çalışmalar 1906'da Eli Weaver'ın *Meslek Seçme* kitabı ile başlamıştır. İki yıl geçmeden 1908'de rehberlik faaliyetlerinin kurucusu olarak tanınan Frank Parsons, genç neslin meslek seçimine yardımcı olmak için mesleki rehberlik bürosunu hizmete açmıştır. Bu şekilde ABD'de ilk rehberlik hareketleri 20. yüzyıl başlarında kendisini göstermeye başlamıştır. Türkiye'de ise 1947 yılında, ABD ve Türkiye ilişkilerinin ilerlemesi sonucu Türkiye'de eğitim alanında gelişim sağlamak amacıyla, "Marshall Yardımı" adı altında, ABD'ye Türk öğrenci gönderimiyle başlamıştır. Bu tarihlerden sonra eğitim alanında görülen rehberlik

hareketi, politik, ekonomik, teknolojik, ahlaki ve toplumsal değişimler ile şekil ve içerik olarak değişim göstermiştir. Pişkin, bu değişimin, gelecekte çok daha hızlı olacağını söylemektedir (Pişkin, 2006). Bu hızlı değişim ile 1980’lerden günümüze kadar rehberlik, “eğitim tekniği” olarak görölmüştür (Özalp ve Demirci, 1999: 39; akt. Elgün, 2007:16).

İngiliz Üniversite öğrencilerinin, 19.yy itibariyle akademik kariyer danışmanlarını koç olarak çağırmaya başladıkları söylenmektedir (Wilson, 2004: 96). Bununla birlikte koçluk eğitim alanında kendi içinde; “öğrenci koçluğu, akademik koçluk, doktora tezi koçluğu” gibi birçok bölüme ayrılmıştır. Bu koçluk türlerinin genelde konularına göre ayrıştığı görölmektedir.

Genel olarak eğitim koçluğu, yeni bir eğitim sistemi olarak kabul edilmekle birlikte, öğrencinin gelişimini ve eğitimini takip eden ve öğrenciyi başarıya götüren yol olarak tanımlanmaktadır (Özbay 2008; Yüksel, 2017: 17). Yapılan araştırmalara göre, okul, aile, veli ve öğrenciye yönelik koçluk hizmeti sunan okullarda “öğretme ve öğrenmenin” kalitesine olumlu yönde etkisi bulunmaktadır (Steiner ve Kowal, 2007; Gökbulut, 2016: 17). Koçluk, öğrenciyi aktif tutmayı ve ona destek olmayı hedeflemektedir (Koçel 2001: 20,21; akt. Çakar, 2011: 9). Bu sebeple koçluk ile öğrencinin bilgi ve beceri kalitesinin arttığı söylenebilir.

Literatürde de göröldüğü üzere, eğitim alanında koçlukla ilgili yapılan çalışmalar, “eğitimde motivasyona” odaklanması bakımından spor psikolojisi alanı ile benzerlik teşkil etmektedir. Hedef belirleme stratejileri (Page-Voth ve Graham, 1999), hedef teorisi (Blumenfeld, 1992), başarı hedefleri (Ames ve Archer, 1988), hedef oryantasyonu (Pintrich, 2000), sonuç beklentileri (Shell ve diğ., 1995), öz düzenleme ve öğrenme (Wolters, 2003) ve kolektif etkinlik (Goddard, 2001), koçluk sürecinde bulunan yapılarla ilgili eğitimde ek araştırma alanları olup motivasyonel inançlar üzerine eğitim araştırması (Eaton ve Dembo, 1997), görev değeri ile motivasyon arasındaki ilişki (Bong, 2001), beceri ve motivasyon arasındaki ilişki (Haydel ve Roeser, 2002) ve motivasyon üzerindeki olumsuz etkinin etkisi (Turner) et al., 1998), koçluk modellerinin hangi temellere dayanabileceği konusunda uygun ve yararlı bilgiler sağlamaktadır (akt. Maynard, 2006: 58).

#### **1.4.4. Yaşam Koçluğu**

İlgili literatür taraması sonucu en genel anlamıyla yaşam koçluğundaki hedefin “kişide değişim sağlamak” olduğu görülmektedir (Creane, 2005; Grant, 2001; Stober ve Grant, 2006; ICF, 2013). Yaşam koçluğu ve kişisel koçluğu bir kabul eden Stern’e göre kişisel yaşam koçluğu öncelikli olarak bireyin kişisel hedeflerine, düşünmeye, hissetmeye, eyleme, bireyin yaşamını daha iyi kişisel etkinlik ve memnuniyet için nasıl değiştirebileceğine odaklanır (2004:157; akt. Courville, 2009: 61). Bununla birlikte yaşam koçluğu, danışanının, meslek, sağlık, aile ve arkadaş ilişkileri olmak üzere hayatının tüm boyutlarıyla ilgilenmekte olup (O’Connor ve Lages, 2004: 38; akt. Çetin, 2015: 36), kişinin hayatını iyileştirmek için amaç ve çözüm odaklı, çok yönlü bir sürece sahiptir (Griffiths ve Campbell, 2008; akt. Herbert-McZeal, 2014: 33).

Başka bir ifadeyle yaşam koçunun amacı kendi rehberliğinde, danışanının yaşamak istediği hayatı kurmasında, bunun için uyguladığı hareket planında, ona yardımcı olması (Creane, 2002), danışanın hedefe ulaşması için ilerlediği yolda, danışanına engellerin farkındalığını oluşturacak araçları sağlaması (Berman Fortgang, 2001), hayatında değişiklik arayan ve farkındalık kazanmak için arayışta olanlar için yardımcı olmaya çalışmasıdır (Goode, 2007; akt. Herbert-McZeal, 2014: 33).

Yaşam koçluğunun icra edildiği alt birimler arasında ismi ile uygulama alanı ve yöntemleri uyumlu koçluk türleri mevcuttur. Dini ve manevi koçluk yaklaşımları arasında en yaygınları; Hristiyan, Müslüman, ve Budist gibi kurumsal dini isimleri kullanarak dini koçluk uygulamalarında bulunan ve kendilerini kurumsal dinden ayıran aynı zamanda manevi olarak gören -spiritüel, melek ve kuantum gibi yeni çağ akımların da kullandığı- koçluklardır..

#### **1.4.5. Dini Yaşam Koçluğu Alanları**

Psikolojik danışmanlık hizmetleri, yaklaşım ve model geliştirirken psikoloji kuramlarından yararlanmaktadır. Önceki başlıklar altında tartışılan koçluk, bazılarına göre hümanist psikoloji ile varolmuş, bazılarına göre de varolduktan sonra kendisiyle aynı iddialarda bulunan pozitif psikolojiden faydalanmıştır. Pozitif psikoloji birçok kuramdan farklı olarak kişiye bütüncül bir bakış açısıyla bakmış, koçluk ve pozitif psikoloji arasında görünmeyen

bir bağ kurulmuştur. Her iki disiplin normal, sağlıklı yetişkinlere odaklanmış ve insana bütüncül bir bakış açısıyla bakmıştır. Bu sebeple psikoloji alanında, din ve maneviyatın patolojik kökenli bir sorun olmaktan ziyade normal ve sağlıklı insanlar için de önem teşkil ettiği fark edilmiştir. Bu bakımdan koçluğun, insan hayatında önemli bir yeri olan maneviyatı gözardı edemediği de görülmektedir. Nitekim günümüzde birçok araştırmacı, din ve maneviyatın insan doğasında bulunan bir motiv/psikolojik bir olgu olduğunu kabul etmekte ve bunu bir ihtiyaç olarak görmektedir. Bu gelişmeler sonucu son yıllarda ortaya çıkan dini ve manevi yaşam koçluk türleri ele alınabilir.

#### **1.4.5.1. Hristiyan Yaşam Koçluğu**

Koçlukla ilgili ilk çalışmalarda, maneviyat konusu yine şüpheli görülmüş ve sıklıkla değerlere atıf yapılırken az sayıda maneviyat referans gösterilmiştir (Collins, 2009:22). Bu sebeple Simon, kilise uygulamalarına koçluğun girişinin geciktiğini belirtmektedir (2005; akt. Bartley, 2011:14). Kilisenin gecikmeli tanıştığı koçluğu benimsemesi zaman almaz, kısa sürede, “Christian Coaching Institute, Kariyer Koçu Akademisi, Christian Coaches Network (CNN) ve Life Coach Training” kurulmuştur. Bu kurumlarda, koçlara inanç temelli (faith based) bir yaklaşım kullanarak nasıl koçluk yapacağını öğreten programlar hazırlanmıştır. Bu alanın gelişmesinde Hristiyan Koçluğun Babası<sup>12</sup> olarak da bilinen Christian Coaching Institute’nin başkanı Chris McCluskey’in bu yeni alanı, birçok uluslararası kurulda yapmış olduğu yayınlar ile şekillendirdiği görülmektedir.

Hristiyan yaşam koçu, danışanının yaşamında Tanrı merkezli hedefine ulaşmasında ve arzu ettiklerini elde etmesinde yardımcı olur. Başka bir ifadeyle, Hristiyan koçun temel işlevi danışanlarının yaşamdaki mevcut konumlarından, Tanrı’nın onlar için uygun gördüğü hedeflediği konuma taşınmalarına yardımcı olmaktır (Collins, 2009; McCluskey, 2008; akt. Bartley, 2011:14).

Hristiyan yaşam koçunun, koçluk süreci boyunca, İncil yaklaşımıyla, Mesih benzerliği sergilediği görülmektedir. Bazı koçlar, Hristiyan inancındaki üç farklı şahsiyetten biri olan Kutsal Ruh’un bir İncil sunumu olduğunu ve Hristiyanlarla birlikte gelip onlara tanrısal bir yaşam sürdürmeleri konusunda yardımcı olduğunu ileri sürmektedir. Mesih benzeri bir

---

12 <http://christianlifecoaching.com/can-make-living-christian-life-coach/>, (Eklenme Tarihi: 20.02.2018).

şekilde, Hristiyan koçu müşteriyle birlikte gelir, yaşam ve manevi disiplinlerden bahseder, Kutsal Kitapla dua eder ve tartışır, Tanrı'nın sözünü dinler ve cesaret verir (Collins, 2009). Bartley, Hristiyan koç ve Kutsal Ruh karşılaştırmasında, Kutsal Ruh'un sınırsız güce sahip olduğunu, her yerde ve her şeye kadir olduğunu, ancak koçun böyle bir gücü olmadığını dile getirmektedir (2011: 15). Bu bakımdan Hristiyan koçluğunda, öncelikli gündem, *koç ve müvekkilin, Kutsal Ruh'un işlerini ilişkilerinde tanımasıdır* (McLennan Tajiri, 2009; akt. Bartley, 2011: 15). Newell (2009) de, McLennan Tajiri'nin (2009) ifadelerine benzer şekilde, koç ve danışanın Kutsal Ruh'u koçluk görüşmesine kasıtlı olarak davet ettiğinde gerçek Hristiyan koçluğunun gerçekleştiğini iddia etmektedir (akt. Bartley, 2011:15). Nitekim günümüzde birçok kilisenin benzer şekilde bir hristiyan yaşam koçluğu hizmeti sunduğu görülmektedir.

#### **1.4.5.2. Müslüman Yaşam Koçluğu**

Müslüman yaşam koçluğunun Batı'da ortaya çıkışı ile Türkiye'de ortaya çıkışı arasında ciddi farklılıklar söz konusudur. ABD'de Müslüman yaşam koçluğu, Hristiyan yaşam koçluğuna pratikte benzer şekilde, Müslüman danışman/dini kimliği olan kişiler tarafından yürütülmeye başlanmıştır. Buna karşın Hristiyan koçluğundaki gibi literatür hızla gelişmemiş ve akademik literatür üzerine yayın bakımından çok zayıf kalmıştır.

İslam dünyası Batı kavramlarının kullanımında çekinceler görmüş, bu konu birçok defa tartışılmıştır. Koçluk da benzer bir süreçten geçmiştir. 2013 yılında Kuveyt'te, İslam kültüründe koçluğa kültürel açıdan uygun bir yaklaşım sunmak üzere yapılan “Kuveyt Koçluk Konferansı”, Arapça'da “Kuveyt Tevcih Konferansı” olarak tercüme edildi. Konferans esnasında, “tevcih” kelimesinin Arapça'da “bir kişinin bir yolu göstermesi veya bir çözüm yoluna yönlendirmesi” manası taşıdığından dolayı koçluktan farklılaştığı konusunda uzlaşılmıştır. Daha sonra görüş birliği ile koç kelimesi karşılığında “irşad” kelimesi, “rehberlik” ve “aydınlanma” gibi anlamları içerdiğinden ve “Doğru yolda olmak” için kullanıldığından, en yakın Arapça kelime olarak kabul edilmiştir.

Görüldüğü üzere İslam dünyası Batı'dan aldığı kavramlar üzerine eleştirel bir tavır benimsemiştir. Bu konuda koçluk kelimesinin kullanımı konusundaki başlıca iki görüş, şu şekilde sıralanabilir.

- Batıda koçluk terminolojisi etrafında süregelen bir karışıklık bulunması.
- Koçluk yaklaşımını İslam'ın içindeki mevcut kavramlarda arama çabası.

Genel olarak Müslüman yaşam koçluğu, danışanı için üretken, kendini anlayan, zayıf yönlerini gören, dünya ve ahiret için performansını kullanabilme yardımı sağlamaktadır (Habib, 2012; Allaho ve Nieuwerburg, 2017).

Daha önceleri koçluk üzerine konferanslar yapılmış olmasına karşın Müslüman koçluk üzerine ilk yazılı eserlerin İngiltere’de neşrolunduğu söylenebilir. Sayeda Habib (2012), *Life Coaching for Muslims: Discover the Best in You?!* adlı eseri ile Müslümanların koçluğu nasıl kullanabileceklerini; Raja’a Allaho ve Christian van Nieuwerburg (2017) ise *Coaching in Islamic Culture* başlıklı kitapları ile Müslümanların inançları ve gelenekleri ile uyum içinde nasıl bir gelişim yöntemini takip edeceklerini, Kuran’ı Kerim ve Hadis-i Şerifleri referans göstererek açıklamıştır.

Batı menşeli Müslüman koçların dini danışmanlık hizmetine ve Batı’daki Hristiyan koçluk uygulamalarına yakın bir hizmet sundukları görülmektedir. Müslüman ve Hristiyan koçların uygulamada seküler koçluk yaklaşımlarından, teorik olarak ise dini kaynaklardan yararlandıkları görülmektedir. Buna karşın, bu alanda Türkiye’de henüz yazılı eser bulunmamakla beraber, Müslüman koç adını kullanmadan, İslami kimliğini ön planda tutan, başka bir ifadeyle medya tarafından Müslüman yaşam koçu sıfatıyla anılan şahıslar mevcuttur. Örneğin, Türkiye’de Sibel Üresin, müslüman erkek ve bayanlar hakkındaki iddiaları ile sıkça Türk televizyon kanallarında adını duyurmakta, Müslüman Koç algısı oluşturmaktadır. Bu konuda diğer isimler arasında, Veysel Danış, Sayeda Habib ve Nobera Chowdhury gösterilebilir. Türkiye ve Amerika’daki Müslüman koçlar arasında ciddi farklılıklar söz konusudur. Türkiye’de medyada öne çıkan isimlerin İslami söylemlerle, Amerika’dakilerin ise koçluk yaklaşımlarıyla paylaşımlarda bulundukları görülmektedir.<sup>13</sup>

---

13 Bkz.<http://www.noberachowdhury.com/life-coaching-for-muslim-women/> Eklenme Tarihi: 14.10.2017; <http://www.makelifehappen.com>, (Eklenme Tarihi: 14.10.2017).

#### 1.4.5.3. Benötesi Yaşam Koçluğu

Independent Gazetesi, İngiltere Koçluk Federasyonu gibi İngiliz menşeli yazılarda, Uluslararası Performans Danışmanları Şirketleri'nin (Performance Counsultants Intertational) kurucusu olan John Whitmore, koçluğun babası ve koçluğa en çok katkısı olan kişi olarak kabul edilmektedir. Jonh Whitmore'a göre özellikle son yıllarda ve Batı kültürlerinde insanlar, kar elde etmenin ötesinde yaşamlarının tüm yönlerinde anlam ve amaç bulmak için giderek artan bir ihtiyaç durumu içinde benötesine/transpersonaya yöneliyor. Benötesi, insanlarda olgunluk inşa etme sanatı olarak görülmektedir. Bu düşünceden yola çıkarak Whitmore, benötesi koçluğu, kendi danışmanlık kurumunda uygulamaya koymuştur. Benötesi çalışmaları daha çok anlam bulma üzerine yoğunlaşmaktadır (Whitmore, 2007).<sup>14</sup> Stephen Palmer'a göre benötesi koçluk, bireylerin sadece bir kariyer ya da kişisel hedefe ulaşmalarına değil, varoluşsal ya da manevi konuları keşfetmelerine destek olmaktır.<sup>15</sup>

Türkiye'de Defne Demircioğlu Transpersonal Training'e bağlı, benötesi yaşam koçluğu alanında öncü isimlerdendir. Genel olarak Türkiye'deki uygulamalarda ortak söylem, “danışanın, ruhunun sesine kulak vermesine yardımcı olduklarını” ifade eden paylaşımlar şeklindedir.

#### 1.4.5.4. Manevi Yaşam Koçluğu

Batı, tükettiği her kavramın yerine bir yenisini getirebilme becerisini kullanarak “din” kelimesinden uzaklaşmış ve maneviyat kavramını popüler hale getirmiştir. Böylelikle dine gelen eleştirileri ya da dinin eleştirilerini ve dinler arasındaki çekişmelerden sıyrılmış, inançlı ya da inançsız, dindar ya da dinsiz metafizik alanı kabul eden ya da dini bilgiyi doruk noktasında yaşamak isteyen birçok bireye hitap edebilecek manevi kavramını kullanmaya başlamıştır. Bu konuda benzer bir görüşe sahip olan Ok, günümüz Batı dünyasının, dini danışmanlık (pastoral counseling) kavramının önemini kaybetmesiyle yerine dinler ötesi olarak yorumladığı maneviyat kavramını getirdiğini ifade eder (Ok,

---

14<http://www.theocm.co.uk/sites/default/files/documents/resources/TranspersonalCoachingSirJohnWhitmore.pdf> (Eklenme Tarihi: 18.01.2018).

15 <https://www.personneltoday.com/hr/the-benefits-of-transpersonal-coaching/> (Eklenme Tarihi: 18.01.2018).



2012, 40; akt. Angın, 2016: 22). Bu sürecin oluşumu ile spiritüel/manevi yaşam koçluğu, talebin devam etmesi sonucu dini koçluk hizmeti almak istemeyen ancak içinde inanç, hayatı anlamlandırma, ulvi hedefler ya da değerlerine sahip çıkmaya çabalayan kişilerin başvurduğu bir kapı olmuştur. Bununla birlikte manevi yaşam koçluğunun gelişim süreci öncesinde ortaya çıkan spor koçluğu ve daha sonradan ortaya çıkan yaşam koçluğu mesleklerinden yararlandığı görülmektedir. Bu bakımdan manevi yaşam koçluğu oluşumu itibariyle birçok bakımdan melez bir danışmanlık mesleği olarak karşımıza çıkmaktadır.

Birey dini inanca sahip olsun ya da olmasın belli bir olgunlaşma düzeyinde manevi hayata dair uyanmaya başladığında kendisine “Ben kimim? Niçin buradayım? Neden dünyaya geldim?” gibi sorular sormaya başlar. Bu noktada Leider’e göre koçluğun ana ilkesi büyük soruları olan insanlarla birlikte olabilmek ve bireyin içindeki ile dış dünya arasındaki bağlantıyı kurmaktır (Leider, 2001: 2-9). Spiritüel bir koç olan Cemal Kondu, koçlukla, danışanın iç ve dış dünyası arasında köprü kurduğunu belirtmektedir.<sup>16</sup> Yaşam koçluğunu dinle ilişkili gören Maher’e göre ise spiritüel koçluk, yaşam koçluğu olarak bilinen çağdaş olgunun unsurlarını Katolikliğin ruhsal yönü ile birleştiren bir prototiptir (Maher, 2008: 54).

Araştırmanın amacı itibariyle, koçluk uygulamalarında manevi/dini müdahalelere bakılarak din psikolojisi perspektifinden inceleme yapılmıştır. Spiritüel koçluğu da anlamak için öncelikle koçların maneviyatı nasıl algıladıklarını anlamak gerekir. Bu sebeple araştırmanın soruları arasında koçların maneviyatı kabul edip etmediği ya da nasıl uyguladığı, maneviyatı dinle ilişkili görüp görmedikleri sorulmuş, elde edilen veriler bulgular bölümünde detaylı olarak aktarılmıştır.

Manevi yaşam koçlukları arasında, kuantum, bazı ahlaki değerler, melek gibi koçluk türleri de yer almaktadır. Bunlar aşağıda özet halinde verilmeye çalışılmıştır.

Mesut Kahveci, Türkiye’de bu alanda tanınan isimler arasında yer almakta olup, kişinin sahip olduğu bedensel ve düşünsel enerjiyi temizleyerek, kişinin kendi iradesini ve gücünü kullanarak kötü kaderini değiştirip huzur bulmasına destek olduklarını iddia etmektedir.<sup>17</sup>

---

16 <https://www.cemalkondu.com/tr-TR/Blog/kocluk/spirituel-kocluk-1175/>, (Eklenme Tarihi: 13.02.2018).

17 bkz, Aşkınlık Mektebi, <http://askinlikmektebi.com>, (Eklenme Tarihi: 29. 09.2015).

Son yıllarda sosyal medya platformlarında sıkça bahsedilen, melekler ile iletişime geçtiğini dile getiren, hatta onların yardımını aldığını ve işlerini kolaylıkla meleklerin aracılığı ile hallettiğini iddia eden koçların sayısı artmaktadır.

Türkiye'ye ilk olarak melek koçluğunu, Bedia İkala Erikli getirmiştir. Erikli'nin, Cebrail'in ve diğer büyük meleklerin kendisine mektup gönderdiğine dair ciddi iddiaları mevcuttur.

Meleklerle koçluk uygulamalarında, insanların melekleri kullanabilecekleri ve bu şekilde hayatlarının kolaylaşabileceği düşüncesi hakimdir. Erikli'nin *Meleklerle Yaşamak* adlı kitabının 30. baskısına ulaşmış olmasından dolayı Türkiye'de bu alana ilgi duyan pek çok kişinin olduğu söylenebilir.

Daha sonraki yıllarda, bu alanda farklı birçok çalışma ve uygulama yapıldığı görülmektedir. Işık Elçi tarafından kaleme alınan *Esmail Hüsna ve Melek Kartları* kitabında, meleklerin ve Allah'ın isimlerinin tarot kartlarına dönüştürüldüğü görülmektedir. Tarot kartları, 78 karttan oluşmakta olup bunlar kehanette bulunma, geleceği görmeye çalışma yoludur.

Sonuç olarak kendisini köklü bir geleneğe dayandırmaya çalışan koçluk, halen kendi köklerini aramakta ve yeni bir danışmanlık, model ya da yaklaşım olarak, kendisini güçlendirecek psikolojik kuramlardan yararlanmaktadır. Her türlü içerik, nüfus ve uzmanlık, koçluk için temel oluşturabilmektedir. Bu bakımdan koçluk, birçok farklı branştan faydalanmakta olduğundan melez bir yapıya sahiptir. Bununla birlikte, koçluk alanı, dışarıdan aldığı kavram ve uygulamalar kadar, kendi terminolojisini ve materyallerini oluşturmaya ve kullanmaya devam etmektedir.

Literatürde koçluğun, eğitim, iş, sağlık ve dini danışmanlık alanlarında kendisini göstermesi kısa sürede ve benzer şekillerde olmuştur. Koçluk türünün çok çeşitliliğinin, koçların toplumsal ve bireysel ihtiyaca yönelik kendi pazarlarını kurma çabalarından kaynaklandığı söylenebilir (Eryılmaz, 2014: 41-42). İsmen branşlaşan koçluk türleri, bireyin yaşamında eksik gördüğü noktada, çözümsüz kaldığında, koç pazarlama stratejisiyle bireye yardımcı olmayı hedefleyerek yeni bir isimle kendisine yer bulmaktadır. Tüm bu koçluk türlerinin günlük hayatta, bireyin ve toplumun üzerinde nasıl etkiler yaratacağı ise önemli bir husustur.

Görüldüğü üzere, spor ve iş dünyası gibi birçok alanda manevi danışmanlık üzerine araştırmalar sürmeye devam etmektedir. Değinilen temel koçluk türlerine bakıldığında profesyonel koçluk uygulamaları, iş yerlerine, eğitim sektörüne, rehberlik alanına ve daha birçok kuruma maneviyatı tanıtan bir araç/müdahale olarak görülmektedir. Bu bakımdan araştırmada koçluğun, psikoloji, maneviyat, sağlık, eğitim ve iş arasındaki ilişkileri kapsayan din psikolojisi alanının, akademik çalışma alanına uyacak şekilde konumlandığı savunulmaktadır.

Genel olarak koçluk içerisinde, manevi yaklaşımlar olabileceği gibi günümüzde manevi/spiritüel koçların da mevcut olduğu görülmektedir. Türkiye’de spiritüel koçlar, medyumluk, tarot falı okuyucusu, reiki ustası, şifacı, meleklerle iletişim kurabilen kişiler olarak kendilerini tanıtmaktadır.<sup>18</sup> Bu bakımdan manevi koçluk alanında, kavram ve değerlerin doğrudan Batı kültürünün etkisi altında olması, Anadolu kültürü ve değerleriyle örtüşmemektedir.

Özetle, araştırmanın mevcut yönlerini sunarak, koçluk alanının köklerinin, yakın geçmişteki terapötik ve ruhsal alanın ötesine kadar genişletilmesi çabası içinde olduğu, koçluğun nüfuz alanları (spor, eğitim, din ve ticaret vb.), maneviyat/din ve diğer disiplinlerle ilişkisi sunulmuştur. Bu başlık altındaki bilginin aktarılmasının amacı, koçluğun yukarıdaki disiplin ve nüfuz ettiği alanlar ya da maneviyat üzerine yapılan tartışmalara cevap vermek değil, bu tür araştırmaların din psikolojisi alanında olduğunu göstermektir. Bu şekilde mesleki koçluğun din psikolojisi alanında, kavramsallaştırma ve kuramsallaştırma için uygun bir konu olarak görülebileceği söylenebilir.

### **1.5. Koçluğun Diğer Danışmanlıklardan Farkı**

Bu başlık altında koçluğun var olması ve gelişmesindeki nedenleri anlamak ve birbiri yerine kullanılan kavramlar arasındaki çizginin belirginleşmesi açısından koçlukla ilişkilendirilen terimlerin kısaca tanımları yapılp, diğer danışmanlıkların koçluk yaklaşımı ile olan farklılıklarına yer verilecektir.

---

18 Bkz. <http://www.hurriyet.com.tr/gundem/bir-ihimal-daha-var-ruhsal-seyhlik-40354261> (Eklenme Tarihi: 22.12.2017).

Koçluk, bir danışmanlık şekli olarak mentorluk, terapi ve diğer profesyonel danışmanlıklarla temelde birbiriyle ilişkili fakat asıl ilgi alanları bakımından farklılık göstermekte olduğundan birçok araştırmacı bunları ayrı kelimelerle ifade etmeyi tercih etmiştir (Ellinger ve diğ. 2003: 436; Park, 2007: 11; Wright, 2005: 326; Kim, 2010: 40; Ellinger, 2003: 7; akt. Eğri, 2013: 11). Bazı araştırmacılara göre de koçluk, “eğitimle temelde birbiriyle ilişkili” olup “ilgi alanları” açısından farklılık göstermektedir (Çetin, 2015: 8). Bazı koç ve yazarlara göre ise koçun şeyh ile benzerlikleri bulunmaktadır. Örneğin bu konuda Mahmud Erol Kılıç, bir röportajında günümüz Türkiye’inde bir kişinin yasaklanan şeyh kavramı yerine spiritüel koç kelimesini kullanarak aynı faaliyeti sürdürebildiğini ve koçluğun “Fonksiyonel açıdan bir tarikat faaliyeti” olduğunu iddia etmektedir.<sup>19</sup> Özlem Uçar’a göre koçluğun kökeni tasavvufa dayanmaktadır<sup>20</sup>. Bu sebeple araştırmanın bu bölümü, şeyhlik, liderlik, mentorluk gibi birbirinin yerine kullanılan benzeri kavramların temelde ayrıştıkları noktaları gösterebilmek ve karşılaşılan anlam karmaşasından kurtulabilmek açısından önemli görülmektedir. Koçluk ve diğer danışmanlık hizmetleri arasındaki farklılıklara geçmeden önce, koçluk ve profesyonel danışmanlık hizmetlerinin ortak özellikleri şu şekilde özetlenebilir. Öncelikle koçluk ve diğer danışmanlıkların sahip olması gereken beceriler arasında benzerlik söz konusudur. Koçlukta ve diğer danışmanlıklarda ortak hedef, danışana fayda sağlayacak davranış değişikliğidir. Bunun için uygulanan yöntemlerde karşılıklı güven ve etkin bir dinleme esastır (Aydoğdu, 2004: 13; akt. Çetin, 2015: 10).

Bununla birlikte koçluk, mentorluk, terapi ve diğer geliştirici faaliyetlerin tanımlarında benzer ifadeler yer almakta olup aynı kategoride değerlendirilmiştir (Carey, Philippon ve Cummings, 2011: 51-69). Birçok araştırmacıya göre, bu faaliyetlerin tanımsal benzerlikleri olmasına karşın, bu terimler birbirinden farklı kavramlardır (D’abate, Eddy ve Tannemaum, 2003: 361; akt. Kalkavan, 2014: 12).

### **1.5.1. Koç ve Terapist Arasındaki Farklar**

Bu bölümde, koç ve terapist arasındaki farklar Yurdakul (2010:39) ve Kazazoğlu

---

19 [http://www.semazen.net/roportaj\\_detay.php?id=35](http://www.semazen.net/roportaj_detay.php?id=35), Eklenme Tarihi: 25.04.2015).

20 <http://www.star.com.tr/ege/yasam-kocu-ozlem-ucal-sistemin-en-kuvvetli-enerjisi-cumhurbaskanidir-haber-955430/> (Eklenme Tarihi: 25.04.2015).

(2009:9)’dan uyarlanarak oluşturulmuş olan aşağıdaki tabloda ortaya konmuştur:

**Tablo 4: Koç ve Terapist Arasındaki Farklar**

<b>Koçluk</b>	<b>Terapi</b>
Hayatın bazı alanlarındaki bazı hedeflere odaklanır.	Hayata, genişçe ve deriniğine odaklanır.
Çözüm odaklıdır. Fırsatla ilgilenir.	Problem odaklıdır.
Hızla sonuç(lar)a götürür.	Çok uzun sürebilir.
Akış ve gündemi sadece danışan belirler.	Akış ve gündem, terapist ile kişi tarafından belirlenir.
İstenen geleceği projelendirmek.	Normalleştirme geçmişe dayalı sağlıklı durumları iyileştirmek.
Değişik bakış açılarından faydalanmak.	Duygusal aşkınlıkları kontrol altına almak.
Potansiyeli maksimize etmek.	Hayatı zorlaştıran düşünceleri ve davranış kalıplarını sağlıklı olanlarla değiştirmek.
Analitik yaklaşım ve optimize.	Danışanın duygusal yüklerden (acılardan) kurtulması ve şifaya kavuşması.
Danışanın hayat kalitesinin yükselmesi, doyumunun artması, hayata proaktif katılımı, kendi sorumluluğunu alması.	Bireyin geçmiş deneyimlerinin, duygusal yapılanmasının, işe yaramayan düşünce ve davranış kalıplarının ortaya çıkarılması etkinliğidir.
Bireyin değerleri, vizyonu, amaçları, hedefleri araştırılır.	Öz saygı ve fonksiyonel davranışlara odaklanır.

Görüldüğü üzere koç, terapist gibi danışanın geçmişindeki patolojik durumlarını bulmayı ve bu geçmişle kişiyi yüzleştirmeyi hedeflemez. Yukarıda Tablo 4’te verilenlerin dışında koç-danışanın “mevcut potansiyelini saptar, yaşam kalitesini arttırmasının olabilirliğini arar ve eylem listesi oluşturup harekete geçmesini” destekler. Danışanın koçluk hizmeti alması için, kişinin yolunda gitmeyen bir durumla karşılaşması gerekmez. Terapinin amacı, kişinin acıdan, rahatsızlıklarından ve sorunlarından kurtulmasıdır. Terapist problem odaklı çalışırken, koç bugüne odaklanarak geleceğe vizyon tutar (Yurdakul, 2010:39), hedef belirler ve bu doğrultuda danışanın güdüler, danışanın bir bütün olarak hayatıyla ilgilenir (Bluckert, 2005: 91-94; akt. Çetin, 2015: 10). Koç bu faaliyetini sürdürürken, aldığı koçluk eğitimleri ile geliştirdiği teknik ve pratik tecrübesiyle hedefin önündeki engelleri ve düğümleri çözer (Kazazoglu, 2009: 9). Koçluk, terapistin alternatifi ya da bir terapi yöntemi değildir (Yurdakul, 2010: 39), danışanın kendi kendisine ilerlemesinde, aradığı cevapları bulmasında yardım eder.

Bununla birlikte koç, profesyonel koçlar, uygulamalarını psikoterapi uygulamasından ayırt etmelidirler. Nitekim koçlara yönelik etik kurallardan birinde, “*Durum ve şartlar gerektirdiği takdirde derhal profesyonel destek isteyeceğim ve koçluk ilişki(leri)mi bir süre askıya almak veya tamamen sona erdirmek de dahil olmak üzere uygun aksiyona karar vereceğim.*”<sup>21</sup> şeklinde belirtilmek suretiyle koçluk ilişkisinin bir parçası olarak psikoterapi yasaklanmaktadır. Bununla birlikte araştırmada koçların daha önceden terapist, psikolog ya da başka bir profesyonel meslekte diplomasının olması ve iş tecrübesi olması durumunda koçun seans içinde iki alanı birden kullandığı görülmüştür.

### **1.5.2. Koç ve Mentorlük Arasındaki Farklar**

Koçluğun hızlı yükselişi ile birlikte koçluk kelimesi birçok terimin yerine kullanılır hale gelmiştir. İlgili literatür incelendiğinde koçluğun ve mentorlüğün birbiri yerine kullanılan ve bu sebeple karışıklığa sebep olan kavramlar olduğu görülmektedir. Birbiri yerine kullanılan bu kavramların karıştırılmasındaki etkenlerden birinin ihtiva ettikleri anlam benzerlikleri olduğu görülmektedir. Sürece ve desteğe dayalı yaklaşıma sahip olma bakımından bu iki kavram için benzer tanımlama yoluna gidilmiştir. Nitekim, “yardım, yansıtma, kariyer geliştirme süreçleri” gibi ortak özellikleri bulunmaktadır (Bakioğlu ve diğ., 2013: 7; akt. Çetin, 2015: 11). Bununla birlikte iki kavramın farklı olduğuna dair literatürde birçok tanım mevcuttur.

Koçluğu mentorlükten ayıran özellikleri sıralamadan önce, dilimize geçen mentor kavramını anlamak, kavramın nasıl oluştuğunu bilmek yararlı olacaktır. Mentor kavramı da bir fiille değil, eski bir hikayede geçen bir kişiyle başlamıştır.

Yunanlı Homeros’un hikaye ettiğine göre, M.Ö. 1200 civarında Odysseus’un Troy kuşatmasından önce ailesi ve özellikle oğlu Telemachus’u yetiştirmesine yardım etmek için bir mentor vekil tayin etmesiyle başlar. Odysseus’un 10 yıl yokluğunda mentor, Telemachus’a öğretmen, danışman, arkadaş, rehber ve vekil babalık yapar. Mentorun deneyimlerinden genç erkeklerin yararlanması sebebiyle Yunan geleneğinde bu durum, mentorlük, akıl hocalığı şeklinde yorumlanmıştır (Owen, 2011:8).

---

21 ICF Etik Kuralları, <http://www.icfturkey.org>, (Eklenme Tarihi: 13/02/2013).

Orta Çağa gelindiğinde, zanaat teknisyenleri, akıl hocalığı yapıp çıraklar usta oluncaya kadar onlara rehberlik etmiştir. Bu süreçte tüccarlık, kuyumculuk ve benzer yapılanmalarda da ustalar çıraklara rehberlik ediyordu. Owen’a göre bu yöntemin mentorlukte kullanılması, gelecek nesil danışmanlar için bir beceri olarak kabul edilmesinde etkili oldu (2011: 8). 1750’de mentor sözcüğü, *Oxford İngilizce Sözlüğü*’ne de eklendi (2011:9). Tarihin ilerleyen zamanlarında, hatta Sanayi Devrim’i ile birlikte, usta çırak ilişkisi, işveren-çalışan olarak değişti. Böylece işverenin hedefi kaliteyi artırmak ve sürdürmekten ziyade kârı artırmak olarak değişti. Yetenekli bireyleri geliştirmek bir amaçtan çıkarak araç olarak görülmeye başlandı. Owen’a göre bu dönemde kullanılan mentor kavramı, akıl hocası, ipleri elinde tutma, tekerlekleri harekete geçirme olarak tanımlandı (Owen, 2011:10). Bu, bu dönemde insanların artık makine olarak görüldüğünün bir işaretidir. Günümüzde kullanılan mentorluk kavramı, iki insan arasındaki sofistike bir ilişki, deneyim ve bilgeliğin aktarılması olarak tanımlamaktadır.

Sıklıkla karıştırılan koç ve mentor kavramlarının günümüz tanımlamasında yer alan farklılıkları Tablo 5’te belirtilmiştir.

**Tablo 5: Koç ve Mentor Arasındaki Farklar**

<b>Koç</b>	<b>Mentor</b>
Soruna yaklaşımı üreticidir.	Soruna yaklaşımı düzelticidir.
İşin tümü üzerine etkisi dolaylı/kalıcı şeklindedir.	İşin tümü üzerine etkisi doğrudan/geçici şeklindedir.
Çalışılan konu üzerine deneyim gereksiz ancak faydalıdır.	Çalışılan konu üzerinde deneyim gereklidir.
Çözüm yöntemi sorular sorarak cevapları bulmaktır.	Çözüm yöntemi cevapları vermektir
Süreç kısadır	Süreç uzundur.

**Kaynak:** LifeCoach Academy (2012).

Tablo 5’ten de görüldüğü üzere koçluk, danışanın daha fazla aktif olduğu, interaktif bir süreçtir. Mentorlukte ise mentor aktif olup danışanın mentorü takip etmesi, onu rol model alması gerekmektedir. Bu konuda Svenstrup, “yaşam koçu rol-model olmaz” (2012: 13), “danışanını diğer insanlar için rol-model yapar” (2012: 15) ifadesini kullanmaktadır.

Tablo 5’te de belirtildiği üzere mentor, alanında uzman kişidir; koç ise, danışanın doğrularından yola çıkarak hedefe gitmesinde yoldaş olur, onu güdüler. Başka bir ifadeyle mentor, danışanın gideceği yolu ve karşısına çıkabilecek zorlukları gösterirken koç yolu göstermez, danışanın kendi yolunu bulmasında yardımcı olur. Bu bakımdan koç ve danışan ilişkisi partnerlik ilişkisine benzetilebilir.

Elgün’e göre mentor ve koçluğun ayrıldığı en önemli husus, “mentorun danışan ile ilişkisinde, kaynak işlevi görmesidir” (2007: 8). Bunun dışında mentorden eğitim ya da danışmanlık alan, “yetişen kişi” bu durumdan haberdar olmadan usta-çırak sürecinden geçebilirken, koçluk alan kişinin ise, planlı ve aktif rol aldığı bu süreçte daha bilinçli olarak hizmet aldığı söylenebilir. Nitekim bu konuda Elgün, koçluğun, iki tarafın da uygulanacak plan hakkında haberdar olduğu ve koç-danışanın durum hakkında bilinçli bir süreç geçirdiklerini ifade etmektedir (2007: 8).

### **1.5.3. Koçluk ve Şeyhlik Arasındaki Farklar**

Günümüzde şeyh ve yaşam koçlarının danışanlara sundukları hizmet yaklaşımında farklılıklar olmasına karşın, bazı koçların söylemlerinde “yücelik, gizem, sır, maneviyat, Mevlana, Yunus Emre, tasavvuf, melekler” gibi dini ve manevi kavramları kullandıkları görülmektedir. Bu bakımdan medyanın bazı koçlar için, ruhsal, manevi koç ya da günümüzün modern şeyhleri olarak eleştirel ifadelerde bulundukları görülmektedir. Bununla birlikte bazı danışmanların da, mutasavvıfların, manevi önderlerin ya da şeyhlerin, geçmişte topluma koçluk yaptığını ifade ettikleri görülmektedir. Örneğin Tarhan, günümüzdeki mentor ve koçların geçmişinde Yunus Emre gibi manevi halk erlerinin olduğunu ve bu şahısların insanlara yaşama becerisi kazandırdığını söylemektedir (2013: 167). Konu ile ilgili ifadeler incelendiğinde, koçluğu şeyhlik olarak değerlendirenlerin, koçların manevi söylemlerine ve uygulamalarına ithafen kullandıkları; şeyhliği koçluğa benzetenlerin ise, koçluğu bir yöntem ve teknik olarak ele alan ve insan yaşamını geliştiren ve değiştiren anlamında kullandıkları görülmektedir. Bu bakımdan şeyh ve koç kavramlarının içinde taşıdıkları anlamlar bakımından zengin ve insana kazandırdıkları bakımından benzerlikleri olabileceği ancak kendilerine ait birçok farklı özelliklerinin bulunması sebebiyle ayrıştıkları söylenebilir. Şeyh ve koç arasında görülen benzerliklere kısaca bakıldığında uygulanan teknikler ve dini/manevi söylemler dikkati çekmektedir.



Bireyi tanıma tekniklerine sahip olma, güven ortamı oluşturma, danışanı dinleme, danışana özel soru sorma, uygulamada bulunma, danışanı ile başladığı yolda ona yoldaş olma, gerekli motivasyonu sağlama vb. ifadeler örnek olarak gösterilebilir. Bununla birlikte şeyh ve koç arasındaki benzerliklerden ziyade farklılıkların fazlalığı dikkati çekmektedir. Şeyh ve koç arasındaki farklılıklardan bir kısmı aşağıdaki tabloda verilmiştir.

**Tablo 6: Şeyh ve Manevi Koç Arasındaki Farklar**

<b>Şeyh</b>	<b>Manevi Koç</b>
Yönlendirir, ikna eder, uzlaştırır, iyileştirir, geliştirir, destekler.	Destekler, geliştirir,uzlaştırır.
Cevabı bilir.	Cevabı arar.
Geçmiş önemlidir ve iyileştirilmelidir.	Geçmiş iyileştirilmeye çalışılmaz.
Sonuç odaklı değil, gelişim odaklıdır.	Sonuçları getiren süreçlere odaklanır.
Vizyonu paylaşır, her zaman esnek değildir.	Vizyonu paylaşır, esnektir.
Tedricen yetkilendirir. Gerekğinde saadece yönlendirir.	Karar verme konusunda danışanını yetkilendirir.
Her vakit önemlidir. Ahiret de önemlidir.	Bugün ve yarın önemlidir.
Erkekler şeyh olabilir. Az da olsa bayan mevcuttur.	Cinsiyet önemli değildir. Ama çoğunluk bayandır.
Daha çok liderlik yapar	Daha çok rehberlik yapar.
Süreç odaklıdır.	Sonuç, başarı, zihni programlama odaklıdır.
Gerekğinde eleştirir ve yargılar.	Daima pozitif konuşur, yargılamaz.
Hayatına müdahale eder.	Dinler, müdahale etmez.
İnsanın kör ve karanlık noktalarını açığa çıkarır, psikoterapi gibi.	Terapi yapmaz.
Ücretsiz hizmet eder.	Hizmet karşılığı ücret talep eder.
Meslek değildir.	Meslektir.
Dini temellidir.	Dini inanç gerekli değildir.

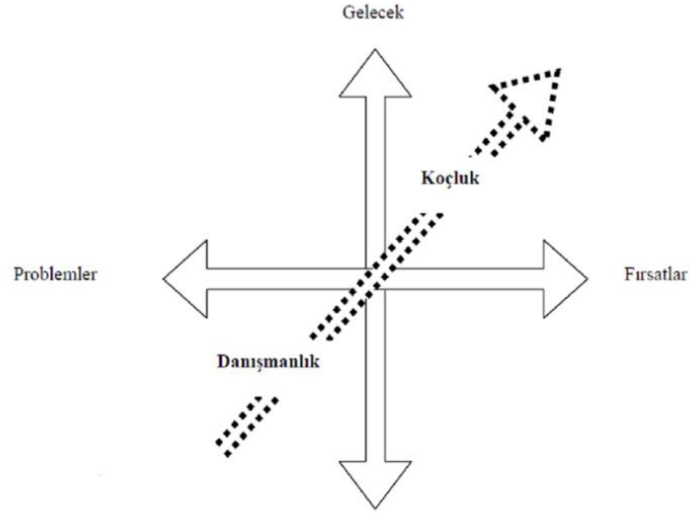
Görüldüğü üzere, şeyhin ve koçun birbiri ile karşılaştırılamayacak kadar farklılıkları mevcuttur. Bu konuda ilk dikkat çeken farklılığın, şeyh ve koç olmada aranan şartlar olduğu söylenebilir. Şeyhin, “belli bir tarikatın usulüne göre seyru sülukunu tamamlamış

ve mürid yetiştirmeye kabiliyetli olmasından’’ (Uludağ, 2014: 10; Yılmaz, 1982: 200), gönlünü dünyalık işlerden uzak tutup, Kitap ve sünnete riayet etmesinden (Gündüz, 1984, 238), takvalı, zühd sahibi olmasından (Yılmaz, 1982: 200), eğitimi ve ahlaklı olmasından, fiziki vasıflarına kadar bulunması gereken birçok şart mevcuttur. Nitekim Necmüddin Daye, şeyhte bulunması gereken 20 sıfattan biri olarak ‘‘heybetli olması’’ gerektiğini ifade etmiştir (Daye, 244-248; akt. Uludağ, 2014: 10). Şeyhliğin önemli özelliklerinden bir tanesi de her şeyhin bir şeyhi olması durumudur. Bu silsile Hz. Muhammed’e kadar uzanmaktadır (Yılmaz, 1982: 145). Bununla birlikte, şeyhliğin hem vehbi hem de kesbi yönü mevcuttur. Bu bakımdan, şeyhin ‘‘manevi tesiri ve çekiciliği (karizması) mevcuttur’’ (Uludağ, 2014: 10).

Bu hususta şeyhlerin stratejik yaklaşımlarını, kabul edici olma, biat etme, vizyon belirleme, vizyona güven oluşturma, kişiye özel sorunlara odaklanma, cemaatin genelinin sorunlarına odaklanma, rol model olma, kişisel risk üstlenebilme şeklinde sıralamak mümkündür. Bununla birlikte şeyhlerin durumsal yaklaşımına kısaca değinilecek olunursa, ikna edici, önleyici, uzlaştırıcı, terbiye edici, geliştirici, birleştirici, telkin ve tavsiye edici, ödüllendirici, destekleyici, cesaretlendirici, teşvik edici, yönlendirici, ahlaki değerleri koruyucu, bilgiyi aktarıcı, iyileştirici-onarıcı, yetkilendirici gibi birçok özellik sıralanabilir.

Şeyhliğin belli bir gelenekten gelmesi ve çok daha eski tarihlere kadar dayandırılması itibariyle, yukarıda belirtilen maddelerin dışında koç ve şeyh farklılığına dair birçok madde daha ilave edilebilir.

Netice itibariyle koçluk kavramını ve koçlukla ilgili alanı net olarak belirlemek için koçluğun diğer eğitici, geliştirici ve iyileştirici hizmetlerden ayrıldığı ince çizgi gösterilmeye çalışılmıştır. Bu bakımdan koçluğun diğer profesyonel danışmanlık hizmetleri ile arasındaki fark Aydoğdu’nun çalışmasından yararlanılarak (2004: 12) aşağıda Şekil 4’te gösterilmeye çalışılmıştır.



**Şekil 4: Koçluk ve Diğer Danışmanlıklar**

Şekilde görüldüğü üzere koçluğu diğer alanlardan ayıran, koçluğun kişinin geçmiş ve patolojik vakıası ile değil, kişinin geleceğine yönelik fırsatlarla ilgilenmesidir. Günümüzde sağlıklı bireylerin hizmet alabileceğinin vurgulandığı koçluk, geleceğe dönük fırsatları ele alan bir yapıya sahipken, diğer danışmanlık hizmetlerinde problem odaklı ve geçmişe dönük bir çalışma alanı söz konusudur.

Bunun dışında, diğer danışmanlık hizmeti veren kimselerin bilgi verdiği konuda ya da meslekle ilgili konularda uzman olduğu; koçun ise danışanın ihtiyaç duyduğu ya da geliştirmek istediği alanda uzman olmasının şart olmadığı, danışanına soru sorarak onun kendi yolunu bulup hedefe doğru gitmesinde yardımcı olduğu görülmektedir.

#### **1.6. Koçluk ve Maneviyat İlişkisi**

Bu başlık altında koçluk ve maneviyat ilişkisini anlamak adına öncelikle, Türkiye ve Amerika’da maneviyat kavramının kısaca sözlük anlamlarına yer verilmiştir. Maneviyat ve din ilişkisi tartışmalarına girmeden son yıllarda yapılan araştırmalardan yola çıkılarak Türk İslam kültüründe ve Batı literatüründeki bu kavramın gelişimi ile rehberlik alanındaki yaklaşımlar aktarılacaktır.

Maneviyat kelimesi, Arapça ‘mana’ kökünden türetilmiştir (Büyük Larousse, 1986: 7752). Sözlükte “demek, istemek, kastetmek” anlamlarına gelen “any (inayet) anlamındaki

any(inayet) kökünden” gelmekte olup, masdar ya da ismi meful kullanımı (mana) ile “denilmek istenen, kastedilen şey” manasındadır. (Şensoy, 2003: 555). Tasavvuf literatüründe ise suret ve şeklin karşılığı olarak kullanılmaktadır (DİA, 2003: 555).

Araştırmada maneviyatın İngilizce karşılığı olarak ele alınan spirituality kelimesinin kökü “spirit” olup, “nefesin etkisiyle harekete geçirici güç”, “ruh”, “bedenden ayrı olan”, “maddi olmayan”, “doğa üstü”, “mana” vb. birçok farklı anlama sahip olduğu görülmektedir. Bununla birlikte “The Spirit”, “Kutsal Ruh” anlamında kullanılmaktadır (Webster, 1957: 1405-1406).

### **1.6.1. Maneviyat Kavramı ve Batı’daki Gelişimi**

Spirituality, Latin kökenli “soluk, nefes” anlamına gelen “spiritus” kelimesinden türetilmiştir. 5. yüzyılın başlarında, Hristiyan referanslarıyla “Tanrı ve Kutsal Ruh” anlamlarında kullanılmıştır. 12. yüzyıldan sonra, “maddi ya da maddi olanın tersi, insan deneyiminin psikolojik yönü”, 15. yüzyılda kiliseye ait “din adamı, mülk ya da aïdat” anlamında kullanıldığı görülmektedir (Wakefield, 1988: 361-363; Wulff, 1997: 5; akt. Cook, 2004: 539).

Batı’da 1967 ve 1968 yıllarında düzenlenen “*Spirituality for Today*” isimli sempozyum (Jones ve diğ., 1986: xxv; akt. Düzgüner, 2013: 22) ve 2003 yılında Wall Street Journal’ın kapak konusu olması ile maneviyata yönelik ilgi artmıştır (Thompson, 2000; .akt. Kurtar, 2009: 21). Maneviyatın, *Society of Behavioral Medicine*’de, bilimsel sağıık platformunda tartışma konusu olması da bilimsel bir ilgi olduğunun göstergisidir. Nitekim 2005 yılında yapılan bir araştırmaya göre, yaşam kalitesi ile maneviyat arasındaki ilişki üzerine 371 yayın bulunduğu tespit edilmiştir (Horozcu, 2010: 210). Genel olarak maneviyat tanımları arasında, “*yüce güç, aşkınlık, anlam, sır*” gibi aşkınlık konularına vurgu yapılmakta ve maneviyat tanımının dinden ayrı bir anlam kazandığı görülmektedir.

Batı’da kelimeyi kavramlaştırma çalışmalarında kelimenin erken tanımlanmasından kaçınılarak, kelimenin kullanım şekillerine göre eklenen yeni anlam ve özellikleri üzerinde durulmuştur. Araştırmacılar maneviyatın açıkça tanımlanamayacağını, bunun yerine kendi

nitelikleri veya özellikleri açısından tanımlanmaya eğilimli olduğu konusunda hemfikirdir.<sup>22</sup> Bu sebeple yapılan birçok maneviyat araştırmasında genellikle maneviyatın özellikleri ya da maneviyatın başka bir yönünün vurgulanması eğilimi gösterdiği görülmektedir.

### **1.6.2. Türk İslam Kültüründe Maneviyat Algısı**

Batı medeniyeti başta olmak üzere günümüz dünyası psikoloji alanında maneviyat kavramına son yüzyılda dikkat çekmeye başlamış ve araştırmalarını yoğunlaştırmıştır. Buna karşın İslam dünyasında maneviyat temasının ve araştırma tarihinin daha eskilere dayandığı söylenebilir. Bu konuda İslam kaynaklarında manevi kavramlara sıklıkla rastlanmakta olup, İslam medeniyetlerinde manevi araştırmaların bir geleneğe sahip olduğu ve bu geleneği takip ettiği görülmektedir. İslam dünyasında maneviyat, tasavvuf alanında büyüyen, felsefe ve edebiyat alanında zenginleşen bir hazineye sahiptir. Bu bakımdan maneviyat kavramının derin manasına ulaşabilmek için bu eserlerin titizlikle incelenmesi gerekmektedir. İslam dünyasında kullanılan maneviyat kavramının anlaşılması için, “Mevlana, Yunus Emre ve Konevi gibi mutasavvıf kişiliklerin, İbn Rüşd ve Seyyid Hüseyin Nasr (1984) gibi mütefekkirlerin, varlık, insan doğası, gelişimi gibi konulardaki katkılarına” değinmek gerekir (Ekşi ve Kaya, 2016: 10-11). Ancak bu çalışmada koçluk alanındaki manevi yaklaşımlara dikkat çekildiğinden, maneviyatın genel tanımlamalarına kısaca yer verilebilir. Türkiye’de koçlarla yapılan mülakatların anlaşılabilmesi için İslam kaynaklarında ve Türk İslam kültüründe maneviyatın kullanımını aktarılabilir.

Günümüzde psikoloji ve tasavvuf, ilk bakıldığında ayrı iki disiplin gibi görünmekte olsa da ikisi de insanı anlamayı amaçlamakta ve içe dönük bir yöneliş yaklaşımı benimsemektedir. İkisi de kendi metodolojisine sahip ve belli gelenekleri takip etmektedir. Buna karşın aralarındaki en büyük farkın tasavvufun, inanç temelli yaklaşımlar ileri sürmesi iken psikolojinin bilimsel -dinin ilk planda olmadığı- yaklaşımlar ileri sürmesi olduğu söylenebilir.

---

22 [https://qcec.catholic.edu.au/wp-content/uploads/2018/01/Final\\_Spiritual-Development-Religious-Education-in-the-Early-Years\\_A-Review-of-the-Literature.pdf](https://qcec.catholic.edu.au/wp-content/uploads/2018/01/Final_Spiritual-Development-Religious-Education-in-the-Early-Years_A-Review-of-the-Literature.pdf) (Eklenme Tarihi: 01.09. 2018).

İslam kültüründe maneviyat temasına odaklanan tasavvuf ve tarikat gibi yapılar onu korumaya çalışmaktadır. Diğer dinlerin maneviyatı ile İslam maneviyatı kıyaslandığında, tarikatlerdeki zühd ve diğer ibadetlerle ilgili olarak şariat ölçüsüne benzer kuralların yer alması dikkat çekicidir. Nitekim Hristiyanlık sadece maneviyat ile Yahudilik şariat olarak varlığını sürdürürken, İslam şariat ve maneviyatı değişmeden devam ettirmiştir (Yücer, 2017: 3-5). Bu durum tarikatlerin manevi yolda atılacak adımlar konusunda titiz davrandıklarını göstermektedir. Her tarikat temelde aynı fakat yöntemde farklı usüllere sahiptir. Bununla birlikte tarikate intisap eden kişide/müritte, tarikatin şeyhinde/mürşidinde ve kişinin maneviyat yolunda geçirmesi gereken özellikler ve haller mevcuttur. Bu haller kişinin manevi olarak yükselmesine sebep olur. Tasavvuf literatüründe bu eğitimin adı “nefs terbiyesi” olup kişinin aldığı hal ile farklı mertebelere geçmekte hatta makamlara geçebilmektedir. Her mertebenin ve makamın zikri ve teveccühü gibi özellikleri farklıdır (Şemsüddin el-Nakşibendi, 1976: 103). Mutasavvıfların salikin süluku süresince seyrettiği makamlara verdikleri adlar vardır. Bu bakımdan manevi gelişim yolunda-seyru sülukta-mutasavvıflar aşağıda açıklandığı üzere, nefsi mertebelere ayırmışlardır (Şemsüddin el-Nakşibendi, 1976: 139-161):

Nefsi Emmare: Ruhu Hayvaniye olarak da bilinen, nefsin mertebelerinin ilkidir.

Nefsi Levvame: Kötülükte bulunduğu nefsin ya da vicdanın seslendiği, kendisini kınadığı nefsin mertebesidir. Bu kişi tövbe ettiği günahı tekrar işleyebilir.

Nefsi Mülhime: Salik artık tövbesinde sabit durur. Nefsi iyiliği ilham eder.

Nefsi Mutmainne: Nefs, iyilik yapmaktan emin olur, şüphe duymaz. Tereddüt ve iç kuruntulardan kurtulmuş olur. Bu kimselere “Veli” de denilir.

Nefsi Radiyye: Allah’tan gelen her şeye razı olur.

Nefsi Merdiyye: Allah’ın rızasını kazanmıştır.

Nefsi Safiyye: Kötülüklerden arınmış olan anlamındadır. Bu mertebeye gelmiş zatlara insan-ı kamil denilir. Kamil insanda Allah’ın isimleri/Esma’ül Hüsna tecelli etmektedir (Gümüshanevi, 1981: 53-81). İnsan gelişiminin son evresi olarak kabul edilen bu rıza halinde kişi, gönül hoşnutluğu içerisinde (Sayar, 2003: 26). Kişi kendinde var olan farklı “öz”lere ulaştıkça ve şahit oldukça, insan-ı kamil (mükemmel insan) olma yolunda da

yürümeye başlayacaktır (Utku, 2016: 154). Maneviyat eğitimi alan kişinin makam, para gibi dünyalık hırsları olmaz. Sünbülzade Vehbi'nin “Postu sırtında gezer hayvanın, İlmi sadrında olur insanın” sözü bu konuda örnek gösterilebilir (Cebeci, 2009: 504). İslam kültürü tüm bu özellikleriyle ideal insan gelişim modeli sunmaktadır.

Tasavvuf geleneği, insanın kişisel ve manevi gelişimini sağlayan “birlik kavramını deneyimlemesini” amaçlamıştır (Vaughen-Lee, 1995; akt. Utku, 2016:150). Tasavvuf öğretilerinde genelde: nefsi terbiye ederek insanın belli olgunluk derecelerine yükselmesi, insanın kendi iç derinliklerini keşfetmesi, duygu, davranış ve zihin dünyasını denetlemesi, yaşanılan olaylara karşı hoşgörü, saygı, sevgi, sabır ve şükür çerçevesinde bakabilmesi, yaratılanın özüne bakabilmesi ve benzeri birçok faaliyetin etkin olduğu ifade edilmiş ve kıssalar, biyografiler ve birçok farklı türdeki sözlü ve yazılı kültür ile günümüze kadar aktarılmıştır (Kuşeyri, 2009; Gümüşhanevi, 1981; Şemsüddin el-Nakşibendi, 1976).

Bu konuda *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*'nde Cebeci'nin (2009) maneviyat kelimesine, maneviyat rehberi, maneviyat üstadı, maneviyat yolu, manevi haller gibi birçok farklı şekilde yer vermiş olmasına rağmen kelimeyi, “Öz'ü rahmetten ibaret” olan kişiyi dünya ve ahirette mutluluğa, Allah'a götüren yol, rehber ve haller anlamında kullandığı görülmektedir. Mutasavvıfların yazmış olduğu eserlerde yer alan manevi yolculuk da, şükür, sabır, tevekkül, cömertlik, doğruluk, ahlak güzelliği (Kuşeyri, 2009) gibi birçok hal ve makam başlığı altında sistematik bir biçimde sunulmaktadır. Günümüze gelindiğinde ise Türkiye'de psikoloji alanında maneviyat kavramına yönelik yapılan araştırmalarda, Düzgüner'in diğergamlık (2013) ve Göcen'in şükür (2012) gibi kavramları yakın tarihte çalıştığı görülmektedir. Bunun dışında manevi psikolojik danışmanlık üzerine tasavvufi gelenekten yararlanan birçok araştırma mevcuttur. Psikoloji alanında yapılan benzer çalışmalar, tasavvuf geleneğinde var olan, başka bir ifadeyle, halihazırda İslami literatürle açıklanmış bilginin, günümüz dünyasında objektif bir yön kazanması konusunda yardımcı olduğu söylenebilir.

Maneviyat, TDK'da “maddi olmayan manevi şeyler” ve “yürek gücü, moral” şeklinde geçmektedir (Toparlı, 2005: 1339). Büyük Larousse'ta İslam düşüncesinde maneviyat terimi için “dinsel, ahlaksal ve geleneksel değerler” anlamında ve “varlıkların kaynağı olarak” görülmekte olup tüm varlıkların oluşumunu “manadan taşan maddi varlık”lardır

şeklinde açıklamıştır (1986: 7752). Benzer biçimde Düzgüner, Türkçe eserlerde maneviyat kullanımının, “din, tasavvuf ve ahlak” şeklinde 3 farklı unsur ile dikkat çektiğini belirtmiştir (2013: 71). Düzgüner maneviyatı, Bolay’ın (1981) din ile eş anlamlı, Karzuk’un (2006: giriş) tasavvufla eş anlamlı, Çubukçu’nun (tsz, 20) ahlak ile aynı anlamda kullandığını belirtmiştir (akt. Düzgüner, 2013: 72-73). Yaran ise maneviyatı, “dini tecrübe” olarak görmekte ve “dinin alt boyutlarından biri” olarak ele almaktadır (Yaran, 2009: 26-27). Yukarıda da görüldüğü üzere Türkiye’de geleneksel tasavvuf anlayışında maneviyat, insan hayatının tamamı olarak görülürken sonraki dönem bazı araştırmalarda maneviyatın bir boyutu üzerine yoğunlaşıldığı görülmektedir. Bununla birlikte günümüzde ABD’de akademik alandaki söylemlerin birçoğu maneviyatın dini kapsayan bir anlama sahip olduğu şeklindedir. Ancak bu araştırmada din ve maneviyatın birbiri içerisindeki yeri konusundaki, “maneviyat, dinin bir parçası mıdır? Yoksa maneviyat dini kapsar mı?” gibi tartışmalardan kaçınılmış, araştırmanın konusu olan “koçluk ve maneviyat” üzerinde yoğunlaşmaya çalışılmıştır.

Batı’da hızla artan araştırmalar ve Türkçe’ye bu çalışmaların çevrilmesi ve yeni çalışma alanlarının genişlemesi ile son yıllarda dünya genelinde maneviyat üzerine büyük bir ilginin varlığı söz konusudur. Son yirmi yıldır maneviyat kavramı üzerine başta sağlık alanı olmak üzere birçok farklı alanda çalışmanın yapıldığı görülmektedir. Bu araştırmada Türkçe literatürde dikkat çeken bir husus olarak “spirituality” kavramının farklı şekilde tercüme edilmesi, tinsel, ruhsal ve manevi kavramlarının İngilizce’ye “spiritual” olarak çevrilmesi dikkat çekicidir. 1991-2018 yılları arasında 113 tezde maneviyatın kullanımı farklı terimlere karşılık çevrilmiş, ya da kullanılmıştır. Örneğin Türkiye’de akademik araştırmalarda “spiritual” kavramına, Ecem Çoban (2014), Özgün Çalık (2017) ‘tinsel’; Hatice Aslı Budak (2017) ‘güdü’; Merve Senemtaş (2017); Selami Kardaş (2017) ‘spiritüel’; Ahmet Göçen (2017), Tucay Akıncı (2017) ‘ruhsallık’ şeklinde yer vermiştir. Genel olarak Türkiye’de maneviyat ve manevi gelişim kavramlarına bakıldığında, dinin, psikolojinin, tasavvufun, ahlak ve ahlaki gelişimin kesiştiği bir alanda yer aldığı görülmektedir.

### **1.6.3. Maneviyat ve Psikoloji Arasındaki ilişki**

Psikolojik düşüncenin olgunlaştığı, teorik ve ampirik temelli çalışmalara imkan bulduğu



dönemlerde dinin psikolojik görünümü üzerine incelemeler yapılmış, ancak 20.yüzyılın ortalarına kadar çeşitli nedenlerle bu konular göz ardı edilmiştir (Mehmedoğlu, 2006: 446). Mesela, %88'inin hayatında din önemli bir yer tutan ve %94'ü Tanrıya inanan ABD (Gallup, 1994; Shorto, 1997) gibi bir ülkede son yıllara kadar, psikoloji alanında dini tecrübe ile ilgili konular yeterli ilgiyi görmemiştir (akt.Hill ve diğ., 2013: 86). Din ve maneviyata karşı bu olumsuz bu tavrın sebeplerinden biri olarak psikologların dindar olmaması gerekçe gösterilebileceği gibi bir inanca sahip olsalar da psikoterapist ve psikologların eğitim alanında dini ve manevi konular üzerine eğitim almamalarının da danışmanlık süresince maneviyatın gözardı edilmesinde etkili olabileceği söylenebilir.

Yıllar boyunca, Köse ve Ayten'in de ifade ettiği gibi, psikoloji ve din “bir dargın bir barışık kardeş” olarak süregelmiştir (2012: 7). Nitekim Freud ve Sheen de din ve psikoloji alanları arasındaki düşmanlığı sunarken, Jung ve Liebman'ın bu iki alanı birbirine kaynaştırma çabasında bulundukları görülmektedir (Söylev, 2014:36). Yukarıda da belirtildiği üzere maneviyat ortaya çıkışı itibarıyla her ne kadar Doğu'da (tasavvuf gibi temelleri dine dayanmış) ve Batı'da (The Spirit) kutsal/din ile ilişkilendirilmiş olsa da tarih içinde birçok kez din ve maneviyat zıt kutuplara yerleştirilmiştir (Düzgüner, 2013: iv). Bu şekilde dinden bağımsız bir maneviyat algısı ile araştırmaların hız kazandığı görülmektedir.

Maneviyatın psikolojik temellerinden kronolojik sırayla bahsedilmesi gerekirse, Freud'dan Frager'e kadar geçen zaman için kısa bir açıklama yapılabilir. Freud (temel ihtiyaçlar, sevgi, korku, duygular, bilinçaltı), Jung (ben kavramı), W. James (hal psikolojisi), Karen Horney (gururlu benlik, gerçek benlik), Abraham Maslow (benötesi), Kretschmer, Reich ve Fromm psikolojik tiplere üzerinde çalışarak yeni arayışlara girmiş ve kişilik yapılarını tasnif etmeye çalışmalarıdır. Ancak kendi görüş açılarından değerlendirme yaptıkları için, bu tipler çok sınırlı kalmıştır. Bununla birlikte Fromm, Suzuki ile yaptığı çalışmalarda ufkunu genişleterek, Zen ve psikanaliz konusundaki yazılarında maneviyat ve psikoloji arasındaki “birliği” kanıtlamaya çalışmıştır. 1960'ların başlarında hümanist psikologlar, C. Rogers ve A. Maslow, “Benötesi”<sup>23</sup> çalışmalarının (transpersonal psychology)<sup>24</sup>

---

23 Ancak Transpersonal Psikoloji'de bilinçlilik durumları ile ilgili olarak ortaya atılan sistematik görüş, Wilber'e aittir. Bu kuram Transpersonal Psikoloji'nin en temel kuramları arasında yer almıştır.

24 Transpersonal terimi ilk olarak William James'in 1905-1906 yılında Harvard Üniversitesinde vereceği dönem dersleri için tuttuğu notlarda geçmektedir.

öncülüğünü yapmışlardır. Daha sonra alanın öncülerinin biraraya geldikleri toplantıda Stanislav Grof'un teklifi kabul edilerek transpersonal psikoloji kavramının kullanımı kabul edilmiştir (Grof, 2000). Zincirleme gelişen bu durumlar sonucunda, Maslow ve Wilber gibi isimlerin katkılarıyla, Batı'da Hümanist ve Transpersonel Psikoloji alanındaki çalışmalar ve Pozitif psikoloji akımının gelişmesi psikolojiyi maneviyat alanına yakınlaştırmıştır.

Batı'nın son yılları göz önünde bulundurulduğunda yukarıdaki gelişmeler dışında tasavvuf yolunda (Cerrahi Halveti) Merhum Muzaffer Ozak'tan el alan Frager (Merter, 2013: 68), ilk benötesi (transpersonal) psikoloji okulunu kurmuştur.<sup>25</sup> Bu atılım bilim dünyası tarafından kabul edilmiş ve daha sonra bu konu hakkında ciddi çalışmalar yapılmıştır. Nitekim bu gelişmelerin ardından “sufi psikolojisi, sufi kişilik kuramları, aşkın deneyimler” gibi alanlar birçok araştırmacı tarafından çalışılır hale gelmiştir. Psikolojik kişilik kuramları zihinsel ve çevresel etkenler üzerinde dururken, sûfi kişilik kuramı daha ziyade rûhi özün etkileri üzerinde durmuş ve zihinsel ve çevresel etkenlerle oluşan kişiliğin yerine rûhî kişilik yapısını koyarak (Frager, 2005: 30-36) yeni bir bakış açısı kazandırmış ve bilim dünyasının eksik yanını kapatmaya çalışmıştır.

Bu süreç içerisinde Batı ve Türkiye karşılaştırması yapıldığında, Batı psikoloji ekolleri insanın gelişimi konusunda birçok araştırma yapmış özellikle insanın bilişsel ve davranışsal gelişim basamaklarını bulmaya çalışmış olmasına karşın, insanın manevi gelişimi konusunda yeterli açıklama ve çalışma yapmamıştır. Bu noktada İslam tasavvuf geleneği zengin bilgi birikimini ortaya koyarak bu alanla ilgili nefsin, ruhun, maneviyatın mertebeleri ve gelişim aşamalarını sunmuştur. Freud'un psikanalizi ile nefsin ilk iki basamağını keşfettiğini ancak, nefis mertebelerinin insanın hayvani özelliklerini bırakarak maneviyatına yönelik kazanımlarda bulunduğu nefis mertebeleri konusunda geri kalmış olduğu söylenebilir. Nitekim, Freud'un kişinin egosunun emri altında kaldığı hali, tasavvuf literatüründeki nefsi emmareye ve süperegosunun, kişinin hata yapmasını engelleyebilmesi durumunun ya da yüksek benliğe ulaşmanın da tasavvuf alanındaki karşılığı olarak nefsi levvame mertebesine işaret ettiği söylenebilir. Görüldüğü üzere ego psikolojisi ve sufizmin,

---

25 Association for Transpersonal Psychology'nin başkanlığı ve Institute of Transpersonal Psychology'nin kurucusudur.

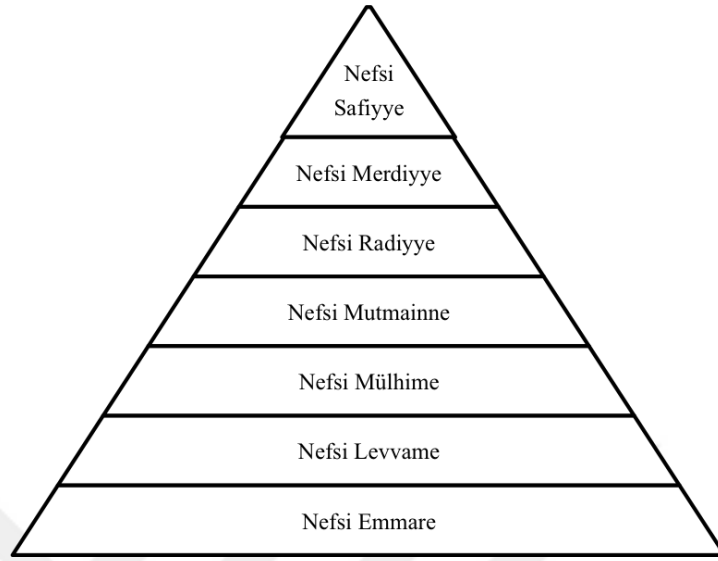
*benlikten kurtulma* teşebbüsleri arasında bir ilişki bulmak olası iken Batı, tasavvufi gelişim modelini yorumlamakta yetersiz kalmaktadır (Sayar, 2003: 18).



**Şekil 5: Maslow'un İnsan Güdüleri Hiyerarşisi**

Maslow'un kendini gerçekleştirme üzerine yaptığı araştırmalar sonucu geliştirdiği piramit Şekil 5'te verilmiştir.

İslami kaynaklar dikkate alındığında insanın kemalat yolunda atacağı basamaklar için nefis mertebeleri dikkate alındığında Şekil 6'daki gibi bir piramit oluşturulabilir. Maslow, insani güduları ve nefsin ihtiyaçlarını dikkate alırken, tasavvuf yaklaşımının nefsanî ve insani gelişimle birlikte insanın mana alemini de içine alması bakımından insana bütüncül yaklaşan bir anlayış sunduğu söylenebilir. Nefs mertebelerinde yol alan insan, bencillik, yalan, zina gibi ilk basamakta bulunan ahlaki ve beşerî sorunlarla baş ederek ileride diğerkamlik, dürüstlük ve ahlaklılık gibi hasletlerini kazanabilmektedir. İslam tasavvuf geleneğinde insanın bu basamakları katedebilmesi için daha önceden de belirtildiği üzere çeşitli yollar ve rehberler tavsiye edilmiştir. Özetle, tasavvuf kaynaklarının sunduğu insani gelişim basamakları insanın sadece manevî değil aynı zamanda psikolojik, sosyal, ahlaki birçok boyutunu da dikkate almaktadır.



**Şekil 6: İnsanın Manevi Gelişim Piramidi**

Şekillerde görüldüğü üzere iki farklı kültürün odaklandığı insan gelişim modelleri sunulmuştur. Batının insanın kişisel gelişimi üzerine odaklanması neticesinde vardıkları sonuç; *kendini gerçekleştirme* seviyesinde artık insan olma sürecini tamamlamıştır. Buna karşın İslam Tasavvuf'unda bu süreç yeni başlamıştır, *kendini gerçekleştiren* değil *kendini aşan* kişi, ideal insan olabilir. Batı ve İslam kültürünün vardığı insan modeli arasındaki bir diğer fark ise; Batı'nın *özgür insan* modeline karşın tasavvufun *İlahi varlığa bağlı insan modeli* sunmasıdır (Kışmır, 2012: 18). Danışmanlık sektörü ve terapötik yaklaşımların önce kişisel gelişim alanına odaklanıp sadece insanın kişisel başarısı üzerine yoğunlaşması ihtiyacı üzerine ortaya atılan söylemler şimdi eleştirilmektedir. Bu konuda kişisel gelişim alanına yönelik yapılan eleştiriler genelde, kişisel gelişim uzmanlarının bireye bütüncül bakmayı göz ardı ettiği ve başarı dışında danışanın başka ihtiyaçlarını yeteri kadar dikkate almadığı şeklindedir. Ancak insanoğlu için diğer ihtiyaçların da geliştirilmesi lüzumu tartışılması gereken bir konudur. Bu konuda insanın içsel arayışına engel teşkil etmeyecek bir zeminde danışmanlık yapılması için tasavvuf literatüründe yer alan kişilik gelişim düzeyleri hakkında verilen bilgilerden faydalanılabilir.

#### **1.6.4. Manevi Danışmanlık ve Koçluk**

Literatürde manevi danışmanlığın tarihi antik çağa kadar dayandırılmaktadır. Manevi danışmanlık alanıyla din alimleri ilgilendiği gibi toplumun başvurduğu şaman, medyum,

vb. kişilerin ruhsal ve manevi rahatsızlıkları tedavi ettikleri iddia edilmiştir (Koç, 2012; akt. Parlak, 2016 :29). Bu danışmanlık yıllar içinde farklı isim ve kurumlar altında hizmet vermiştir. Bu başlık altında günümüzde manevi danışmanlığın konumunu tespit etmek açısından manevi danışmanlığın gelişimi ve uygulanması konusundan bahsedilecektir.. Literatürdeki tartışmalara bakılarak, manevi danışmanlığın “spiritual, pastoral ve religious” kavramları ile kullanıldığı görülmektedir. “Spiritual counseling” kavramının, bazen “dini veya dini olmayan danışmanlık ve bakım” (Funk, 2014) şeklinde genel anlamda kullanıldığına, bazen de dini olmayan anlamında daraltılarak kullanıldığına (Raffay, Wood ve Todd, 2016; Tacey, 2006: 14-15) rastlanmaktadır.

“Religious counseling” (dini danışmanlık) kavramı ise Ok’un da açıkladığı gibi Hristiyanlıkla birlikte diğer dinleri de kapsayan bir gerçekliğe sahip olarak kabul edilmektedir (Ok, 2015: 36). Nitekim Baygeldi’ye göre, Fosekett ve Jakobs, çalışmalarında “religios” kavramını, sadece Hristiyanlık alemine özgü değil, tüm dini ve manevi alanı kapsayacak şekilde kullanmıştır (Baygeldi, 2018: 12).

Son olarak bu alanda “pastoral counseling” kavramının yaygın olarak kullanıldığı görülmektedir. Batı’da papaz ve rahiplerin kilise dışında dini ve manevi danışmanlık hizmeti sunmaları ile başlayan, manevi danışmanlık kollarından biri olan ve APA tarafından 1946 yılında teorik temelleri oluşturulan pastoral psikoloji, din ve ruh sağlığını aynı çatı altında bulunduran bir yaklaşım olarak ortaya çıkmıştır (Koç, 2012: 201-237). Pastoral danışmanlık, danışanın iç dünyası, insan ilişkileri, Kutsal ile ilişkisi gibi ruhsal, kişisel, manevi ve dinsel boyutları kapsayan geniş bir alana sahiptir (Özdoğan, 2006: 127-141). Günümüzde halen işlevini sürdüren pastoral danışmanlık, ilk yıllarında Hristiyanlığa özgü bir inanç içinde gelişim göstermiştir. Bu konuda Clebsch ve Jaekle’nin *Tarihsel Açıdan Manevi Danışmanlık (Pastoral Care in Historical Perspective)* başlıklı eseri, Hristiyan merkezli bir çalışma olarak örnek gösterilebilir (Clebsch ve Jaekle, 1964: 11-31).

Manevi danışmanlık alanı içerisinde yer alan, Ok’un ifadesiyle “inanç psikolojik danışmanlığı”, seküler danışmanlık modellerinin karşılaştığı problemlere ve eleştiriye yer verecek yönlerinin bulunması sonucu ortaya çıkmıştır (2008). Batı merkezli ilk danışmanlık

yaklaşımları Ok'un da ifadesiyle "beyaz orta sınıf" için düzenlenmekteydi (Ok, 2008: 7).<sup>26</sup> Bu bakımdan Batı'da ilk psikolojik danışma modelleri, danışman ve danışan arasındaki inanç ve kültür farklılığını görmezden gelmiştir (Hill ve diğ., 2013: 87).

Rehberlik ve danışmanlık alanında dini ve manevi yaklaşımların uygulanması konusunda birçok tartışma mevcuttur. Önceki araştırmalardan da görüldüğü üzere, psikolojik danışmanlık hizmetlerinde seans süresince din ve maneviyat temasından kaçınılmış ya da dikkate alınmamıştır (Bergin-Jensen, 1990; akt. Cebeci, 2010: 57). Ancak günümüzde danışanın psikolojik sağlığı (Coughlin, 1992; akt. Koç, 2003), danışma hizmetinin bütüncül bakış açısına sahip olması gerekliliği (Kepçeoğlu, 1994; akt. Cebeci, 2010:57), dindar danışanlar için yeterli hizmet sunulamaması durumu dikkate alınarak, danışmanlık seanslarında maneviyata yer verilmesi gerektiği söylenebilir.

İlk zamanlarda psikoloji alanının hizmet ettiği danışmanlık sektöründe maneviyat boyutuna değenilmemesine karşın son yıllarda bu alanda da dini ve manevi konuların gerektiğinde tartışılabilirdiği görülmektedir. Nitekim günümüzde psikoloji ve psikoterapi gibi profesyonel psikolojik danışmanlık alanında manevi müdahalelere rastlanmaktadır. Bu konuda Batı'da, son yıllarda psikoloji alanının kendi içinde bir boşluk hissetmesinden dolayı, din ve psikoloji alanını yakınlaştırma çabasına girdiği söylebilir. Bu çabanın bir diğer sebebinin de, danışman ve danışan şeklinde çift taraflı manevi temanın dahil edilmesi isteği sonucunda gerçekleştiği söylenebilir. Örneğin Stern'e göre bazı dindar insanlar, seküler danışman istememektedir. Çünkü dini ibadet ve inançta azalmadan kaynaklı bir danışman isteği mi var korkusu yer alabilir ya da seküler danışmanlar tarafından anlaşılamama ve inançları konusunda eleştirilme korkusu da oluşmuş olabilir (Stern, 1985: 40; Ok, 2008: 7).

Benzer gelişmeler neticesinde maneviyat teması psikoterapistler için kayda değer görülmüş ve manevi yönelimli müdahale teknikleri geliştirilmeye başlanmıştır. 2007 yılında *Manevi Yönelimli Psikoterapi (Spirtually Oriented Pschotherapy)* kitabının Amerikan Psikoloji Derneği yayınlarından çıkmış olması, manevi yönelimli psikoloji alanının belli bir noktaya geldiğinin göstergesidir (Ekşi ve Kaya, 2016: 10).

---

26 Danışan-danışman inanç farklılığı tartışmaları için Bkz. Bergin, Payne ve Richard, 1997; Bergin ve Payne, 1997; Ellis, 1980 ve Walls, 1980.

İnsanın nasıl yaşayacağı konusunda, danışmanlık hizmetlerinin cevap araması ve bulması konusunda faydalı olabilmesi için “danışanın ahlak, inanç ve dünya görüşü” ile ilişkiyi kurabilmesi gerektiği söylenebilir.

Batı’nın manevi konuda rehberlik ya da psikolojik danışmanlık hizmetleri temelde iki çatı altında toplanabilir. Bunlar, din adamlarının aldıkları danışmanlık, koçluk, psikoloji vb. eğitimler sonucu sundukları manevi/dini-pastoral hizmet ve ikincil olarak psikoloji, psikoterapi, psikiyatri gibi alanlarda yetişen insanların uyguladığı manevi tekniklerdir.

Batı’da ikincil olarak manevi hizmetlere yönelen ikinci grup ise psikoterapistlerdir. Toplumsal ihtiyacın yanı sıra bilimsel araştırmalarda din ve psikoterapinin yaklaşması gerektiğine dair birçok örnek mevcuttur. Nitekim benzer çalışmalar neticesinde din ve psikoloji alanındaki danışmanlık hizmetleri arasında yakınlaşmaların başladığı söylenebilir. Örneğin bu süreçte din ve maneviyatın ruhsağılığı üzerindeki pozitif etkisine yönelik araştırmalar olumlu sonuç vermiştir (Tarhan, 2009: 51).

Benzer yapılanma Türkiye’de de mevcut olmakla birlikte manevi rehberlik hizmetinin sunumu temelde üç farklı şekilde ele alınabilir. Dini rehberlik hizmetleri (İslam geleneğinde toplumun içinde var olan şeyhler, imamlar, vaizler, müftüler), Batı’dan öğrenilen manevi danışmanlık hizmetleri (hastanelerde ve hapisanelerde manevi bakım hizmetleri) ve son olarak psikolog ve psikiyatrların manevi teknik ve uygulamaları şeklinde sıralanabilir. Bu üç gruptan dini rehberlik ve manevi danışmanlık hizmeti sunanların dini bilgi alt yapısının olduğu, bu alanda yetiştikleri söylenebilir. Ancak psikolog ve psikoterapistler, din ve manevi alanda bilgi sahibi olduklarına dair bir iddiada bulunmamaktadır.

İslam geleneğinde ise, kişi bireysel ve toplumsal olarak dini, manevi ve kişisel olarak gelişimi konusunda teşvik edilmiştir. Bu konuda Kuran’ı Kerim Hz. Muhammed (asm) ve, manevi rehberliğin nasıl yapılacağı konusunda ilk örnekleri sunmuştur.<sup>27</sup> Tarihte Türk İslam kültüründe, manevi ya da ruhsal sorunu olan insanların bu sorunu her ortamda paylaşabilecekleri gibi aynı amaçla sıklıkla “cami, tekke ve dergahlar”ı ziyaret ettikleri de

---

27 Bkz. “Görmedin mi, Allah güzel bir sözü nasıl misal getirdi? Güzel bir söz kökü sağlam, dalları göğe yükselen bir ağaç gibidir. Bu ağaç, Rabbinin izniyle her zaman meyvesini verir. Öğüt alsınlar diye Allah insana misaller getirir” (İbrahim, 14/24). (Kur’an-ı Kerim Meali, 2011: 277).

bilinmektedir. Ayrıca Baygeldi'nin de ifade ettiği gibi “İslam geleneğinde ikinci model olarak mürşitin İslam'ı anlama ve tecrübe etmede öznel ve inceltilmiş bir anlayış kazandırma özelliğine sahip olduğuna” inanılır (Baygeldi, 2018: 11).

Mürşitlerin kendi cemaatlerinde ve yakın çevrelerindeki insan ve toplulukların problemleri (ailevi, sağlık, maddi ve manevi sıkıntılar, hayatı ve ahireti anlamlandırma) konusunda onlara danışmanlık ve rehberlik ettikleri bilinmektedir. Şeyh ve mürşitlere gelen kişilerin başka bir ifadeyle danışanların “kendini aşma” (nefs öğretileri) konusunda şeyhlerden vaaz aldıkları, kendilerine şeyhleri rehber edindikleri söylenebilir (Frager, 2009: 23-41). Bu bakımdan Doğu ve Batı medeniyetleri karşılaştırıldığında, manevi danışmanlığın tarih içerisinde, Batı'da kilise merkezli “pastoral danışmanlık” adıyla, Doğu'da ise “tekke, dergah ve cami” merkezli olarak “gönül insanı” yetiştirme amacıyla uygulandığı görülmektedir<sup>28</sup> (Koç, 2016:24). Bu bakımdan, tarihsel arka plana bakıldığında, Anadolu'da yapılan manevi danışmanlık hizmetlerinin küçümsenemeyecek kadar fazla olduğu söylenebilir.

Ancak kısa tarihte Kurtuluş Savaşı'nın etkisinden kurtulmak ve değışen dünyaya ayak uydurmak uzun yıllar boyunca bilimdeki ilerleyişe sekte vurduğu gibi dini ve manevi eğitim alanında da problemler yaşanmasına neden olmuştur.. Nitekim *Medaris-İlmiyye Nizamnamesi*'nin hazırlanma gerekçesinde, başlıca problemler arasında, “halka namaz kıldırarak, karşılaştığı dini problemleri çözebilecek, hatta cenaze kaldırarak yeterli din görevlisinin bulunmadığı” yer almaktadır (Zengin, 2002: 278). Bunun dışında, uzun yıllar yazılı Türk basınında, din görevlilerinin özellikle imam ve müezzinlerin kimliğini lekeyecek, uygunsuz ve bu hizmeti itibarsızlaştıran yayınlar yapılmıştır (Yenen, 2012: 1171), aynı zamanda “Kış Uykusu” filmi gibi görsel medyada da din görevlilerinin imajı “fakir, bilgisiz, estetik duyarlılığı olmayan” şahıslar olarak gösterilmektedir (Öncü, 2017:

---

28 Türkçe literatürde dini ve manevi danışmanlık üzerine yapılan araştırmalarda daha önce de belirtildiğı üzere pastoral, spiritüel gibi Batı kaynaklı kavramlar kullanılmıştır. Nitekim dini/manevi danışmanlık ve rehberlik, inanç bakımı, manevi bakım gibi kavramlar ilk olarak Batı'dan dünyaya yayılmıştır. Pastoral psikoloji, Batı kültürünün etkisinde başka bir ifadeyle Hristiyan geleneğinden doğması sebebiyle Türkçe'ye aktarılan kavram ve kültür de ona aittir. Daha önceden de belirtildiğı gibi “pastor” kelimesi papaz ve rahipler için kullanılmaktadır. Bu bakımdan araştırmada İslami çalışmalara yer verilirken pastoral ve spiritüel danışmanlık yerine manevi danışmanlık kavramı kullanılmıştır.



971). Görüldüğü üzere din ve manevi danışmanlık hizmeti veren kurum ve kişiler hem kendi içlerinde hem de dışarıdan bir baskıya maruz kalmıştır. Bu konuda din sosyolog ve psikologlarının toplumda din görevlisi algısı, görsel ve yazılı basında empoze edilen dini ve manevi söylemlerin analizi yapılabilir. İhtiyaç olan değişikliğin kurumsal mı yoksa bireysel mi olduğu ya da dış kaynaklı (siyasi, kültürel) mı olduğu tespit edilebilir. Bu konuda, içsel sorunlardan ve gelen eleştiri sebeplerinden biri olarak, Koç'un da ifade ettiği gibi, din görevlilerinin ya da bu alandaki uzmanların, değişen dünyaya yeni modern kavramlar geliştirememesinin de etkili olduğu söylenebilir (Koç, 2016:24). Nitekim araştırmada yer alan manevi danışmanlıkla ilgili kavramların dahi günümüzde Batı literatüründen olduğu gibi nakledildiği, bazen de bu kavramların İslami geleneğe uyarlanarak devralındığı söylenebilir.

Bu bakımdan günümüzde manevi danışmanlık kavramının, “pastoral psikoterapi, manevi bakım, manevi hizmet, inanç bakım, pastoral danışmanlık, spiritüel danışmanlık” gibi birçok alanı kapsadığı söylenebilir. Önceleri pastoral kelimesinin kullanılmasına karşın bu kelimenin artık önemini kaybetmeye başlaması sonucu son zamanlarda spirituality kelimesinin kullanıldığı da söylenebilir (Koç, 2016: 62). Bu bakımdan araştırmada kullanılan “manevi danışmanlık”, genel olarak dini ve manevi konularda rehberlik, danışmanlık, hizmet, bakım gibi birçok alanı kapsayan geniş bir kavram olarak ele alınmıştır.

Sonuç olarak günümüzde bireyin kişisel gelişimi üzerine odaklanan araştırmacıların, İslam kültüründe var olan manevi ve kişisel gelişim geleneğinden yeteri kadar yararlanamadıkları söylenebilir.

Dünya'daki koçluk merkezi olarak kabul edilen ICF'in kendi sosyal medya hesaplarında, maneviyat ve din konusu hakkında olumlu bir tavır sergilediği görülmektedir. Bu konuda topluma sunulan dini ve manevi koçluğun yanı sıra dini liderlere ve görevlilere yönelik koçluk hizmetlerinden de bahsedilmektedir. Örneğin, ICF kendi internet adresindeki yayınlar arasında, Chris Holmes tarafından papazlar, rahipler, hahamlar ve imamların liderliklerini güçlendirmelerine, hayatlarını dengelemelerine ve toplumsal dönüşüme

liderlik etmelerine yardımcı olmak için koçluk hizmeti talep ettiklerini iddia etmektedir.<sup>29</sup> Koçluk disiplini din adamları arasında güvenilirlik kazanırken, özellikle ABD’de koçların ortaya çıkan ihtiyacı karşılaması için artan fırsata sahip oldukları söylenebilir. Bununla birlikte koçlukla ilgili günümüzde birçok çalışmada maneviyat temasına değinildiği görülmektedir (Kauffman ve Bachkirova, 2008: 12). Akademik çalışmaların yanı sıra koçluk sektöründe de maneviyatın mevzu edildiğine dair örnekler mevcuttur. Koçlar, danışanlarının yaşam alanlarında denge ve huzur içinde olmaları için “mandala, hayat çarkı, yaşam döngüsü” gibi isimlerle anılan ölçekler kullanmaktadırlar. Bazılarında sekiz bazılarında ise 10 eşit parçaya bölünmüş bu çarkların bir payında ise maneviyat yer almaktadır.

Yaşam, spor, iş koçluğu dışında günümüzde, maneviyata önem veren Hristiyan, Müslüman ve Yahudi yaşam koçlarının da mevcut olduğu bilinmektedir. Aynı zamanda dini kimliği olsun ya da olmasın maneviyatı dinden ayrı bir anlamda kullanmak isteyen spiritüel yaşam koçları da manevi söylemlerle gündeme gelmektedir. Bartley’in araştırmasına göre bu dini ve manevi yaşam koçları kendi dini, manevi ve kutsal kaynaklı dünya bakışı ile danışana koçluk yaklaşımında bulunmaktadır. Bu koçlar, uyguladıkları metod ve teknikler açısından seküler koçluk ilkerini benimsemiştir (Bartley, 2011: iii). Örneğin, bir Hristiyan yaşam koçu, İncil’i merkez alan dünya görüşü ile birlikte seküler koçluk ilkelerini de temel almaktadır. Bununla birlikte bu alanda yapılan ilk koçluk çalışmaları Doğu öğretilerinden faydalanıp Batı yöntemlerini kullanan bir faaliyet olarak ortaya çıkmış olması sonucunda alana dair kavramların Batı ve Doğu sentezli eklektik yapıya sahip olduğu söylenebilir. Bu bakımdan alanda ilk kavramlaştırma teşebbüsleri, alanı keşfedenlerin dil, inanç ve kültür özelliklerini yansıtmaktadır.

Burada genel bir değerlendirme yapılacak olursa, İslam dünyasında ve özelde Türkiye’de spirituality kelimesinin tanımlanması, anlaşılması ve bu kelimenin karşılığında Türkçe bir kavram getirme çabasının devam ettiği, spirituality kelimesinin ruhsal, manevi, tinsellik ve spiritüel gibi farklı şekillerde kullanıldığı görülmektedir. Maneviyat üzerine Türkiye’deki çalışmalarda karşılaşılan güçlüklerle değinen Düzgüner’in çalışmasından şu şekilde çıkarımlarda bulunulabilir (Düzgüner, 2013: 21-104) :

---

29 <https://coachfederation.org/blog/coaching-clergy> , (Eklenme Tarihi, 10.02.2018).

Tanım zorluğu: Spirituality kelimesi üzerine yapılan tanımlar, Arkonaç'ın da ifade ettiği gibi “çözdüklerinden daha fazla problem yaratırlar.”

Algı farkı: Spirituality kelimesinin anlaşılması için kullanılan terimler ve beraberinde bu terimlere farklı anlamlar yüklenmesi sonucu oluşan karmaşa (Bostancı Daştan ve Buzlu, 2010:74).

Dini ve kültürel farklılıklar: Türkiye’de maneviyatla ilgili çalışmalarda doğrudan Batı ölçeklerinin kullanılamaması. Ölçeklerin uyarlanmasında karşılaşılan kültürel ve dini farklılıktan ortaya çıkan zorluklar. Bu konuda Gorsuch ve Miller, Batı’nın halen tanımlayamadığı bir kavram üzerinde çalışmalar devam ederken, kültürel farklılıkların da yer alması sonucu, çalışmaların daha fazla karmaşıklaştığını belirtmiştir (Gorsuch ve Miller, 1999:48).

Eleştirel incelemeye başvurmama: Maneviyatla ilgili Batı’da üretilen kaynakların doğrudan süzgeçten geçirilmeden alınması ve uygulanmaya çalışılması.

Bu sebeple, parıltılı bir kavram haline gelen “maneviyat” kavramı üzerine yapılan çalışmalarda yukarıdaki zorluklara dikkat etmek gerekmektedir. Ayrıca insanın sınırlı kavrayışı ile, maneviyat kavramını tek ve dar bir tanım içerisine hapsetmesi bugün için mümkün görünmemektedir, sonuç olarak burada böyle bir çaba içerisine girilmemiştir.

Diğer bir değerlendirme ise maneviyatın psikoloji alanındaki gelişimi üzerinedir. Batı’da din ve maneviyat algısı, Shafranske (1996), halk ve psikologlar arasındaki farklılığa dikkat çekmiş olsa da (Hill ve diğ., 2013: 86), Batı’nın, humanist ve benötesi psikoloji ile maneviyata ilgisinin arttığı yönündedir. Bu şekilde günümüzde danışmanlık alanında maneviyata yönelik tutumlarda iyileşme olduğu söylenebilir. Ancak bu iyileşmenin, İslam maneviyatı ve onun ürettiği kurumlara sahip çıkıldığı takdirde daha başarılı olacağı söylenebilir. Bu kurumlara karşı çıkıldığı takdirde, Yücer’in de ifade ettiği gibi bu kurumlar yerine alternatif teklif etmek durumunda kalınacaktır (2017:10).

Bununla birlikte Amerika’da şu ana kadar dindar kişilerin, ek olarak danışmanlık eğitimi olarak pastoral psikoloji bilimsel alanda hizmet sundukları, ancak günümüzde psikolojik danışmanlık eğitimi alan kişilerin din eğitimi olarak ve kültürel anlamda kendilerini geliştirerek bu hizmeti sunmayı önerdikleri söylenebilir. Yapılan araştırmalara genel olarak

bakıldığında manevi rehberliğin hayatı değerlendirmede başarılı oldukları görülmüştür. Bu hususta Özdoğan, manevi danışmanın psikiyatrda temel inançlar, değerler ve hayatın değerlendirilmesi konusunda daha iyi olduklarını ve bu alanda özel yetişmiş insanlara yer verilmesi gerektiğini belirtmiştir (2006: 131).



## **BÖLÜM 2: ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ**

Araştırmanın yöntem bölümünde, araştırmanın modeline (desenine), katılımcılarına, verilerin toplanmasına yer verilmiştir. Daha sonra verilerin analiz süreci açıklanmıştır. Araştırmanın titizliğini artırmak için geçerlilik ve güvenirlik önlemlerine dikkat edilerek bu konuda kullanılan usüller ve araştırmacının bu süreçteki rolü anlatılmıştır. Araştırmada karşılaşılan güçlüklerle ve araştırmada takip edilen etik konulara yer verilmiştir. Bununla birlikte, araştırma sürecinin tamamındaki uyumu görmek açısından, çalışmada benimsenen felsefe ile araştırmayı kuşatan çatı arasındaki ilişki hakkında açıklama yapılmıştır.

Bilimsel araştırmalarda karşılaşılan paradigmatik dönüşüm ile nicel çalışmalara vurgu yapan pozitivist paradigma yaklaşımından, nitel araştırma yöntemlerini ortaya çıkaran yorumlayıcı yaklaşıma geçiş söz konusudur. Postpozitivist paradigma, gerçekliği dışsal kabul eden pozitivist paradigma etkisiyle bilginin ve bilgi zenginliğinin göz ardı edildiğini söylemektedir (Sargut, 2002: 124-125). Bununla birlikte sosyal bilimcilerin sadece pozitivist paradigmanın kabul ettiği yöntemleri kullanarak araştırma yaptıklarında, zamanla insan ve insana özgü olanı açıklamakta yetersiz kaldıkları görülmüştür (Arı ve diğ. 2009: 118). Bu süreçte yeni, esnek ve bütüncül yaklaşım ihtiyacı görülmüş, son yıllarda yapılan bilimsel araştırmalarda nitel yöntemlerin kullanımı ivme kazanmış ve yorumlayıcı çatıların sürekli olarak arttığı görülmüştür. Epistemolojik, ontolojik ve metodolojik bakımdan felsefi varsayımlar, araştırmamıza rehberlik eden teorilerin seçiminde belirleyici olmuştur. Felsefi varsayımlar da yorumlayıcı çatılar altına gömülü olduğundan bunlara anahtar öncüller olarak bakılmaktadır (Denzin ve Lincoln, 2011; akt. Creswell: 2016: 22).

### **2.1. Araştırmanın Modeli**

Bu çalışmada, yapılandırmacı-yorumlayıcı bir paradigmanın rehberliğinde, fenomenolojik bir araştırma tasarımı kullanılarak nitel desenli bir yaklaşım benimsenmiştir. Bu araştırmanın temel amacı, Türkiye’de ve Amerika’da yaşam koçluğu serüvenini, koç ve danışan ilişkisini ve koçun manevi konularda yaklaşımlarını araştırmaktır. Bu sebeple özellikle, deneyimli yaşam koçlarının danışanlarının ruhsal ve manevi konulara yaklaşımları ve bu yaklaşımlarının temelindeki nedenlerinin araştırılması amacıyla, araştırma sürecinde nitel desenli fenomenolojik yaklaşım ile bu alanda derinlemesine



### 2.1.1. Fenomenolojik Desen

Araştırmada din psikolojisi alanında uygulanan yöntemlerden W. Pöll'in düşünceye dayanan fenomenolojik yaklaşım metodu uygulanmıştır (Yavuz, 1986: 159-160). Edmund Husserl (1931) fenomenolojik yaklaşımının ortaya çıkmasında, oluşmasında ve gelişmesinde öncü olmuştur. Husserl'in felsefesi birçok araştırmacı tarafından ileriye sürülmüş ve farklı argümanlara dikkat çekilmiştir. Bu şekilde fenomenolojik araştırmalar güçlü felsefi temeller üzerine yapılmış, Giorgi (1985) ve Polkinghorne (1989) psikoloji alanında gelişmesinde öncü olmuşlardır. Psikoloji alanında fenomenolojik çalışmaların önemi üzerine birçok eser kaleme alınmış<sup>30</sup> ve birçok alanda örnek teşkil edecek çalışma yapılmıştır.<sup>31</sup> Fenomenolojik desen araştırmacının olguya önceden tümüyle yabancı olmadığı bununla birlikte olgunun tam anlamının kavranamadığı çalışmalar için zemin oluşturmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 72). Bu noktada *‘Fenomenolojik çalışma, birkaç kişinin bir fenomen<sup>32</sup> veya kavramla ilgili yaşanmış deneyimlerinin ortak anlamını tanımlar. Bu şekilde nitel araştırmacılar, fenomeni tanımlamış ve nesnenin gerçek doğasını anlamış’* olur (van Manen, 1990: 163, 177: akt. Creswell, 2016: 77). Başka bir ifadeyle fenomenolojik araştırmalarda *“yaşanan deneyimin”* tanımlanmasının (Waters, 2015) yanı sıra olgunun algılanması, tanımlanması ve özellikleri tespit edilebilir (Lester, 1999, akt. Gülmez, 2016: 60).

Creswell, fenomenolojik araştırma yapan kişinin araştırmanın yöntem bölümünde, fenomenolojinin felsefi varsayımları hakkındaki tartışmalara yer vermesini ve araştırmacının takip ettiği düşünce sistemini belirtmesi gerektiğini vurgular (2016: 78). Fenomenolojinin, ön yargılardan ve öncesinde var olan kabullerden, felsefi temelli dogmalardan kaçınan, karakteristik özellikleri bulunan bir yöntemi vardır. Bu noktada fenomenolojik çalışmalara bakıldığında ortak olarak bulunan dört felsefi bakış açısı dikkat

---

30 Bkz. Dukes (1984); Tesch (1990); Giorgi (1985,1994,2009); Polkinghorne (1989); Moustakas (1994);Van Manen (1990) akt. Creswell, 2016: 108); Cropley (2002).

31 Örneğin, Porbst (1997)'de otistik çocuklarla ilgili ve Cropley (2002)'de Alman göçmenlerle ilgilenen sosyal hizmet çalışanları ile olgubilim desenli çalışma yapmıştır.

32 Bazı araştırmacılar fenomeni dış gözlemle, bazıları ise iç gözlemle ilişki kurarak anlamakta ve açıklamaktadır. Bu araştırmada Yavuz'un bakış açısına uygun olarak olayların hem dış hem iç haline fenomen olarak bakılmıştır (Yavuz, 1986: 160).

çekmektedir (Stewart ve Mickunas, 1990):

- *Felsefinin geleneksel görevlerine geri dönüş.*
- *Ön kabulleri olmayan bir felsefe.*
- *Bilincin yönelmişliği.*
- *Özne-nesne ikiliğini reddetme.* (akt. Creswell, 2016: 77-78).

Araştırmada fenomenolojik yaklaşımda Creswell'in (2016: 78) de güvenmekte olduğu konuya psikolojik perspektifle bakan Moustakas (1994)'in düşünce sistemi takip edilerek ilenlenmiştir. Çünkü Moustakas araştırmacının yoğun biçimdeki yorumlarından ziyade katılımcıların deneyimlerinin aydınlatılması üzerine odaklanmıştır. Bu hususta Husserl'in “*ön yargılardan kurtulma*” fikrine sahip çıktığı görülmektedir. Benzer şekilde bu araştırmada yaşam koçlarının deneyimleri ve algılarının doğrudan aktarılması, koçların görüşleri aktarılırken araştırmacının görüşlerine *ayraç* içinde yer verilmesi hedeflenmiştir.

### 2.1.2. Kültürel Desen

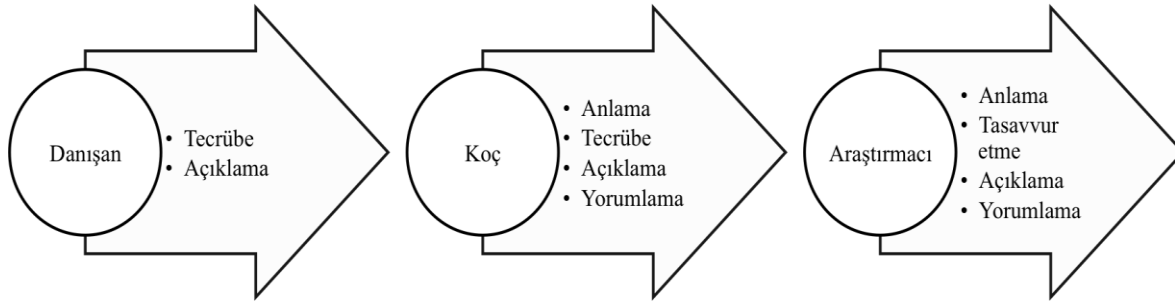
Din psikolojisi araştırmalarında kültürel din psikolojisi çalışmalarının önemli bir yeri vardır. Birçok psikolog tarafından kültür, insanoğlunun ikinci doğası olarak görülmüş (Boer, 1983) ve kültürden bağımsız bir şey olmadığı vurgulanmıştır (Belzen, 2012: 199). Bu sebeple araştırmada, bireysel algının yanı sıra toplumsal değerler ve işleyiş gibi kültürel öğelerin bütününe, bileşenlerine ve aralarındaki ilişkinin analizine ulaşabilmek üzere (Kartarı, 2017: 217) kültür analizi/etnografi desenli nitel bir çalışma sürdürülmüştür. “*Etnografi çalışmaları, araştırmacının ortak kültüre sahip bir grubun değerlerinin, davranışlarının, inançlarının ve dilinin paylaşılan ve öğrenilen modellerini tanımladığı ve yorumladığı nitel bir desendir*” (Harris, 1968: akt. Creswell, 2016: 90). “*Doğası gereği kültür muğlaktır ve standardize edilmiş veri toplama araçları ile ölçülemez*” (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 71). Etnografi çalışmaları, “Boas, Malinowski, Radcliffe-Brown, ve Mead gibi 20. Yüzyıl antropologları tarafından yürütülen karşılaştırmalı kültürel antropoloji ile ortaya çıkmıştır” (Creswell, 2016: 90). Bu sebeple etnografik yaklaşımla yürütülen araştırmalar, antropolojik yaklaşım temellidir, kültür ve hayatın anlamına dair araştırmalar için zemin oluşturur. Ancak bu yaklaşımın uygulanabilmesi için araştırmacının konu edindiği kültür alanında araştırma yapması, o kültür içinde yaşaması ya da o kültürü bilen



bir ekiple çalışması gerekir. Bununla birlikte araştırma metnine, katılımcıların görüşleri, kendine özgü kelime yapıları bozulmadan doğrudan aktarılmalıdır (Creswell, 2016: 90).

Fenomenolojik ve etnografik araştırmalarda genelleme yapılmaz, araştırmalar olayları anlamaya yöneliktir. Etnografik çalışmalardaki zorluklar arasında, araştırmacının kendi kültürel algısı ve inancı doğrultusunda olguyu anlamaya çalışması ve yorumda bulunması, bulguların sürekli olarak teyit edilmesi (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 71), geleneksel yaklaşımların alışık olduğu okumaların dışında bir bakış geliştirilmesi (Creswell, 2016: 96) şeklinde sıralanabilir.

Araştırmanın anlama, yorumlama ve açıklama aşamasında, koçlar danışanın getirdiği fenomene göre yorumlama ve açıklama getirmiş, daha sonra araştırmacı tarafından bu açıklamaya göre aşağıdaki şemada belirtildiği üzere bunlar tekrar anlama, yorumlama ve açıklama sürecinden geçmiştir. Mülakatlara katılan kişilerin danışanla ilişkilerini ve maneviyat gibi önemli fenomenlere bakışlarını, açıklamalarından yola çıkarak doğru tahlil edebilmek için, Yavuz'un da ifade ettiği gibi, araştırmacı kendisini bazen koçun bazen de danışanın yerine koymuştur (Yavuz, 1980: 163).



**Şekil 8: Araştırma Sürecinde Fenomenleri Anlama ve Açıklama**

## **2.2. Katılımcı Yaşam Koçları**

Araştırma yöntemlerinde, olasılık temelli/rastgele örnekleme seçimi ile yapılan çalışmalarda genelleme yapımı kolaylık gösterirken, zengin bilgi içeren ve derinlemesine inceleme bekleyen konularda amaçlı örnekleme yöntemi tercih edilmektedir (Patton: 2012). Kaynaklarda amaçlı örnekleme yerine farklı isimlerle de aynı yöntemin kullanıldığı görülmektedir. Örneğin Goetz ve LeCompte (1984) amaçlı örnekleme yerine ölçüt

örnekleme adını kullanırken, Patton (1987) ölçüt örnekleme amaçlı örneklemenin bir alt tekniği olarak eserinde yer vermektedir (akt. Yıldırım ve Şimşek, 2011: 107). Bu araştırmada Yıldırım ve Şimşek'in kabul ettiği Patton'un sınıflandırma ölçeklerinden yararlanılmıştır.

Çalışma grubunu belirlemek için “en az iki yıl koçluk hizmeti sunmak ve bu alanda bir programa katılmak” ölçütü belirlenerek verilere ulaşabilmek adına öncelikle ölçüt örnekleme tekniği kullanılmıştır. Bu yöntem ile araştırmada elde edilen avantaj, istenen fenomenlerin tespitine uygun önceden hazırlanmış ölçütlerin her durumda kullanılmasına olanak sağlamıştır.

Araştırmanın örneklem büyüklüğünün tespit edilebilmesinde nicel araştırmalarda sayısal analize bakılırken nitel araştırmalarda örneklem büyüklüğünün tespiti oldukça zordur. İnsan deneyimlerinin özelliğini derinlemesine inceleyen fenomenoloji bakışı, doygunluk kavramını farklı ele almıştır (Gentles ve diğ., 2015: akt. Quanbeck, 2017: 55-56). Nicel araştırmalarda örneklemin sayıca üstünlüğü (Ritchie ve Lewis e Elam, 2006) vurgulanırken, nitel araştırmalarda, Smith ve arkadaşları (2009), dört ila on görüşme (Quanbeck, 2017: 57), Patton (2014) ise amaçlı ve küçük “tek bir” örnekleme daha detaylı yapılabileceğini iddia etmektedir (akt. Yıldız, 2017: 434). Örneğin Piaget'in çocukların düşünme şeklini keşfetmesinde iki çocuğu derinlemesine gözlemlemesi, Freud'un ise 10'dan az durum çalışması ile psikanaliz alanını oluşturduğu ifade edilmektedir (Yıldız, 2017: 434). Bu sebeple, örneklemin sayıca üstünlüğünden ziyade derinlemesine incelenmesini hedefleyen nitel araştırmacılar tarafından, çalışmanın geçerlilik ve güvenilirliğini artırmak adına, örneklem büyüklüğünde nicel araştırmadakilerden farklı kriterler geliştirilmiştir. Bu çalışmanın örneklem büyüklüğünün seçiminde, Yıldırım ve Şimşek'in eserinde yer verdiği “*araştırma odağı ve veri miktarı*” ilkelerinden (2011: 114), Creswell'in (2016: 154-157) ve Nastasi'nin (2015; akt. Başkale, 2016: 27) savunduğu, seçilen araştırma desenine göre ölçüt örneklem seçimi tekniklerinden yararlanılmıştır. Bu bağlamda araştırmada yeni örneklemelerden yeni bir bilgi gelmediğinde örneklemin büyütülmesi durdurulmuştur. Başka bir ifadeyle verilerin kendisini tekrarlamaya başlaması ilk ölçüt olarak dikkate alınmıştır (Lincoln ve Guba, 1985; Patton 2014; akt. Yıldız, 2017: 434).

Gizlilik taahhüdü gereğince, görüşmeler ile katılımcıların deşifre olmamaları için bireyler isimleri verilmeden kodlanmış, demografik bilgiler verilirken katılımcılar toplu biçimde sunulmuştur. Buna göre yaşam koçları için “katılımcı koç” ifade etmesi bakımından “K” olarak kodlanmıştır ve Türkiye’den katılanlara “K1, K2, K3, K4 ve K5”, Amerika’dan katılanlara “K6, K7, K8, K9 ve K10” şeklinde bir numara verilmiştir. Bununla birlikte yaşları belirtildikten sonra cinsiyete göre erkek için “E” ve kadın için “K” harfleri ile kodlanmıştır. Örneğin 36 yaşında Türkiye’den katılan kadın yaşam koçu için (K1, 36/K) şeklinde aktarılmıştır.

Araştırmacı tarafından 84 kadar koça, araştırmayı açıklayan ve araştırmaya katılım ifadeleri içeren kişiselleştirilmiş e-posta (mektup postayla) gönderildi. Bunun dışında Türkiye ve ABD’de birçok koçluk sitesine hizmet talebinde bulunuldu. Kısa süre sonra geri dönüş yapan 43 kadar koça, katılım isteği ile ilgili bir yanıt davetiyesi gönderildi (Ek 3 ve Ek 4). Mülakat için yüksek ücret talebi, mülakatın yerinin uygun bulunmaması ya da mülakatın kayda alınmasının istenmemesi gibi durumlar sebebiyle Türkiye’den 15 ve ABD’den 3 kişi, katılımdan vaz geçmiştir. Kalan gönüllüler içerisinde görüşme tarihi yakın olan kişiler seçilmiştir. Daveti kabul eden gönüllüler örneklem büyüklüğünün üst sınırını sağlamıştır. Başlangıçta olumlu cevap veren 3 kadar kişi, araştırmacının görüşme planlamasına daha sonra uymayarak iletişimi takip etmedi. Daha sonra koçlardan 2’si, mülakat sonrası yanıtlarının yayınlanmama, başka bir ifadeyle araştırmaya katılmama şartı koşmuştur. Sonuç olarak 10 katılımcı ile nihai bir çalışma hazırlanmıştır.

Araştırmada Amerika’daki katılımcılar ile 2016-2017 tarihleri arasında 38-61 dakika arasında ilk görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Gerekli olduğu takdirde 10 kişi ile yazışmalar yapılmış görüşmeler neticelenmiştir. Böylece Türkiye ve Amerika’dan toplam 10 katılımcı ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

### **2.2.1. Yaşam Koçlarının Cinsiyet ve Yaş Değişkenlerine Göre Dağılımı**

Araştırmada yaşam koçları ile görüşmeye geçilmek üzere danışmanlık hizmeti sunan kurumlarla internet üzerinden iletişime geçilmiştir. Türkiye’de “1001 uzman, armut.com ve yeni yaşam okulu” sitelerine ulaşılmış, 1001 uzman ve armut.com’dan 4’ü erkek 8’i bayan toplam 12 kişi olumlu dönmüş olup bunlardan araştırma kriterlerine göre 5 katılımcı

ile anlaşılmıştır. Amerika’da “thumbtack ve noomii.com” sitelerine yaşam koçu istek talebi gönderilmiş, bunlardan 7’si erkek 3’ü bayan toplam 10 kişi olumlu dönüş yapmış ve yapılan ön mülakat sonuçlarına göre görüşmeye 5 kişi ile devam edilmiştir. Bunun dışında Amerika’da müslüman yaşam koçluğu yapan kişilerle de araştırma için mülakat talebinde bulunuldu. Bir kişi dışındaki 3 müslüman koçun 500 dolar ve üstü ücret karşılığında görüşmeyi kabul etmiş olmasına karşın araştırmada yeterli bütçe olmamasından dolayı sadece bir kişi ile görüşülebilmiştir. Türkiye’den 4’ü kadın, 1’i erkek, Amerika’dan 4’ü erkek 1’i kadın olmak üzere toplam 10 yaşam koçu ile görüşmeler devam etmiştir.

**Tablo 7: Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı 2017**

	<b>Türkiye</b>	<b>Amerika</b>
Kadın	4	1
Erkek	1	4

Türkiye’deki katılımcıların 4’ü kadın 1’i erkek, Amerikalı katılımcıların 4’ü erkek 1’i kadındır.

Dünya genelinde koçluk hizmetini sunan kişilerin cinsiyete göre dağılımında kadınların oranının daha yüksek olduğu görülmüştür. 2009’da ICF tarafından yapılan araştırmaya göre dünyada koçluk hizmeti verenlerin %65 kadarını kadınlar %35’ini erkekler oluşturmaktadır. 2012 yılında ICF tarafından gerçekleştirilen anket sonuçlarına göre Amerika ve Türkiye’de yaşam koçlarının cinsiyete göre dağılımı benzerlik göstermekte ve bu oran %25’i erkek ve %75’i bayan şeklindedir. Bu da kadınların yaşam koçluğu mesleğini erkeklere göre daha fazla tercih ettiğini göstermektedir. Ancak bu araştırmaya katılanların cinsiyetleri Türkiye’den 4’ü kadın 1’i erkek, Amerika’dan ise 4’ü erkek 1’i kadın olmuştur. Bunun sebebi mülakatların cinsiyete göre değil koçların başvuru önceliğine göre seçilmiş olmasındandır. Nitekim bu konuda, Amerika’dan mülakat isteğine geri dönüş yapanların %75’i bayandır. Bu da önceki çalışmalarla bu çalışmanın benzer bir orana sahip olduğunu göstermektedir. Türkiye ve Amerika’daki koçların büyük çoğunluğunu kadınlar oluşturmaktadır. Aynı zamanda bu araştırmada bayan koçların bayan danışan tercihlerinin yanı sıra, koçlar tarafından danışanlarının da hemcinslerinden hizmet almayı talep ettikleri belirtilmiştir (McComb, 2012: 233).

Önceki araştırmalar incelendiğinde, bayan danışanların bayan danışman tercih ettikleri görülmüştür (Kaplan, 1985). Bayan hastalar bir kadın terapisti bir erkek terapistle tercih edebilmekte ve kadın terapistlere giden kadınların erkek terapistlere giden kadınlardan daha fazla faydalanabildiği bildirilmektedir. Aynı cinsiyetteki terapist-müşteri dönemlerinin farklı cinsiyetlerdekilere göre daha başarılı olduğunu gösteren belirtiler olmuştur. Bununla birlikte zıt bulgular da bildirilmiştir. Müşteri ve terapistin cinsiyet uyumunun, bireysel terapide özel olarak sonuçlanması önemli görülmektedir. Müşteri ve terapistin aynı cinsiyete sahip olmasının, sobriyete/azla yetinmeye yol açma olasılığı daha yüksektir (Kuusisto ve Artkoski, 2013: 40-41). Kadınlar belirli konuları tartışırken kendilerini rahat hissetmek isteyebilir ve erkek koçlardan hizmet almak istemeyebilir (McComb, 2012: 233). Kadın danışanların ihtiyaçlarının erkek danışanlardan farklı olduğu söylenebilir. Bu sebeple koçluk alanında ilerleme şekli, danışanın değişim göstermesi ve tıkanmışlıkların ortaya çıkış nedenleri farklı olabilir.

Bayan danışanların oranının yüksek olmasının sebebi olarak, arz talep ilişkisi bağlamında, danışan tercihten bayan koçların sayısının artışı gösterilebilir. Yapılan birçok araştırmaya göre de kadınların depresyona daha meyilli olduğu (Crawford, 1996: 555-559), türbeye gidenlerin %62'lik oranında kadın olduğu (Köse ve Ayten, 2010: 49), olayları önceden bilme, batıl inançlara sahip olma durumu ile uğursuzluğa inanma eğiliminin kızlarda daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Shermer, 2002: 288; Köktaş, 1993: 105; Arslan, 2004:26; akt. Köse ve Ayten, 2009: 62). Aynı şekilde kadınların profesyonel yardım alma bakımından daha istekli oldukları görülmektedir (Savrun, 1999:13; akt. Baynal, 2016: 205). Bu bakımdan kadınlardaki depresyona meyil, şifaya inanma gibi eğilimler nedeniyle danışan bayan oranının yüksek olması, bayan koçların oranını da etkilemiş olabilir.

**Tablo 8: Katılımcıların Yaş Dağılımı 2017**

	Türkiye	Amerika
En Küçük Yaş	27	32
En Büyük Yaş	42	65
Ortalama	33.6	48.6

Araştırmaya Türkiye’den katılan koçların yaşlarının en küçüğü 27, en büyüğü 42 ve ortalaması 33.6’dır. Amerika’daki katılımcıların yaşlarının en küçüğü 32, en büyüğü 65 ve ortalaması 48.6’dır. Türkiye’deki katılımcıların yaş ortalaması Amerika’daki katılımcılardan daha düşüktür. Katılımcıların toplamda yaş aralığı ortalaması ise 41.1 olarak bulunmuştur.

2012’de ICF tarafından yapılan global araştırmalara göre yaşam koçlarının %82’si 36 yaş ve üzerindedir. Aynı yıl yapılan araştırmada Türkiye’de 36-45 yaş aralığında %45, ABD’de 46-55 yaş aralığında %35 ve dünyada 46-55 yaş aralığında %36 yaşam koçu bulunmaktadır. Genel olarak bakıldığında Türkiye’de yaşam koçlarının yaşı diğer ülkelerde koçluk hizmeti verenlere göre daha düşüktür. Bu araştırmada da benzer bir netice olarak Türkiye ve Amerika’daki koçların yaşları karşılaştırıldığında, Amerika’da koçluk yapanların yaş ortalamasının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bunun sebebi olarak Amerika’da koçluğun çok daha eski tarihlerden itibaren koçluk mesleğinin kabul edilip tanınmasına karşın Türkiye’de bu sürecin daha geç başlamasından kaynaklanabileceği gibi Amerika ve Türkiye’deki koçların, koçluk mesleğine bakışlarındaki farklılıklardan da kaynaklanabileceği söylenebilir. Nitekim Amerika’daki koçların tamamı koçlukta yetkinlik ve nitelikli olmanın en önemli şartlarından biri olarak hayat tecrübesi ve olgunluk ifadelerini kullandıkları tespit edilmiştir. Bu bakımdan Amerika’daki koçlar için koçluk mesleği, tecrübe gerektiren bir iş dalıdır. Buna ek olarak, Türkiye’de genç nüfusun fazlalığı, Amerika’da yaşlı çalışan insan sayısının da fazlalığı etken olabilir. Ancak bu durum erken yaşta iş hayatına atılan Amerikan kültüründe, koçluğun orta yaş ve üstü meslek tercihini yeteri kadar açıklamamaktadır. Bu sebeple ilk yorumda olduğu gibi, Amerikalıların koçluğu olgunluk sonrası ikincil bir meslek olarak icra ettikleri söylenebilir.

### **2.2.2. Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı**

Türkiye’de araştırmaya katılan koçlardan 3’ü lisans, 2’si yüksek lisans ve Amerika’daki katılımcı koçların 4’ü lisans, 1’i doktora mezunudur. Araştırmamıza katılan koçların eğitim seviyesinin lisans ve lisansüstü olduğu görülmektedir.

**Tablo 9: Katılımcıların Eğitim Seviyesine Göre Dağılımı**

Ülke	Lisans	Yüksek Lisans	Doktora
Türkiye	3	2	0
Amerika	4	0	1
Toplam	7	2	1

Araştırmaya katılan yaşam koçlarının koçluk öncesinde farklı alanlarda akademik eğitim aldıkları ve farklı meslek alanlarında çalıştıkları tespit edildi. Katılımcılardan (K1, K2, K3, K6) olmak üzere dördü, eski meslekleri ile birlikte yaşam koçluğu hizmeti sunmaya devam etmektedir.

ICF'in toplam 10 ülkeden koçun katıldığı (Türkiye'den 421, Amerika'dan 10.038) 2015 yılında yaptığı yıllık araştırma verilerine göre araştırmaya katılan koçların tamamının bir yükseköğretim kurumundan mezun olduğu belirtilmiştir. Bu araştırmanın sonucuna göre %51.6'sı üniversite mezunu, %34.4'ü yüksek lisans ve %7.8'i doktoralıdır. Bu araştırmaya katılan koçların tamamının eğitim seviyesinin lisans ve lisansüstü olduğu görülmektedir.

**Tablo 10: Katılımcıların Mezun Oldukları Bölüm ve Geçmiş Meslekleri**

Katılımcılar	Mezun olunan bölüm	Geçmiş Meslekleri
K (1)	Psikoloji	Terapist
K (2)	Din Kültürü Öğretmenliği	Eğitim danışmanı
K (3)	Edebiyat Bölümü	Yazar
K (4)	Mühendislik	Bankacılık
K (5)	İşletme	Danışman
K (6)	Antropoloji	Şirket çalışanı
K (7)	Biomedikal mühendisliği	Mühendis
K (8)	Psikolojik danışmanlık	Danışman
K (9)	Psikoloji	Psikolog
K (10)	İşletme	Serbest meslek

Araştırmaya Türkiye’den katılan koçların en az 4, en fazla 15 sene; Amerika’dan en az 8, en fazla 30 sene koçluk mesleği dışında iş hayatında geçirdikleri süredir.

**Tablo 11: Katılımcıların Koçluk Öncesi Çalışma Süresi**

Koçluk öncesi çalışma süresi	Türkiye	Amerika
En az	2	8
En fazla	4	30
Ortalama	1	1

Önceki araştırmalara göre koçluk mesleğini icra eden kişilerin önceki meslekleri ile birlikte %25.9’unun 16-20 yıl, %38.9’unun ise 21 yıl üzerinde iş tecrübesine sahip oldukları görülmektedir. Önceki araştırmalarla da kıyaslandığında koçluk hizmeti sunan kişilerin daha önceden farklı mesleklerde uzun süreler çalıştıkları ve tecrübe sahibi oldukları tespit edilmiştir (Önen, 2015: 169).

Katılımcıların koçluk öncesindeki mesleklerine ve koçluk öncesi çalışma sürelerine bakıldığında, K1, K8 ve K9’un psikoloji bölümlerinden mezun olduğu, önceki mesleklerinin K1, K2, K3, K8 ve K9’un danışmalık olduğu görülmektedir. Bunun dışında farklı alanlarda lisans okumuş bireylerin, ilk mesleklerinin farklı olabilmesine karşın sonradan koçluğa yöneldikleri görülmüştür. Örneğin mühendislik fakültesi ve işletme fakültesi mezunlarının, ilk alan mesleklerinden sonra koçluk alanında hizmet ettikleri görülmektedir. Önceki araştırmalara göre uluslararası ölçekte koçluk mesleğini icra edenlerin, önceki meslekleri incelendiğinde çok fazla çeşitlilik görülmüştür ve özellikle baskın bir meslek grubuna rastlanmamıştır (Grant, 2005: 1). Aynı zamanda Grant ve Zackon tarafından gerçekleştirilen 2529 profesyonel koçun katıldığı araştırmada, koçluk mesleğini yapanların, eskiden “%40,8 ‘i danışman, %30.8’i işletmeci, %13.8 ‘i satış personeli ve sadece %4.8’i psikoloji” mesleklerine sahip oldukları da tespit edilmiştir (Grant, 2006:13). Bu bakımdan koçların çoğunun davranışsal/psikoloji bilimleriyle ilgili olmadığını, ticari koç eğitim programları ve sertifikalar yoluyla bu mesleği yapabildikleri görülmektedir (Grant, 2006:13).



Araştırmadaki katılımcıların koçluk ile tanışmadan önce de çalışma hayatlarında koçluk hizmetini ihtiyaç olarak gördükleri söylenebilir. Bu sebeple koçlar, önceki mesleki hayatlarında da koçluk adını kullanmadan aslında koçluk hizmeti sunmaya çok daha erken dönemlerde başladıklarını iddia etmiştir.

Görüldüğü üzere katılımcıların önceki iş geçmişi aracılığıyla daha geniş bir dizi danışmanlık içeriği geliştirdiği söylenebilir.

### 2.2.3. Katılımcıların Koçluk Meslek Türlerine Göre Dağılımı

Koçlar birden çok farklı alanda hizmet sunabildiklerini ifade etmiştir. Misal olarak bir kişi hem yaşam koçu hem de öğrenci koçu olabilmektedir. Bu sebeple aşağıdaki tabloya bir koçun birden fazla koçluk türünde görev yaptığı yansıtılmıştır.

**Tablo 12: Katılımcıların Koçluk Meslek Türlerine Göre Dağılımı**

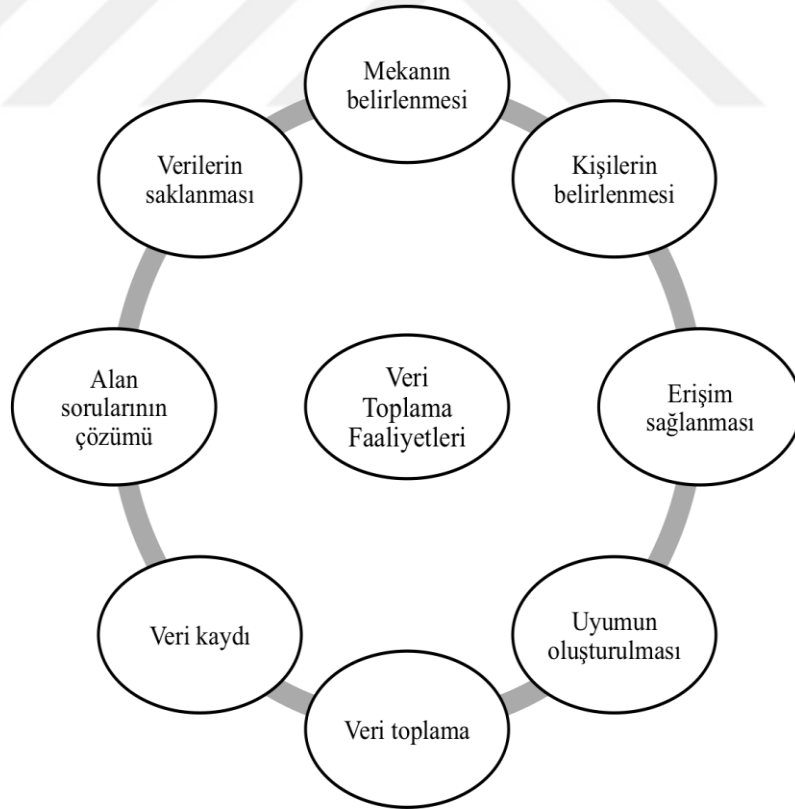
Koçluk Türleri	Türkiye	Amerika
Yaşam Koçu	5	5
Spiritual Yaşam Koçu	0	3
Hristiyan Yaşam Koçu	0	1
Müslüman Yaşam Koçu	0	1
Kurumsal Koçluk	1	2
İlişki Koçluğu	5	4
Öğrenci ve Ebeveyn Koçluğu	2	0
Liderlik Koçluğu	2	2
Yönetici Yaşam Koçu	2	2

Katılımcılara manevi koçluk üzerine sorular yöneltileceği mülakat öncesinde bildirilmiştir. Bu sebeple koçlardan dini ve manevi konulara meyilli koçların olumlu döndüğü söylenebilir. Katılımcılardan üçü manevi yaşam koçu, ikisi dini yaşam koçu olarak da kendisini tanıtmaya karşın, diğer katılımcıların tamamı konuşma süresince manevi yaklaşım örnekleri sunmuştur.

Araştırmaya katılanların tamamı yaşam koçlarından seçilmiş olmasına karşın katılımcıların farklı koçluk türlerinde de hizmet verdikleri tespit edilmiştir. Amerika'daki katılımcılardan 2'si manevi, 1'i Hristiyan, 1'nin Müslüman, bunun dışında kurumsal, liderlik, öğrenci, ebeveyn, ve ilişki koçluğu yapmaktadır. Bu şekilde bir koçun birden fazla türde koçluk hizmetinde bulunabildiği görülmüştür. Türkiye'deki katılımcılar, kendilerini manevi ya da Müslüman yaşam koçu olarak tanımlamasalar da danışanın ihtiyacına göre katılımcıların tamamı manevi koçluk hizmeti sunduklarını belirtmişlerdir.

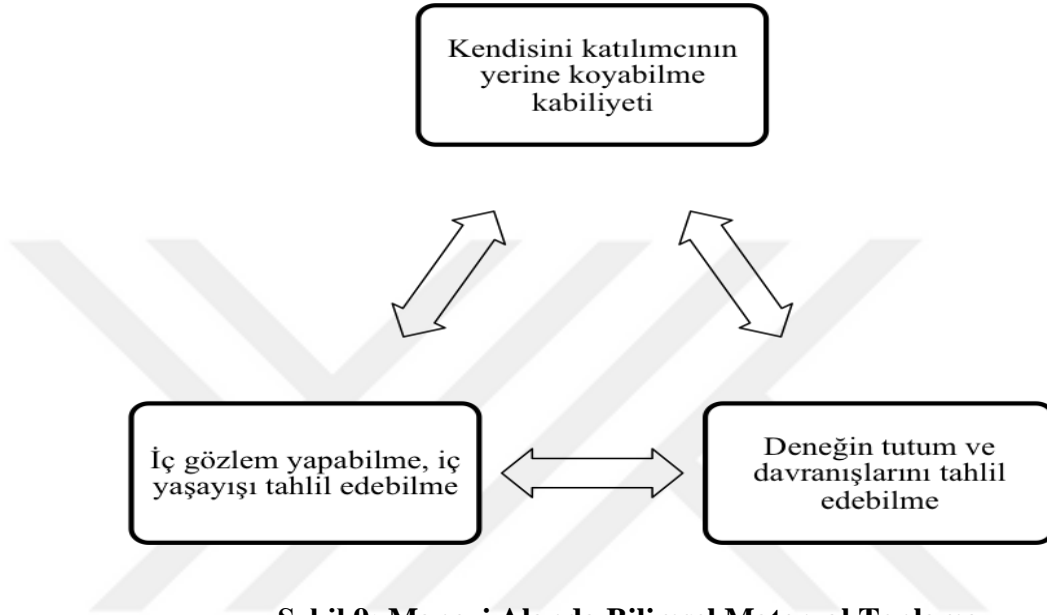
### 2.3. Verilerin Toplanması

Nitel araştırmalarda veri toplamak üzere yürütülmesinde gereken bir süreç vardır. Bu bakımdan araştırmada Creswell'den (2016:146) uyarlanarak oluşturulan aşağıdaki şekilde yer alan bir dizi faaliyet takip edilmiştir.



**Şekil 9: Veri Toplama Faaliyetleri**

Veri toplama faaliyetleri sürdürülürken Yavuz (1986: 155-157)'un din psikologlarına verdiği tavsiyelerden yola çıkılarak manevi alanda çalışma yapılırken aşağıdaki şekilde yer alan üç kabiliyet dikkate alınarak araştırma devam etmiştir.



**Şekil 9: Manevi Alanda Bilimsel Materyal Toplama**

Verilerin toplanma aşaması öncelikle literatür taramasıyla başlamış daha sonra problem cümlesi çerçevesinde konunun alt yapısı oluşturulmuştur. Tarama yöntemiyle dolaylı bir gözlemlerde bulunulmuş ve konuyla ilgili değişkenler belirlenmiştir (Cüceloğlu, 2009: 43). Çalışmada yer alan olgu ve olaylara ait her an yeni bir bilgi ile karşılaşacakmış gibi, deneyim ve varsayımlar bir kenara bırakılarak araştırılmıştır. Araştırma fenomenolojik bir çalışma olduğundan, veriler derinlemesine görüşme yoluyla toplanmıştır. Araştırmada koçların algı ve deneyimlerinin tanımlanması ve betimlenmesi için veri toplama stratejisi olarak görüşme yapılması tercih edilmiştir (Gülmez, 2016: 63) Mülakat formu, araştırmanın problemi ve varsayımları ile ilgili boyutların tamamını kapsayacak şekilde güvenceye alan bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 122). Bu sebeple teorik çerçeve geliştirildikten sonra mülakat soruları hazırlanmıştır. Yarı yapılandırılmış mülakat çalışmalarının devamında koçlarla iletişime geçmek için kaynak taraması yapılmıştır. Türkiye’de ve Amerika’da yapılan araştırma olmak üzere iki ana bölümden oluşmaktadır.

Araştırma 2017 yılı içerisinde, Şubat ayı başından Aralık ayının ortasına kadar onbir aylık bir dönem boyunca her bir katılımcıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Mülakat teklifi sunmak ve görüşmelerin ücreti ve zaman konusunu belirlemek için öncelikle kısa bir bilgi formu gönderildi (Ek 1, Ek 2). Ücret ve zaman bakımından uygun olan ve geri dönüş yapan koçlar listelendi. Görüşmelere başlamadan önce, Kvale ve Brinkmann'ın (2009) yaklaşımı uygulanarak Türkiye'den katılan koçlara (Ek 3), ABD'den katılan koçlara (Ek 4) mülakat protokolü formu gönderildi. Görüşmenin başında onay belgesi tekrar gözden geçirilerek katılımcılara mülakatın nasıl gerçekleştirileceğine dair muhtasar bir bilgi sunuldu ve katılımcıya kısa demografik bilgiler sorularak gerçek mülakat sürecine başlandı. Mülakatlar 39 ila 69 dakika sürdü, tablodaki zaman kısıtlamaları kısmen mülakat süresini belirlemiş oldu. Bir başka faktör ise bazı katılımcıların daha özlü yanıtlar sunması, diğerlerinin ise yanıtlarında daha geniş olmasından kaynaklanabilir. Mülakatlarda koçların gösterdikleri etkileşim ve mülakat süreleri, koçların ilgili konu üzerine hakimiyetleri ve araştırmacıya karşı güvenlerini gösterdikleri de söylenilebilir. Bununla birlikte görüşme öncesinde, katılımcılara gerçek kimliklerinin ifşa edilmeyeceğine dair teminat verilmiştir. Araştırmacı tarafından katılımcıların mahlaslarının kullanılmış olması, koçların soruları daha samimi ve rahat bir şekilde cevaplandırmasına imkan tanımıştır.

Mülakatlar sesli olarak kaydedildi, daha sonra araştırmacı her bir görüşmeyi sözlü olarak yazdı. Gizliliği sağlamak üzere katılımcılara ait tüm belirleyici bilgiler ayklandı ve transkripte edilen her mülakat metni için bir katılımcı numarası atandı. Quanbeck'in verileri toplamak ve saklamak üzere izlediği yöntem takip edilerek, mülakatlar esnasında alınan notlar, sesli kayıtların transkripte sürecinde kayıt altına alındı (2017: 60-61).

### **2.3.1. Gözlem**

Araştırma sürecinde, mülakatlar esnasında koçlardan Türkiye ve Amerika'da koçluk mesleğine yönelik bakışa dair bilgi edinebilmek amacıyla din psikolojisinin ana metodlarından dış gözlem yapılmıştır. Görsel ve işitsel kayıt cihazlarının günümüzdeki hızlı gelişimi ile birlikte gözlem yöntemi daha nesnel biçim kazanmış ve araştırma sürecinde kolaylık sağlamıştır (Cüceloğlu, 1999: 43). Gözlem verileri “not alınarak” kaydedilmiştir. Dış gözlemde başarılı olabilmek için Yavuz'un da ifade ettiği gibi öncelikle

iç gözlem yapılmıştır (1986: 171:172). İç gözlem kişinin kendi kendini gözlemlemesi ile gerçekleşir, subjektif bir metod olarak kabul edilmektedir (Baymur, 1973: 17; Armaner, 1980: 46; Yavuz, 1986: 166).

### 2.3.2. Mülakat

Din psikolojisi ve genel psikoloji alanlarında mülakat yöntemi, verimli bilgi toplamak için oldukça uygun bir teknik olarak kabul edilmektedir (Armaner, 1980: 65-66; Yavuz, 1986:180). Fenomenolojik araştırmalarda da görüşmeler başlıca ve en yaygın kullanılan veri toplama aracıdır. Aynı şekilde entnografik araştırmalarda başlıca gözlem ve mülakat teknikleri yer alır. Bu sebeple çalışmada, Türk ve Amerikan kültürü çerçevesinde, yaşam koçluğu ile maneviyat konularının incelenmesi amacıyla mülakat tekniğine başvurularak elde edilen verilerin karşılaştırılması ile öne çıkan temalar ve eğilimlerin keşfi hedeflenmiştir. Araştırma sürecinde çalışmayı etkileyebilecek ön yargı, inanç ve varsayımlardan uzak durulmuştur.

Mülakatlar, yüz yüze görüşme olabileceği gibi telefon gibi sesli iletişim araçları ile de gerçekleştirilebilir (Karasar, 2001: 165; akt. Baynal, 2016: 91). Bu sebeple, koçlardan altısı ile telefon görüşmesi gerçekleştirilirken dördü ile yüz yüze görüşme gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan daha sonra eklenen sorular olduğunda, e-mail ya da telefon görüşmeleri ile cevaplamaları istenmiştir.

Verilerin toplanması aşamasında, din psikolojisi alanına uygun olan psikolojinin tekniklerinden yararlanılmıştır (Hökelekli, 2008:10). Bu sebeple araştırmada, psikoloji araştırmalarında sıklıkla tercih edilen sabit cevaplama yapılabilmesi için yapılandırılmış görüşme ve derinlemesine inebilme ve mülakatlarda esneklik imkanı sunması açısından yarı yapılandırılmış görüşme tekniği tercih edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2008: 234; Gülmez, 2016: 64). Yarı yapılandırılmış görüşme, açık uçlu 30 sorudan oluşmaktadır. (Ek 5, Ek 6). Mevcut literatürden haberdar olunarak *the Spiritual Scale/Maneviyat Ölçeği* (Delaney, 2003), *the Spiritual Well-Being Scale/Manevi İyi-Oluş Ölçeği* (Paloutzian and Ellison, 1982), Seigel Bartley'in Hristiyan Koçlarla yaptığı örnek mülakat ölçeklerindeki sorulardan ve Anderson ve Spencer'in (2002) AIDS hastalarının deneyimlerini ve AIDS'e ilişkin bilişsel gösterimlerini fenomenoloji kapsamında inceleyen araştırmasındaki soru

yapılarından faydalanılarak mülakat soruları hazırlanmıştır.

Araştırmanın kalitesini ve güvenilirliğini sağlamak ve katılımcıların görüşlerini doğru aktarabilmeleri için doğru bir araç oluşturulması amacıyla, üniversitede çalışan, üç profesör ve iki doktora seviyesinde toplamda beş uzman görüşü alınmıştır. Uzmanların nitel araştırmalar üzerine deneyimli olmasına dikkat edilmiştir. Bunun dışında uzun yıllar koçluk yapmış olan bir psikolog ile mülakat soruları üzerine tartışılmış, soruların anlaşılabilirliği, ortalama görüşme süresi için gerekli düzeltmeler yapılmış ve yeni sorular eklenmiştir.

Yarı yapılandırılmış mülakat formunda, koçlar ile gerçekleştirilecek olan görüşme formu toplam 30 sorudan oluşmaktadır. Tüm katılımcılara temelde aynı sorular yöneltilmiş olmasına karşın mülakatlar konuşmanın akışına göre gerçekleşmiştir. Örneğin daha spesifik sorular yöneltebilmekte (Kuş, 2003: 101; akt. Baynal, 2016: 90-91); soru sıralaması konuşmanın akışına göre değişebilmekte, bazı sorular önceden belirtildiği için atlanılmış ya da katılımcı soru hakkında kafası karışmış ise tekrarlama ve açıklama yoluna gidilebilmektedir. Katılımcılardan gerektiğinde daha fazla örnek vermeleri ya da “Bu konudan biraz daha bahsedebilir misiniz?” gibi bilginin derinlerine inilme çabasına girilmiş, alternatif sorular eklenmiştir (Smith, Flowers ve Larkin, 2009; akt. Quanbeck, 2017: 61). Nicel araştırmalardan farklı olarak *nitel araştırmacı bir katılımcıdır* (Lodico, Spaulding ve Voegtler, 2010; akt. Merriam, 2015; Moustakas, 1994) anlayışı benimsenmiş ve katılımcılarla irtibat halinde kalınmıştır. Mülakatlar, dostluk ve güven anlayışı içerisinde sıkı olmadan yürütülmeye çalışılmıştır (Yavuz, 1986: 179). Bu şekilde görüşmeler daha açık ve derinliği ortaya koyan belirli esnekliklere sahip olması bakımından kolaylık sağlamıştır. Aynı zamanda katılımcıların kendilerini güvende hissederek açıklamada bulunmaları ile araştırma üzerine kontrolleri artmıştır (Ekiz, 2016: 90-91).

### **Türkiye’de Yapılan Mülakat**

1001 uzman ve armut.com sitelerine manevi koçluk hizmeti için başvurulmuştur. Bunun dışında indigo, yeni yaşam okulu vb. birçok özel koçluk hizmeti sunan işletmeye telefon, web mesajı ya da email yoluyla 42 koça talepte bulunulmuştur. Hizmet talebi için hazırlanan metin Ek 1 ve EK 2’de teklif metni/talep formu yer almaktadır. Daha sonra koçlardan teklif alınmıştır. Toplam 25 koçtan teklif gelmiş ve bunlardan 8’inin ücret

talepleri yüksek bulunduğundan, görüşmenin yapılma yeri ya da şekline göre incelenmiş, 4 kişi ses kaydı olmadığı takdirde yardımcı olabileceklerini belirtmiş, 4 kişi maneviyat ile ilgili hizmet verdiklerini ancak 2'si bu alanda çok yeni olduğundan 2'si de bunun danışanla arasında kalması gerektiğine inandığından dolayı mülakat için yardımcı olamasalar da görüşmeyi kabul ettiklerini belirtmiştir. Kalan 10 yaşam koçundan öncelikle 5'i ile mülakat yapılmak istenmiştir. Ancak ilerleyen zamanda 2 koçun sorulara karşı tedirginliği eksik bilgi vermesine sebep olmuş ve kalan 2 koç ile de görüşülmüştür. Mülakat yapılan katılımcılarla, kısa yazışma ya da telefon ile görüşme öncesinde saat, yer ve ücret konusunda anlaşılmıştır. Diğer 3 yaşam koçu ile de gerektiğinde irtibata geçileceği araştırmanın katılımcı doygunluğuna ulaştığı belirtilmiştir. Mülakatlar gerçekleştikten sonra ise eklenen sorular sebebiyle gerektiğinde email gerektiğinde telefon ile tekrar iletişime geçilmiştir. 7 yaşam koçu ile görüşmeler yapıldıktan sonra 2 koçun eksik soru cevaplamasından dolayı bu iki mülakat, araştırmanın bulgular kısmında değerlendirilmeye alınmamış olmasına karşın alan hakkıda bilgi sahibi olmamız konusunda yardımcı olmuştur.

Koçlardan gelen teklifler ışığında koçluk hizmetinin ücretinin normalde 200-700TL arasında olduğu ancak araştırmacıya, öğrenciye ya da gelen danışanın durumuna göre ücret almadıkları ya da fiyatları gelen danışana göre ayarladıkları söylebilir. Türkiye'de yapılan görüşmelerde 5 kişi ücret talebinde bulunmamış, bunu bilime katkı amacıyla yaptıklarını belirtmiştir. 2 kişiden biri normalde saatlik 500TL aldığını ancak bu çalışmanın Türkiye için faydalı olacağını düşündüğünden 100TL'ye kabul etmiştir. Diğer kişi de normalde 200TL civarında sabit olmayan ücretle, daha çok gönüllü hizmet verdiğini belirtirken yaptığımız araştırmaya yardımcı olmanın da koçluk hizmeti olduğunu kabul ederek 50TL kadar ücret almıştır.

Görüşmelerden bir tanesi İstanbul'da kafede, bir tanesi koçluk hizmeti verdiği mekanda İzmit'te ve geri kalan beş görüşmeden ikisi skype, biri what's up araması, ikisi de normal telefon araması ile gerçekleşmiştir. Görüşmelerin şekline ve mekanına koçlar karar vermiştir.

Katılımcı onay formunda Ek 3 ve Ek 4'te yer alan ve katılımcılara email yoluyla ulaştırılan metinde yer alan bilgiye göre katılmayı kabul eden koçlara görüşmenin kaydedileceği,

gerekli durumda tekrar ulaşmak istediğimizi, isim ve özel bilgilerinin yayınlanmayacağı ve görüşmenin sadece araştırmacı tarafından analiz edileceği bilgisi verilmiştir. Ardından görüşme başladığında katılımcıların sözlü rızaları esas alınarak kendilerine mülakat soruları yöneltilmiş ve görüşme ses kayıt cihazı aracılığıyla kaydedilmiştir.

**Tablo 13: Data Toplama Prosedürü**

Koçlar	Tarih	Saat
K1	9/7/17	20:00-20:51
K2	6/12/17	08:00-08:41
K3	27/10/17	16:00-16:45
K4	8/7/17	14:00-15:09
K5	13/8/17	13:00-13:55
K6	10/9/17	09:00-10:0
K7	13/7/17	13:00-14:01
K8	11/02/17	14:00-14:42
K9	11/10/17	08:00-8:38
K10	10/9/17	15:00-15:41

Araştırmada takip edilen görüşme tarihleri ve görüşülen saatler yukarıdaki tabloda verilmiştir.

#### **Amerika’da Yapılan Mülakat**

Amerika’daki koçlara ulaşmak için gerekli işlem basamakları belirlenmiştir. Thumtack ve noomii.com aracılığıyla koçlara talep formu (Ek 2) ve katılımcı onay formu (Ek 4) gönderilmiş ve onlardan teklif alınmıştır. Bunun dışında online araştırmalar sonucunda Amerika’da popüler olan ve çok fazla takipçisi olan yaşam koçlarına ulaşılmaya çalışılmıştır. Katılımcı olarak kabul edilen koçlar, teklif veren ilk 5 kişi şeklinde seçilmiştir. Bu sitelere istek gönderirken kısa bir sürem olduğunu belirttim. İlk bir ayda toplam 28 teklif gelmiştir. İlk beş kişi ile yazışmalarımızda Türkiye’dekine benzer sebeple maneviyat hakkında kendisini yetersiz gören 1 kişi ayrılmış, biri Müslüman koçluğu yapan 2 yaşam



koçu \$500'ın altında bu hizmeti karşılayamayacağını belirtmiş, ilk 5 kişiden 2'si Müslüman koçluğu yapan katılımcı \$500'dan \$100'a ücreti kabul etmiş, diğeri ise ilk 1 saatlik seansın herkese ücretsiz olmasından ötürü bizden ücret talep etmemiş ve mülakat görüşmelerinin verimli olması sonucu iki kişi ile ilk etap tamamlanmıştı. Daha sonra teklif eden 3 kişi ücret talep etmemiş, katılımcılardan biri bu alana karşı çok ilgili olduğundan yardımcı olmaktan mutluluk duyacağını belirtmiş, diğeri katılımcı, kendisi de akademisyen olduğu için akademiye desteklemek istemiş ve sonuncu katılımcı ise bu alanın bir an önce tartışılması gerektiğine inandığından destek olacağını belirtmiştir.

ABD'deki görüşmeler, katılımcı koçların isteği üzerine ilk 8 kişiyle önce telefon ya da email yoluyla görüşülmüş, 2 kişi ile fiyat ve 1 kişi ile maneviyat konusunda bir araştırmacı ile konuşmaya çekingen olmasından ötürü 5 kişi ile görüşmeler devam etmiştir. 4'ü ile telefon görüşmesi gerçekleştirilmiştir. 1 kişi ile önce New York'ta görüşülmüş, soruların tekrar düzenlenmesinden sonra aynı kişiyle de telefon ile irtibata geçilmiştir.

Türkçe mülakat soruları İngilizce'ye çevrilmiş ve soruların Amerikan kültürüne uyarlaması yapılmıştır. Amerika'daki yaşam koçlarının kendilerini daha rahat ifade etmelerini sağlamak amacıyla mülakatlar gerçekleştirilirken Amerikalı doktora öğrencisinden yardım alınmıştır.

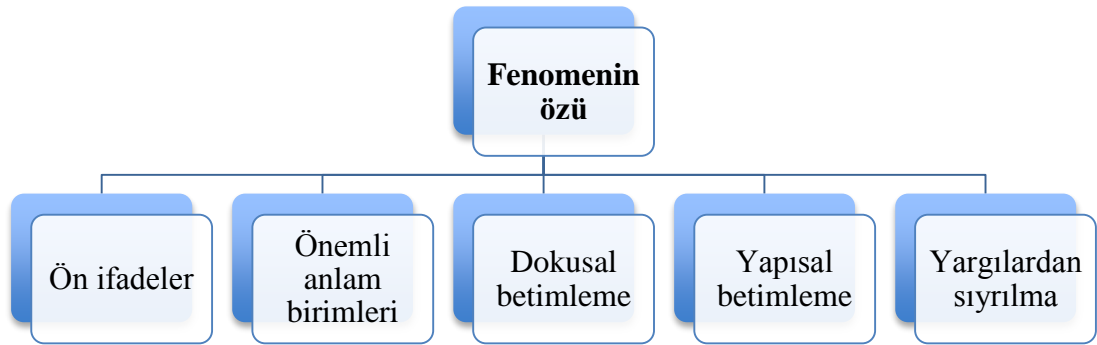
Bunun dışında, koçların maneviyat üzerine paylaşımlarını anlamak adına araştırmadaki çalışma grubuna ve popüler yaşam koçlarına ait websiteleri incelenmiş, gerektiğinde not alma ve gerektiğinde internetteki koçluk uygulamalarının ekran görüntüsü alınması ile resimli veriler kayıt altına alınabilmektedir. Araştırma sürecinde medyada yayınlanan güncel bilgiler fotografik olarak aktarılmaya çalışılmıştır. Bazı kavramların nasıl kullanıldığını anlamak adına resimlerine yer vermenin önemli olduğu düşünülmüştür. Bazen bir resim bir görüşün detaylı içeriğini de verebilmektedir.

### **2.3. Verilerin Analizi ve Yorumlanması**

Nitel desenli fenomenolojik yaklaşımla ilerlenen araştırmada, toplanan verilerinin analiz edilmesi sürecine geçilmiştir. Bu analiz yöntemi, kişi ve grubun yaşadığı tecrübenin anlamını, yapısını ve temelini tutup ortaya çıkarmak amacıyla tercih edilmiştir (Patton, 2012: 482).

Fenomenolojik analiz, transandantal/transcendental(aşkın/metafizik) fenomenoloji, varoluşsal/existential fenomenoloji ve hermenötik fenomenolojik birçok anlamı, formu ve değişik gelenekleri içinde barındırır (Schwandt, 2001; akt. Patton, 2012: 482). Gubrium ve Holstein (2000)'ın sosyal fenomenoloji, Van Manen (1990)'ın hermenötik fenomenolojisi gibi birçok fenomenolojik analiz türü bu şekilde gelişmiştir (Patton, 2012: 482). Bu araştırmada, verileri analiz etmek için Creswell (2016: 193) ve Patton (2012: 483)'ün tavsiye ettiği Moustakas'ın (1994) geliştirdiği fenomenolojik analiz süreci takip edilmiştir. Hatta, Moustakas yaklaşımları yorumlandığında, Stevick-Colaizzi'nin-Keen'in yöntemiyle ilgili modifikasyonun araştırmanın analizi için daha uygun olacağına karar verilmiştir. Patton'a göre Moustakas, veri analiz yönteminde analitik bir süreç uygulamış, fenomenolojik analizin gelişmesine katkı sağlamış ve sınırlarını belirlemiştir (2012: 483). Moustakas (1994), fenomenolojik analiz ve sunum için belirli yapılandırılmış analiz yöntemleri sunmaktadır.

Bu çalışmada, araştırma sürecinde takip edilen Moustakas'ın (Creswell, 2016: 193-194) modifiye ederek oluşturduğu fenomenolojik analiz sürecinde kodlama aşağıdaki şekilde gösterilmiştir.



**Şekil 10: Fenomenolojik Çalışma Kodlama Şablonu**

Fenomenolojik bir çalışmada veri analizi için kodlama yapılırken yukarıdaki şablondaki kategoriler kullanılmıştır. “*Fenomenin özü olan üst kısımdaki kod, son yazılan raporda öz tanımı halinde gelecek olan öz hakkında hatırlatıcı not (memo) olarak yazılmıştır.*” (Creswell, 2016: 206).

1. Ön/anahtar ifadeler: Araştırmacının kendi ön ifadelerini keşfetmesi ve bunları bir

kenara bırakarak katılımcıya odaklanması sürecidir.

Moustakas'a (1994) göre veri analiz sürecine geçilmeden hatta çalışma grubu ile görüşmeden önce, araştırmada koçların fenomen hakkındaki bilgi ve deneyiminin olduğu gibi görülebilmesi için, araştırmacının kendi deneyimini ve kişisel bakış açısını bir kenara bırakması gerekir (Merriam, 2015: 25). Görüldüğü üzere zorlukların üstesinden gelmenin fenomenolojik analizde epokhe/epoche ilk basamağıdır. (Patton, 2012: 484). Bu konuda Katz kasıtlı ayıklamanın fenomenolojik araştırmada kritik öneme sahip olduğunu belirtir (1987: 37; akt. Merriam, 2015:190). Epoche, Yunanca bir kelime olup, “kendi yargılarından sıyrılıp sıradan ve gündelik algıları bir kenara bırakarak ifadeleri kabul etmek” anlamı taşımaktadır (Moustakas, 1994: 33; akt. Patton, 2012: 484). Başka bir ifadeyle, araştırmacı yeni bir gözle bakmalı ve feraset sahibi olmalıdır. Araştırmacının kişisel yargılarını ve bildiklerini bir kenara koyup kavramları, daha geniş perspektiften (open minded), saf (pure) egonun veya aşkın (transcendental) egonun avantajıyla tekrar görsel ve detaycı bir şekilde inceleyebilme işlemidir (Moustakas, 1994: 33; akt. Patton, 2012: 484).

2. Önemli/anahtar ifadeler: Katılımcıların fenomen hakkındaki ifadelerinden oluşturulan listedir. Fenomen hakkında tanımlar toplanmış olur. Bu listede bulunan her ifade eşit değerde görülür. Örtüşmeyen ifadelerin tespit edilebilmesi kolaylaşır.

3. Anlam birimleri: Önemli ifadelerden elde edilen büyük anlam birimleri ve temalar oluşturulur.

4. Dokusal betimleme: Katılımcıların fenomene dayalı deneyimlerinin “ne olduğu” sorusu sorularak, kelimesi kelimesine aktarabilmesiyle betimleme yapılır. Bu konuda Paksoy “ *Her bir temanın dokusal sentezi yani deneyimin o deneyimi içermeyen betimlemesi yapılır.* ” şeklinde bir açıklamada bulunmuştur (Paksoy, 2017:63).

5. Yapısal betimleme: Katılımcıların deneyimlerinin nasıl gerçekleştiğine dair açıklama yapılır. Başka bir ifadeyle, katılımcıların tamamının deneyiminin özünü içeren betimlemedir.

6. Yargılardan uzaklaşma ve betimsel bütünleme: Son olarak, dokusal ve yapısal betimlemeler birleştirilerek fenomen üzerine bütünleştirilmiş bir betimleme hazırlanır. Bu bölümde fenomenin “özü” ve araştırmanın sonucu yer alır.

Fenomenolojik “araştırmada veriler, informal ve interaktif bir süreç içeren uzun ve

derinlemesine görüşmelerden oluşmaktadır.” (Akdağ, 2012: 51). Bu çalışmada ses kayıtları ile mülakatlar yapılmış olup analiz sürecine geçilmeden önce transkripte edilen metinler tamlik açısından denetlenmiştir. Analiz sürecinde yaşam koçlarının fenomeni nasıl deneyimledikleri anlamak için, koçluk mesleği ve koçların manevi yaklaşımları üzerine önemli ifadeler vurgulanarak başlamıştır. İkinci aşamada, önemli/ilgili ifadeler yataylaştırma süreci ile belirlenmiş ve önemli ifadeler listesi hazırlanmıştır. Daha sonra örtüşen ya da tekrar eden ifadeler ortadan kaldırılarak (*koçların maneviyat algısı, danışan ile ilişkisi, çalışma durumu gibi*) gibi temaların ortaya çıkması sağlanmıştır. Temalar kümelenerek, deneyimin dokusal sentezi oluşturulmuştur (Moustakas 1994: 121).

Veri analiz sürecini kolaylaştırmak ve verileri koruyabilmek için organize dosyalar oluşturuldu (Davidson, 1996; akt. Creswell, 2016: 175). Transkripte edilen metinler kodlanırken katılımcıların fenomene yönelik deneyimlerinden gerekli notlar oluşturuldu. Bilgi türlerine göre ana listeler hazırlandı. Türkiye’de koçluk ile ilgili literatürden elde edilen bilgiler ile analiz öncesi kod oluşturulurken sınırlı temalar ortaya çıkmıştır. Yaşam koçluğu ücretleri, çalışma saatleri gibi bununla birlikte koçluk üzerine yurtdışındaki araştırmalar, analiz için daha fazla kod (koç olma nedenleri, danışan koçluk talep nedenleri gibi) sağlamıştır. Ancak, mevcut araştırmanın, koçluk ve maneviyat üzerine olması bağlamsal konulardan (yaşam koçunda bulunması gereken özellikler, koçların uyguladıkları koçluk yöntemleri gibi) yeni kodlar ortaya çıkarmıştır. Bu noktada, önceden belirlenen kodlar ile yeni ortaya çıkan kodların kombinasyonu kullanılmıştır.

Fenomenolojik araştırmalarda, birey temelli analiz gerçekleşebilir ve bu sebeple genellenebilir ve kesin sonuçlar ortaya çıkmayabilir. Buna karşın fenomenin tanımlanmasına ve olgunun kavranmasına yardımcı olabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 75). Bu hususta, fenomenolojik çalışmalar, hem literatür hem de uygulama bakımından yararlı olabilir.

**Tablo 14: Nitel Veri Seti**

Nitel Veri Toplama Yöntemi	Veri Kaynağı	Materyal (ses kaydı süre)	Veri Seti (Sayfa)	Verilerin Deşifre Süresi (Gün)
Görüşme	K1	51.23dk	22	6
	K2	41.23dk	18	5
	K3	45.43dk	20	7
	K4	69.12dk	29	10
	K5	55.34dk	26	8
	K6	61.05dk	24	9
	K7	59.54dk	28	8
	K8	42.44dk	22	7
	K9	38.24dk	18	7
	K10	41.03dk	19	5

Tablo 14’te belirtildiği gibi görüşme verileri elektronik ses kayıt cihazı ile kaydedilmiş ve toplamda 10 ses dosyası oluşturulmuştur. Araştırmada toplamda 226 sayfadan oluşan nitel veri seti günlük yaklaşık 3 saatlik bir çalışmayla toplamda 72 günde deşifre edilmiştir. Nitel veri setinde katılımcı ses kayıtları için en kısa ses kaydı 38.24 dakika, en uzun ses kaydı ise 69.12 dakikadır.

Veriler, ses kayıt cihazları ile her iki ülkeden toplandıktan sonra elde edilen ses kayıtlarına özel bir kod verilmiş ve bu ses kayıtları, sesi yazıya dönüştüren bir uygulama olan ‘Google Dokümanlar’ kullanılarak kelimesi kelimesine yazıya geçirilmiştir. Bu süreç sonunda görüşme verilerinden toplamda 78.544 kelimelik bir veri seti elde edilmiştir.

Araştırma sürecinde, araştırmacı “Doğru anladık mı?” (Stake, 1995: 107) ve “Yanlış veya hatalı bir açıklama yayınladık mı?” şeklinde kendisine sürekli olarak soru yöneltmektedir (Creswell, 2016: 243). Bu konuda birçok farklı görüş söz konusudur. Pozitivist geleneği takip eden bilimciler, “geçerlik ve güvenilirlik” anlayışını vurgularken (Kirk ve Miller, 1986), nitel araştırma yöntemi “geçerlik” anlayışını öncülemektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2011: 274-275). Nitekim, araştırmada fenomenin doğası katılımcılar tarafından

belirlenirken “tekrar edilebilirliği” mümkün değildir. Bu bakımdan nitel desenli bu araştırmada, bilgiye ulaşılırken alınan önlemler, araştırmanın geçerliğini, ve araştırma sürecinde verilerin açık ve ayrıntılı anlatımı, başka uzman görüşlerine başvurusu da güvenilirliğini artırmaktadır.

Araştırmanın inandırıcılığı Başkale’nin (2016:24) çalışmasından uyarlanarak aşağıdaki tabloda görüldüğü üzere dört aşamadan oluşturulmuştur.

**Tablo 15: Nitel Araştırmanın İnandırıcılığı İçin Kullanılan Kriterler**

<b>Faktör</b>	<b>Nitel versiyon</b>	<b>Yaklaşımlar</b>
İç geçerlik	İnanırlık (İç Geçerlik)	Uzun süreli etkileşim Araştırmacı önyargılarını azaltma Katılımcı teyidi Uzman incelemesi
Dış geçerlik	Aktarılabirlik (Dış Geçerlik)	Amaçlı örneklem Dahil etme/ dışlama kriterleri Ayrıntılı betimleme Katılımcıların ayrıntılı tanıtımı
Güvenirlik	Güvenilebilirlik	Literatür karşılaştırma Araştırma yöntemlerinin ayrıntılı tanıtımı Uzman incelemesi
Objektiflik	Onaylanabilirlik	Araştırmacı önyargılarını azaltma Uzman incelemesi

Bu araştırmada, yukarıdaki kriterlere uyarak çalışmanın geçerlik, güvenilirlik ve objektifliği için aşağıdaki yollara başvurulmuştur. Bunlar aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır.

- Araştırma, yöntem, süreç ve sonuçlar olarak açık bir biçimde anlatılmıştır.
- Araştırma kişinin deneyimlerine odaklandığından katılımcıların anketlerde istenilen soruları kolaylıkla reddedebilecekleri ve bu şekilde çalışmanın geçerlilik ve inandırıcılığını olumsuz etkileyeceği düşüncesiyle (Patton, 2014; akt.Paksoy, 2017: 64), araştırmada mülakat tekniği tercih edilmiştir.

- Mülakat soruları, uzmanlar tarafından incelenmiş ve onaylanmış, gerektiğinde sorular değiştirilmiş, eklenmiş ya da çıkartılmıştır.
- Amerika’da yapılacak olan mülakat sorularının İngilizce çevirisi için 3 uzman görüşü alınmıştır. Doktora düzeyinde bulunan bu uzmanlardan ilk ikisi Amerikan vatandaşı olmakla birlikte üçüncüsü Türk olup Amerika’da din psikolojisi alanında doktora öğrencisidir.
- Araştırmacı, katılımcıyı mülakat sürecinde doğruyu yansıtmayacak şekilde etkilemekten kaçınmaya çalışmıştır.
- Eksik kalan sorulara cevap bulmak ya da mülakat esnasında anlaşılmayan konulara derinlik kazandırmak amacıyla, katılımcılarla, mülakat sonrasında da iletişime geçilmiştir.
- Görüşme süresi ilerledikçe geçen zaman içinde bir güven ortamı oluşmuş ve görüşülen kişi verdiği yanıtlarda daha samimi olmuştur. Bu nedenle araştırmacı ile veri kaynağı arasında oluşturulan etkileşimin mümkün olan durumlarda geniş bir zamana yayılması araştırma verilerinin inandırıcılığını artıracaktır (Başkale, 2016: 24). Bu sebeple gerektiğinde katılımcı ile görüşmeler tehir edilmiş, gerektiğinde ise tekrar irtibata geçilmiştir. Görüşmeler katılımcının kendisine müsait olan vakte göre ayarlanmış, gerektiğinde tehir edilmiş, gerektiğinde tekrar görüşmeler yapılmış.
- Araştırmada veri kaybı yaşanmaması için ses kaydı kullanılmıştır.
- Transkriptler doğru aktarılmaya çalışılmıştır. Gerektiğinde katılımcılara yazıya geçirilmiş metinler okutulmuştur.
- Transkripte edilen veriler kodlandıktan sonra üç uzman görüşü ile onaylanmıştır. Gerektiğinde kodlar değiştirilmiş ya da yenileri eklenmiştir.
- Verilerin toplanmasından analiz sürecine kadar bağlantılı bir yol takip edilmiştir.
- Veri analizinden çıkan sonuçlar, oluşturulan temalar ve konular uzmanlar tarafından değerlendirilmiş ve sonuçları doğrulama amacıyla uzmanların görüşleri alınmıştır.
- Bulgular, alanyazın okumalarındaki diğer araştırma bulguları ile desteklenmiş, sonuçların güvenilirliği teyit edilmeye çalışılmıştır.

#### **2.4. Araştırma Sürecinde Karşılaşılan Güçlükler**

- Fenomenolojik felsefeyi fenomenolojik yöntemlerden ve fenomenolojik analizlerden ayırt etmenin zorluğu da nitel araştırmalardaki gerilimleri ve çelişkileri

artırmıştır (Gergen and Gergen, 2000; akt. Patton, 2012: 482). Bu sebeple araştırma sürecinde, nitel araştırmalardaki çelişkilerden kaçınılmaya çalışılmış ve terminoloji karşılaştırmalarına az sayıda yer verilmiştir.

- Araştırmada metodolojik zorluklar: ön yargısız ve kişisel deneyimlerden arındırılarak araştırmanın sürdürülmesi. Katılımcı ve araştırmacı olarak çift yönlü tarafsızlık ve güvenilirlik sağlanması.
- Sosyo-kültürel sistemin anlamı ve keşfedilen kavramlara dair anlayışa sahip olmak. Felsefi fikirlerin ve soyut kavramların yazılı fenomenolojik çalışmalara aktarılması ve anlaşılabilirlik zorluğu.
- Araştırmadaki fenomeni deneyimlemiş kişilerin katılımcı olarak bulunabilirliğindeki zorluk. Veri toplamaya ayrılan süre geniş bir zaman dilimini kapsar.
- Etnografi çalışması olması sebebiyle farklı kültürdeki iki grup karşılaştırılırken araştırmanın maliyeti çok yüksek olabilir. Çalışmada yabancı bir kültürel grup veya sisteme dair çalışma yapılabilmesi için kültüre yakın araştırmacı desteği alınmıştır.
- LeVassuer, ön yargılardan kurtulma ve paranteze almayı, merakımızı canlı tutmak için kendi anlayışlarımızı askıya almak olarak düşünmektedir (2013; akt. Creswell, 2016: 83). Bu şekilde bakıldığında araştırmacının kişisel anlayışının çalışmaya dahil edilmesinde bir sakınca görülmemektedir. Nitekim araştırmacının her zaman araştırmanın konusu ile ilgili varsayımları ve verilere ilişkin yorumları olacaktır.
- Araştırmada, katılımcılar ile görüşmelerin yapılacağı mekan, zaman ve maddi bakımdan araştırmacının yaşam koçuna ulaşımı karşılaşılan güçlüklerdendir. Mülakatların yapıldığı mekan ve zaman koçlar tarafından belirlenmiştir. (K5, 38/E) ile İstanbul’da bir kafede ve (K3, 31/K) ile İzmit’te görüşmeye gidildi. Türkiye’den Amerika ile yazışmalar ve telefon konuşmaları 2016’ya kadar 7 saat, 2016’dan sonra 8 saat zaman farkından dolayı iletişimde zorluklar yaşandı. Amerika’da bulunulan süreçte, (K1, 36/K) ile New York’ta yüz yüze bir görüşme yapıldı. Diğerleri ile telefonla görüşüldü. Eksik kalan ya da anlaşılmayan noktalarda e-mail yolu ile tekrar iletişime geçildi.
- Bununla birlikte yaşam koçlarının görüşmeleri ücretlendirmesine karşın sadece (K3, 31/K) 500TL’lik seans ücret talebini doktora çalışması olması sebebiyle 100TL’ye indirdi.
- Araştırma ses kaydı kullanılarak yapıldığından katılımcıların mimik, gülümseme gibi beden dilini kullanımları transkribe edilememiştir.



- Aynı şekilde katılımcılar kısık ses ile konuştuklarında kelime kayıplarına sebep olmuştur. Bu noktada cümlede anlam değişimi olduğu düşünüldüğü takdirde katılımcılarla tekrar iletişime geçilmiştir.

Ayrıca yönelimlikte (intentionality) ortaya çıkan birtakım zorluklar olmuştur. Bunlar şöylece listelenebilir: (Moustakas, 1994: 28-32; akt. Patton, 2012: 484)

- Deneyimleri yönlendiren duyuyu açıklamak.
- Bilinçaltımızda önümüzde bulunan nesnelerin bireyleşmesi için gerekli olan bilinç özelliklerini ayırt etmek (Noema).
- Bu tür nesnelerle ilgili inançların nasıl kazanılabileceğini açıklamak, nasıl ve ne yaşadığımızdır (Noesis).
- Amaçlılığın noematik ve noetic bağıntılarını, deneyimin anlamlarına ve özlerine entegre etmek.

## BÖLÜM 3: BULGULAR VE YORUMLAR

Araştırmanın bu bölümünde, Türkiye ve Amerika'daki yaşam koçları ile yapılan mülakat metinleri, araştırmanın problemi çerçevesinde incelenerek öncelikle temalar belirlenmiş ve daha sonra üç ana başlıkta, *katılımcıların yaşam koçu olma süreci, yaşam koçu-danışan ilişkisi ve koçluk ve maneviyat ilişkisi* üzerine elde edilen veriler belli bir düzen içinde yer almıştır.

### 3.1. Yaşam Koçu Olma Süreci

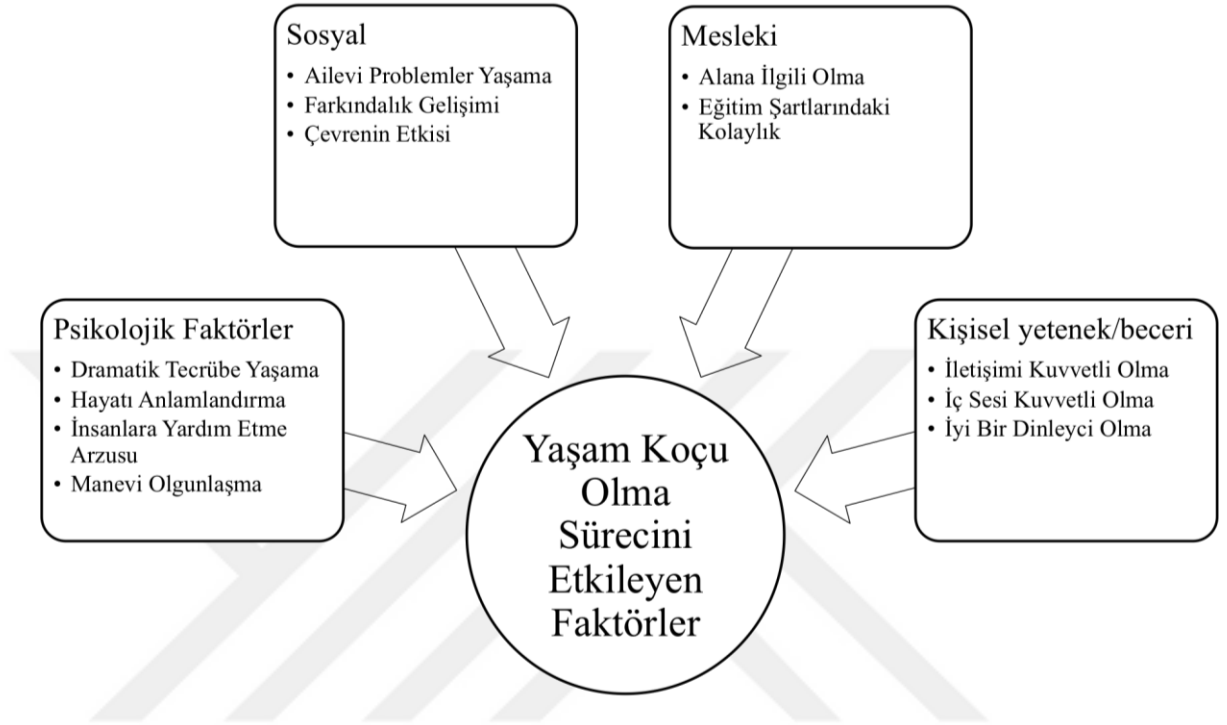
Yaşam koçluğunun amacını, önemini, hedefini, farklılıklarını, yöntemini ve sonuçlarını tespit edebilmek için pilot araştırmadaki sorular genişletilmiş ve geliştirilmiştir. Ardından katılımcıların yaşam koçu olma süreci ile ilgili sorular hazırlanmıştır. Örneğin, pilot araştırmada<sup>33</sup> katılımcılara koçluğun önemi sorulduğunda, katılımcılar bu ifadeyi belirsiz bulduğundan, bu araştırmada katılımcılara neden yaşam koçu oldukları sorulmuş ve bu şekilde cevaplara ulaşılmıştır. Bu sebeple katılımcılara, koçluğun önemi, amacı ya da hedefi yerine neden yaşam koçu oldukları, nasıl oldukları, ilk tecrübeleri, herkesin bu mesleği yapıp yapamayacağı şeklinde ek sorular sorulmuştur. Benzer şekilde diğer sorular geliştirilmiştir.

Araştırma bulgularına göre, katılımcıların yaşam koçu olma süreçleri, “*katılımcıların koçluğa yönelimini etkileyen faktörler, yaşam koçluğu mesleğini tercih nedenleri, yaşam koçunda bulunması gereken özellikler*” olmak üzere 3 ana başlık altında toplanmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde, koçluğun amacı ve önemi hakkında derinlemesine bilgi edinilmiştir. Katılımcıların koçluğa yönelimini *psikolojik ve sosyolojik faktörlerin* etkilediği belirlenmiştir. Araştırmada kişinin hayatı anlamlandırma ve dramatik tecrübe nedenlerinden kaynaklanan psikolojik faktörler, kişiyi koçluğa yöneltmede etkili olmuştur. Katılımcıların koçluğa yönelme ve koçluk hizmeti verme nedenleri, Şekil 11’teki model çerçevesinde açıklanmıştır.

---

33 Bkz. Ulcay, H. S. (2017). Yaşam Koçlarının Maneviyatla İlgili Deneyimleri Üzerine Fenomenolojik Bir Araştırma, *Journal of International Social Research*. 10.48, 749-759.

### 3.1.1. Katılımcıların Koçluğa Yönelimini Etkileyen Faktörler



**Şekil 10: Koçluğa Yönelimi Etkileyen Faktörler**

Katılımcıları yaşam koçluğuna yönelten durumlar farklılık arz etmektedir. Katılımcıların koç olma durumları, nasıl koç oldukları sorusuna vermiş oldukları yanıtlardan yola çıkılarak önceden belirlenmiş ana temadaki kodlara yeni kodlar ilave edilerek tespit edilmiştir.

Araştırmanın bulgularına göre katılımcıları koç olmaya yönelten durumlar temelde, *psikolojik ve sosyal* olmak ikiye ayrılmıştır. Türkiye ve Amerika'daki yaşam koçları iki grup olmak üzere daha ayrıntılı bir şekilde incelendiğinde; yaşam koçu olmada Türkiye'deki yaşam koçları için sosyal nedenlerin, Amerika'daki yaşam koçları için psikolojik faktörlerin daha etkili olduğu görülmektedir.

#### 3.1.1.1. Psikolojik Faktörler

Araştırmadaki bulgulara göre katılımcıların koçluk öncesinde, koçluğa yönelmelerinde yaşadıkları bir süreç vardır. Koçlar bu süreç içerisinde kendilerini tanıma çabasına girdiklerini belirtmişlerdir. Araştırmada psikolojik nedenlerle koçluğa yönelen

katılımcıların kendini tanıma ve kendini gerçekleştirme amacıyla koçluk sürecine girdikleri söylenebilir. Bu sebeple araştırmanın psikolojik nedenler kategorisinde; kişilerin kendini tanıma süreci, ailevi problemler, sosyal ilişkiler, travmatik tecrübe ve aydınlanma yaşama süreçlerine 4 alt kodla yer verilmiştir. Araştırmada kendini tanıma, hayatın amacı, anlam arayışı aynı başlık altında incelenmiştir. Katılımcılar, psikolojik problemler, sosyal ilişkilerde karşılaştıkları problemler ve aydınlanma yaşama olarak toplamda 3 ana başlıkla kodlanarak kendilerini tanıma çabasına girdikleri belirlenmiştir.

#### **3.1.1.1.1. Dramatik Tecrübe**

Katılımcılar yaşadıkları acı tecrübeler neticesinde hayata bakışlarının değiştiğini ve sonrasında koçluğa yöneldiklerini belirtmiştir. K6, yaşadığı kayıp ile hayatı anlamlandırma sürecine girdiğini ve neticesinde koçluğa yöneldiğini ifade etmiştir:

*“Bir gün babamla bir telefon görüşmesi yaptım. Kardeşim intihar etmişti. Bu olay beni durdurup uyanmamı sağladı ve "Hayatımla ilgili ne yapıyorum, neyi gerçekten seviyorum, ne yapmak istiyorum. Dünyayı nasıl etkilemek isterim." dedim. Ve bu yüzden hayatımın en kötü deneyimi, başıma gelen en iyi şeydi, çünkü bu beni yeni bir yola yöneltti. Toplumun ve ailemin nasıl olmam gerektiğini söyledikleri tüm gereksinimlerden kurtulduğumda, o zaman hayat çok anlamlı olmaya başladı. Ve bu yüzden koçluk eğitimi aldım ve koçluğa başladım.”* (K6, 44/E). K6, kardeş kaybı ile uyanış yaşamadan önce de geçmiş hayatı ile ilgili stresli olduğunu ifade etmiştir; *“Giderek daha fazla stresli bir yapıya bürünüp, giderek daha da şişmanlaşıyorduk.”* K6, mesleğinde terfi ederek, evlilikte ve toplumdaki kurallar çerçevesinde sorumluluk sahibi biri olarak yaşadığını ancak buna rağmen manevi ve kişisel alandaki eksikliklerinin hem fiziksel hem de ruhsal olarak kendisine zarar verdiğini söylemektedir. Ona göre maddi dünyada başarılı olmak kişinin manevi alanını doyurmamaktadır.

Benzer şekilde K10, yaşadığı acı tecrübelerin kendisini erken yaşta koçluk için gerekli olan yetileri kazandırdığından bahsetmiştir. *“Ailem Florida'da yaşıyorken polisler kapıya geldi. Annemi ve sevgilisini tutukladı. Beş çocuğu da ki hepimiz küçüğüz Jacksonville'deki çocuk koruma servislerine aldı. 15 yaşındaydım. Henüz bilmiyordum ancak babamın bu işin arkasında olduğundan şüpheliydim. Babamın görevi sebebiyle Vietnam üzerinde uçtuğu*

sıralarda annem, biz daha çocukken bu adamla yaşamaya başladı. Hepimiz bu olayları atlattık, annem ve arkadaşı serbest bırakıldı. Boşanmasına izin verildi ve evlendiler. Annem çocuklarına hiç ilgi duymadı.” (K10, 65/K). Ona göre manevi koçluğa yönelmesini etkileyen en önemli faktör yaşadığı tecrübelerdir. Bu konuda K6 ve K10, acı tecrübenin manevi yönlerini geliştirdiğine ve bu sebeple daha iyi bir koç olduklarına inanmaktadır.

#### **3.1.1.1.2. Hayatı Anlamlandırma**

Dramatik tecrübenin yanı sıra bunaltılı dönemler geçirdiği sırada hayatını sorgulayarak daha anlamlı kılma çabası içerisinde koçlukla tanışan katılımcılar vardır:

“Herkes hayatında birçok şey yapmak ister. Ben de durmadan bir şeylerle uğraştım. Birçoğu da kendime ve çevreme faydalı işlerdi. Şimdi işimi değiştirdim diye eski işim faydasızdı diyemem. Ama bir an geldi, “neden” sorusu aklıma takıldı. Belki yaşadığım yoğun iş hayatından, belki de insanların beni bunaltmasındandı. Neden bu kadar şey yapıyorum, ihtiyacım mı var? Kim için? Ben kimim ki? Yapmam gereken bu mu? Bu düşünceler bile kalbimi çarptırdı. Evet önceden yaptığım her şey yine bizim içindi. Ama nasıl desem, gerçek kendimi bulmam içindi. Gerçek mutluluğa kavuşmam için önümde duran engellerdi. Yaptığım ve yapmakta olduklarımın var olma nedenimle bir ilgisini bulamadım.” (K5, 38/E). K5’in hayatı anlamlı kılmak için eski mesleğini bırakarak koçluğa yöneldiği görülmektedir.

#### **3.1.1.2. Sosyal Faktörler**

Koçlar, sosyal hayatta karşılaştıkları problemler neticesinde erken yaşta olgunlaştıklarını ve yaşadıkları bu tecrübelerden yararlanarak insanlara hizmet vermek adına koçluğa yöneldiklerini belirtmiştir.

“Benim için hayatımın en önemli anı, kişisel gelişimin önemli olduğunu anladığım zamandı. Bu dönemde nişanlıyım. Ve nişanım da travmatik bir deneyimdi. Çünkü eşimle üç yıldır nişanlıyım. Çok fazla dram ve bir sürü sorun yaşadım. İkincil önemli olay ise, işe alınıp sayesinde kişisel gelişime devam etmem oldu. Aynı zamanda ben nişanlımla evlenmek istiyordum. Hedeflerime ulaşmak için yapılması gereken sorumluluklarımı kabul ettim. Bunun sonucunda kendimi hedeflerimin çoğuna ulaştırırken buldum. Hepimizin

*kendimize verdiğimiz değerden çok daha fazla potansiyele sahip olduğumuz gerçeğini insanlarla paylaşmak istedim. Ayrıca insanlara, hazır olduklarında, potansiyellerine kadar yaşadıklarında, çok daha fazla şey öğreneceklerini ve başarabilecekleri konusunda destek olmak istiyorum. O kadar çok armağan, o kadar çok yetenek var ki, bu hediyeleri ve bu nimetleri kullanarak şükranlarımızı ifade etmeliyiz.” (K7, 32/E).*

#### **3.1.1.2.1. Ailevi Problemler**

Araştırmadaki bulgulara göre, katılımcıların aile içinde yaşanan problemlerle baş edebilme becerisi kazanması, onların koçluğa yönelmesindeki önemli bir faktör olarak görülmektedir:

*“Hava Kuvvetlerinde çalışan bir babanın çocuğuydum/brat. Ailemle eyaletten eyalete geçerken kardeşlerim arkadaş edinmek ve uyum sağlamak için başkalarına ihtiyaç duyduklarını fark ettiler. Böylelikle ben onların koçu oldum! Ve beraber çalıştık.” (K10, 65/K)* ifadesiyle, annesinin ilgisizliği ve babasını görememesinin bir sonucu olarak erken yaşlarından itibaren kardeşlerine koçluk yapmaya başladığını ifade etmiştir.

#### **3.1.1.2.2. Farkındalık**

Araştırmada katılımcıların koçluk mesleğini tercih etmeden önce hayatlarında yaşadıkları tecrübeler ile aydınlanma yaşadıklarını ve bu şekilde hayatlarına yeniden yön verdiklerinde koçluğun ilgilerini çektiğini belirtmişlerdir. Bu konuda K (4), hayatında yaşadığı farkındalık ile koçluk sürecinin aslında başlamış olduğunu belirtmiştir.

*“Kendi içimdeki yolculuğa çok küçük yaşlarda başlamıştım. İç sesime küçük yaşlarda kulak verirdim. Farklı hissettiğimi anladım. Bu duygunun üzerine gittikçe farklı aydınlanmalar yaşamaya başladım. Bu duyguları anlatmam çok güzeldi. Hayatımızda bazı duyguları sürekli elde etmeye çalışırız. Belki ben de çocukluğumda ki o duyguyu tekrar keşfetme yolculuğuna çıkacaktım. Çocuğumu elime aldıktan sonra bu farkındalık daha da arttı. Çocuk yetiştirirken iyi bir ebeveyn olmanın yollarını ararken iyi bir eş iyi bir arkadaş vb. olmanın yollarını öğrendim. Etrafımdakilerle uğraşırken dışarıya değil de kendi içime dorğu bir yolculuk yaptığımın farkına vardım. İş hayatında da insanlarla hep yakın iletişim içinde oldum. İnsanların yüreklerine dokunduğumu fark ettim.” (K4, 36/K).*

### 3.1.1.2.3. Çevre Etkisi

Ailenin talepleri, arkadaşların teklifi, iş hayatındaki arkadaşların istekleri olarak ele alınan kodlamalar, sosyo-ekonomik nedenler kategorisinde değerlendirilmiştir. Özellikle daha önce koçluk eğitimi almış arkadaş çevresine sahip kişilerin yönlendirmeler ile koçluk eğitimine başladıkları görülmüştür. Araştırmada sosyal çevrenin, katılımcıları yaşam koçluğuna yönlendirmede etkili olduğuna dair örnekler mevcuttur.

Katılımcıların koçluk mesleğine yönelmelerinde sosyal çevrenin iki türlü etkisi olmuştur. Birincisi, katılımcılara iş çevresinden ve aileden gelen danışmanlık talebidir. İkincisi de katılımcıların koçlukla medya ve iş yerine gelen reklamlar aracılığıyla tanışmaları şeklindedir. Bunun dışında katılımcıların tamamı koçluk eğitimi almadan önce koçluğa karşı farklı ön kabullerinin olduğunu ancak koçluk eğitiminden sonra bu fikirlerinin değiştiğini ifade etmişlerdir.

Katılımcılara iş çevresinden gelen danışmanlık talebine örnek olarak (K4, 36/K)'ün koçluğa yönelmesi gösterilebilir. Nitekim K4, arkadaşlarının etkisi ile koçluk mesleğine başladığını ifade etmiştir. İş yerinde arkadaşlarına hem iş ile ilgili konularda hem de psikolojik ve ruhsal olarak destek vermesinin neticesinde bu alanda kendisine en uygun yapının koçluk olduğunu söylemiştir.

Öncesinde medya aracılığıyla koçluk hakkında olumsuz bilgi sahibi olan (K8, 54/E)., eşinin kendisini gerçek koçlukla tanıştırdığını belirtmiştir: K8, “*Öncesinde Tony Robbins, televizyonda gösterilenler ve bunlara benzer gördüğüm diğer şeylerin dışında ne olduğunu bilmiyordum.*” şeklinde açıklamıştır. Eşiyle tanıştıktan sonra alan hakkında doğru bilgiye ulaşmış ve koçluk ile psikoterapi alanındaki benzerliklerden etkilenerek koçluğa yönelmiştir.

Bu konuda benzer görüşe sahip olan (K6, 44/E) şu şekilde açıklamıştır:

“*Yaşam koçluğunu medyadan biliyordum, ancak bu konuda bir şeyler bildiğim zaman, takip etmem için prestijli bir ses çıkmadı. Çünkü bir şekilde nasıl görüntüleneceğim konusunda endişeliydim.*” K6, koçluk hakkında medyadan aldığı bilgiyle koçluk hakkında olumsuz fikre sahip olduğunu belirtmiştir. Ancak daha sonra yaşadığı acı tecrübe neticesinde alan araştırması yapmış ve koçluğun gerçek boyutlarını keşfettiğini belirtmiştir.

Bu durumda medyanın yaşam koçluğunu farklı yansıttığı ya da katılımcıların medyayı farklı algıladıkları söylenebilir.

### 3.1.2. Yaşam Koçluğu Mesleğini Tercih Nedenleri

Araştırmada manevi konular ve koçluk mesleğini tercih etme konusundaki ilişkiyi incelenmek amacıyla, katılımcılara sormuş olduğumuz “*Yaşam koçu olmanızdaki nedenler nelerdir? Bu süreci anlatır mısınız?*” sorusuna vermiş oldukları yanıtlardan yola çıkarak önceden belirlenmiş ana temadaki kodlarda değişiklikler yapılmış ve katılımcıların yaşam koçluğu mesleğini, *alana ilgi, kendisinde farkındalık hissetme ve insanlara yardım etme arzusu* şeklinde üç farklı nedenle tercih ettiği tespit edilmiştir.

#### 3.1.2.1. Alana İlgi

Katılımcılara neden koçluk mesleğini tercih ettikleri sorulduğunda koçlar öncelikle, “*psikoloji alanına meraklı*” olduklarını belirtmişlerdir. Bu konuda (K3, 31/K), uzun süredir psikoloji alanında çalışmak istediğini şu şekilde belirtmiştir;

*“Ben hep psikoloji üzerine okumak istedim aslında ama öğretmenlik nasip oldu. Psikoloji ya da öğretmenlik ya da başka bir meslek, sonuç olarak insanla ilgili her meslek ilgi alanımdır. İnsanların hayatları benim için hep keşfedilmeyi bekleyen dünyalar gibiydi. İnsanların normal hayatta kullandıkları kimlikleri ve duruşları arkasında bambaşka kişilikleri olduğunu hissedebiliyordum. Ona ulaşmak benim için inanılmaz çekici geliyordu. Eğitim koçluğu yaparken öğrencilerin özel hayatlarına değebilmek gerektiğini anladığımda, eğitim koçluğundan çok yaşam koçluğu yaptığımı fark ettim.”* Benzer şekilde, (K8, 54/E) de koçluk öncesinde nöro-psikolojiye ilgi duyduğunu belirtmiştir;

*“Nöro-psikoloji ile ilgilendim. Sonra Wisconsin'de bir üniversitesiye başvurdum, çünkü otizmde ve sinirsel gelişimde çok başarılı çalışmalar yaptıklarını söylediler.”*

Bu konuda K6, “*İnsan davranışları hep beni büyüledi. Bu nedenle, mühendislik eğitimi almaya başlamış olsam da antropoloji diploması ile mezun oldum.*” şeklinde düşüncesini ifade etmiştir.

Koçların psikoloji alanına ilgisi konusunda bazı görüşler şu şekildedir:



*“Küçüklüğümde beri insanları izlemekten çok zevk alırım. İnsanları anlamak onlarla doğru şekilde konuşmak için kişilik testlerini öğrendim, NLP dersleri aldım. Ancak ilk iş tercihimde popülariteye bakmıştım. Aslında eski işimi de çok seviyordum. Ama bu iş benim için daha değerli oldu. Koçluk eğitimi aldıkça bu benim için gerçek bir meslek dedim.”* (K4, 36/K).

İnsanın zihin dünyasına duyduğu ilginin neticesinde psikoloji alanına yöneldiğini ve insanın iç dünyasına girmek, orada gelişim sağlamak üzere de koçluk mesleğini tercih ettiğini K9 şu şekilde açıklamıştır:

*“Deniz Kuvvetleri'ndeyken, Vietnam'da yakalanma ihtimali yüksek olan Donanma personelinin taklit edildiği bir savaş kampında çalışıyordum ve bunu yaparken Hitler'in halkın beynini yıkamak için yaptırdığı gibi indoctrinations/beyin yıkama, sorgulama ve nefret söylemleri yapma konusunda uzman oldum. Ve simüle edilmiş bir durumda insanların beynini yıkamanın ne kadar kolay olduğu konusunda hayran kaldım. Bu yüzden aklın nasıl çalıştığını araştırmaya karar verdim. Ve temel olarak, gezegenimizdeki insanlara neler oluyor, neden insan kendisini aşağı varlık olarak görerek kendi kendinin beynini yıkıyor.”* (K9, 48/E). K9'a göre insanın olumsuz inanç duvarları yıkılıp, kişinin sınırların ötesindeki potansiyeli keşfedilebilir. Bu bakımdan insanın ilerleyişinde yardımcı olan bir meslek olarak koçluğu tercih ettiğini belirtmiştir.

(K7, 32/E) de K6'ya benzer bir alan değişikliğinde bulunarak mühendislik üzerine eğitim almış olmasına karşın insanlarla daha fazla ilgilenebilmek için koçluk mesleğini tercih ettiğini belirtmiştir;

*“Biyomedikal mühendisliği eğitimi aldım. Mühendislik alanında uzun yıllar çalıştım ve işlerin bir parçası olmaktan ziyade insanlarla sürekli uğraştım. Bu yüzden gözlerimi insan performansı etrafında farklı bir kariyer tarzına geçtim. Ve insanların potansiyellerini ulaşmalarında yardımcı olmak istedim. İster iş başında olsun, isterse işin dışında olsun, yaptığım koçluk ve motivasyonel konuşma ile işin dışında olmaya devam ettim.”*

### **3.1.2.2. Kendisini Farklı Hissetmek**

Katılımcılar, kendilerini bir koç olarak görme ve bu mesleği tercih etme nedeni olarak kendilerindeki farklılıklara dikkat çekmiştir. Bu konu hakkında koçlar kapalı/örtük

ifadelerde bulunmuştur. Örneğin bazı koçlar, tek bir din yerine birçok dine karşı olan ilgisini şu sözleriyle ifade etmektedir:

*“Dünyadaki dinleri inceledim, farklı kültürler gördüm ve hikayeler okudum, çünkü biraz farklıydım. Benim almak istediklerim biraz farklı. Daha sonra, okuduğum şeyleri tecrübe etmek için dünyayı dolaştım. Çok farklı ülkelere, dünyanın birçok yerine gittim.”* (K6, 44/E). K6 geniş bir kültür birikiminin olduğunu ve farklı dinleri tanıdığını belirtirken tüm dinlere gösterdiği hoşgörü davranışının temelinde bütüncül bakış açısının yer aldığını söylemiştir. Bunun dışında genel olarak farklı ülke, kültür ve dini alana olan ilgisinin kendisini farklı kıldığından bahsetmektedir. Bu konuda başka bir görüşe sahip olan K4, diğer insanlara göre kendisinin çok daha erken yaşlarda farkındalık sahibi olduğunu bu sebeple koçluk hizmetini daha kolay verebildiğini ifade etmiştir.

Bu konuda diğer koçlar farklı yönleriyle kendilerinde farklılık ya da erken gelişimden bahsetmiştir. (K7, 32/E), diğer insanlara göre potansiyelini erkenden keşfettiğini, K5 birçok insana göre insanlarla daha rahat ilişki kurabildiğini; (K10, 65/K), insanları sezgisel olarak okuyabildiğini söylemiştir.

Görüldüğü üzere koçlar kendilerini diğer insanlarla kıyaslayarak kendilerindeki farklılıkları belirtmek istemiştir. Katılımcıların tamamı koçluk için kişisel yeteneklerinin var olduğunu, bu sebeple koçluk için kendilerini uygun gördüklerini belirtmişlerdir.

### **3.1.2.3. İnsanlara Yardım Etme Arzusu**

Katılımcılar, koçluk mesleğini tercih etmelerinde önemli faktörlerden biri olarak manevi değerleri göstermişlerdir. Bu konuda koçlar, önceki mesleklerini bırakarak ikinci mesleklerini yapmalarında, yardımlaşma, merhamet gösterme ve insanlara karşılıksız iyilikte bulunma gibi davranışların kendilerini güdülediklerini belirtmişlerdir. Katılımcılar, başkalarına iyi gelmek, onlara faydalı olabilmek adına koçluk hizmeti sunduklarını belirtmişlerdir. İnsanların doğruyu bulmalarına yardımcı olmak için verilen örnekler şu şekildedir:

*“Ben düşünceyi, fikri seven bir insanım. Zeka benim için çok önemlidir. Akletmek çok önemlidir. Kuran’da da zaten “Hiç düşünmeyecek misiniz, akletmeyecek misiniz?” diyor.*

*Akletmeye teşvik ediyor. Benim de yapmak istediğim insanları düşündürerek doğruyu bulmalarını sağlamaktır.’’ (K2, 27/K).*

Benzer şekilde (K10, 65/K), *‘‘yardım etmek’’*; (K6, 44/E), *‘‘ başkasına iyi olmak’’* ifadelerini kullanmıştır.

Koçlar tecrübeleriyle yol göstermek istediklerini ve danışanlarının potansiyellerini ortaya çıkarmayı hedeflediklerini belirtmiştir. Örneğin bu konuyu K7 şu şekilde ifade etmiştir:

*‘‘Kendimi hedeflerimin çoğuna ulaşırken buldum. Ve bu gerçekten insanlarla paylaşmak istediğim bir şey. Hepimizin kendimize verdiğimiz değerden çok daha fazla potansiyele sahip olduğumuz bir gerçektir. Ve insanlar, hazır olduklarında potansiyellerini yaşadıklarını ve çok şey öğreneceklerini görmek ister. O kadar büyük bir armağan ki bu hediyeleri ve bu nimetleri kullanmak, sırf bunun için bile şükran duymalıyız.’’ (K7, 32/E).*

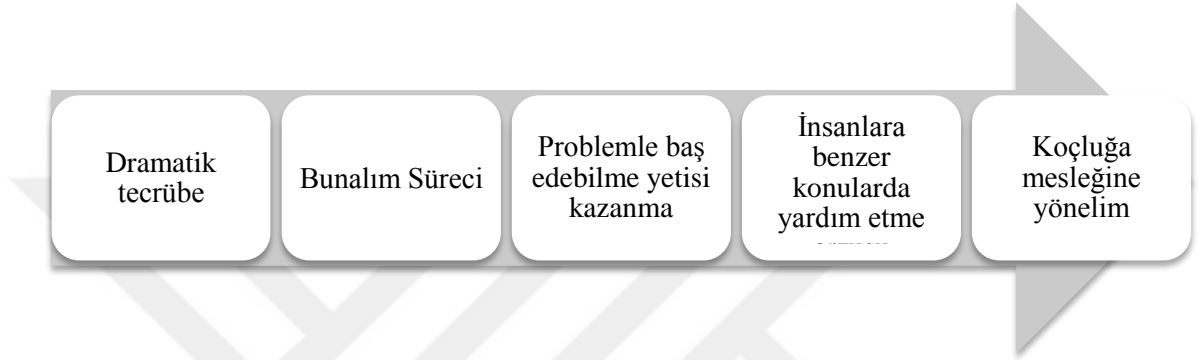
Benzer şekilde (K3, 31/K) de maddi beklentiden ziyade manevi değerlerle bu mesleği seçtiğini belirtmiştir. Bu konuda K4 de hem iş hem de arkadaşlarına yaptığı danışmanlığı aynı zamanda yürütemediği için koçluk mesleğine geçiş yaptığını belirtmiştir.

Araştırmada sekiz katılımcının yaşam tecrübesi neticesinde kendilerinde farkındalık oluştuğunu ve bu sebeple koçluk mesleğini icra ederek hem kendileri hem de etrafındakiler için yararlı olmak istedikleri görülmüştür.

Katılımcıların neden ve nasıl koç olduklarına dair elde edilen bulgulara göre, Şekil 12’de aktarıldığı üzere koçların belli bir olgunluk seviyesine geldikten sonra koçluk mesleğine geçiş yaptıkları söylenebilir. Nitekim, kendilerine koçluk öncesinde *“Ben kimim, kendim için ne yapıyorum, neden varım, hayatımla ilgili ne yapıyorum, neleri gerçekten seviyorum, en çok yapmak istediğim şey nedir, dünyayı nasıl etkilemek isterim”* gibi sorarak kendini tanıma ve var oluş nedenlerini sorgulamaları bunlara yönelik kendi geliştirdikleri cevaplar ile diğer insanlara bu yöntemleri uygulamaya çalıştıkları söylenebilir. Araştırmaya katılan 7’i koçun, kendini sorgulama döneminden sonra koçluk mesleğine geçiş yapmaları dikkat çekici görülmüştür. Katılımcıların yaşam koçu olmadan önce geçirdikleri bu sürecin kişilerin koçluğa yönelmesinde etkili olduğu düşünülmektedir. Bunun dışında üç koçun kendi alanında uzmanlaşmak için bu mesleğe yöneldikleri görülmektedir.

Mülakatlar neticesinde katılımcıların belli bir yol takip ederek koçluğa yöneldikleri

gözlemlenmiştir. Bazıları bu sıralamanın son bazıları ise ilk basamağından itibaren bu süreci yaşamıştır. Koçlara göre *kendini tanıma* çabası, onların koçluğa yönelmesindeki en önemli faktör olarak görülmektedir. Kişilerin kendini tanıma çabası Şekil 11’de gösterildiği üzere şu basamaklarla gerçekleşmiştir:



**Şekil 11: Koçluk Serüveni**

Görüldüğü üzere katılımcılar hayatla baş edebilmeyi öğrenerek kişisel ve manevi gelişim sağladıklarına inanmaktadır. Bunun neticesinde, yaşanan psikolojik problemlerle baş etme mekanizması geliştirmiş ve diğer insanlara faydalı olmak üzere yaşam koçluğuna yönelmişlerdir. Bununla birlikte kişilerin dramatik tecrübe neticesinde hayatı sorgulama, kendini tanıma, hayatın anlamını arama gibi soruların cevaplarını bulmaya çalışmaları, koçların manevi gelişimini olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Nitekim bulgulardan elde edilen verilere göre, koç olma serüveninde hayat tecrübesi kazanan kişilerin aynı zamanda manevi anlamda olgunlaştıklarını ifade ettikleri görülmüştür.

Amerika’daki yaşam koçlarının, koç olabilmede ayırıcı özellik olarak en çok tekrarladıkları kelimenin *olgunluk/mature* olması dikkat çekicidir. Onlara göre bu işi yapabilmeleri için belli bir yetkinlik, olgunluk ve hayat tecrübesine sahip olmaları gerekmektedir. Bu sebeple koçluğu diğer danışmanlıklarla karşılaştırırken, onları daha çok *iyileştirici*, koçluğu ise *olgunlaştırıcı* olarak gördükleri söylenebilir. Bu konuda koç yetiştiren Selin Yetimoğlu, eğitimin cehaleti olsa da kişide baki kalanı geliştirmek için, kişinin kendi yolculuğuna çıkması gerektiğini, kişinin aldığı koçluk eğitimi kadar kendisini de geliştirmesi gerektiğini

vurgulamaktadır.<sup>34</sup>

Bunun dışında bazı koçlar tarafından “koçluk eğitim sürecinin kısa olması ve kişilerin alana ilgili olması” durumlarının katılımcıların koçluk mesleğine yönelmelerinde etkili olduğu söylenmesine karşın bazı koçlar tarafından eğitimin kısa süreli olması, denetlenirliği ve sertifikalı bir eğitim olması durumu eleştirilmektedir. Akademik alanda ilginin artması gerektiğine ve bu şekilde üniversitelerde koçluk programlarının okutulmaya başlanması ihtiyacına dair eleştiriler de gelmiştir.

Bunun dışında bazı koçların hayatlarında yaşadıkları olaylar sonucu, Snow ve Machalek’in ifadesiyle “kişinin ani ya da aşamalı olarak gerçekleşebilecek dini inançlarında dönüşüm” olarak kabul edilen “radikal kişisel değişim” sürecine girdikleri tespit edilmiştir (Snow ve Machalek 1984: 169). Örneğin kardeşinin ölümünden sonra yaşam koçluğuna yöneldiğini, Katolik inançlı bir aileden gelmekte olup, boşluktan kurtulmak için bu yola girdiğini açıklamıştır. Dramatik tecrübe sonrası K6’nın inancı ve beklentileri ile gerçekte yaşananlar arasındaki uyumsuzluk sorununun üstesinden gelmek için koçluk mesleğine yönelmesi dikkat çekici görülmektedir. (K6, 44/E) Bununla birlikte kendisini bir Hristiyan olarak tanımlayamayan K6, inancı konusunda tereddüt yaşadığını kendisini agnostik olarak tanımlayabileceğini ifade etmesi, Jindra’nın radikal kişisel değişim olarak gördüğü (eski) dininden uzak durarak, inandıklarını daha yakından yansıtan bir dini ya da inancı aradığı da söylenebilir (Jindra, 2011: 266).

Bu konuda Batı’da yapılan benzer araştırmalara göre dindar insanın “Tanrı iyidir ve insanları iyileştirir” inanç ve arzusu ölüm ya da felaketleri yaşaması, kişiyi iç dünyasında çatışmalara sürükleyebilmektedir (Festinger, 1957; akt. Paloutzian ve Park, 2013: 107). K6 yaşadığı acının sonucunda dinden uzaklaştığını ancak yine de maneviyatının kuvvetli olduğunu açıklamıştır. Onun düşüncesine göre kurumsal dinin “ceza, cehennem” gibi olgularına, “dinin kurallarına” ihtiyaç yoktur. K6’nın yaşadığı tecrübe sonrası dine yönelmek yerine dinden uzaklaşarak çözüm aramasına neden olmuştur. Nitekim bu konuda önceki araştırmalara göre, yaşanılmış olan problemler, bireyi dine yöneltebildiği gibi (Baynal, 2016: 97:100; Açıkgoz, 2010: 62-64), bireyin din değiştirmesine de sebep

---

34 <https://selinyetimoglu.com/2015/06/01/nasil-profesyonel-koc-olunur-diye-soranlara-cevap-veriyorum/> (Eklenme Tarihi 01.05.2018).

olabilmektedir (Köse, 2008: 261; Ray, 1999: 316- 317; akt. Baynal, 2016: 205). Bu konuda Jindra, Mr. Taylor'un İslam dinini kabulünde kültürel ve Mrs. Pleiffer'in psikolojik problemlerinin de dini dönüşümündeki etkisini örnek olarak sunmaktadır (Jindra, 2011: 280-287).

İkincil olarak araştırmada kişinin koçluğa yönelmesinde sosyolojik faktörlerin etkili olduğu görülmektedir. Bireyin “*ailevi problemler, farkındalık ve çevre etkisi*” nedenlerinden kaynaklanan sosyolojik faktörlerin kişinin koçluğa yönelimini etkilediği tespit edilmiştir.

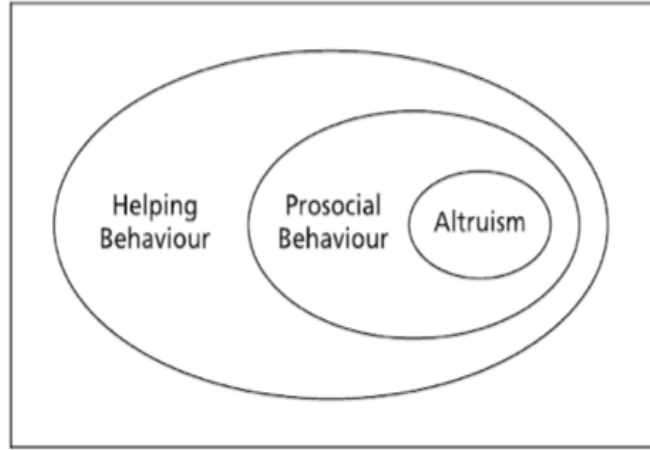
Aile otoriter-baskıcı, dengesiz-kararsız, ilgisiz-kayıtsız, izin verici-aşırı hoşgörülü, mükemmeliyetçi, demokratik ya da aşırı koruyucu-engelleyici olabilmektedir. Ailenin yapısı çocuğun ruhsal, zihinsel, manevi, ahlaki, duygusal, bedensel birçok gelişimini etkileyebilmektedir. Bu araştırmada bazı koçlar aile içi yaşanan problemlerle baş edebilme yetisi kazanabilmesinden ötürü yaşam koçluğuna yöneldiğini iddia etmektedir. Bu bakımdan ailevi problemler kişinin erken yaşta sorumluluk almasında, bu şekilde dünyayı tanınmasında ve kişinin daha erken olgunlaşmasında etkili olduğu söylenebilir.

Bazı insanların, yaşadıkları aydınlanma, farkındalık ve iç sesi dinleme gibi nedenlerle koçluğa yöneldikleri tespit edilmiştir. K4, doğum sonrası hayati bir dönüşüm yaşamış, çocuğunu yetiştirme sürecinde kendisinin aydınlandığını iddia etmiştir. Görüldüğü üzere, çocuk sahibi olma ve ona bakmadan kaynaklı anne ya da babanın aydınlanma yaşaması ile ebeveyn ilgisizliği nedeniyle de çocukta erken yaşta farkındalık gelişebilmektedir. Burada etkili fenomen olarak *sorumluluk bilinci* kazanımı gösterilebilir. Kişi kendi sorumluluğunu kazandıktan sonra başkasına yardımcı olabilir. Bu konuda alan araştırmalarında sorumluluk sahibi kişilerin kimlik kazanımı, sağlıklı değerler edinimi, doğru algılama ve değerlendirmeye sahip olma, sağlıklı ilişkiler edinimi bulunmaktadır (Messina, 2004: 145). Bu kişiler toplumda zor görevleri üstlenebildikleri gibi, hedefe ulaşmada azimli ve tamamlayıcı rol üstlenmekte ve toplum tarafından yardımcı olmak için seçilmişlerdir (Nelson ve Low, 2004: 84; akt. Özen ve Gülaçtı, 2012:371). Benzer şekilde Peker de bireylerin anne ve baba olduktan sonra, çocuklarına karşı iyi örnek olabilme ve onları sağlıklı ve doğru şekilde yetiştirebilme kaygısıyla dini görevlerini yerine getirme konusunda daha titiz olduklarını vurgulamıştır (Peker, 2000: 174). Bu bakımdan kişinin

anne ve baba olduktan sonra dini görevlerle birlikte diğerkam sorumluluklarını da yerine getirdikleri ve belli bir olgunlaşma yaşadıkları söylenebilir.

Bunun dışında katılımcılardan bazıları, koçluk eğitimi alan arkadaşlarının yönlendirmesi ve arkadaşların koçluk hizmeti talep etmesi nedenlerinden kaynaklanan çevrenin etkisi ile koçluğa yönelmiştir. Bunun dışında katılımcıların, “*alana ilgi, kendisini farklı hissetme ve insanlara yardım etme arzusu*” nedenleriyle yaşam koçluğu mesleğini tercih ettikleri tespit edilmiştir. Katılımcılar, insanı tanıma, nöro-psikoloji, psikolojik danışmanlık gibi alanlara ilgili olduklarından dolayı koçluk mesleğini tercih ettiklerini belirtmiştir.

Katılımcılar, koçluk hizmeti ile insanlara daha fazla yardım edebileceklerine inandıklarından dolayı eski mesleklerini bırakarak ya da önceki meslekleri ile birlikte koçluk mesleğini icra etmek istemiştir. Koçların tamamı yardım etme güdüsünün koçluk mesleğini tercihlerinde etkili olduğunu belirtmiştir. Ancak bu yardım etme fiili, prososyal ve diğerkam davranışlardan farklıdır. Birçoklarına göre diğerkamlıkta gönüllülük esas olup (Özdoğan, 2005: 178), yardım eden kişi, kendisine menfaati dokunmasa bile karşı tarafafa yardıma devam etme durumudur (Monroe,1996: 6). Başka bir ifadeyle psikolojik açıdan yardım etme; fedakarlık, diğerkamı düşünme ve diğerkamlık şeklinde de açıklanabilen “altruizm”, başkasına yardım ederken sadece karşıdaki kişinin iyiliği düşünülerek ve bu durumdan hiçbir menfaat beklemeden yapılan fiildir. Örneğin her iki taraf da kazanç sağlıyorsa buna diğerkamlıktan ziyade işbirliği denilmelidir (Sigmund ve Hauert, 2002; akt. Haski-Leventhal, 2009: 272). Bazılarına göre hayırseverlik/ benevolence varoluşun özü ile özdeş olarak açıklanmıştır (Menon, 2007: 137; Düzgüner, 2013: 144).



**Şekil 12: Diğerkamlık, Prososyal Davranış ve Yardım Etme İlişkisi**

Bierhoof'un (2005:9) ifade edişıyla yardım davranışı prososyal bir davranış olup Şekil 12'de holozonik bir şekilde iç içe geçen faaliyetler olarak ortaya çıkmaktadır.

### **3.1.3. Yaşam Koçunda Bulunması Gereken Özellikler**

Araştırmada yaşam koçunda bulunması gereken özelliklerinin tespit edilebilmesi için “Yaşam koçu olmak için kişiye neler gereklidir?” şeklindeki ana soru çerçevesinde yan sorularla desteklenen cevaplar alınmaya çalışılmıştır.

Bulgulara göre, koçların insan ilişkileri ve iletişimi kuvvetli, iyi bir dinleyici, doğru soruları sorabilme yetisine sahip, gelecek odaklı hedef keşfedebilen, iç sesi kuvvetli ve daha derine bakabilme yeteneğine, insanları sevmek, güven, bağlılık ve empati yeteneklerine sahip kişiler olması beklenmektedir. Ayrıca iyi bir koç olaylara objektif gözle bakabilmelidir. Bu konuda katılımcıların verdikleri örnekler şu şekildedir:

*“Koçluk için, empati yeteneği kuvvetli, duyarlı, sabırlı, ikna edici vs özelliklere sahip olmak gerekir.” (K3, 31/K).*

*“Aslında, en azından şöyle bir eğitim almaları gerekiyor insanların... Eğer koç olacaklarsa patoloji bilmeleri gerekiyor. Hani kendilerinin sınırlarını bilmeleri gerekiyor. Bazı patolojilerde, daha doğrusu patolojiyle ilgili tanı konulan herhangi bir şeyde, koçlukla müdahale etmemek gerekiyor. Depresyonu olan birine koçluk yapmaya çalıştığınızda insanı daha fazla depresyona sürükleyebilirsiniz veya işte hayatındaki dengeleri çok hakim olmadan oynatabilirsiniz. O yüzden terapistlerin yapacağı koçluk çok etkili olacaktır. Bu*



*konuda da biraz patoloji eğitimi almak, teknik alanla ilgili bilgi sahibi olmak işe yarar.”* (K1, 36/K).

Bazı koçlara göre yaşam koçu olmak için kişi iradeli olmalıdır:

*“ Koçluk herkesin yapabileceği bir şey değil. Güçlü bir irade olması gerekiyor.”* (K2, 27/K).

Dili iyi kullanmalı, *“Dil özellikle etkili bence... Ben aynı zamanda bildiğim dille yüksek lisansımı yaptım. Koçlukta bunun üzerine zaten. Akli doğru kullanarak doğru yöne yönlendirmek. NLP’de böyle bir şey... NLP ile de ilgileniyorum.”* (K2, 27/K).

(K7, 32/E)’ye göre de iyi bir dinleyici olmak ve doğru soruları sorabilmek gerekir;

*“ Onu herhangi bir meslek olarak görüyorum. Herkes herhangi bir iş yapabilirdi. İsterseniz bir doktor olabilirsiniz. Şimdi bu eğitim ve bilgi ve bunun için gerekli olan becerileri almak için kesinlikle daha uzun bir yoldur, ama bence herkes bunu yapabilir.*

*Bir koçun gerçekten iyi şeyler yapması gerekiyor. Bir aktif dinleme. Kişinin ne dediğini duyabilmeleri gerekir, ama çizgiler arasında da bir tür duymak ve bunun etkilerini anlamak, bununla ilgili bir anahtardır. Bir diğer önemli beceri doğru soruları sormaktır ve bir koçun yaptığı şey, bir kişinin doğru soruları sorarak birçok kez kendi başına bir gerçekleştirmeye gelmesine yardımcı olmasıdır. Yani, bir insanın neler yaşadığını, ne olduğunu, ve ne durumda olduğunu, ve doğru şeyi ortaya çıkarmayı ve sonra kişinin kendisinin, çözümün ne olabileceğini ya da nasıl çözüleceklerini fark etmesini sağlayarak, dinleyebilmektedir. Çoğu zaman sadece doğru soruları sorarak bunu yapabilirsiniz. Ve daha sonra sadece konuşmayı yönetmek, örgütlenmek ve disiplinli olmak yeterlidir. Ve bu sırayı takip ederek danışanlarımızdan sorumluluk almalarına yardımcı oluyoruz.”*

K (4)’ye göre herkes kendisinin koçu olabilir fakat herkese koçluk yapamaz:

*“İki neden gösterebilirim, öncelikle nasıl ki her gelen danışan ile koçluk sürecine giremiyorsak, ikili anlaşma gerekiyorsa bunun için da şartlar var tabi, güven, bağlılık .. gibi bunun dışında koçda bulunması gereken birçok özellikle de söz konusudur. Bence birçok insan bu özelliklere kendisini geliştirerek sahip olabilir. Bunun için önce kendisini yetiştirmesi gerekir. Bunun dışında empati yapabilmeli, dinleyebilmeli, objektik bakabilmeli, en önemlisi doğru sorular sorabilmeli vb. koçlukta önemli olan birçok*

*yeteneğe sahip olmalı ve bu yeteneklerini geliştirmelidir. Bu sebeple bir koç bir senelik tatile çıktım diyemez. Aslında hayatının her dakikasında koçluk yapıyordur. Önce kendisine sonra etrafındakilere.” (K4, 36/K).*

*“Bence herkes koç olabilir yani koçluk eğitimi alabilir. Ama herkes koçluk yapamaz. Çünkü koç danışan ilişkisi önemlidir. Danışanını çok iyi tanımalı, onun kişilik haritasını çıkartabilmeli, danışanını negatif duygu ve inançlarından arındırıp ona yeni pozitif duygular verebilmelidir. Bu motivasyondan biraz daha farklıdır.” (K5, 38/E).*

(K8, 54/E)’ye göre de iyi bir dinleyici olabilmeli ve empati kurabilmelidir. (K6, 44/E)’ye göre koçun empati ve dinleme yeteneğinin yanı sıra insanları gerçekten sevebilme yetisine sahip olmalısı gerekmektedir:

*“Hayır demiştim. Herkes bir hayat koçu olabilir, yani herkes sertifikalandırılabilir ve herkes belki bazı müşterileri doğru hale getirebilir. Etkili olabilirler. Sanırım bir kişinin ihtiyaç duyduğu en önemli şey, empati ve gerçekten dinleme yeteneğidir. Ve ancak biri bir narsisist veya bir psikopat ise, empati kurmaz.*

*Böylece, unvanını alabilirler, sertifikayı alabilirler ama etkili olacağını sanmıyorum, insanlarla sonuç alacaklarını sanmıyorum. Başkalarını gerçekten sevmezseniz, bence iyi olamazsınız.”*

Görüldüğü üzere katılımcılar, kişilerin koçluk eğitimi sonucu kendi kendilerine yetebileceklerini ancak başkasına koçluk yapmak istediklerinde belli bir eğitim sürecinden ziyade, bir koç olabilme için en önemli şeyin empati yeteneğine sahip olunması gerektiğini belirtmişlerdir. Bunun dışında iyi bir dinleyici olması, dili iyi kullanması, doğru soruları sorabilmesi gerektiğini söylemişlerdir.

### **3.2. Koçluk Sürecinde Koç-Danışan Etkileşimi**

Günümüzde yüzlerce kişi koçluk hizmeti talep etmekte ya da koçluk eğitimi almakta olup bu sayı günden güne artmaktadır. Bu bakımdan birey ve toplum tarafından, kişisel ve toplumsal alanda koçluğun bir ihtiyaç olduğu söylenebilir. Bu bölümde bireyin koçluk ihtiyaçlarını, bu ihtiyaçların maneviyat ile ilişkisini görebilmek ve koç ile danışan arasındaki ilişkinin boyutlarını tespit edebilmek için koçluk süreci hakkında bilgi edinilebilir. Araştırma bulgularına göre, koçların danışan ile geçirmiş oldukları süreç,

*danışan ile görüşme şekli, koçluk sonucu danışanda oluşan köklü değişimler, koç danışan ilişki şekli, danışanların yaşam koçuna gelme sebepleri, seans süreci, koçluk yöntemleri* olmak üzere 6 ana başlık altında toplanmıştır.

### **3.2.1. Danışanın Yaşam Koçuna Gelme Nedenleri**

Koçluk ve danışan ilişkisi sürecinde öncelikle danışanların koçluk ihtiyaçlarını belirlemek üzere koçlara, danışanların gelme nedenleri sorulmuştur. İnsanların yaşam koçu arayışı başka bir ifadeyle danışanların koça geliş amacının tespiti için “Size danışanlarınız hangi nedenlerle gelir?” sorusu yöneltilerek cevap aranmıştır. Koçlar danışanlarının evlilik, iş, maneviyat, dini kaygı gibi hayatın her yönünü kapsayabilecek nedenlerle koçlara geldiklerini belirtmiştir. Örneğin K6, bireyin hayatında iş, evlilik, eğitim, hayatında iz bırakabilecek her türlü nedenle danışanlarının geldiğini ifade etmiştir. Koçların görüşlerinden anlaşıldığı üzere danışanların “*psikolojik, sosyo-kültürel, ekonomik ve manevi olmak üzere*” dört farklı başlık adı altında hizmet talebinde bulundukları ortaya çıkmıştır.

#### **3.2.1.1. Psikolojik Nedenler**

Koçların tamamı danışanlarının, “hayatı anlamlandırmayı, hayatındaki boşlukları doldurmayı, hayatı iyileştirmeyi, mevcut halini keşfetmeyi, hedef belirlemeyi, hedefe ulaşmayı, potansiyelinin farkında olmayı, hayatlarında değişiklik yapmayı isteme” gibi nedenlerle koçlara geldiklerini belirtmiştir.

Bu konuda (K1, 36/K), “*Koç olarak danışanlarım genellikle hayatlarındaki durumu iyileştirmek için geliyorlar*” (K4, 36/K), “*danışanın hayata karşı beklentisini bilmiyor ya da daha iyi ne yapabilirim peşinde*”, (K5, 38/E), “*bir şeyler yapacak çok kişi geliyor, (değişime) hazır ancak tam olarak ne istediğini bilmiyor çünkü yeterince kendisini tanımıyor*”, (K7, 32/E) “*danışanlarımın hepsi gerçekte potansiyellerinin peşinde*”, (K8, 54/E), “*danışanlarımla hayatın anlamına dair konuşuruz*” şeklinde ifade etmiştir.

Görüldüğü üzere, kişi önce kendisi ile ilgili bilgi edinme ve sonrasında yaşadığı hayata dair bir şeyler üretme çabasına girmekte ve danışanlar bu süreçte koçlardan yardım alabileceklerine inanmaktadır.

Mutluluk arayışı olarak bakıldığında katılımcıların tamamı danışanlarının mutluluk konusunda tatminsiz olduklarını belirtmiştir. Örneğin K5 danışanlarının “mutlu ancak daha mutlu” olmak istediklerine dikkat çekmiştir.

Aynı şekilde (K6, 44/E) “*Müşterilerimin büyük çoğunluğu başarısı çok yüksek, her şeye sahip ancak mutlu olmayan ve bunun nedenini bilmeyen kişilerdir*” sözleriyle danışanlarının maddi başarılarının onları tatmin etmediğine işaret etmektedir. Bu konuda (K3, 31/K), “herkes mutluyken mutluluk peşinde” sözlerine ilaveten maddi dünyada sınırları aşmış insanların manevi dünyada tıkalı kaldıklarına bu sebeple görünürde mutluyken iç dünyalarında mutsuz olabildiklerini açıklamıştır. Görüldüğü üzere, danışanların koçlara gelme nedenlerinden biri olarak “hakiki mutluluğa” ulaştıracak yollar aramasıdır denilebilir.

Bazı koçlar danışanlarının “*korkularından, anksiyetelerinden, tıkalı kaldığı düşüncelerden, kendisini engelleyen inançlarından kurtulmak*” için geldiklerini belirtmiştir. Bu konuda bazıları danışanlarının “*Bazen özgürleşmek istiyorsa yani korkuları varsa geliyorlar. Performans anksiyetesi varsa ya da işte, uçak korkusu varsa geliyorlar. Bu tip korkularla ben terapi becerisini ekleyerek koçluk yapıyorum.*” (K1, 36/K), bazıları ise, “*İnsanların bana ulaşmasının temel nedeninin, iki tane olduğunu söyleyebilirim. Bunlardan biri, bir tür, hayatında belli bir seviyede sıkışmış olması ve daha sonra, bir sonraki seviyeye ulaşmak istemesidir.*” (K7, 32/E) ifadesiyle danışanlarının gelişim gösterebilmesi için öncelikle özgürleşmesi gerektiğini vurgulamıştır. Bu konuda Hergüner, bir koçun insanların rahatlıkla korku faktöründen ayrılarak, kişisel düşünce ve duygularını açıklamaları için ortam hazırlayacağını iddia etmektedir (Aydar, 1999: 100; Hergüner, 2008: 15).

Araştırmada danışanların dini ve manevi nedenlerden kaynaklanan, kaygı ve ihtiyaçlar sonucunda koçlara geldikleri görülmüştür. Bu konuda koç aynı zamanda Metodist papaz olan Chris Holmes, “*Papazlar, rahipler, hahamlar ve imamlar, liderliklerini güçlendirmelerine, hayatlarını dengelemelerine ve toplumsal dönüşüme liderlik etmelerine yardımcı olmak için koçlar arıyorlar. Koçluk disiplini din adamları arasında güvenilirlik kazanırken, koçların ortaya çıkan ihtiyacı karşılaması için giderek artan bir fırsat var*”<sup>35</sup>

---

35 <https://coachfederation.org/blog/coaching-clergy>, (Eklenme Tarihi: 01.05.2018).

şeklinde ifade etmektedir.

Koçlar, bazı danışanlarının “Tanrının sevgisini kazanma, Tanrı ve Batını dünya ile kurduğu ilişkide eksiklik olması” gibi dini kaygılar sebebi ile koçluk hizmet talebinde bulundukları ifade etmiştir. Örneğin (K1, 36/K), “*Bazı danışanlarımın sadece Allah’la kurdukları ilişkiden dolayı ortaya çıkan korkuları olabiliyor. Dini korkularla ilgili çalıştığım oldu. Dinle bağlantılı korkuları oldu. Sürecin sonunda Allah’la kurdukları ilişkide daha samimileşme ve yakınlaşma hissettikleri oldu. Bunu duymak da her seferinde benim şükretmeme sebep oluyor.*” Benzer şekilde K9 danışanlarının, “korku tabanlı” bir hizmet talebinde bulunduklarını, ve bu korkunun bilinçaltında yer alan dini, ailevi vb. her konudan kaynaklanabileceğini belirtmiştir.

Bunun dışında K9’un şu yorumları danışanların Tanrının sevgisini kazanabilmek ve Batını dünya ile bağlantı kurabilmek için koçlara geldiklerini göstermektedir: “*Tanrının sevmesini, onunla ve manevi dünya ile bağlantı kurmayı, evrende neler olduğunu anlamayı, din hakkındaki olumsuz hikayeleri, dini ve manevi savaşları anlamayı isteyenler de oluyor. (Gelen müşteriler) Daha fazla benlik saygısı, daha fazla güven (problemiyle gelmektedir). Belirtilen sorunlar, bazı insanların ruhani dünyaya önem atfetmesi, bazılarının da Dünya Tanrısının önemli gelmesiyle aynı zamanda birçoğu için Tanrı ile konuşmanın önemi ile (ilgilidir). Tanrı’nın kendilerini sevmesini istiyor, (evrende-dünyada) neler olup bittiğini anlamaya çalışıyorlar. İşte bu yüzden bu bağlantıyı pek çok kez yapamıyorlar çünkü pek çok hikaye (olumsuz hikaye) duyuyorlar. Yıllar önce tüm manevi liderler, dini liderler, insanlar, dini sebeplerle savaşımaya devam ettiler. Hepimiz ölecek olan varlıklarız ve burada istediğimiz şeyi yapmak için yeterince vaktimiz var. Kıymetini bilerek yaşayalım.*” (K9, 48/E).

Özetle, bazı danışanların “Tanrının sevgisini kazanma, Tanrı ve Batını dünya ile kurduğu ilişkide eksiklik olması” ve benzeri nedenlerle koçlara geldikleri tespit edilmiştir. Görüldüğü üzere danışan hem kendi içsel dünyasında Kutsal ile kurduğu bağ üzerine kaygı duymakta, hem de sosyal hayatta, dünyada din üzerinden yapılan olumsuz yargılar konusunda kaygı taşımaktadır. Bu bakımdan danışan hem dış dünyadaki dinin yansıtılan şeklini hem de kendisinin din ile birebir özel kurduğu ilişkiyi anlamlandırmaya çalışmaktadır. Bu bakımdan kişinin yaşadığı dünyadaki dini ve manevi hareketleri

anlamlandırma sürecinin kişinin Tanrı ile bağ kurmasında etkili olduğu söylenebilir.

Koçlardan bazıları danışanlarının, “gelişim ve değişim gösterme, durakladığı durumdan kurtulup yükselme, yetkinlik kazanma ve başarı isteği” gibi nedenlerle koçlara geldiklerini belirtmiştir.

Örneğin (K1, 36/K), “*Geliştirmek istedikleri konu varsa geliyor.*” sözleriyle, (K2, 27/K) ise “*Gerekli bir başarıya sahip olmak için*” danışanlarının geldiğini belirtmiştir. Benzer şekilde (K7, 32/E), danışanlarının geliş nedeni olarak, hedefledikleri “*seviyeye ulaşmaya yardımcı olmam ve onlara rehberlik yapmam için gelirler*” şeklinde açıklamıştır. Bu konuda K9, danışanlarının yüksek benlik ve egoları arasındaki bağlantıyı kurmalarında yardımcı olduğunu, onlarla hedeflerini “*daha yüksek bir benlik ve egoya sahip olacak şekilde tasarladıklarını*” ifade etmiştir.

### **3.2.1.2. Sosyo-kültürel Nedenler**

Koçlar danışanlarının, “iş, evlilik, arkadaşlık ve kültürel” gibi sosyo-kültürel nedenlerle koçluk hizmeti talep ettiklerini belirtmiştir. Danışanlar, ilişki kurabilmek ve evlilikte doğru karar alabilmek için gelebilmektedir.

Örneğin K 8, “*Başlangıçta ilişki koçluğu ile başladık ve bu nedenle müşterilerimizin çoğu toplumsal nedenlerle geliyordu. Mesela evlenmek istiyorlardı, bir ilişki kurmak istiyorlardı ve bu konuda başarılı olamıyorlardı. Bizden tavsiye, rehberlik veya koçluk istediler.*”

Sosyal nedenlerle geldiğini ifade eden (K5, 38/E), “*Daha çok sosyal sebeplerle geliyorlar. Hayatlarını dengelemek istiyorlar. İş hayatında mutlu ama ailesiyle yeterli vakti geçirmek isteyen. Ya da iş arkadaşları ile daha farklı bir ilişki arıyan*” kişilerin geldiğini belirtmiştir.

Koçlar, danışanlarının “iş, arkadaş, evlilik hayatı” gibi konularda hayat felsefesini belirleyen yaşanan değerler sistemini ayarlanmak ve hayatlarında denge sağlamak amacıyla geldiklerini belirtmiştir.

Bu konuda (K5, 38/E) danışanları için “*Önceki örneğe dönelim iş hayatında tamamım diyor ama aileme yeterli vakti ayıramıyorum diyor. Burada doğru sorularla kişinin gerçekten değer verdiği şeyleri tespit ediyoruz. Bazen başka işlere bizim için faydasından çok zaman harcarız. Bu bizim gayemiz gibi görünür ama ne kadar elde edersek edelim*

*mutludur. İşte burada kişinin doldurmak istediği alanı aile değerleri, paylaşım, sevgi, dostluk, saygı olarak ifade etmek mümkündür. Ancak baba evde yok saygı az sevgi az işte bu durumlarda koçlara ihtiyaç duymaktadır. Şimdi soruyorum arkadaşımıza nasılsın diye mutluyum demesi bile beni mutlu ediyor. Bazen hayatınızın dışından farklı bir pencereden bakmak doğru bir adım olabilir, size önceki hayatınızdan ziyade o anki durumunuzu dikkate alarak sizinle konuşur. Bu sebeple koçlukla hızlı ilerlemekte ve geçmişe inmemize gerek kalmamaktadır.” K5, bu sözleriyle, kişinin mutlu olabilmesi başka bir ifadeyle hayatını dengeleyebilmesi için kendi değerlerine göre yaşabilmesinin gerekliliğini vurgulamıştır.*

Literatürde bireylerin sağlıklı ilişki kurabilmek için koçluk hizmeti aldığına dair birçok örnek mevcuttur. Doğum, okul, evlilik, boşanma koçlarının yanı sıra bekarlar için de koçluk türleri mevcuttur. Bekarların istekleri ve ihtiyaçları çoğu zaman göz ardı edilmekte ya da yanlış anlaşılmaktadır. Bu sebeple koçlar, terapötik bir rolü vurgulamak ya da derin bir iç değişimi amaçlamak yerine, ilişki koçluğu ile daha adaptif ilişki tutum ve becerileri geliştirmeyi amaçlamaktadır. Örneğin Ives yaptığı araştırmalar sonucunda, koçluk ile bekarların bir yaşam partneri bulmadaki başarılarını artırmada yeni bir koçluk modeli sunmaktadır (Ives, 2012 :88). Bekarlara ve evlilere olduğu gibi aynı zamanda aile bireylerine, iş arkadaşlarına ve benzeri birçok alanda hizmet eden ilişki koçları mevcuttur. Bu bakımdan insanla etkileşimden doğacak ya da doğmuş olan durumlar üzerine koçluk hizmeti sunulduğu görülmektedir. Bu konuda koçların teröpatik yöntemlerden ziyade ilişkiler üzerine yeni beceri kazanımında, kişinin kendisini ve çevresini doğru analiz edip sağlıklı ilişkiler kurabilmesinde yardımcı olduklarını iddia ettikleri görülmektedir.

Bununla birlikte Türkiye’deki koçların bir kısmı ilişkileri sağlıklı hale getirme üzerine yeni modeller arayıp test ederken bir kısmı ise bu işin pazarını oluşturduğu söylenebilir. Bu sebeple ilişki üzerine koçluk hizmeti aradığınızda koçların kendi model ve uygulamalarını Şekil 13’teki<sup>36</sup> gibi sattıklarını görmek mümkündür. Örneğin Hakan Arabacıoğlu danışanlarının “geçmiş ilişkilerden kalanları geçmişte bırakma, engelleyen inançları

---

<sup>36</sup> <https://www.iliskikocubal.com/site/> (Eklenme Tarihi: 10.09.2018).

keşfedip değiştirme, odağı yeni bir ilişkiye çevirme” gibi uygulama paketi sunmaktadır.<sup>37</sup> İnternet sitelerinde bulunan bazı koçluk uygulamalarının medyumluk gibi gelecek hakkında yorumda bulunup tahmin yürüttüklerine de rastlanmıştır.

Senden istediklerim :

Onun Adı ve Doğum Tarihi (Gün/Ay/Yıl)

Senin Adın ve Doğum Tarihin (Gün/Ay/Yıl)

Belli başlı bildiğiniz tavırları, dikkatini çeken özellikleri, rahatsız olduğun veya hoşuna giden yönlerini,

içinden neyi belirtmek istiyorsan belirtmelisin ( 5000 Karaktere kadar )

Sana cevabı nasıl göndermemi istersin ?

🔊 Sesli ( 72,50 ₺ )    ✍ Yazılı ( 69,50 ₺ )

### Şekil 13: Koçluk Uygulama Satışı

#### 3.2.1.3. Ekonomik Nedenler

Koçlar danışanlarının, “mevki, kariyer ve finansal” konularda ekonomik nedenlerle koçluk hizmeti talep ettiklerini belirtmiştir. Bazı danışanlar iş hayatı nedeniyle koçluk hizmeti talep etmektedir. Örneğin (K6, 44/E) “*kişisel düzeyde gelenler oluyor, işini büyütmek isteyenler oluyor. Nedeni ise onun egosuyla ilgilidir. Genelde bu kişiler işletme sahipleri oluyor*” şeklinde açıklamıştır. K6’ya göre danışanların işlerini geliştirmek için koçluk talebi ile danışanlarının egosu arasında bir ilişki söz konusudur. Bu konuda benzer görüşe sahip olan (K7, 32/E), danışanlarının “*Kariyer, finansal, sosyal alanda sahip olmak isteyip istemediğinizi sürekli sormamız gerekir bunları sorabilmek gerçekten de çekirdeğin özüne ulaştırır*” şeklinde açıklamada bulunarak kişinin sosyo-ekonomik alanda nerede olmak istediğini keşfetmesinin kişinin kendini tanımasında, öze ulaşmasında yardımcı olacağını iddia etmektedir.

Birey ilişkisi dışında iş ve eğitim durumu nedenleriyle de koçlara başvurmaktadır. Bu konuda literatüre bakıldığında CEO’ların, üst düzey yöneticilerin koçluk hizmeti aldığı

---

<sup>37</sup> <http://www.zestcoaching.com/gunluk-uygulamalar/hayalinizdeki-iliskiye.html> (Eklenme Tarihi: 10.09.2018).



görülmektedir. Daha önceden de belirtildiği gibi ABD’de bulunan birçok önemli şirketin koçluk programlarını desteklediği (Çakar, 2011: 10) ve ABD’li CEO’ların %80’inin koçluk eğitimi aldığı bilinmektedir (Elgün, 2007: 19).

#### 3.2.1.4. Manevi Nedenler

Danışanların koçluk hizmeti almasında manevi nedenlerin yer aldığı görülmektedir. Koçlar, bazı danışanların doğrudan bazıları da dolaylı olarak dini ve manevi ihtiyaçlarını dile getirdiklerini belirtmiştir.

Dolaylı şekilde danışanın maneviyat ihtiyacı olduğunu şu şekilde belirtilmiştir:

*“Gelen kişi ‘maneviyatımı geliştirmek istiyorum’ ihtiyacı içinde geldiğini söylemiyor, hayatımda anlam boşluğu var diyor. Ama ilk seansın sonunda ‘evet, benim hayatımda bir anlam boşluğu var’, ‘kendimi anlamsız hissediyorum’, ‘işe yaramaz hissediyorum’ diyor. Genelde hayatındaki bir kayıptan sonra böyle bir şey yaşıyor. İş değiştirme, işsiz kalma, evlilikle ilgili bir boşluğun oluşması ya da eşinin vefatı veya ayrılması, çocukların büyümesi bunun gibi... Hayattaki dönüşümlerden veya çok çalışıp terfi aldıktan sonra manevi olarak açlığı hissediyor ama bunu maneviyat açlığı, maneviyat boşluğu, maneviyat eksikliği olduğu hissini yaşamadan koça geliyor. Süreç içerisinde ilk seansta onun bir anlam arayışı olduğunu biz konuşmuş oluyoruz. Sonrasında maneviyat ile ilgili seans sürecimiz bittiğinde danışan bunun maneviyatla ilgili bir şey olduğunu anlıyor. Yolculuk esnasında çok farkında olmuyor ancak yolculuğu sonlandırıyor. Çünkü hayattaki başka pratik konular da var. Pratik konular bazen aşağıdaki manevi konular ile manevi açıklıkla ilgili olabiliyor. Bazen de pratik konuları çözmek aslında oradaki (manevi alandaki) anlamları çözebiliyor. Kişi hayatında bir şeyler istiyor. Mesela üretmek istiyor çünkü üretme ihtiyacı var. O üretme ihtiyacının, hayatındaki değerlerle karşılanması ve insanlara faydalı olması ile doyuruyor. O ihtiyacın karşılanması durumunda maneviyatla ilgili de bir açılma başlıyor. Dolayısıyla anlamları araştırma, neyi neden yapıyoruz, niyetleri yenilemek falan hepsi de maneviyatla ilgili çalışmalarla ilgili oluyor.” (K1, 36/K).*

Danışanların maddi gibi görünen isteklerinin manevi açıktan kaynaklandığına dair örnekler mevcuttur. Örneğin bu durumu bazı koçlar şu şekilde açıklamıştır: *“Danışanlarım daha çok maddi görünür isteklerle bana gelirler. Mesela ‘terfi etmek istiyorum, araba almak*

*istiyorum, ev benim hayalim, şirket açmak istiyorum, ailemle daha iyi bir hayat yaşamak istiyorum, onları mutlu etmek istiyorum’ diyebilir. Ama işinden ailesine zaman ayıramıyordur. Çalışanları kendisini önemsemiyor diye gelen, ya da patron tarafından sürekli eleştirilen, patron ile ilişkisini düzeltmek isteyen. Kısacası iyi bir hayat yaşamak istediği için gelen başarılı ama mutsuz kişiler vardır. Hatta mutsuz kişiler demek yerine hayatta daha çok mutlu olmak isteyen kişiler geliyor diyelim. Daha çok maddi gibi görünen istekler olsa da hepsinde maneviyata giden bir yol var. Açlık var. Biz de burada devreye giriyoruz işte. Gerçek nedenler ve gerçek ihtiyaçlar. İnsanlar kendi içlerinde duyguları ile olaylara objektif bakamaz, dışarıdan bakacak bir göz gerekir. Danışan asıl isteğini duygularını katmadan aktarabilmelidir. Biz de burada kişinin gerçekten ne istediğini kişinin kendisinin keşfetmesine yardımcı oluyoruz.” (K4, 36/K). Özetle kişinin sıraladığı maddi istekleri, derinliklerinde manevi bir anlam taşıyor olabilir. Bunun için danışanların dışarıdan objektif bir yoruma ihtiyaç duydukları görülmektedir.*

Danışanlarının manevi ihtiyaçları nedeniyle geldiği konusunda (K9, 48/E) de benzer bir görüşe sahiptir: *“Ne kadar tatmin olursa olsun. Onların sorunu gerçekten maneviyatla bağlantılı görünmekte çünkü kendileri hakkında herhangi bir inançları varsa geliyorlar ve orada manevi bir sorun ortaya çıkıyor. İnsanlar maneviyatla ilgili konulardaki ihtiyaçlarının kolay bir şekilde görünmediğini bilirler.”* K9, danışanlarının gelme nedenlerinin direkt olarak maneviyatla ilişkili olmasa da maneviyatla bağlantılı olduğu görüşündedir. Çünkü ona göre herhangi bir konuda inanca sahip olmak, kişinin maneviyatını da etkilemektedir.

Bu konuda benzer fikre sahip olan (K3, 31/K) şu şekilde ifade etmiştir: *“Danışanlarım karar verme, süreç belirleme, baş edememe gibi sebeplerle gelirler. Aslında hepsi bir arayış içindedir. Ben de ne aradıklarını bulmaya yardımcı olurum. İnsan aslında sürekli bir şeyler arıyor, örneğin; mutlu olamıyorum psikologa gideyim, sorunumu çözemiyorum aile terapisti bulayım, çocuğum yolunu bulamıyor eğitim koçu bulalım vs. asıl eksik olan inançları, manevi boşlukları en büyük eksiklik inanma ihtiyacının giderilmemesi olması. Bu konuda manevi bir eksiklik olduğunu anlayabiliyorum, o kadar çok danışanım var ki hiçbir şeye inancı yok, en çok zorlandığım kişiler bu inanmayanlar. Çünkü bir yerde cevaplar bitiyor ve inanmayan birine şükret ya da kismet değilmiş ya da Allah böyle istemiş*

*diyemiyorum, duygularına dokunmaya çalışıyorum fakat inanın hiçbir şey yapamıyorum, belkide bu benim eksikliğim bilemiyorum. çok da müdahale etmek istemiyorum, hatta bazen bile bile inkarlarını görüyorum, kendilerini inkara zorluyorlar, çünkü böylesi daha kolay oluyor sanırım.”*

Bazı durumlarda danışan, doğrudan maneviyat ihtiyacını söylebilmekte, koç da danışanı ile daha açık ifadelerle maneviyat hakkında konuşabilmektedir. K2, insan aklının her konuda olduğu gibi manevi konularda da şüpheye düşebildiğini ve bunları aşmak için danışanları ile birlikte çalıştıklarını ifade etmiştir. K10, manevi koçluk yaptığını bu sebeple gelen danışanlarının maneviyat ile bağlantılı nedenlerle kendisine geldiğini belirtmiştir. Bu konuda K 1 de, “anlam arayışı” ile gelen danışanlarının derinlerde “manevi açlık” nedeniyle koçlara gelebildiğini ifade etmiştir.

Koçlar tarafından üstü örtük ifadeye bulunan kişilerin, hayatı anlamlandırma, hayattaki değer ve anlamları arama gibi ifadelerle manevi ihtiyaçları nedeniyle koçlara geldikleri ifade edilmiştir. Literatürde maneviyat benzer şekilde, “*hayatın anlamı ve kişinin yaşamındaki anlam boyutu*” olarak değerlendirildiği görülmektedir (Plouffe, 1992: 3; akt. Wong, 1998). Bu sebeple danışanların hayatlarındaki anlam arayışı ve bu durumun koçlar tarafından manevi ihtiyaç olarak tanımlanması anlamlı görülmektedir.

Koçlar danışanlarının derin benlik/deeper self ve yüksek benlik/higher self ile bağlantılarının zayıf olmasından kaynaklanan dini ve manevi alanda hissettikleri boşluğu doldurmak amacıyla koçlara geldiklerini belirtmiştir. Bu konuda K8, koçluğun gelişmesi ve hizmet alanının genişlemesi sonucunda manevi konularda da hizmet verebildiklerini belirtmiştir “*Şimdi genişledik ve danışanlarımın gelme sebepleri manevi konuları da içeriyor. Grafik üzerinde çalışıyoruz, danışanlarımın amaçlarını daha iyi iş yapmaktan, ilişki ve maneviyat özlemine kadar bütün grafiği çalıştırıyoruz. Zihinleri hakkında daha fazla bilgi edinmek ve bu alanda koç ile daha çok çalışmak istiyorlar. Bunlar da daha çok manevi nedenlerden kaynaklanmaktadır.*” (K8, 54/E). Bu konuda K8, yaşanmış bir hikayeyi şu şekilde anlatmıştır: “*Örneğin, müşterilerimden biri bu sabah maneviyat hakkında konuşmaya başlamıştı. Kurumsal dünyada başarılı, ancak bir noktaya kadar gelebilmiş. Sanırım 35 yaşında, çocukluğunda kiliseye gitmesi dışında onun manevi bir bağlantısı olmadığını fark ettik. Belki birkaç doğu felsefesi kitabı okumuş. Kolejdeyken*

*daha iç dünyasına(deeper self) ya da psişe (psche) ile bağlantı kurmanın gerçek bir yolunu bulamamış ve gerçek bir pratik edinememişti. Ve bu yüzden bize geldi, bizim deyişimizle, daha iç dünyası (deeper self) ve kendini aşan yüksek benliğine (higher self) koçluk yapmam konusunda yardımcı olmamı istedi.”* (K8, 54/E). Bulgulara göre kişinin kendi benliği ile sağlam bir bağ kurabilmesi için bu alanı doyurması gerekmektedir. Koçlar danışanlarının maneviyatının gelişebilmesi için kişinin yüksek benliği ile irtibatta olması gerektiğini vurgulamışlardır.

Psikoloji literatüründeki teorilerin birçoğunda yüksek benlik kavramı geçmektedir. Örneğin William James daha geniş bir benlik olarak tanımladığı dini deneyimin kaynağı olan yüksek ve manevi bir benden bahseder (James, 1902/1960: 49). Abraham Maslow ise yüksek benliği, başkalarının yüksek benliği ile örtüşmesi (Maslow, 1973: 327), Carl Jung, manevi görüntüler kullanarak benliğin bütünleşmesi olarak vurgulamaktadır (Jung, 1991). Yüksek benlik (gerçek, manevi, transpersonal, bütünleşmiş), Roberto Assagioli tarafından geliştirilen psikosentez modelinde öne çıkmaktadır (Assagioli, 1993). Derin benlik ve yüksek benlik ilişkisine (Rowan, 1993), yüksek benliği sıradan olmayan bilinç durumları olarak (Grof, 1993), bastırılmış bilinçdışının merkezinde bulunan yüksek benliğin varlığına vurgu yapılmıştır (Washburn, 1994,1995; akt. Daniels, 2002: 18).

Bunların dışında doğrudan maneviyat temasını açarak gelen danışanlar da mevcuttur. Koçlara göre, danışanın açık ifadelerle manevi eksikliklerini ya da ihtiyaçlarını dile getirebilmesi, kişinin geliştirdiği bütüncül bakış açısı ve kendisini tanıyabilmesi ile ilişkili görülmüştür. Nitekim insan her konuda şüpheye düşebildiği gibi manevi konularda da şüphe ya da kaygıya düşebilir. Danışanın dini kaygı ve manevi ihtiyaçlarının, hayatı anlamlandırma gelişim gösterme, hayatı dengeleme gibi diğer nedenlerle koça gelmesinde etkili olduğu söylenebilir. Sonuç olarak danışanların doğrudan ifadeler kullanarak sosyal nedenlerle koçluk hizmeti almaya yöneldikleri belirtilmiş olsa da danışanların dolaylı ifadelerinden yola çıkıldığında, manevi ve özsel/işsel nedenlerin koçluk hizmeti talebinde daha etkili olduğu söylenebilir.

### 3.2.2. Koç ve Danışanın İlk İrtibatı

Koçlara “Danışanınız ile ilk irtibatınız nasıl kuruluyor?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların tamamı danışanlarının “internet aracılığı ile” (facebook, web sayfası, linkend vb.) kendilerinden randevu talebinde bulunduklarını belirtmiştir. Bunun dışında “paneller, konferanslar, çalıştığı danışmanlık kurumu ya da arkadaş tavsiyesi” gibi sosyal çevrenin etkisi ile irtibata geçtiklerini ifade etmişlerdir.

#### 3.2.2.1. İnternet Aracılığıyla İrtibat Kurma

Koçlar, internet aracılığı ile iletişim ve danışmanlık hakkında şunları söylemiştir:

*“İnternet gerçekten bu alanın gelişimi için bir araç olmuştur. Erken başlayan İnternet pazarlamacılarıyla çok fazla örtüşme oldu ve doksanlı yılların sonlarında, bu kişilerin bir kısmı daha sonra koçluk yaptı ve bazıları İnternet üzerinden pazarlama konusunda oldukça başarılı oldu. Bu yüzden, bu noktaya geldiğimizde, internet, bir web sitesi, bir podcast gerçekleştiren videolar veya birincil olan tele-seminerler, kullandığımız araçlar müşterilere ulaşmanın ana ve en kolay yoluydu. New York'ta atölye çalışmaları gibi gerçek yerel yardım ekipleri hazırladık ancak müşterilere ulaşmanın birincil yolu olarak videolar aracılığıyla, internet kanalıyla ulaşmanın daha kolay olduğu öğrendik. Nerede olursanız olun, potansiyel bir müşterinin e-postalarını topluyorsunuz, bir liste alıyorsunuz ve şu andan itibaren bir ya da iki yıl içinde listenizi oluşturuyorsunuz. Önemli bir listeye sahip olduğunuzda, o zaman sadece böyle devam etmeye devam edersiniz ve gittikçe daha popüler hale gelirsiniz, çok fazla insanın sizin hakkınızda bilmek isteyeceği şeyler olacaktır, böylece o kişiler listeye girer ve internete bağlanır ve biz orada onları bekliyoruzdur.” (K8, 54/E).*

Bu konuda “Binbiruzman.com da CV'm var. Daha doğrusu orada kayıtlıyım. Oradan teklif veriyorum, onlar kabul ediyorlar. O şekilde görüşmeler sağlanıyor.” (K2, 27/K) şeklinde internette danışmanlık hizmeti sunan online bir siteye üye olduğu ve insanların bu site aracılığı ile kendisine ulaştıklarını belirtmiştir.

Koçların tamamının kendi “web sayfası”nın olduğu ve birçoğunun “online internet danışmanlık” sitesinde üyeliğe sahip olduğu görülmüştür. “Bireysel, yaşam koçluğu

genelde web sitemden, ya da arkadaş tavsiyesi ile yapıyoruz. Networküm kuvvetli diyebilirim. Zaten koçluk öncesi 12 senelik iş tecrübem sayesinde koçluğa geçtiğimde danışanlarım önceden de beni tanıyordu.” (K4, 36/K).

Danışanların web sayfasında yorumlardan ya da beğenilerden etkilendikleri ve bu şekilde koç tercih etmelerinde etkili olduğu belirtilmiştir:

“Bazı koçlar farklı davranabilir ama genelde danışan bizi bulur. Ben kendimi tanıtan web sayfamda özelliklerimi, uygulamalarımı, ilgili olduğum alanları yazdım. Sanırım yorumlar danışanlar için önemli, mesela eski bir danışmanım memnuniyetini bildirmiş sayfamda, bu araştıran insan için gerçekten önemlidir. Şunu da söyleyim görüşmelerim daha çok telefon ile, zaten koçluk ile dünyanın dört bir yanından danışanınız olabiliyor. Sizinle aynı hayata bakan insanlar genelde sizi tercih ediyor.” (K5, 38/E).

Farklı bir örnek olarak şu ifadeler gösterilebilir:

“Houston'da çok iyi bir SEO'ya (Arama Motoru Optimizasyonu/Search Engine Optimization) var. Bu yüzden insanlar, beni Houston'da buluyor, bu konuda web siteme koyduğum anahtar kelimeler yardımcı oluyor. Genellikle işletme sahipleri için kişisel koçluk şeklinde aratılınca beni buluyorlar. Kendileri için doğru an olması gerektiği için koçlukta, en azından iç değişim isteyen insanlara koçluk yaparken, referansın pek işe yaradığını düşünmüyorum. Koçlara, koç dışarı çıkıp müşterileri bulması gerekmemeli, danışan tarafından koç bulunmalı, bu koçlukta önemli bir parçadır diye söylüyorum.” (K6, 44/E).

Koçun internette aktif/online olması konusunda (K7, 32/E) ise “Sadece bazı insanlar beni şahsen tanıyor olsalar da çevrimiçi olarak beni kolaylıkla bulabiliyor. Gençler çevrimiçi olup olmadığını web sitemde, bloglarda veya böyle bir şeyde buluyorlar ve kendileriyle uzlaşıp iletişime geçmem için çalışıyorlar.” şeklinde ifade etmiştir. Görüldüğü üzere internet aracılığı ile koçluk irtibatı etkili olmaktadır.

### **3.2.2.2. Sosyal Çevre**

Türkiye'deki koçlar danışanlarının, “çalıştıkları kurum, gelen danışanlarının tavsiyesi” ile kendilerine ulaştıklarını belirtmiştir.

“Türkiye’de çok yoğun çalışıyordum. Ben zaten danışma merkezlerinde çalışıyordum. Dolayısıyla oraya gelen danışanlar bir zaman sonra kendi ailelerinden, çevrelerinden tanıdıklarını yönlendiriyorlardı. Buraya geldiğimde yeniden kendi çevremi oluşturmam gerekti. İşte şimdi online kanallarla yani sosyal medyayı kullanarak sesimi duyurmaya çalışıyorum. Böylelikle benim nasıl bir iş yaptığımı insanlar öğrenip başvurabiliyorlar. Eğitimler, workshoplar düzenliyorum. Orada o eğitim ve workshoplara katılanlar daha sonra koçluk hizmeti almak istiyor.” (K1, 36/K). Bu konuda (K4, 36/K), “eski kurumumdan tanıyanlar da gelmekte” şeklinde örneklendirirken, (K3, 31/K), “İnternet aracılığı ile ulaşıyoruz birbirimize. Ancak benim asıl destek verdiğim grup kendi sosyal çevrem. Görme engelli öğrencim ile, telefonlaşıyoruz, mailleşiyoruz, ayda 1 yada 2 defa bir araya geliyoruz. Kritik süreçlerde yüzyüze görüşmelerimiz artıyor tabiki.” (K3, 31/K) şeklinde benzer ifadede bulunmuşlardır.

“İnternetin” danışanların koçlarla tanışma ve ilk irtibatlarında etkin olduğu tespit edilmiştir. Koçlar “facebook, instagram, linkend hesaplarından ve bloglarından” kendilerini, koçluk yöntemlerini, hangi alanlarda koçluk hizmeti verdiklerini paylaşmaktadır. Bu sebeple internette danışmanlık hizmeti için arama yapan bir kişinin kendisine uygun koç bulabildiği söylenebilir.

Koçların web sayfalarında kendilerini tanıtmalarının danışanların hangi koçla çalışacağını seçmesi konusunda etkili olduğu görülmektedir. Bu şekilde danışan kendisine en yakın koçu seçme şansına sahip olabilmektedir. Bu hem koç hem de danışan açısından kolay bir yöntem olarak dikkat çekicidir. Danışanın koçun bulunduğu mekana gitmesi gerekmeden, istediği saatte internete girmesi ve “sistemde online” görünen bir koç bulması diğer danışmanlık hizmetlerine göre kolay görülmektedir.

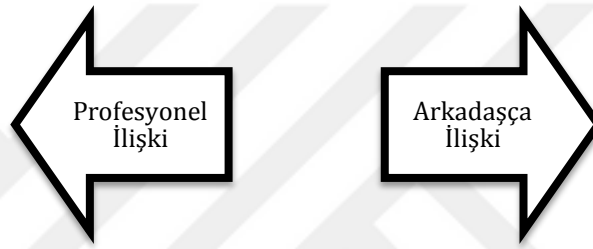
Görüldüğü üzere Türkiye’de danışanların, koçlarını bulmalarında ve koçlarıyla irtibatlarında internet ve sosyal çevrenin eşit etkiye sahip olduğunu söylemek yanlış olmaz. Buna karşın ABD’de bir kişinin internet ve sosyal medya aracılığıyla koç bulmasının etkili ve daha tercih edilir olduğu görülmüştür.

Koçlukta internet kullanımı kadar olmasa da telefon ile görüşmenin de önemli bir yerinin olduğu tespit edilmiştir. Danışanlarını telefon ile de mekan ve zaman sınırlamasından kurtulduklarını ifade etmişlerdir. Bunun dışında ilgili literatürde bazı danışanların koçları

danışmanlarını göremediklerinde, düşünce ve duygularını daha derin paylaşabildiklerini, görsel dikkat dağıtıcılardan uzak kaldığını ve kişilerin fiziki varlıklarının bir engel teşkil edemediği seanslar gerçekleştiği aktarılmaktadır (Dunbar, 2009:82-83).

### 3.2.3. Danışan ile İlişki Şekli

Koçlara “Danışanınız ile geçirdiğiniz süreci nasıl tarif edersiniz?” sorusu yöneltilerek danışan ve koç arasındaki ilişkinin konumu belirlenmeye çalışılmıştır. Aşağıdaki Şekil 16’da görüldüğü üzere üç ilişki söz konusudur.



Şekil 14: Yaşam Koçu ile Müşteri İlişkisi

Katılımcılar, danışanları ile ilişkisini daha çok *mesafeli yakınlık* olarak tanımlamışlardır. Buna karşın ikincil olarak ise *arkadaşça* kavramını ve son olarak *profesyonelce* bir ilişki kavramını kullanmışlardır. Katılımcılar, koç danışman ilişkisini tanımlarken; “etik sebepler, koçluk sürecinde faydacılık ve profesyonellik” kavramlarını kullanmışlardır.

#### 3.2.3.1. Profesyonel İlişki

Koçlardan bazıları, danışanları ile arasında “profesyonel bir ilişki” olduğunu açıklamıştır: (K7, 32/E) “arkadaşım değil” ifadesini de kullanarak “*Daha çok profesyonel bir ilişkiye sahibiz. Danışan ile elde ettiğimiz sonuçlar için konuşuyoruz*” diyerek tek taraflı bir amaç içeren konuşma olduğundan başka bir ifadeyle danışanın hayatı üzerine konuşulduğundan profesyonelce görüldüğü söylenebilir.

*"Bir mesafe tuttuğumuz temel psikolojik terapötik ilişkilerin etik kurallarını izlemeye çalışıyoruz. Başka bir deyişle, mutlaka müşterilerimizle sosyal etkileşime sahip olmak zorunda değiliz, çünkü koçluk yapıyoruz, terapi değil. Ama, bizim de olgun olduğunu bildiğimiz, kendisine güvendiğimiz ve kendisiyle sınırları belirleyip koruyabildiğimiz farkındalık sahibi müşterilerimizle farklı şehirlerde olduğumuzda bazılarıyla akşam*



*yemeğine çıkabilme özgürlüğümüz var. Ama biz danışanların arkadaşaları değiliz, bazı belli durumlarda bir araya gelindiğinde bize sadece soru soracak değiller, bizimle sosyal bir ortamda etkileşime de giriyorlar, akşam yemeği yiyorlar ya da partilere gidiyor ya da bu şekilde etkileşim kuruyorlar. Dolayısıyla bu çok akıcı bir ilişki. Sınırları korumaya çalışıyoruz; arkadaşlarımızla olduğu gibi danışanlarımızla mümkün olduğunca etkileşime girmiyoruz ve bu profesyonel ilişkiyi çoğu zaman korumaya çalışıyoruz." (K8, 54/E).*

### **3.2.3.2. Arkadaşça İlişki**

Bazı koçlar danışanları ile ilişkisinde mesafeye dikkat etmelerine karşın diğer danışmanlıklardan farklı olarak daha çok arkadaşlık ilişkisine benzer bir yakınlık olduğunu belirtmiştir.

*"Aile yakınlığı gibi değil. Ondan eminim. Arkadaş gibi de değil, zaman zaman seans esnasında çok arkadaşça muhabbete girdiğimiz oluyor. Çok derin konular konuşurken gülebiliyoruz, kahkahalar atabiliyoruz. Bir arkadaşınla sohbet ediyormuş modunda olabiliyor ama arkadaşça değil. Aslında bu çok başka, hiçbir ilişkiye benzemeyen bir ilişki... O yüzden de aslında hani o ilişkinin başka dışarıda sürdürülmemesi gerekiyor. Koçlukta daha az sınırlar var, terapide daha keskin sınırlar var ama... Bir kişiyi görüyorsanız başka bir kişiyi onun ailesinden görmemeyi tavsiye ederler. Koçlukta çalışılan konular daha az problem içeren ve daha çok insanın kendisini geliştirmek istediği alanla ilgili. O yüzden aileden başka birini görmek söz konusu olabiliyor ama mümkünse aynı aileden ikinci kişi ile görüşmemek benim tercihim. O terapiden kalan bir alışkanlık. Çünkü o ilişki çok özeldir. Başka ilişkiler ile karışması, koçluk sürecinin selahiyeti bozulabilir. Mesela ben terapi süreci devam ediyorken sosyal medyadan ekleme talebini kabul etmiyorum. Terapi sürecinin sonlandığını bildiğim ve artık o ilişkiyi kapattığımız danışanlarımdan kabul ettiğim oldu. Sosyal medyadan da herhangi bir takipleşme olmuyor. Çünkü tamamen o odada gerçekleşen ve o duruma ait bir ilişki." (K1, 36/K).*

Sosyal medyadan arkadaşlığın başlayıp, koçlukla devam ettiğine dair örnekler mevcuttur:

*"Mesafeli ancak bir o kadar da samimi ve yakın bir ilişkimiz var aramızdaki bağ tarif etmesi biraz zor. Birbirimize çok güveniyoruz. Bu diğer danışmanlıklarda ne kadar olabilir bilemiyorum. Sanki dostunla konuşur gibi içten, samimi ve doğal. Seanslar dışında denk*

*gelebiliriz, arkadaşça bir konuşma sürer. Seanslar devam ederken dışarıda özel olarak görüşmeyi uygun bulmuyorum. Buna karşın sosyal medya ile tanıştığımız için zaten oradan da bir takipleşme yazışma söz konusu olabiliyor. Kısaca iletişiminize göre arkadaşlığınız koçluk sonrasında da devam edebiliyor.” (K4, 36/K).*

Bu konuda dikkat çeken bir husus da K1’in seans sonrasında K4’ün de seans öncesinde koç ve danışan ilişkisinin sosyal medyadan da arkadaş olabileceklerini ifade etmeleridir. Sosyal medya hesaplarında (facebook, instagram vb.) kişiye ait bilgiler ve paylaşımları da yer almaktadır.

Koç ve danışanın karşılıklı birbirlerine koçluk yaptıklarına dair örnek ifadeler mevcuttur:

*“Karşılıklı bir koçluk olabiliyor. Sizin söylediğiniz fikirler onda yeni bir fikir açıyor, üstüne o size yeni fikirlerle geliyor. Ondan sonra karşılıklı fikir alışverişi oluyor. Gerçekten de bir sinerji oluşuyor. Beyin fırtınası yöntemi de diyebiliriz buna. Karşılıklı fayda söz konusu, hem koç için hem danışan için.” (K2, 27/K).*

Koçluğun samimi bir ortaklık olduğuna inanan koçlar vardır:

*“Benim koçluk yapıyor olmam, anlattığım kadarıyla daha samimi olurdu, çünkü bir terapistle olabileceği gibi profesyonel bir mesafe yok. Omuz omuza duruyor ve aynı soruna bakıyoruz. Yani her şeyden çok daha samimi bir ortaklıktır. Şimdi çalıştığım iki tip müşteri var. Biri daha uzun vadeli hedeflere sahip ve bazı kişisel büyüme isteyen bir işletme sahibi. Fakat hayatlarında büyük değişiklikleri kısa zamanda isteyen insanlar var. Bu müşterilerle ‘Bitirene kadar çalışıyoruz’ diyorum, aslında tek bir ücret talep ediyorum farklı ücretler alıyorum. Ve sonra insanlar ‘Tamamlandığımızı nasıl bilebiliriz?’ diye soruyor. Benim cevabım ise: ‘Konuşacak hiçbir şey kalmadığında, hayatınızı istediğiniz şekilde yaşamaya başladığınızda, tüm olumsuz inançları geri bıraktığınızda ve aynı yolda gittiğinizde. Böylece başka bir oturumum olabilir, ama zaten kendi başına artık ilerleyebiliyordur, bu yüzden konuşmamızın bir noktası olmaz, konuşacak başka bir şey de kalmamıştır. İlerlemek için artık araçları var, bana ihtiyaç duymuyorlar. Sanırım değişimin başladığında ve yapmak istediklerini yaptığında benim görevim bitmiş demektir. Ya da yapmak istediğin şeyi yapmanın yolundasın ve onunla sana yardım etmeme gerek yok demektir. Çünkü artık gerekli araçların var.” (K6, 44/E).*

Dostluğu ifade eden bir yakınlaşma olmamakla birlikte ancak arada kuvvetli bir bağın olması gerektiğini vurgulayan ifadeler mevcuttur:

*“Bir arkadaşlığa dönüşürse koçluk rolünü korumak biraz zorlaşıyor. Ancak, Houston'dan ayrıldığımda çoğunlukla çevrimiçi (internet aracılığıyla) çalıştığımdan dünyanın dört bir yanından müşterim oluşuyor. Ama Houston'a geri döndüğümde, bazen birlikte çalışmış olduğum müşterilere rastladığım oluyor. Ve birçok kez arkadaş oluyoruz. Houston'a her uğradığımda dışarı çıkıp bir yerlerde bir şişe şarap içtiğim bir müşterim var. Altı yıl önce yaklaşık bir yıl koçluk yapmış olsak da sanki arkadaş olduk. İyi arkadaş olduk. Ancak bence en iyi profesyonel koçlar çizgileri fazla bulanık kılmamaya çalışacaklardır. Fakat bazı durumlarda, bu böyle bir ilişki vardır, bu tür bir bağ oluşur, dostluk gibi de değildir ve çok benzersizdir. Ben böyle bir kimseyle geziye çıkmam, ama eminim bazen kasabamda olduğumda öğle yemeği falan olabilir. Ancak daha samimi, daha dostça ve bildiğiniz bir arkadaşınız gibi değil. Karımla ya da bu yakınlıkta biriyle de o kişiyi akşam yemeğine çıkarmam.”* (K6, 44/E).

Bazı koçlar *“terapist gibi bir rolüm yok. Daha arkadaşça bir ilişki diyebiliriz”* (K5, 38/E) şeklinde terapiden farklı dostana bir ilişkiyi uygun görürken bazı koçlar da psikoterapötik danışmanlıklarda geçerlik olan etik kurulların uygulanması gerektiğini savunmuşlardır.

Görüldüğü üzere koçlar, tedavi etmedikleri için doktor değil, öğretici olmadıkları için öğretici değil ancak gidecekleri yolda yanlarında bulundukları için “yol arkadaşı, mesafeli arkadaş” kavramlarını tercih ettikleri söylenebilir. Bununla birlikte K2'nin de ifade ettiğı gibi (K7, 32/E)'nin aksine koçluk, “çift taraflı yarar sağlayan bir ilişki” olarak görülmektedir. Bu sebeple bazı koçlara göre, koçluğun çift yönlü yarar sağlamasından dolayı, koçlukta arkadaşça bir ilişkinin varlığından söz edilebilir.

Koçlar danışanları ile ilişkisini profesyonel bir hizmet olarak görmesine karşın aralarındaki bağın dostluk kadar kuvvetli olduğunu belirtmiştir. Örneğin (K9, 48/E), *“Yakın bir arkadaşlık, güvenebileceğiniz, her şeyinizi paylaşabileceğiniz bir ilişkidir.”* şeklinde ifade etmiştir.

Bazılarına göre yol arkadaşlığıdır:

*“Uzun bir yolculuk bu, eşinin bile bilmediği duyguları sırları ben biliyorum, o bana sonsuz güveniyor, dostluktan daha ileri bir bağ, onu hiç bırakmayacağımdan emin. Baş edemediği, çözemediği sorunlarda hep benimle. Bu bağ kurmak ciddi zaman gerektiren karşılıklı güven esasına ve gönüllülük esasına dayalıdır.” (K3, 31/K).*

Araştırmada koç-danışan arasındaki ilişki boyutu, “*profesyonel ve mesafeli yakınlık*” olmak üzere iki farklı şekilde tespit edilmiştir. Koç-danışan ilişkisini profesyonel olarak tanımlayan koçlara göre “etik sebepler ve koçluk sürecindeki tek taraflı faydacılık” prensibi yer almaktadır. Buna karşın diğer psikoterapi hizmetlerinden farklı olarak koç-danışan ilişkisi *mesafeli yakınlık* olarak tanımlanmıştır.

Koç-danışan ilişkisini profesyonel olarak tanımlayan koçlar, danışan merkezli tek taraflı faydacılık var iddiasında bulunmasına karşın literatürde koçluğun profesyonel bir meslek olduğunu, aldıkları ücret sebebiyle de işin daha profesyonelce yürütüldüğünü iddia eden koçlar da mevcuttur. Görüldüğü üzere koçluğun tek taraflı fayda sağlaması ve bu iş için ücret talep edilmesi durumu, koçluğun profesyonel bir ilişki olmasında etkili olduğu söylenebilir.

Koç-danışan ilişkisini mesafeli yakınlık olarak tanımlayan koçlar ise aralarındaki ilişkiyi, “sosyal medya arkadaşlığı, samimi ortaklık, karşılıklı faydacılık” vb. olarak belirtmiştir. Facebook, twitter, instagram gibi sosyal medya ağlarının danışanların koç bulmalarında olduğu gibi koçluk sonrasında da arkadaşlıklarını devam ettirebilecekleri ortamlara dönüştüğü söylenebilir. Hatta bu konuda koçlar bazen danışanları ile seanslarını dışarıda bir ortamda danışanın isteğine göre gerçekleştirebildiklerini ya da telefonla istedikleri zaman görüşebildiklerini ifade etmişlerdir. Konu ile ilgili literatüre bakıldığında, danışan güven ve birliktelik duygusu kazanımı neticesinde gece veya gündüz e-posta yoluyla koçuyla iletişim kurabilir ve bu durum danışan için önemli görülmektedir. Bazen sadece danışan düşünce ve deneyimini koçuyla paylaşmak için iletişime geçebilir (Dunbar, 2009:82).

Koç ve danışan ilişkisi ile ilgili literatürde koçlukta ilk karşılaşmada yabancı olan iki kişinin ilişkisi zamanla arkadaşlığa dönüştüğü görülmektedir (Dunbar, 2009: 83). Bununla birlikte kurulan koç-danışan etkileşimi üzerine yapılan araştırmada koçların “baskın/dominant, baskın-arkadaşça, arkadaşça, itaatkar-arkadaşça/submissive-friendly, baskın-düşmanca” gibi koçun danışanına yönelik birçok farklı tutumu olabilmekte ve koçun

baskın arkadaşça/dominant friendly tutumu danışanı olumlu anlamda aktive ettiği tespiti edilmiştir (Ianiro ve diğ. 2015: 453).

Bu araştırmanın, koç-danışan ilişkisinde koçun kendisini hangi konumda gördüğünü tespit etmek açısından önemli olduğu söylenebilir. Nitekim yapılan birçok araştırmaya göre büyük ölçüde başarılı koçluk, koçlar ve danışanları arasındaki ilişkinin kalitesine bağlı bulunmuştur (Joo, 2005; Herbert-McZeal, 2014; Baron ve Morin 2009; Bluckert 2005; De Haan ve diğ. 2013; O'Broin ve Palmer 2010; Wasylyshyn, 2003). Bir koçluk ilişkisi, karmaşık koç-müşteri etkileşimleri temelinde geliştiği söylenebilir (Cavanagh, 2006).

Kişilerarası ilişki ve baskınlığın etkisi, terapist-müşteri etkileşimlerinde (Heller ve diğ., 1963; Tracey, 2004) ve süpervizör-alt-ilişki etkileşimlerinde (Chen ve Bernstein, 2000) analiz edilmiştir. Bununla birlikte, koçluk psikoterapi gibi diğer danışmanlık ortamlarından farklıdır. Farklılıklar, koçluk meselelerine veya müşterilerin duygusal istikrarına kıyasla terapisinin duygusal derinliğini içerir (Hart ve diğ., 2001; Peltier, 2010). Dahası, koç-müşteri ilişkileri terapist-müşteri ilişkilerinden çok daha az hiyerarşik olarak kabul edilmektedir (Grant, 2005, 2013). Bu farklılıklar göz önüne alındığında, özel etkileşim süreçleri ve koçlukta karşılıklı davranışsal etkilerin anlaşılması önemlidir (Alvey ve Barclay, 2007; Kilburg, 1996). Buna karşın literatürde koç ve danışan arasındaki etkileşim dinamiklerinin pozitif bir koçluk ilişkisine nasıl katkıda bulunduğu açık değildir (De Haan, 2008; O'Broin ve Palmer 2010; akt. Ianiro ve diğ., 2015). Bu bakımdan ileriki araştırmalarda koçluk seanslarında karşılıklı etkiyi belirleyen faktörler incelenebilir.

Özetle bu araştırmadaki sonuçlara göre, koçluk ve danışan ilişkisi profesyonel bir hizmet olmasına karşın içerisinde daha samimi ve arkadaşça bir ilişkinin olduğu söylenebilir.

#### **3.2.4. Koçun Danışanda Aradığı Kriterler**

Araştırmada koçlara göre “danışanda aradığı kriterler” aşağıdaki tablodaki gibidir.

**Tablo 16: Danışanda Aranan Kriterler**

<b>Danışan ve Koç İlişkisinde Aranan Kriterler</b>	<b>Türkiye</b>	<b>ABD</b>
Koç ve danışan arasında güven oluşması	5	5
Koç ve danışanın birbirine bağlanabilmesi	5	5
Danışanın istekli olması	4	5
Koçun danışan ile anlaşabilmesi (birbirini anlaması)	5	5
İlk tanışmada iletişim kurulabilmesi	2	5
Danışanın koçun uzman olduğu alanda hizmet talep etmesi	3	0
Koçun hemcinsi ile çalışmayı tercih etmesi	2	0
Koç ve danışan uyumu araması	3	4

Yukarıdaki tabloda da belirtildiği üzere sadece danışanın koçu seçmesi şeklinde değil aynı zamanda koçun da danışan kişi ile “uyum, güven ve iletişim kurabilmesi” gibi çift yönlü bir birliktelik söz konusudur.

Koçlardan bazıları eğitim aldıkları ve tecrübe edindikleri alanda koçluk yaptıklarını bu sebeple gelen kişinin, koçun çalışma alanı dışında bir konu ile gelen danışanları kabul edemediklerine dair ifadeler mevcuttur:

*“Şuan çalışmadığım konular var ama Türkiye’de çok geniş bir alanda çalışıyordum. Mesela ben çift terapisi çok yapmıyordum. Uzmanlığım da var, eğitimini almış olmama rağmen kendimi o konuda çok eksik bulduğum için (o sırada evli değildim), çok yabancı bir şeye çalışıyormuşum gibi hissediyordum. O yüzden çift terapisi yapmıyordum ama o dönemde de ebeveynlik terapisi yapıyordum.” (K1, 36/K).*

Koçlar karşılıklı güven ve anlaşılabilme ile danışanlarıyla sağlam bir bağ kurabildiklerini ifade etmiştir:

*“Öncelikle koç ve danışan arasında bir bağ kurulması lazım. Hem de sadece benim danışana güvenmem değil aynı zamanda onun da bana güvenmesi lazım. Düşünsenize sizi anlamadığınızı düşündüğünüz bir koç ile nasıl ilerleyebilirsiniz. Bu sebeple genelde koçlukta*

*ilk seanstan ücret alınmaz. İlk görüşme tanışmadır.” (K4, 36/K). Koçların tamamı gelen kişinin danışanı olarak kabul etmesinde “karşılıklı güven” sağlanması gerektiğini belirtmişlerdir.*

*Bu konuda (K1, 36/K), “Güven ilişkisi şart. Zaten o ilişki kurulamazsa koçluk süreci çok verimsiz oluyor yani ilişki kuramadığım danışanlarımda oldu. İlk seanstan ilişki kuruluyor. Zaten karşınızdaki insan da onu almak için orada. Aslında çok uzun bir yoldan geçerek insanlar bu hizmeti almaya geliyorlar. Akıllarına esiyor, haydi gidelim, demiyorlar. Bunu uzun süre tartıyorlar, ölçüyorlar, biçiyorlar. O terapistle, koçla konuşuyorlar. Dolayısıyla o gelen kişi ilişkiye çok hazır gelmiş oluyor. Bu da koçun işini kolaylaştırıyor. Ama o ilişkiyi kuramadığım bir iki danışanım oldu ve o süreci sonlandıramadık. Çünkü o boşluk oluşturuyor. Bu ilişkiyle ilgili bir süreç... O ilişkinin sağlanması çok önemli.” Karşılıklı güven ikili arasındaki bağın kurulmasındaki etkenlerden biri olarak görülmektedir. Bu konuda koçların tamamı danışan ile bağlantı kurabilmenin gerekliliğini ifade eden cümleler belirtmiştir.*

*Koçluk seansına koç ve danışan birlikte karar verdiklerine bir örnek de K6’ı gösterilebilir: “İki şey arıyorum, ilk olarak bağlantı arıyorum. Birlikte başarı elde edebilmek için bağlanmamız gerekiyor. Ve bazen (danışan), koçluk için hazır olabilir ancak ortada kurulmuş bir bağlantı yoktur. Onlara sadece ‘Sana tavsiyede bulunmak için birkaç tane daha koçum var derim. (Başkasına gönderiririm.) Genelde müşterilerimle gerçekten güçlü bir bağlantım vardır’ derim. Aradığım diğer şey koçluk, yani şimdi gerçek değişim için hazır olmalılar. Ve bu benim için, kolaylıkla ölçülebiliyor, onlara açık uçlu bazı sorular sorup, değişime istekli olup olmadıklarını, eğer olmasalar da çok siyah ve beyaz cevapları var mı diye bakabilirim, o zaman benim yapacağım bir şey kalmamıştır. En azından benim yeteneklerimle katkı verebileceğim bir şey kalmamıştır. Belki ona başka birini tavsiye etmeliyim, bilmiyorum. Sadece bu iki özelliği arıyorum, ve eğer bu iki durum orada değilse, sadece onlara ‘İstediğiniz şey konusunda size yardımcı olamayacağımı düşünüyorum’ diyebiliyorum.” (K6, 44/E). Görüldüğü üzere koçlar danışanları ile kurdukları sıkı ve güvenli bağ ile birlikte danışanın değişime hazır ve istekli olması gerektiğine de inanmaktadır.*

Bu konuda benzer görüşe sahip olan bazı koçlar, “Danışanım zaten beni seçerken ön bir araştırma yapıyor, web siteme ve bloguma baktığında benimle devam edip edemeyeceği konusunda zaten düşüncesi belirmiş oluyor. Danışanlarım kendilerini geliştirme arzusuyla gelmeliler. Bazıları beni şahsen tanıyor olsalar da, gençler beni web sitemde, bloglarda internet aracılığıyla benimle iletişime geçmeye çalışıyor. Genellikle ücretsiz bir danışma çağrısı oluyor ve nerede olduklarını değerlendirmek, durumlarını ve nereye gitmek istediklerini anlamak için bir tür plan yapıyoruz. Anlaşıp anlaşılamayacağımız belli oluyor. Öte yandan, insanların kendilerini değiştirme ve kendilerini teyit etme konusunda motive olmamaları gibi bir durum var. Yani bunlar benim yardım yapabileceğim türden insanlardır. Ancak bunu ilk toplantıdan ölçmek zor” şeklinde ifade etmiştir. (K7, 32/E), koçluk hizmeti için gelen kişinin değişim ve gelişim için hazır olması gerektiğini vurgularken, danışanlarının kendisini önceden araştırıp hakkında bilgi sahibi olduktan sonra hizmet talebinde bulunduklarını belirtmiştir. Bu sebeple danışanın koç ile görüşme talebinden önce, koçun web sayfası, blogu ve çeşitli sosyal hesapları aracılığı ile danışan tarafından koç ile uyum sağlayıp sağlayamayacağının ilk ip uçları alınmış olmaktadır.

Benzer şekilde koçların birçoğu danışanları ile “iyi bir uyum” olabilmesi gerektiğini savunmuştur. Bu konuda, “Biz aslında hiç kimseyi kabul etmiyoruz. Eğer siz açıkça koçluk sürecinizden ve neyi nasıl temsil ettiğinizden ve onlara ne öğreteceğinizden eminseniz, müşteri kendine özgü seçimi yapar, çünkü ideal müşteriniz sizin kim olduğunuzu web sayfanızda ve mesajlaşınızda bulabilir. Mesela biri mesajımızı duyarsa ve bu mesaj onun ilgisini çekmezse, programımıza üye olamazlar. Örneğin ilgilerini çekmiyorsa davetlere/events gelmiyorlar, ama onlarda kendilerine ait bir şey bulduklarında her etkinliği ilgi gösterebiliyorlar. Derler ki, işte benim dilimi konuşan biri, ilgilendiğim şeylerden ve dünyayı görme şeklimden bahsediyor. Sonra listemize katılırlar. Ve grubumuzun bir parçası olurlar. Daha sonra özel bir koçluk istiyoruz diye başvurduklarında, onlarla mülakat yaparız ve ne aradıklarını, hedeflerine ilerlemede hangi yolları takip etmek istediklerini tespit ederiz. Bu şekilde danışanlarımızla birbirimize uygun olup olmadığımızı görürüz. Bu noktada, müşterimizle yaptığımız iş uyumu sağlanır ve koç müşteri eşleşmesi gerçekleşir.” (K8, 54/E) şeklinde ifade etmiştir. Bu konuşmalardan tıpkı kişinin yemek zevkine göre yemek tercih etmesi gibi daha çok danışan tercihli bir hizmet olarak sunulduğu görülmektedir. K8, danışanın kendisini daha önceden takip ettiğini bu



şekilde koçu çok daha önce tanıyıp uyumu görebildiğini ifade ederken bazı koçlar, ilk tanışmanın kişilerinin birbirini tanımada önemli olduğunu vurgulamıştır:

*“Daha çok danışan tercihli ilk adım. Sonrasında tabiki güven oluşmalı, başka koçlara gönderdiğim kişiler de var. Mesela bir nedenden ötürü gelmiş, onu terapist geçmişli bir arkadaşına yönlendiriyorum. Bu da aslında bir koçluk yaklaşımı sayılır. Ben danışan istedi diye terapi yapamam, tabi her isteyene istediğini veremiyoruz. O yüzden ilk seansta koçluğun ne olduğunu detaylıca konuşmamız gerekiyor. Gelen kişi ile ortak bir görüş elde edersek başlıyoruz. Yoksa danışan da bizi tercih etmeyebiliyor.”* (K5, 38/E).

Türkiye’den bazı koçların hemcinsleri ile çalışmayı tercih ettikleri görülmüştür:

*“Daha çok bayanlar üzerinde... Çünkü maneviyat benim için önemli. Bayanlar üzerinde çalışmayı düşünüyorum çünkü erkeği erkek anlar, bayanı ise bayan anlar. Çünkü bu şekilde iletişim daha kolay olur. Diğer şekilde etik olmayan durumlar da olabiliyor.”* (K2, 27/K).

Bununla birlikte Amerika’daki katılımcılardan *“maneviyatlarını keşfetmek isteyen kadınlarla çalışmayı seviyorum”* ifadesiyle (K10, 65/K) ve *“büyük misyona sahip yaratıcı kadınlar, kahraman kadınlar için yolculuk, kadınların liderlik programını geliştirin”* gibi paylaşımları ile (K8, 54/E) websitelerinde bayan danışanlara özel koçluk hizmeti sunduklarını vurgulamışlardır.

Görüldüğü üzere birçok danışanın koça gelmeden önce *“geliş nedeni, koçu kendi kriterleri ile önceden seçmesi”* gibi adımların gerçekleştiği daha sonra koçun *“ilk tanışma”* ile danışanını *“güven, bağlanma, anlaşılabilirlik vb.”* bakımından tanıyabildiği söylenebilir.

### **3.2.5. Koç ve Danışan Görüşme Şekli**

Koçlara danışanları ile seanslarının *tek* ya da *grup* ve *özel* ya da *genel* mi olduğu sorulmuştur. Koçların tamamı *“birebir”* ve *“özel”* çalışma yapmayı uygun gördüklerini belirtmiştir. Bununla birlikte iki koç, grup çalışması yaptıklarını da belirtmiştir.

Bazı koçlar sadece birebir koçluk yapılması gerektiği görüşündedir. Örneğin (K2, 27/K) ve (K3, 31/K) birebir koçlukla, özel bilgilerin paylaşılabilceğinden koç ve danışan olmak üzere *sır paylaşımında* müsait olunabileceğini vurgularken (K8, 54/E) ve (K9, 48/E),

birebir koçluk tercih sebebi olarak koçluğun danışan merkezli bir hizmet şekli olduğundan ve hızlı çözüm ve yol alabilmesinde etkili olduğu görüşündedir. (K6, 44/E) de benzer şekilde “samimiyet ortamı” kurulabilmesi için birebir koçluğu tercih ettiğini ifade etmiştir. Diğer koçlar da benzer şekilde açıklamalarda bulunmuşlardır. Örneğin (K4, 36/K) “*Bireyin açılması lazım. Başkalarının karşısında bu pek mümkün olmaz*” şeklinde açıklamada bulunmuştur. Danışanın kendisi ile ilgili özel bilgileri daha rahatlıkla konuşabilmesi için birebir çalışmayı uygun gördüğü söylenebilir.

Grup çalışması yapanlar ise şu şekilde görüşlerini aktarmıştır:

“*Grup çalışması yapıyorum ama bu seanstan ziyade bilgi ve ders aktarımı durumu ortaya çıkarıyor dolayısıyla bunlara seans diyemeyiz. Ama koçlukta bireysel görüşmelerin daha önemli olduğunu söyleyebilirim. Kişi kendisini bizimle özel hissediyor kendisini, rahat ve güvenli bir ortam oluşmuş oluyor.*” (K5, 38/E). Grup görüşmelerinde ise koçluktan ziyade koçluk hakkında eğitici konuşmaların gerçekleştiği söylenebilir.

Araştırmada koçların tamamı “*özel mahremiyeti ya da koçluğun doğasındaki kişiye özel yöntem ve tekniklerin*” uygulandığını ifade etmiştir. Grup koçluklarının daha çok ders işleme tarzında geçtiğini ve grup koçluklarında hedeflerin daha uzun vadede elde edilebildiğini belirtmişlerdir. Bununla birlikte koçlar tarafından, koçluğu farklı kılan doğasının özelliklerinden biri olarak danışana özel teknik ve uygulamalar olduğu vurgulanmıştır. Buna ek olarak koç ve danışan ilişkisindeki güven ve bağlanmanın kurulabilmesi için birebir görüşmeler daha sağlıklı bulunmaktadır.

Görüldüğü üzere koçlar genel olarak grup çalışmalarına olumlu bakmamaktadır. Bu konuda kişinin “*özel mahremiyeti ya da koçluğun doğasındaki kişiye özel yöntem ve tekniklerin*” uygulanmasındaki öneme dikkat çektikleri görülmüştür. Psikoterapide olduğu gibi grup terapisi gibi yöntemlerin daha uzun vadede olumlu etkisi söz konusu iken koçlukla daha kısa sürede başarı gösterdiklerini belirtmişlerdir.

Literatürde ilk tanışma ve görüşme koçluğun etkinliği açısından önemli görülmektedir. Bu görüşmede *bir koçla çalışma* durumu; koçluk yaklaşımlarına alışma ve koçluk için temel olan karşılıklı uyum oluşumunu ifade etmektedir. İnsanlar kendilerine benzer insanları bulma eğilimindedir. Buradaki uyum, koçun yaklaşımı şeklinde tanımlanabilir. Örneğin danışan kendi dilinde görsel ya da işitsel yüklemeleri kullanıyorsa, koç da benzer

yüklemeleri kullanmalıdır. Başka bir ifadeyle koç, karşısındaki kişiye “Ben de senin gibiyim” hissini uyandırabilmelidir (Grimley, 2010: 191). Malcolm Gladwell’in de dediği gibi “İlk izlenim ikna edici bir kehanete dönüşebilir.” İlk görüşmede müşteri ile yaşam koçu bir “sahne kurarlar.” Bu sahne, koç ile müşterinin ilişkisinin uyum, devamlılık, güven, bağlılık vb. boyutlarını sunar. Koçun etkili bir iletişim kuramaması, ya da iletişimden danışanın memnuniyetsizliği ya da koçun müşterinin yanında kendisini rahat hissedememesi gibi durumlarda seanslara başlanılmaz (Svesntrup, 2012: 48) Bu görüşmede koç, güvenilir, değerlere önem veren, saygılı, iyi bir dinleyici olduğunu ve danışanını anladığını hissettirmek zorundadır. Bununla birlikte ilk görüşmede, seans ücretleri, zamanı ve planı hakkında karar alınır. Koç ve müşteri seanslara başlama kararı aldıkları takdirde, müşterisine ilk ödevini ve buluşma tarihini verir.

Bunun dışında koçların vermiş oldukları cevaplardan yola çıkarak koçların danışanları ile birebir koçluk yapmayı tercih etmesinde danışanların sırlarını, özel konuları daha kolayca konuşabilecekleri “mahremiyet ortamı” sağlanabilmesi ve iki kişi arasında oluşan “güven duygusundan” kaynaklandığı söylenebilir.

### **3.2.6. Koçluk Sonucu Oluşan Köklü Değişimler**

Koçlara, “Koçluk sonucu danışanda oluşan köklü değişimler nelerdir? Koçluk becerilerinizin danışanlarınız üzerine nasıl bir etkisi oldu?” sorusu yöneltilerek, koçluk seansları sonucunda danışanda oluşan değişimler araştırılmıştır. Koçlar, bireylerin yaşamları boyunca yayılan mutsuzluğunu uzun ve etkili bir zaman dilimi zarfında, çözülebilir kıldığını iddia etmektedir (Eryılmaz, 2014: 55). Koçların verdikleri yanıtlara göre danışanın, “kendi kararını verme tekniği öğrenmesi, hedeflediği konuda değişim ve gelişim göstermesi, alternatif değer oluşumu ve değer kazanımı, olgunlaşması, otantik benliğine kavuşması ve psikolojik engellerden kurtulması” şeklinde kodlanmıştır.

Koçlar, koçluk hizmetinin gayesinin danışanın artık hayatta kendi kararlarını vermesini kolaylaştıracak teknikleri öğrenmesi şeklinde ifade etmiştir:

Örneğin, bazıları “*Kişiye bağlı koçluk yaklaşımını öğretiyoruz zaten bunu öğrenmişse kalıcı olabilir. Ancak hayatta kesin konuşulamaz*” şeklinde açıklarken (K4, 36/K), “*Bu iddialı bir cümle olur, biz köklü değişimlerde bulunuyoruz diyemem. Ama gerekli aletleri*

*kazandırmış oluyoruz kendisini de bu konuda nasıl bir davranış belirleyeceğini neleri kullanacağını artık biliyor’’(K1, 36/K) şeklinde ifade etmiştir. Ancak K4, danışanlarının seans sonrasında tekrar görüşme talebi alabildiğini de, bu konuda ‘‘Eğer gerekli görüldüğünde tekrar başlansa da bu sağlıklı olmaz sonuçta zaten benimle çalışmış ve tekrar bu konuda sorun yaşıyorsa demek ki tam olarak hedefimize ulaşamamışız. Koçunu değiştirmesi lazım. Çünkü danışan geldiğinde hedef belirleyip ilerlerken biz de ayrıca danışanın bu beceriyi kendisinin kazanmasını da hedefleriz. Ancak danışan aynı gözle bakmadığından sanırım istişare etmek ister gibi tek seanslık görüşme talepleri de olabiliyor’’(K4, 36/K) açıklamasında bulunmuştur. Bu konuda Thomas Leonard ‘‘Herkes bir koçtur, belki profesyonel değil ama motive edicidir’’<sup>38</sup> sözü akla gelmektedir. Bu bakımdan koçluğun kişiyi hayatta kendisinin danışmanı olacak biçimde geliştirdiği de söylenebilir. Bu durumda kişinin değerlerinin de değişebildiği görülmektedir.*

Genel olarak koçların danışanlarının hedefledikleri doğrultuda gelişim ve değişim göstermelerinde etkili olduğu görülmektedir. Bu konuda verilen örnek arasında şunlar yer alabilir:

*‘‘Değişim gördüm. Bir danışanım var, gelişimini gördüm. Ona öykü yazdırıyorum, yazarlık koçluğu yapıyorum. Bir danışanıma da kariyer koçluğu yaptım. Onda da değişimini gördüm. Yani koçluğun gerçekten de bir faydası var.’’ (K2, 27/K). Benzer şekilde (K3, 31/K)’te ‘‘beceri geliştirme, kişisel gelişim’’ konusunda köklü değişim sağlayabildiğini ifade etmiştir.*

Yukarıdaki ifadelerle benzer şekilde K5 de danışanlarına yardımcı olduğunu düşünmektedir: *‘‘Koçlukta biz gelen kişiye hayatla ilgili gerekli olacak yetenek ve beceri geliştirmesine yardımcı oluyoruz. Aslında bir olay üzerinde değişiklik olmuş gibi görünse de dışarıdan aslında kişinin birçok olay karşısındaki duruşu değişmiş oluyor. Daha doğru bir ifadeyle değerler değişiyor ya da gelişiyor. Arka plana atılmış birçok şey var hayatımızda bizim için önemli olan. Ama biz derinlere inmekten kaçınıyoruz. Toplumsal beklentiler, ailevi baskılar ya da başka nedenler. Ya da kendimizi kandırdığımız birçok gerçeklik var.’’ (K5, 38/E).*

---

<sup>38</sup> <http://www.coachville.com/features/brief-history/> (Eklenme Tarihi: 04.04.2018).

Görüldüğü üzere koçların, kişinin hayatta kendi mücadelesini verebileceği beceri kazanımında bulunmalarına yardımcı oldukları söylenebilir.

Değişimin başlayabilmesinde danışmanın etkin koçluğu kadar gelen kişinin nasıl biri olduğunun önemli olduğu belirtilmiştir. Bu konuda (K8, 54/E), “*Danışanların hedeflerine göre değişmekte, danışanın kendini tanıması ve gerçek isteklerini bilmesiyle ilgilidir.*” Kişinin değişim yaşayabilmesinde kendisini tanımış olmasının gerektiği söylenebilir.

Katılımcılar, koçluk hizmeti ile danışanlarının olgunlaştıklarını ifade etmiştir:

“*Müşterilerimiz akılla çalışmayı öğrenirler. Yani duygular veya zor durumlar ortaya çıktığında, bu zorluklarla yüzleşebilmeli. Zorluklarla uğraşmak yerine, duygularıyla çalışmak için, hayatındaki zor durumların üstesinden gelmek için psikolojik araçları vardır. Ayrıca, telefon görüşmeleri veya skype çağrıları yoluyla desteğimiz ve daha sonra direk koçluğumuz da var. Ve bu değişiklikler gerçekten onların olgunlaşmasına/mature yardımcı oldu. Ben, diyorum ki, olgunluk için, bu daha çok kendine öz saygı/self reliant ve kendine güvenme/self confident, yani, bu kendine özgü duygularıdır. Mesela gelenler arasında çoğunlukla değer çatışmaları söz konusu oluyor. Danışanlarıma hedeflerine ulaşmalarını kolaylaştıracak onlara motivasyon olacak başka değerlerin varlığını hatırlatıyorum. Bu değerlerin başında huzur ve mutluluk değerleri geliyor tabiki.*” (K8, 54/E).

Görüldüğü üzere koçlar, kişinin olgunlaşması, öz saygı ve kendine güven duygusu geliştirebilmesi için gerekli psikolojik araçların kazanımında yardımcı olmaktadır. Ayrıca koçlukla, kişinin karşılaştığı değer çatışmalarında, kişinin sahip olduğu alternatif değerlerin varlığı hatırlatıldığı söylenebilir.

Danışanların psikolojik engellerden kurtulma becerisi kazandığı belirtilmiştir:

“*Büyük değişiklikler için kendini farketme, kendilerini duyma yeteneğini sıralayabilirim. Temel bir değişimi söylemek zor, en büyük başarımız, hayatlarındaki her şeyin daha iyi olması, sanki peçe kaldırılmış gibi görünüyor ve her şeyi yeni bir şekilde görüyorlar. Ve onlar sadece daha mutlu, sadece biliyorlar. Otantik benlik gibi terimlerden kaçmaya çalışıyorum çünkü aşırı derecede kullanılıyorlar ve sevimsiz geliyorlar, fakat insanlar gerçekten otantik benliklerini yaşıyor ve onların izlenimleri ve egolarında nasıl çalıştığına*

*dair bu fikri geri döndüklerinde yeni bir hayat başlıyor. Artık kafeste değilsin'' (K6, 44/E). Bu şekilde K6, özgürlüğüne kavuşan insanın ise otantik benliğine kavuştuğunu belirtmektedir.*

Görüldüğü üzere danışanlar iş, arkadaş vb. sebeplerle koçluk hizmeti almak için gelseler de asıl köklü değişimin “kendini farketme, özgürleşme (ego ve korku gibi psikolojik engellerden kurtulma), kendine güven, değerlerin tazelenmesi” gibi kişinin kendisinde gerçekleştiği görülmektedir.

Koçlar danışanlarında “*kendi kararını verme tekniği öğrenmesi, hedeflediği konuda değişim ve gelişim göstermesi, olgunlaşması, otantik benliğine kavuşması ve psikolojik engellerden kurtulması*” gibi köklü değişimleri gözlemlediklerini belirtmiştir. Danışan bu değişimleri kısa sürede de uzun sürede de gerçekleştirebilir. Koçların 9’u seansların 12’den (3 aydan) fazla olmasının doğru olmadığını ifade etmiştir. Ancak her danışanın köklü değişim geçirmesinin de mümkün olmadığını ve koçların amacının danışanda değişikliği yapabilecek yeti ve teknik kazandırma olduğunu belirtilmişlerdir.

Koçlar danışanlarının otantik benliğine kavuştuğunu iddia etmiştir. Otantiklik durumu, insan gelişimi, ruh sağlığı, danışma psikolojisi gibi birçok alanda önemli görülmektedir (Lopez ve Rice, 2006; akt. Gül, 2010: 46). Psikoloji alanında teorisyenler her ne kadar otantik benlik ve otantiklik kavramlarını açıklamak konusunda mutabık olamalarında genel olarak otantiklik “*psikodinamik (Horney, 2011; Fromm, 2011; Kohut, 2004; May, 2011; Winnicott, 1965), gelişimsel yaklaşımlar (Harter, Marold, Whitesell ve Cobbs, 1996), hümanistik (Maslow, 1968; Rogers, 2011), varoluşçu (Perls, Hefferline ve Goodman, 2000; Yalom, 1980) ve pozitif psikoloji (Deci ve Ryan, 2000; Ryan, LaGuardia ve Rawsthorne, 2005; Sheldon, Ryan, Rawsthorne ve Ilardi, 1997), sosyal psikoloji (Kernis ve Goldman, 2005; Lopez ve Rice, 2006), klinik psikoloji (Ehlers, Maercker ve Boos, 2000; Joseph ve Linley, 2005)*” gibi birçok kuramda önemli bir değişken olarak belirtilmiştir (akt. İlhan ve Özdemir ve İlhan, 2013: 596; Akbay, 2015: 47).

Bu konuda Türkiye’deki araştırmalarda otantik benlik ile ; “*sosyal güvenlik (Satıcı, Uysal ve Akin, 2013), kendileşme ve ilişkililik (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011) ve benlik düzenleme odağı ile ilişkisel benliğin ketlenmesine verilen duygusal tepkiler (Gül, 2010)*” arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Akbay, 2015: 60). Aynı şekilde 248 üniversite

öğrencisi üzerinde yapılan araştırmaya göre “*benlik kurguları, otantiklik ve öznel iyi oluş arasında doğrudan ve dolaylı ilişkilerin oluşunu*” tespit edilmiştir (Özdemir ve İlhan, 2013: 594).

Bu araştırmada da koçluk ile kişilerin maskesinin altında sakladıkları otantik benliği; derin duyguları, değerleri, inançları ve karakterleriyle iletişime geçildiği iddia edilmiştir. Önceki araştırmalara göre bu şekilde kişisel iyi oluş sağlamasının yanı sıra kişinin etrafındaki insanlara karşı da sağlıklı liderlik yapabilmek kabiliyeti kazanmaktadır ((*Quick ve Macik-Frey, 2004:73*).

Danışanların koçlara geliş nedenleri ve danışanda oluşan köklü değişimler bağlamında koçların danışanlarının değişim sürecinde üstlendiği roller Şekil 15’te belirtildiği üzere ilk olarak kişilerin mevcut durum içerisindeki manevi ve psikolojik engellerini ortadan kaldırmalarına, ikincil olarak kişilerinin performanslarını harekete geçirmelerini sağlamak ve son olarak danışana değişim sürecinde refakat etmek şeklinde sıralanabilir. Bu süreçte değişimi anlamada, yorumlamada ve ona hazır olmada koçlara ihtiyaç duyulmaktadır (İşlek ve Şarlayan, 2014:51).



**Şekil 15: Koçluk Hareket Planı**

### **3.2.7. Koçluk Uygulama Modelleri**

Koçlara, “Koçluk yöntemlerinizden bahseder misiniz?” sorusu yöneltilmiş olup koçların danışanları için uyguladıkları koçluk teknikleri hakkında bilgi edinilmeye çalışılmıştır. Koçların verdikleri cevaplar, “sokratik sorgulama, rüya çalışmaları, şuur egzersizleri ve ölçme teknikleri” başlıklarıyla adlandırılabilir. Bunun dışında koçların tamamı ayna tutma tekniğini kullandıklarını ifade etmişlerdir.

Kohut'tan esinlenerek geliştirilen benlik psikolojisi kuramına göre kendini iyi hissedebilmek için onay, övgü gibi dış ilişkilerden onaylanmaya ihtiyaç duyan kişileri terapi ederken, ayna transferansı ve idealleştirerek transferans tekniklerini uygulanır (Gençtan, 2008: 113-114). Bu kuramda uygulanan ile yaşam koçlarının da ayna tutma ve idealleştirme örnekleri benzerlik içermektedir.

### 3.2.7.1. Sokratik Sorgulama

Katılımcıların tamamı koçlukta en önemli yöntemin doğru soruları sorabilmek olduğu konusunda hemfikirdir. Bu konuda “doğru soru doğru zamanda gelir”, “güçlü soru cevaba ulaşır, doğru soru doğru adrese götürür” şeklinde yanıtlar gelmiştir. Konuyla ilgili olarak K4 şu örneği vermiştir:

*“Yeni bir araba almak isteyen danışanım ile görüşmelerim sonucunda gerçek isteğinin, yakın ilişki kurabilmek olduğunu tespit ettik. Ve bu konuda belirlediğimiz hedef doğrultusunda danışanım başarılı oldu.”* (K4, 36/K).

Benzer başka bir ifade ise “dış dünyasını değiştirmek isteyen danışanımla sokratik sorgulama sonrasında, iç dünyasındaki manevi ihtiyaçlarla karşılaştık. Bunun için gelişim tablosu oluşturduk. Dediğim gibi doğru sorular, kişinin kendi içine bakabilmesini sağlamaktadır, diğer insanlar onları ne kadar tanımak istese de ona dışarıdan baktıklarından iç dünyasını yeterince göremezler.” (K5, 38/E) şeklindedir.

Görüldüğü üzere koçların danışanlarının iç dünyalarına kendilerinin inmelerine yardımcı oldukları, başka bir ifadeyle sokratik sorgulama ile danışanın kendisini keşfetmesinde destek oldukları söylenebilir. Bu konuda literatürde “Ne istiyorsun? Bu hedef benim için ne kazandıracak?” gibi koçlukta güçlü soru örneklerine rastlamak mümkündür (Svenstrup, 2012: 44-45).

### 3.2.7.2. Rüya Çalışmaları

Koçlukta rüyalar yoluyla çalışmalar mevcuttur. Ayrıca meditasyon, görselleştirme uygulamalarında bulunan koçlar da vardır:

*“Danışanımın rüyaları ile çalışmalarımızı yapıyoruz. Ona rüyalarını yorumlamada ve onun ilişkisini bilinçaltındaki zihinle nerede olduğu yerde geliştirmesine yardımcı oluyorum.*



*Benden direk olarak ham bilinçdışı (raw unconscious) zihnindeki mesajlardan sembolü alıyor ve daha derin bir bilgi içerdiğini ve onun dünyada sadece aktif bilinç madeninde değil, ortaya çıkan başka bir unsur olarak da görüyoruz. Ayrıca meditasyon, görselleştirme (visualization) ve onun istediği manevi literatür okumaları üzerine konuşarak yardımcı oluyorum. Bir danışanım doğu felsefesi ile çok ilgiliydi. Doğru felsefesi ve öğretileri hakkındaki birçok kitabı okumuş ve onun spiritüel yönünün gelişmesine yardımcı olmuştuk. Bu ona, manevi benliğiyle bağlantılı olma hissi veriyor.” (K8, 54/E).*

### **3.2.7.3. Şuur Egzersizleri**

Koçlar şuur egzersizlerine, meditasyon, nefes egzersizleri, reiki, kuantum fiziği uygulamalarını örnek olarak göstermişlerdir.

Bazı koçlar konuşulan kelimeler ile pozitif duyguların geliştiğine, çevredeki olumsuz enerjiden uzak durulması ve nefes çalışmaları ile danışana şuur egzersizi yaptıklarını iddia etmiştir. Bu konuda K4, “sözler insan bilincini geliştirmek için potansiyele sahiptir. Bu genellikle, ne ve nasıl şeyler söylediğimiz hakkında dikkatli olmanın bir pratiğidir. Sözlerimiz ne kadar barışçıl olursa, niyetimiz o kadar yüksek ve konuşulan şeyin yaratılışı o kadar yüksek olabilir. Enerjiyi emmek yerine gözlemlemek gerekir. Farkına varmadan, yanlışlıkla negatif enerji tüketebiliriz. Duyguların enerji ile geldiğine dikkat ederim. Duyguların altında yatan duyguyu temel alan “ihtiyacı” dinler ve gözlemlerim. Bunlara ek olarak nefes çalışması da işe yarayabilir. Başkalarıyla etkileşime girerken etrafınızdaki yumuşak bir yalıtım balonunu oluşturmak için nefes kullanımı yaparız” (K4, 36/K) şeklinde ifade etmiştir.

Bazı koçlar reiki ile danışanlarının zihinlerini açabildiklerini iddia etmiştir:

*“Birçok insan ellerinde tütsü veya esansiyel yağlar, yumuşak müzik ve kristaller bulundurmaya sever. Danışan gözlerini kapatıp ve zihnini açar! Reiki enerjilerini alacağı niyeti oluştur. Tepkiler değişir, ancak birçok insan ne kadar sakin ve rahat hissettiklerini anlatır. Hatta bazıları uykuya dalar. Sıcaklık dalgaları veya hafif titreşim veya karıncalanma hissetmek olağan dışı değildir. Tedavinizden sonra, tam farkındalığa geri dönme zamanı verin. Kişi kendisini şaşkın hissedebilir. Bolca su içmesi gerekir. Reiki*

*sistemden toksin salgılar ve bunları temizlemek istersiniz. Anksiyete düzeyleri gibi ağır düzeyleri sıklıkla iyileşir. Birçok insan için günlük enerji ve uyanıklık artar.” (K10, 65/K).*

Görüldüğü üzere koçların gerek Doğu felsefesini temel alarak gerekse geçmiş tecrübelerinden (eğitim, kültür, aile) yararlanarak önceki psikoterapi uygulamalarını uyarladıkları söylenebilir.

Bazı koçlar, sezgisel güçlerinin koçlukta etkili olduğu belirtmiştir. K10, güçlü bir sezgisel güce sahip olduğunu gelen bayan danışanlarına sezgileri ile yaklaştığını ifade etmiştir.

Koçlukta sezgi dikkate değer bir konu olarak ortaya çıkmaktadır. Svenstrup sezgiyi, “insanın içinden gelen, akıl yürütmeden ya da efor sarfetmeden gelen anlayıştır. Koç, sezgilerini, düşünerek, tecrübeleriyle ya da güvendiği kaynaklardaki bilgilerden (kitap, dost, usta vs.) elde ederek kazanır ve müşterisi hakkında doğru sezgilere sahip olmalıdır” ifadesiyle vurgulamaktadır. (Svenstrup, 2012: 40-41).

K6, hedef belirleme veya alışkanlık değişimi gibi “yüzey (surface) stratejileri” tekniğini uyguladığını ifade etmiştir. Bu tekniği şu şekilde açıklamıştır:

*“İnançlarınız düşüncelerinizi yönlendirir ve düşünceleriniz duygularınızı yönlendirir. Düşüncelerinizi gözlemlediğinizde, kontrol altına almaya başlarsınız. Kendilik ve düşünce arasındaki bu ayrılık, herhangi bir kendini geliştirme ya da kişisel dönüşüm için en güçlü kavramdır. Peki bu düşünceler nereden geliyor diye sorarsanız, altta yatan inançlarınızdan geldiğini söyleyebilirim. Basitçe, inançlarınız kişisel filtreniz, kendiniz hakkında yaptığınız bir dizi karar ve yetiştirme, okullaşma ve kültürünüzden büyük ölçüde etkilenen dünyadır. Bu inançları keşfetmeye yönelik ipuçları, düşüncelerinizi gözlemleyerek bulunur. Siz ve koçunuz bu inançları açıkça dile getirdikten sonra, size yardımcı olanları saklayamaz ve size engelleyen düşünceleri bırakabilirsiniz. Koçluk süreci boyunca, yeni düşünce tarzınız güçlendiriliyor ve eskiler zayıflamaya ve kaybolmaya başlıyor. Farkında olduğunuzda, eski kalıplara geri dönüş sorunu yaşamazsınız. Dünyayı yeni ve heyecan verici bir şekilde görmeye başlayacaksınız ve hatta sizin için artık olumsuz bir anlamı olmayan belirli durumlara duygusal olarak nasıl tepki verdiğiniz bile gülebilirsiniz.” (K6, 44/E).*

#### 3.2.7.4. Ölçme Teknikleri

Bazı koçlar, danışanlarının hayatlarının dengede olup olmadığını ve değer sistemini geliştirmek üzere bazı ölçme teknikleri kullandıklarını ifade etmiştir.

K1, danışanlarından hayat ağacı çizmelerini istemektedir. Kişinin çizdiği ağacın köklerine; kişinin geçmişinden (okul, memleket, inanç vs.), gövdesine yetenek ve değerlerinden, dallarına rüya ve hedeflerini, toprağın gübresine travmatik olaylardan...şeklinde devam eden ağaç çiziminden danışanın hikayesi ortaya çıkarılır.

Diğer koçlar da benzer şekilde yaşam çarkı, değer tablosu gibi uygulamaları kullandıklarını ifade etmiştir.

Koç ve danışan sayısı kadar koçluk yöntem tekniğinin geliştirildiği söylenebilir.

*“Her müşterinin kendi kaynakları vardır. Benim işim, iç kaynaklarına ulaşmak için doğru soruları sormaktır. İçinizde her şey var sadece kazıp ortaya çıkarmak zorundayız. Hiç duymadığınız ve uzak bir dinden öğrendiğiniz bir felsefe, farklı şeyleri görmenize yardımcı olacak herhangi bir perspektif olsun her ne işe yarıyorsa onu kullanacağız.”* (K6, 44/E).

Araştırmada koçların “sokratik sorgulama, şuur egzersizleri, rüya çalışmaları ve ölçme teknikleri” gibi birçok farklı uygulama geliştirdikleri görülmüştür. Katılımcıların tamamı sokratik sorgulama tekniğinin koçlukta önemli bir yöntem olduğunu ileri sürmüştür. Bunun dışında koçlar şuur egzersizlerinden “meditasyon, reiki, nefes egzersizleri ve kuantum fiziği” çalışmalarını örnek olarak sunmuştur.

Önceki çalışmalar ve elde edilen bulgular incelendiğinde koç ve danışan sayısı ile orantılı koçluk tekniğine rastlanmıştır. K6’nın bu husustaki “her müşterinin kendi kaynakları (hedefe ulaştıracak araçları ve teknikleri) vardır. Benim işim, iç kaynaklarına ulaşmak için doğru soruları sormaktır” ve “her ne işe yarıyorsa onu kullanmaktır” ifadesi dikkate değerdir. Ollendieck’e göre yetkili koç çeşitli modelleri anlamalı ve her modelin müşterinin kişiliğine, düşünce sürecine ve istenen sonuca göre ne zaman kullanılacağını bilmelidir (Ollendieck, 2006: 104). Bu doğrultuda, koçların kendilerini gerçekleştirmek, farklı insan ve kültürleri tanıyarak yeni koçluk teknikleri geliştirmek için uzun seyahatler yapmalarını açıklamaktadır. Nitekim koçlar kullandıkları internet ağı aracılığıyla dünyanın birçok

yerine koçluk hizmeti sunmaktadır. Gelen danışanın kültürel, dini, sosyal hayatının yapısını doğru anlayabilmek için koçların farklı ülkelerde eğitim almaya gittikleri söylenebilir.

Bununla birlikte literatürde yer alan başarılı oldukları çeşitli araştırmalarla denenmiş birçok koçluk modeli bulunmasına karşın koçların kendi geliştirdikleri teknikleri uygulamaları dikkat çekmektedir. Teddy Roosevelt'in koçluk teorilerinin çok iyi olduğunu ancak uygulamaların stratejiyi geçemediği (Bartholomew, 2017:1) mesajı bugünkü koçluk uygulamalarının durumunu açıklamaktadır.

Koçlukla ortaya çıkan modeller konusunda, koçluk hareketinin karşılaştığı fırsatlar ve zorluklar söz konusudur. Koçluk psikolojisi, iyi işleyen bireylerin, grupların ve örgütlerin performansını iyileştirmek ve gelişimini artırmak için psikoloji prensiplerini ve özellikle pozitif psikolojiyi uygulamak için bir fırsat sunmaktadır. İnsanlarla ilgili yanlış olan modellere dayanan geleneksel yaklaşımların aksine, hem koçluk psikolojisi hem de pozitif psikoloji, insanlarla doğru olana daha fazla odaklanmaktadır. Bu çalışmaların geliştirilmesi ve genişletilmesi için, koçluğun ne işe yaradığı, niçin ve kim için kullanılabileceği konusunda amprik çalışmalara ihtiyaç vardır. Bu konuda Alex Linley'in, *"bu kanıt temeli olmaksızın, biz profesyoneller ve hizmet ettiğimiz insanlar için uğraşlarımız en son kendi kendine yardım modası olarak kalacaktır"* (Grant ve Cavanagh, 2007: 252).

### **3.3. Yaşam Koçlarının Maneviyata Yönelik Yaklaşımlarıyla İlgili Bulgular**

Yaşam koçları ile yapılan mülakatlarda, katılımcıların koçluğa yönelme süreci ve koç-danışan ilişkisinden sonra bu bölümde, koçların maneviyata yönelik yaklaşımlarını paylaşımları istenmiştir. Yaşam koçlarının, seanslarında maneviyat konularını ele alma yaklaşımlarının doğru tespit edilebilmesi için katılımcıların maneviyata yönelik yaklaşımları; maneviyat algıları, manevi eğitimleri ve koçluk-maneviyat olmak üzere 3 ana başlıkla kodlanmıştır.

#### **3.3.1. Yaşam Koçlarının Maneviyat Tanımları**

Katılımcılarla yapılan görüşmelerde koçlardan maneviyatı tanımlamaları istenmiştir. Elde edilen bulgulara göre maneviyat *"iletişim kurma, duygu temelli bağlanma, inanç, değer,*

*minnettarlık ve ruhun bir parçası olma” şeklinde başlıklandırılabilir. Koçların verdikleri cevaplara göre aşağıdaki tablo oluşturulmuştur:*

**Tablo 17: Yaşam Koçlarının Maneviyat Tanımları**

	Koçlar	Koçların Maneviyat Tanımları
Türkiye	K1	Yaratıcı ve hayatla kurulan ilişkidir.
	K2	Yaratıcı ile kurulan ilişkidir. İbadettir, inançtır, kutsallardır.
	K3	Yaratıcı ile kurulan ilişkidir. Vicdandır, inanma ve bağlanma duygusudur.
	K4	Değerlerdir. Evren, öz ve yaratıcı ile iletişim kurmaktadır.
	K5	Öz ile iletişimdir. Sevgi ve bağlanma duygusudur. Anlam ve manadır. Her şeyi bilme arzusu ve merak duygusudur.
Amerika	K6	İnançtır. Görünmeyen hayat kurallarıdır.
	K7	Yaratıcı ile kurulan ilişkidir. Minnettarlık ve şükür duygusudur.
	K8	Kişinin kendisinden daha büyük şeyle kurduğu ilişkidir. Dini kapsayan bir yapıdır. İnsanın doğasında olan, ruhsal ihtiyaç, içkinlik ve ruhun ayrılmaz bir parçasıdır.
	K9	Fiziksel olmayan kolektif bilinçtir. En iyi yoldur ve kendinden daha büyük şeyle bağlantı kurmadır.
	K10	Yaratılmışlarla bağlanma hissidir.

### 3.3.1.1. İletişim Kurma

Bulgulara göre, katılımcıların maneviyat algısı “bağlanma ve iletişim kurma” üzerinde toplanmıştır. Türkiye ve Amerika’daki katılımcıların tamamı maneviyatı, görünen ve görünmeyen ile kurulan ilişki boyutu olarak ifade etmişlerdir.

Bağlanma ve ilişki kurmayı; Türkiye’deki katılımcılardan K1, K2, K3 ve Amerika’daki katılımcılardan (K7, 32/E), “*Yaratıcı ile kurulan ilişki*” olarak ele almışlardır. Bu kişilere göre bu ilişki ve bağlanma, dini temellidir. Bu sebeple üzerinde durulan bu katılımcılardan K1’e göre maneviyatın başlangıç noktası Allah ile kurulan ilişkidir ve kaynağı Kuran-ı

Kerim ve Kuran-ı Kerim'in tefsirleri olarak verilmiştir (K2, 27/K). K4'e göre ise, kurulan bu bağ Yüce Güç, evren ya da öz ile ilişkilidir.

Öncelikle maneviyat hakkında, kişinin Allah ile kurduğu ilişkidir, çevresi ve hayat ile kurduğu ilişki etkilemektedir:

*“Maneviyatı, insanın yaratıcısı ile kurduğu ilişki olarak tanımlayabilirim aslında bütün hayatla kurduğu ilişkiye yayılan bir şeydir. Maneviyatın asıl başlangıç noktası Allah'la kurduğu ilişkidir. O ilişki insanın annesiyle babasıyla kurduğu ilişkiyi, eşiyle kurduğu ilişkiyi, yediği yemekle kurduğu ilişkiyi aslında tüm hayatla kurduğu ilişkiyi etkiliyor.”* (K1, 36/K).

Bir başka ifadeyle maneviyat, Allah ile görüşme şeklidir. Kişiyi Allah ile iletişime geçiren namaz ve dua gibi ibadetler buna örnek gösterilebilir:

*“Allah, bize şah damarından daha yakındır ve her an nefesimizde O'nu hissetmemiz gerekir. Maneviyat Allah'la görüşme şeklidir. Bunun en büyük örneği, Miraç hadisesidir, gibi namaz. Namaz müminin miracıdır. Her an insan dua edebilir. Bu maneviyattır. İnanç şöyle bir şeydir, her inançlı insan zor durumda kaldığında Allah'a sığınır. Yani maneviyat Allah ile kurduğumuz bir ilişkidir... Maneviyatın en büyük kaynağı Kur'an-ı Kerim ve tefsirleridir.”* (K2, 27/K).

Maneviyatın bir başka boyutu ve onunla ilgili yorumu ise evrenle iletişim kurması ve öze bağlılıktır:

*“Maneviyat, insanın değerleridir ve evren ile iletişimidir. Bu tür maneviyat herkeste olmasına karşın gelişimi kişiye bağlıdır. Bu arada herkesin inandığı bir öz vardır. İşte maneviyat bu öze bağlılıktır.”* (K4, 36/K).

K3, K8 ve K10 maneviyat kavramını, yaratılmışlarla bir bağlanma hissi olarak tanımlamıştır:

*“Maneviyatın dünya, doğa, insanlar ve diğer yaratılmışlarla bir bağlanma hissi olduğunu hissediyorum. Dinin dogması ve kuralları vardır. Yani A şahsının manevi ve Katolik olduğu örneği verilebilir. Ve B şahsının manevi yönü vardır ve organize dinlerden nefret eder. Aynı zamanda, bir kimsenin manevi olmamasına rağmen, aynı zamanda düzenlenmiş dine*

*katılabileceğini de söyleyebiliriz. Ama benzer düşünen insanların farklı ritüellerini ve rahatlığını takdir etmek gerekir.” (K10, 65/K).*

Araştırmada maneviyat tanımları arasında öne çıkan bir diğer kavram ise “vicdan” olmuştur. Budak’a göre vicdan içselleştirilmiş ahlaki ilkeler topluluğudur ve tamamen bilinçlidir. (Budak, 2000: 810). Freud vicdanı, superego ile ilişkilendirmeye çalışmış olsa da vicdan süperegodan farklıdır. Çünkü süperegoyu oluşturan idealler ve ahlaki normaları temsil etmektedir.

İmamoğlu’nun ifadesiyle vicdan/conscience:

*“İnsanın ifsat edici değil, ıslah edici bir rol ile kendine ve tabiata iyilik ve adaletle muamelede bulunması, kendisinde potansiyel halde var olan bazı yetilerin gelişmesi ile mümkündür. İşte bu bağlamda 'vicdan' bu kuvvetlerin en önemlilerinden biridir.” (İmamoğlu, 2010: 128).*

Maneviyatı bağlanma hissi olarak açıklayan K3, vicdanı kendisine verilen bir nimet olarak tanımlamıştır:

*“Din eğitimi almış bir yaşam koçu bakış açısı ile maneviyatı değerlendirirken; İnandığım yaratıcı ile ilişkim benim maneviyatımdır demektedir. O yaratıcının bana en büyük nimeti “vicdan” dır. Şükürler olsun ki; benim yaşam koçum da akıl artı Allah’tır. Maneviyatın kaynağı vardır, bu kaynak kusursuz ve sonsuz yaratıcıdan gelir insan fıtratındaki inanma, bir şeye bağlanma duygusudur.” (K3, 31/K).*

Koçlara göre vicdan maneviyatın koruyucusu olarak görülmektedir. Bu konuda Güngör vicdanı en büyük yaptırım gücü ve toplumsal düzeni koruyan hayati öneme sahip bir olgu olarak görmektedir (Güngör, 2000; akt. Türkben, 2010: 327). Bazı koçlar ve Erol Güngör, toplumsal nizamın sağlayıcısı olarak vicdan kavramını kullanırken bazı koçların da kolektif bilincin toplumda en büyük nizam sağlayıcısı olarak nitelendirdikleri görülmüştür.

Literatürde vicdan, manevi gayret içerisinde ele alınmaktadır. Kişi egosuna karşı koymak ve nefsi emmareden kurtulmak için vicdan, kalp ve aklını kullanarak manevi gayret içerisine girmektedir. Nitekim bu mücadele İslam dininde fiili cihattan daha büyük olduğu

belirtilmektedir.<sup>39</sup> Bu sebeple manevi gayret içerisinde bulunanlara manevi faydalar dokunur.

K5 de benzer şekilde maneviyat sahibi olmasının kendisinde doğru ve iyi olanı seçmesi konusunda motivasyonel gücünden bahsetmektedir:

*“Daha önceden belirttiğim ifadeler kendim için de geçerlidir. Hala tam keşfettim diyemesem de sürekli bunun için çabalıyorum ve bu gayretimden de memnunum. Koçlukla bu ilişki daha kolaylaştı benim için. Kendimi de sorguluyorum sürekli neden ve niçin yaptığımı düşündüğümde adımlarımdan pişman olmuyorum. Hani terapi gibi pişmanlıklarımdan kurtulmak yerine pişman olmayacağım seçimler yapmamı sağlıyor.”* (K5, 38/E).

Bu bağlamda, koçların maneviyatı vicdan ile ilişkilendirmeleri, kişinin doğruları seçmesindeki kuvvetli faktörlerden biri olması sebebiyle anlaşılır görünmektedir.

K9’a göre maneviyat, fiziksel olmayan varlıklarla bağlantı ve fiziksel olmayan formdaki varlıkların kolektif bir bilincidir:

*“Daha yüksek bağlantı, tanımlayabileceğim en iyi yol, fiziksel olmayan formdaki varlıkların kolektif bir bilincidir. Ve fiziksel olmayan formdaki varlıklar, bir bilgi tabanı oluşturur ve çalışırsa, hayat daha güzel çalışır, harika ve neşeli hayatlar yaşayabiliriz. Fiziksel olmayan formda olanlar, bu varlıklar, onlara bağlıyız. Her birimizin içinde bir kısım vardır ve bunları bir araya getirdiğimizde, uyum içinde çalışabiliriz. Ego ayrı olarak aşağıya çekiyor ve egonun var olmasını istemiyorsun, ama bu da bizim ayrı bir parçamızdır. Ego daha yüksek benlik ile uyum içinde çalışınca kolektif bilinçle temas halinde olabilir. Uyum içinde çalışmayı öğrenmemiz lazım. Ama bir dine bağlılık gibi de değildir, dinin kurallarına uymak zorundasındır, örneğin dinde bunu yapmak zorunda ve bunları yapmamak zorundasındır. Dahası, istediğin her şeyi yapabilirsin, ama bunun bir sonucu vardır. Bu yüzden Dünya gezegeninde zıtlıklar var. Örneğin sıcak ve soğuk, tatlı ve ekşi var, tüm bu şeyler birbiriyle zıttır, bu zıtlıklarla yaşamı deneyimleyebiliriz. Sadece*

---

39 Son Peygamber, nefisle mücadele etmenin fiilî savaştan (küçük cihattan) daha büyük olduğunu ve asıl büyük cihadın (cihad-ı ekber) da nefs-i emmare ile mücadele etmekten ibaret olduğunu değişik hadislerinde belirtir. “Gerçek mücahit, Allah rızası yolunda kendi nefsiyle mücahede eden kimsedir” hadisi, bu gerçeği göstermek adına yeterlidir. Bkz. Tirmizî; Fedailü'l-Cihad 2; Müsned 6/20.



*kıyamet ve karanlıkta kalmamız gerekmiyor. Bunlar sadece bir büfe ve bir şeylerin tadına bakarsın, ve eğer beğenmezsen, tabağını bununla doldurmazsınız. Sadece devam etmesi ve olması gereken başka bir şeyi al. Ama yapmaya çalıştığımız şey, bundan hoşlanmıyorum diyerek tekrar tekrar yemeye devam etmek gibidir. Sevmediğimizi söylemek, ve tek yapmamız gereken, tekrar seçmemektir.” (K9, 48/E).*

K9, Allah ya da Tanrı gibi kavramları kullanmak yerine fiziksel olmayan varlık ya da daha yüksek olana bağlıyız ifadesi kullanmıştır. Burada dikkat çeken husus maneviyatın tanımlarından biri olarak kolektif bilincin gösterilmesidir. Ayrıca kurumsal dinleri ithafen “hoşlanmadığınız şeyleri yemeye devam etmemeyi” tavsiye etmiştir. Ona göre kurumsal dinlerdeki kurallar çiğnendiğinde kişi kendini “kıyamete” göndermek ya da “karanlıkta” kalmak zorunda değildir.

Görüldüğü üzere, maneviyat Yaratıcı, Yüce Güç, fiziksel olmayan varlıklarla ve öz ile kurulan bağıdır ve bu bağ insanın hayat ile kuracağı diğer bağları etkilemektedir. Diğer katılımcılar bağlanma ve iletişimi yaratılmış olanla, “kendisinden daha büyük bir güç ile, öz ile” ifadelerini kullanmışlardır. Türkiye’den K5 ve Amerika’dan K6, K8, K9 ve K10 bağlanma ve iletişim kurmayı bir duygu ve ihtiyaç olarak da tanımlamışlardır.

Literatürde maneviyat tanımları arasında, kişinin görünmeyen, Yüce Güç ya da Tanrı ile kurduğu ilişki boyutuna değinen çalışmalar mevcuttur. Zinnbauer ve diğ. (1997) yaptıkları araştırma neticesinde katılımcılardan %36’sının Tanrı/Mesih İsa/Yüce Güç/doğa/Aşkın gerçek vb. ile bağlanmışlık/ilişki/bir olma deneyimi ve hissi olarak tanımlandığı tespit edilmiştir (Zinnbauer ve diğ., 1997: 556). Cook, yayınlanmış 265 makale ve kitap bölümünde ele alınan maneviyat kavramının kullanımına yönelik yaptığı araştırmadan beş eseri kavramsal içerik analizi uygulamış ve maneviyat tanımlarının on üç kavramsal bileşeni belirlemiştir. Bunlardan ikisi “kişilerarası ilişkiler/relatedness ve aşkın boyutun tanınması/transcendence”dır. Bu bakımdan bu araştırmada da maneviyatın ilişki boyutu hakkında benzer bulgular elde edildiği görülmektedir.

Örneğin, Allah ile kurulan bağ ve dünyevi bağ birbiri ile etkileşim halindedir (K1, 36/K). Nitekim Armstrong, “kişinin dünyada faaliyette bulunma şeklini etkileyen bir Yüce Güçle olan bir ilişkinin varlığı” tanımı ile bireyin Yüce Güçle ilişkisinin dünya hayatını etkilediğini ileri sürmüştür (Armstrong, 1995: 3; akt. Düzgüner, 2013: 209).

### 3.3.1.2. Duygu Temelli Bağlanma

Koçlara maneviyat kavramı sorulduğunda ikinci en çok atıfta bulundukları tema “duygu” olmuştur. Koçlar duyguyu, kişinin iç dünyasından gelen ve hedef odaklı davranışları motive eden inanma, bağlanma, sevgi ve şefkat gibi pozitif duygular şeklinde tanımlamıştır. Koçlar’a göre maneviyat, içten gelen olumlu duygular bütünüdür:

*“Kendini hissetme duygusudur. Gerçekçi içten sevgi, anlamlı ifadeler, samimi bağlılık ve bunların sonucu olan gülümsemedir. Çünkü kişi özüne kavuşmuştur. Sonunda özle irtibattadır. Aslında hayattan anlam bulmasıdır diyebilirim. Nasıl ki parmak izlerinde farklılıklar var insanın içi de benzersizdir. Ayı ayrı alemlerdir. İnsan bu alemleri keşfeder. Bu fiziksel olarak tanımlayamadığımız bilgiye sahip olmak için çalışır. Bu da insanların en çok merak ettikleri şeyi, var oluş nedemizi açıklar. Maneviyat ihtiyacı karşılanmalıdır. Kişi böyle bir eksiklik hissettiğinde tedirgin hissedebilir, güvensizleşir. İşte bunun için tarih boyunca insanlar bu konuyu tartışmışlardır.” (K5, 38/E).*

K5, duygularının özle bağlantılı olduğunu ve bu hissiyatın kendisinde farkındalık oluşturduğunu ifade etmektedir. Bu duyguları özle ilintilendirirken maneviyatı dini boyutuna değinmeden farklı bir şekilde ele aldığı söylenebilir.

Önceki araştırmalarda yer alan bilgilere göre Batı’da bazı araştırmacıların maneviyata, dini perspektifin dışından hatta zıt kutbundan bakarak duygu ve tecrübe şeklinde ele aldıkları bilinmektedir (Zinnbauer ve Pargament, 2005: 24; akt. Düzgüner, 2013: 213). Bu noktada K5’in inanç ve dini söylemde bulunmadan maneviyatı duygu şeklindeki tanımıyla uyumlu görülüyor.

Agnostik olan ve kurumsal dinlere mesafeli olan koçların maneviyatı daha evrimsel bir tanım getirerek, duygusal ihtiyaç ve bağlanma hissi olarak doğuştan gelen ya da kolektif bilinç olarak tanımladıkları tespit edilmiştir. Örneğin K6 ve K10 maneviyatı tanımlarken, kurumsal bir dine bağlı olup olmanın önemli olmadığını vurgulamışlardır. Buna karşın K6 ve K10 da olmak üzere tüm koçların, varoluşsal bir tanım getirdiği ve varlıklarla olan ilişkiyi de etkileyen Tanrı ya da Yüce güç ile kurulan ilişkiye vurgu yaptıkları görülmüştür. Bazı yazarlara göre manevi yönelim, kişisel çıkarları aşmaya yönelik doğuştan gelen bir kapasite veya eğilim olarak kabul edilirken (Chandler ve diğ., 1992; akt. Wong, 1998),

bazılarına göre maneviyatı, “*bireyin kendisi ve diğer insanlarla ilişkilerini, evrendeki yerini, yaşamın anlamını anlama ve kabul etme çabası*” olarak görülmektedir (Çetinkaya, Altundağ ve Azak 2007; Kostak 2007; akt. Arslan ve Konuk Şener, 2009: 54).

Araştırmada koçların maneviyatı “duygu, sevgi ve şefkat gibi kişinin iç dünyasında olan ve davranışları etkileyen” olarak tanımladıkları tespit edilmiştir. Maneviyatın, “*günlük hayatta bir bütün olarak gerçekliğin algılanması ve belirli insan değerlerini, amaçlarını ve hedeflerini tutması, gerçekleştirmesi, davranışlara ve eylemlere eşlik eden derin, olumlu duygular yaşaması*” şeklinde öznel doğasını ve değer yönelimi vurgulanmaktadır (Marcoen, 1994: 533; akt. Wong, 1998). Araştırmada maneviyatın duygu boyutuyla ilgili elde edilen bulgular ile yapılan önceki araştırma sonuçları örtüşmektedir. Yılmaz ve Okyay tarafından yapılan araştırmada katılımcıların, %73'lük kısmının maneviyatı tanımlayamamasına karşın ikinci sıradaki yüksek oran olan %8.3'lik kısmının, maneviyatı “insanın iç dünyasına ait her şey” ve %4.5'inin de “insanın dini duygu ve uygulamaları” olarak tanımlaması bunu göstermektedir (Yılmaz ve Okyay, 2009; 45). Düzgüner'in araştırmasında ise Türkiye'deki katılımcılarından %24'üne göre maneviyat, kişinin kendi içinde yaşadığı hissere tekabül etmektedir, Amerika'daki katılımcılarından %10'una göre ise maneviyat kavramı, insanın iç dünyası anlamına gelmektedir (Düzgüner, 2013: 212-213). Greenwald ve Harder, maneviyatın boyutlarını tespit etmek üzere farklı etnik gruplar üzerine yaptıkları çalışmada, ortaya koydukları dört faktörden biri maneviyatın sevgi ile diğerlerine bağlanma (Loving Connection to others) boyutunu tespit etmiştir (2013:975). Araştırmada, maneviyatın duygusal boyutununun varlığı görüşü (Gross, 2006: 425; Cicirelli, 2011: 126; akt. Düzgüner, 2013:213) ve katılımcıların duygu ve öze ulaşan/iç dünyaya ait olan kavramlara değinmeleri bakımından literatürdeki diğer bilgilerle uyumludur.

Bununla birlikte ilgili Batı literatüründe bazı araştırmalarda maneviyatın duygu ve tecrübe olarak değerlendirilmesinde, maneviyatı dinin dışında bir anlam kazandırma çabası olarak değerlendirilmektedir (Zinnbauer ve Pargament, 2005: 24; akt. Düzgüner, 2013: 213). Ancak bu araştırmada maneviyat dini inanç ile ilişkilendirilmeden kişinin olumlu ve derin duygular yaşaması şeklinde tanımlandığı söylenebilir.

### 3.3.1.3. İnanç

Araştırmada koçların maneviyatı tanımlarken inanç ve inanma kavramlarını kullandıkları görülmüştür. Koçlara göre maneviyat, inanç ve inanma duygusu barındırmaktadır. Türkiye'deki koçlar ve Amerika'daki koçlardan inanç temasına daha fazla atıfta bulunmuştur. Bununla birlikte Amerikalı katılımcıların hem maneviyatı tanımlarken, hem de kendi hayatlarını anlatırken mülakatlarda faith ifadesinden kaçınarak belief kelimesine yer verdikleri görülmüştür.

İnanç sözcüğünün İngilizce olarak tam karşılığı konusunda farklı düşünceler hakimdir. Koçların kullandıkları belief ve faith ifadelerinin din psikologlarınca nasıl kullanıldığına bakıldığında farklılıkların söz konusu olduğu görülmüştür. Kayıklık, belief kelimesini inanç ve faith kelimesini iman olarak çevirirken (Kayıklık, 2005:134). Ok, iki kavramı Türkçe'de ayırıştırmanın zorluğuna dikkat çekerek belief sözcüğüne en yakın anlamın iman ve faith sözcüğüne en yakın kelimenin de (nesnesine vurgu yapılmayan) inanç olabileceğini ifade etmiştir (Ok, 2007: 61-62) Özcan'ın belief ve faith tanımlaması Ok'un yaptığı eşleştirme ile benzerlik göstermektedir (Özcan, 2002: 115; akt. Ok, 2007: 61).

K2 ve K6 inanma ve inancı maneviyatın bir boyutu olarak tanımlamıştır:

*“Görülemeyen şeylerin manevi olduğunu, var olduklarına dair çok fazla somut kanıtımız olmadığı halde, nasıl yaşanacağını ya da nasıl hissettiğimizin var olduğuna inandığım kesinlikle göremediğimiz bir kural ya da davranış kodları var ama işte orada bir inanç/belief<sup>40</sup> da var.”* (K6, 44/E).

(K6, 44/E), katolik bir ailede büyümüş bir agnostiktir. Kendisinin septik/skeptic kişiliğe sahip olduğunu söylemiştir. Kardeşinin trajik ölümünden sonra hiçbir dine girmediğini, cennet cehennem gibi inanışlar yerine sevgi ve diğergamlık ile insanlar arasında bir ilişkiyi benimsediğinden bahsetmiştir. Ancak K6'nın maneviyat metaforu, inançla ilişkili olmasına karşın dinlere bağlanmak istememesinin altında kardeşinin trajik ölümünün yer alması muhtemeldir. K6'nın durumu önceki araştırma sonuçlarını yansıtmaktadır. Yapılan araştırmalara göre inançsızların %70'ten fazlasının sonradan inançsız olduğu ve bu

---

40 K6'nın ifade ettiği *belief* sözcüğü, kurumsal bir dine iman etmeksizin kullanmasından ötürü inanç olarak çevrilmiştir.

yönelimde çevresel ve entelektüel faktörlerin etkili olduğu tespit edilmiştir (Sevinç ve Mehmedoğlu, 2016: 87).

K7 de kendisini Müslüman dindar bir kişi olarak gördüğünden dolayı maneviyatı din ve inanç ile ilişkilendirdiği söylenebilir. Maneviyatın dua ve namaz gibi ibadetlerle gelişeceğine değinmiştir. Bu noktada (K7, 32/E), maneviyatı bir inanç konusu olarak görmesinin yanı sıra dini uygulama olarak da gördüğü söylenebilir. Benzer şekilde K2'nin maneviyatı Allah ile kurulan ilişki şeklinde tanımlamasına karşın namaz, dua ve Miraç hadislerinde verdiği örnekler birer dini uygulamadır.

Literatürdeki maneviyat kavramının en sık tanımlamalarından biri de inanç kavramıdır (Elkins ve diğ., 1988: 10; Tanyi, 2002: 501; akt. Düzgüner, 2013:205). Zinnbauer ve diğ.'nin araştırmasına göre katılımcıların %34'ü inanç/iman (belief/faith) kavramlarını kullanmışlardır (Zinnbauer ve diğ., 1997: 556).

Ok, varoluşsal-inancı, “evrene/kozmosa yönelme, hissetme, ilişkide görme, bilme, zihinsel kurgulama, imgeleme, yorumlama, anlam verme, bulma ve oluşturma, uyum, kalbi ve iradeyi düzene sokma, değer atfetme, karşılık verme biçimi, güvenme ve bağlanma ayelmi, kendini adama, onaylama, değişme, gelişmeyaşama, karakterin eşekillenmesi, görme biçimi, var olma ve var olmanın gelişen öznel deneyimi” olarak ifade etmiştir (Ok, 2007: 61-62). Bu çalışmada Amerikalı koçların faith yerine belief kelimesini kullandıkları görülmüştür. İki kelime arasından belief kelimesinin tercih edilmesinde günlük dilde faith kavramının dini referans göstermesine karşın belief kelimesinin daha geniş bir konseptte kullanılmasından kaynaklandığı söylenebilir. Bunun dışında Ok, faith kavramını inanç olarak kabul ederken, Batılı koçlar ve belief kavramını kullanmayı tercih etmişlerdir ki bu İslami gelenekte kabul edilen iman algısıyla benzeşmemektedir. Ayrıca koçların kullanımlarından belief kavramının Ok'un varoluşsal inanç tanımıyla örtüştüğü söylenebilir. Araştırmaya katılan koçların faith kavramı belief, action ve güven kavramlarının tamamını kapsayan bir olgu olarak görülmektedir.

Bununla birlikte çalışmada koçların verdikleri cevaplarda, maneviyatın diğer tanımları arasında benzerlik olmasına karşın inanç olarak tanımlamalarında kültürel farklılıklardan kaynaklanan yorumlar görülmüştür. İnanç ve iman, teoloji ve psikolojiyi biraraya getiren konular arasında yer almaktadır. İslami gelenekte iman, Arapça'dan geçen ve Kuran'ı

Kerim’de yer alan bir eylem olarak her zaman “nesnesi dogma ya da Tanrı değildir, bir kimse veya şeyin doğruluğunu, büyüklüğünü ve gücünü sarsılmaz bir duygu ile benimseme” anlamına da sahiptir (Ok, 2007: 47-48). Ancak Türkiye’deki koçların iman ve inanç kavramlarını kullanırken, Tanrı ile ilişkilendirdikleri görülmüştür. Örneğin Türkiye’deki koçların maneviyatı inanç olarak tanımlamalarında “Allah ile olan ilişki ve iman” üzerinde yoğunlaştıkları, (K7, 32/E) dışındaki Amerika’daki koçların ise “görülemeyene inanma, evrendeki kurallara inanma, düzene inanma” gibi farklı inanma eylemleri şeklinde tanımları mevcuttur. Bunun sebebi olarak Türkiye’deki koçların tamamının belli bir inanca sahip kişiler olmasına karşın Amerika’daki koçlardan K7 dışında, kurumsallaşmış dini kabul etmeyen görüşe sahip kimseler olmasından kaynaklandığı ve bu sebeple benzer kavramları kullanan kişilerin inanma eylemini kime yönelik yaptıklarına göre anlamın değiştiği söylenebilir.

Dünyada özellikle Batı ülkelerinde hızlı değişim ile birlikte kişilerin, Yeni Dinsel Hareketler olarak adlandırılabilen ve kurumsal dinlere nazaran hızlı ve köklü değişimler gösteren (Enroth, 2005: 23; akt. Mirza, 2014: 17) kendi din ve maneviyatlarını oluşturma çabasına girdikleri görülmektedir. Bu konuda Mirza, hızlı değişimin taçlandırıldığı bir modern çağ dinamiği olarak bu eğilimlerin diğer bir ifadeyle Yeni Dinsel Hareketlerin canlılığını koruduğuna vurgu yapmaktadır (Mirza, 2014: 17). Bu durumun Batı’daki inanç algısının değişiminde ve farklılaşmasında etkili olduğu söylenebilir. Buna karşın Türkiye’deki koçların inanç sözcüğü kullanımlarında, din ya da dinle ilgili çağrışımlara sahip olmasına karşın Türkiye’de de inanç kelimesinin anlamının son yıllarda genişlediği de araştırmalarda dikkat çekmektedir.

Araştırmada koçlardan bazıları maneviyatı inanç olarak tanımlamamıştır. Bu konuda literatürde inanç kavramını dinle ilişkilendiren bazı yazarlar tarafından maneviyat ve inanç arasında ilişkinin olmadığını ima eden araştırmalar da mevcuttur. Bazılarına göre kişi kendisini bir dine ait hissetmeden ya da güçlü bir inanca sahip olmadan da manevi değerlere sahip olabilir (Boztilki ve Ardıç, 2017:40) ancak burada inanç kavramının tamamiyle bir din ile ilişkili olarak tanımlandığı bu sebeple Ok’un genel anlamda açıklamış olduğu inanç ile çakışmadığı söylenebilir. Bu da araştırmadaki koçların tanımlarındaki inanç kavramının dinle ilişkili olabildiği gibi dinle ilişkilendirilmeden de kullanıldığını

göstermektedir. Buna karşın bazı koçlar özellikle maneviyatın dinden ayrı düşünülmemeyeceği de iddia etmiştir. Bu konuda bazı araştırmacılar da hem fikir görülmektedir. Nitekim manevi yaşamın sadece zihinle olamayacağını ve Tanrı, aşk ve inanç ile maneviyatın geliştirilebileceğini savunan Merton, “*manevi arayışın dindar olmaksızın çok ilerleyemeyeceğini*” kabul etmiştir (Merton, 1958: 27,33).

Düzgüner’in araştırmasına göre katılımcıların çoğunluğu inancı, ikincil olarak ise bağlanmayı olarak maneviyatı tanımlanmıştır (Düzgüner, 2013). Bu çalışmada ise katılımcıların tamamı maneviyatı öncelikle ilişim kurma ve ikincil olarak inanç olarak tanımlamaları ile Zinnbauer ve diğ.’nin (1997) araştırmasındaki ile benzer bir sonuç elde edilmiştir. Görüldüğü üzere bu çalışmadaki bulgular önceki araştırma sonuçları ile örtüşmektedir. Ancak yaşanan anlam karmaşasından ve tanımlamalardaki zorluklardan yola çıkılarak inanç ve iman kavramlarının ve ilgili Batı literatürünün tekrar araştırılmaya değer konular arasında yer aldığı söylenebilir.

#### **3.3.1.4. Değer**

Araştırmadaki bulgulara göre maneviyatın boyutlarından biri olarak değerler gösterilebilir. Schwartz değerlere; “insanların eylemleri seçip kendini haklı çıkarmak ve insanları (kendilik de dahil olmak üzere) ve olayları değerlendirmek için kullandığı ölçütler” şeklinde bakmaktadır (1992:1; akt.Fülöp, 2014:3). Bunlartoplumsal ve ilahi kaynaklı olup her değer içkin-nesnel ve aşkın yönü bulunmaktadır. Örneğin dini değerler özü itibariyle toplum üstü bir kaynağa dayanan değerlerdir, genel sosyal değerler ise Durkheim’ın kolektif bilinç olarak nitelediği bir aşkınlığa dayansa da sosyal etkileşimlerin ürünüdür. (Korkmaz, 2014: 183)

Araştırmadaki bulgulara göre, maneviyat ile ilgili öne çıkan temalardan biri “değer” şu şekilde açıklanmıştır:

*“Bana göre maneviyat, insanın değerleridir, evren ile iletişimidir, herkes de olmasına karşın gelişimi kişiye bağlıdır, manevi bir gelişim söz konusudur. İnsanın değerleridir tabi bunlar. Bu değerleri görmediğimizde kendimizi de tanıyamayız. Dürüstlük, sevgi, mutluluk, yardım etmek, bir nevi kendilik gelişimidir.”* (K4, 36/K). Bu ifadeye göre maneviyat değerlerimizin toplamıdır ve değerlerin gelişimi kendilik gelişimimizi olumlu etkiler.

Aynı zamanda K4 maneviyatı, değer olarak görürken iki farklı değer grubuna atıfta bulunmuştur. Bu bakımdan “*kendisini tanıması ve kendilik gelişimi*” ifadesiyle *kendi kendisini geliştirdiğini*” söylemekle birlikte, yardımseverlik ifadesiyle de “*benliği aşma*” şeklindeki görüşü iki çelişkili değerın maneviyat teması altında birbiriyle uyumunu da göstermektedir.<sup>41</sup> Fülöp’ün ifadesiyle “*kendini geliştirme değerleri*”, kendi çıkarlarının peşinde koşmayı vurgularken, “*benliği aşma değerleri*”, başkalarının refahını ve çıkarları için bir eğilimi ifade etmektedir (2014:3).

K4’ün benliği aşma değerlerinden biri olan yardımseverlik, maneviyatın boyutlarından biri olarak görölmektedir. K6 da benzer şekilde maneviyat teması üzerine değinmiş, kişilerin dini ceza ve mükafat olmadan da birbirlerine yardım edebileceğini vurgulamıştır.

Göröldüğü üzere, yaşam koçlarının ifadelerindeki maneviyat tanımlamalarında farklı değer grupları birarada bulunabilmektedir ve bunlar kendi içerisinde bir uyum göstermektedir.

Değerler hem kişinin iç dünyasında (bireysel) hem de dış dünyasında (sosyal) etkiye sahiptir. Değerlerin “içkin ve aşkın yönü” bulunmaktadır. Örneğin Rokeach değeri, “bireysel veya toplumsal tercihleri gösteren inanç” olarak da tanımlamaktadır (Korkmaz, 2014: 186).

Koçlar maneviyatı, kendini aşma, kendilik gelişimi, yardımlaşma, iyi niyet gibi değerlerin toplamı olarak görmektedir. Bazı koçlar bireysel ve toplumsal değerlerin, dini ceza ve mükafat olmadan da varolabileceğini iddia etmiştir. Bunların dinden bağımsız olmadıkları ve ahlaki değerler olarak kabul edildiği söylenebilir.

Benzer şekilde maneviyatın aşkınla ve değerlerle olan ilişkisi üzerine *Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf ve Saunders'a (1988) göre, “Latince, spiritustan, “yaşamın nefesi ” anlamına gelen maneviyat, aşkın bir boyutun farkındalığıyla ortaya çıkan bir varlık ve deneyim biçimidir. Kendine, başkalarına, doğasına, yaşamına ve nihai olarak neyi göz önünde bulunduracağına bakılmaksızın belirli tanımlanabilir değerler ile karakterize edilir”* (Hughes ve diğ., 1988: 10; akt. Wong, 1998). Cook da yaptığı araştırma neticesinde maneviyatın tanımları arasında on üç kavramsal bileşenden biri olarak değer kavramını

---

41 Değerlerin uyumu ve çelişkisi konusunda detaylı bilgi için Bkz. Schwartz (1992), değerlerin iki boyutlu süreklilik oluşturan birbirleriyle uyumlu veya çelişkili halinden bahseder.



göstermiştir (Cook, 2004: 543). Görüldüğü üzere maneviyatın boyutlarından biri olarak değer kavramı önceki araştırmalarda da yer almıştır.

### 3.3.1.5. Minnettarlık

Maneviyat, Allah'ın verdiklerine minnettarlık duygusudur, hayatta yaşadıklarına şükredebilmektir. Ancak bu farklı şekillerde kendini göstermektedir. Aynı zamanda şükürü de bir dini bir eylem biçimi olarak sunmuştur; namaz kılmak, Kuran'ı Kerim okumak gibi ibadetler şükürünü ifa etmek gibi:

*“Bana “Hey, günde beş kez namaz kılmam için yardıma ihtiyacım var. Bana koçluk edebilir misin? diye kimse gelmeyecek ya da zor zaman geçiriyorum diye. Ya da, yardıma ihtiyacım var diye. Hiç kimse, “Kuran'ı düzenli olarak okurken yardıma ihtiyacım var” demiyor. Ama eğer maneviyatın özünün ne olduğunu düşünürseniz, Allah'ın emriyle o mutabakata sahip olmanız, Hakkında olumlu bir görüş sahibi olmak, olumlu bir bakış açısına sahip olmak, sahip olduğunuz nimetlere minnettar olmak. Bunların hepsi manevi şeylerdir, ama insanlar gelip “Hey, daha çok minnettar olmak için yardıma ihtiyacım var” demezler, fakat negatif bir kişi olarak gelebilirler ve kendi aslından maneviyatından uzak kalmış sergilenmemesi gereken birisini sergileyebilirler. Örneğin gelen danışanlarımın biraz daha minnettar olmaları için bazı uygulamalar yapmaları konusunda yardımcı olabilirim ve bu tamamen manevi bir değişimdir.” (K7, 32/E).*

K7, insanların daha dindar nasıl olurum kaygısından ziyade kendilerini bir manevi boşluk içinde gördükleri anda ya da başka bir ifadeyle olumsuz bir kişilik yapısına büründüklerinde, kendisine geldiklerini ifade etmiştir.

Görüldüğü üzere maneviyat tanımlarından biri de, minnettarlık duymak ve şükretme eylemi olarak gösterilmiştir. Aynı zamanda koçlara göre şükran göstermek maneviyatı geliştirmede etkilidir.

Koçlar maneviyatı şükür ve minnettarlık olarak tanımlamalarının yanı sıra fazla yapılan şükür ve minnettarlığın da kişinin iyi oluşunu ve maneviyatını artırdığını belirtmişlerdir. Bu bağlamda literatüre bakıldığında, şükür (minnettarlık) psikolojisinin son yıllarda psikolojik iyi olma kavramıyla yan yana ve iyi oluş kavramı da maneviyatı içine alan bir olgu olarak kullanıldığı görülmektedir. Yapılan araştırmalara göre şükürün, hem duygulanım hem de

bilişsel bir yapısı mevcut olup (Emmons, 2000), varoluşsal bir duygu olarak da ele alınmaktadır (Robbins, 2011) ve bazılarına göre de şükür ahlaki ve manevi bir değer olup minnettarlık duygusu olarak kabul edilmektedir (akt. Göcen, 2012: 43- 45). Özdoğan'ın da ifadesiyle şükretme eylemi, içinde yaşanılan anın olumlu yanlarını keşfederek teşekkür etmektir (Özdoğan, 2010:50).

Netice itibariyle bu araştırma daha önce yapılan araştırmalarla örtüşmektedir. Nitekim önceki araştırmalarda da maneviyatı yüksek düzeyde olan insanların şükür deneyiminin daha fazla olduğu (McCullough, Emmons ve Tsang, 2002: 123-125) ve minnettar düşüncenin hakim olduğu yaşam tarzına sahip kişilerin maneviyatlarının arttığı (Adler ve Fagley, 2005: 110-112) tespit edilmiştir (akt. Göcen, 2012: 185).

### **3.3.1.6. Maneviyatın Ruhun Bir Parçası Olması**

Amerika'daki koçların maneviyat ile ilgili yorumlarında öne çıkan bir diğer tema ise “maneviyatın ruhun bir parçası” olarak görülmesidir. Bu yorumda bulunan Amerika'lı Jung ekolünü takip eden K8'e şu şekilde ifade etmiştir:

*“Ben Jungian psikolojiyi takip ediyorum. Carl Jung, Freud ile birlikteydi, muhtemelen uzun bir zaman öğrencisi ya da onun bu alandaki varisiydi. Demek istediğim, Jung'la birlikte psikolojide manevi bir alan var. Maneviyatı insan ruhunun ayrılmaz bir parçası olarak gördüğümüz anlamına geliyor. Tarihe bakarsanız insanların dini bir manevî sistem içerisinde olduğunu, bu yolda yürüdüklerini görürsünüz. Eğer hayatlarında kendilerinden daha büyük bir şeyle bağlantısı olmadan dolaştıklarında, nevrotik hale gelen insanlarla, depresyona giren insanlarla; anksiyete sahibi/kaygılı insanlar halinde gelmektedirler. Çünkü bu insan doğasının parçasıdır ve bu yüzden maneviyatı, insanlığımızda ve doğamızda var olan psikolojik ve manevi ihtiyaç şeklinde tanımlamak isterim.” (K8, 54/E).*

Koçlar maneviyatı “kendinden daha büyük olan, yüce olan, görünen ve görünmeyen güç” olarak tanımlamıştır. Önceki literatürde de maneviyat tanımları arasında “fiziksel alemi aşan varlık” ifadesi sıkça vurgulanmıştır. Düzgüner'e göre bu bakış açısı Hristiyan teolojisindeki Baba-Oğul-Kutsal Ruh inancının bir uzantısı olabilir (Düzgüner, 2017: 206). Nitekim İngilizce'de spirituality/maneviyat kavramı spirit/ruh sözcüğünününden türetiliyor olması da bunun bir neticesi şeklinde görülebilir. Bu konuda Özdoğan ise “maneviyat,

*insanın var edenle olan bağıdır ve dolayısıyla ilahî kaynaklıdır. Çünkü özü, ilahî olanın niteliklerini taşımaktadır.'Ben size kendi ruhumdan üfledim' dediğine göre, insan kendisiyle, yani özüyle iletişime geçtiğinde ilahî olanla da iletişime geçmiş olur'' (Özdoğan, 2009: 9) şeklinde ifade etmektedir.*

Araştırmada maneviyatın tanımlanması temasını, Türkiye ve Amerika'daki katılımcılar ayırımından ziyade Müslüman, Hristiyan, agnostik ve yeni çağ manevi hareketlerine inananlar olarak gruplandırıldıklarında cevaplar benzerlik arz etmektedir. Farklılıkların iki toplum arasındaki kültürden ziyade farklı inançlara sahip olmalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Batılı pozitivist aydınların manevi ve dindar kavramlarını ayrı tuttuğu, Sağlığın Uluslararası Sınıflandırılması'nda (International Classification of Functioning) da maneviyat tanımlarından da anlaşılacağı üzere maneviyat mutlak olarak dinle bağlantılı görülmemektedir. Buna karşın Amerika ve Türkiye'de kurumsal dine bağlı olan koçların maneviyat ile dini yakın bazen de eş anlamlı kullandıkları görülmektedir. Örneğin Türkiye'deki koçlar, Allah ile iletişim kurmak için için namaz kılma, Kuran'ı Kerim okuma ve dua etme gibi ibadetleri örnek olarak göstermiştir. Bu bakımdan Batı'da yapılan akademik araştırmalar maneviyata dinden ayrı bir tanım getirme çabasında olmalarına karşın yine Batı'da kilise, cami, sinagog gibi kurumların maneviyatı din ile birlikte sundukları da görülmektedir.

Bununla birlikte koçların maneviyatı dinle ilişkilendirmeleri kısaca, K9 ve K10, bireylerin kurumsal bir dine bağlı olmadan da manevi insan olabileceklerini iddia etmektedir. K6 kurumsal bir dine bağlı olmaksızın maneviyatı inanç ile ilişkilendirmiştir. K1 bu konuda çekimser kalmıştır. K2 ve K3 dindar kişilerin maneviyata sahip olabileceklerini söylerken K2 dindarlık ile maneviyatın olumlu ilişkisinden bahsetmiştir. Buna karşın K3, kişinin ibadet gibi görünen dindarlık davranışlarından ziyade kişinin iç dünyası ile ilişkilendirmiştir. K4 ve K5 dindar olmayan insanların da maneviyatının kuvvetli olabileceğini ifade etmiştir. Aynı zamanda maneviyatı geliştirmek için ibadet ve dua gibi dini yaşantıya önem atfeden koçların maneviyat tanımlarında Yaratıcı ile kurulan ilişki şeklindeki yorumları, bu kişilerin dindarlık ve maneviyatı birlikte kabul eden kişiler olduğunu ile ilişkilendirilebilir. Ancak dindarlık ve maneviyatı ayıran başka bir ifade ile

manevi kişiliğe sahip olmak için dindarlığın bir şart olmadığını söyleyen katılımcılar için maneviyat daha çok bağlanma hissi ve sevgi gibi duygu ifadesi olarak ortaya çıkmıştır.

Koçların tamamı maneviyatı, “görünen ve görünmeyen ile kurulan ilişki boyutu” olarak ifade etmiştir. Kurulan bu bağ “öz, hayat, evren, yaratıcı, yaratılan (aile,doğa, eşya, yemek)” ile olabilmektedir. Araştırmaya göre manevi bağ, dünyevi-insani yönüyle sosyal ve ilahi yönüyle de metafizik boyuta sahiptir.

Görüldüğü üzere, maneviyat çok boyutlu anlam kümesine sahip bir metafor olarak tanımlanmıştır. Katılımcıların yorumlarına göre maneviyatın kaynağı, etkileri, gelişimi gibi birçok özelliğe sahiptir.

### 3.3.2. Yaşam Koçlarının Aldıkları Manevi Eğitim

Koçlara *kendi maneviyatınız hakkında ne söylersiniz?* şeklinde sorulduğunda öncelikli olarak çekingen bir tavır sergiledikleri görüldü. Bunun üzerine *manevi eğitim alıp almadıkları ve manevi okumalar yapıp yapmadıkları* soruları eklendi. Eğitim aldığını ya da okumalar yaptığını söyleyen koçlara bunların neler olduğu soruldu. Bu sorular ile koçların maneviyatla ilgili herhangi bir ek eğitim ve deneyiminin varlığı araştırılmaya çalışıldı.

**Tablo 18: Yaşam Koçlarının Maneviyatı**

	Koçlar	Koçların Manevi Gelişimi
Türkiye	K1	Manevi eğitim almıştır. Dini ve manevi okumalar yapmaktadır. Zikir çekmektedir.
	K2	Dini ve manevi okumalar yapmaktadır. Zikir çekmektedir.
	K3	Dini ve manevi eğitim almıştır. Dini ve manevi okumalar yapmaktadır.
	K4	Manevi okumalar yapmaktadır.
	K5	Manevi okumalar yapmaktadır. Manevi eğitim almıştır.
Amerika	K6	Maneviyatını geliştirecek akademik okuma yapmıştır.
	K7	Dini ve manevi okumalar yapmıştır. Manevi aladan konferanslara katılmıştır.
	K8	Dini ve manevi okuma yapmıştır.
	K9	Manevi okumalar yapmıştır.
	K10	Manevi eğitim almıştır. Manevi okuma yapmıştır. Manevi alanda seminerlere, etkinliklere ve sertifikalı programlara katılmıştır.

Yaşam koçlarına maneviyata karşı ilgileri sorulduğunda, koçların tamamı manevi okumalar yaptığını ifade etmiştir. Bununla birlikte, koçlardan bazıları bu alanda eğitim aldığını, bazıları da seminer ve konferanslara katıldıklarını eklemişlerdir:

*“Eğitim aldım ama ben o aldığım eğitimlerle biraz yabancılaştığım bir süreçten geçtim. Şimdi tekrardan tazelemeye çalışıyorum.” (K1, 36/K).*

Maneviyat eğitimi eksikliği ile kişinin kendisine yabancılaşması arasında ilişki söz konusudur. K1’e göre manevi eğitimlerin kişinin kendisi ile barışık olmasında ve ruhi anlamda huzurlu hissetmesinde büyük önemi vardır.

*“Manevi okumalar tabiki yapıyorum, evet eğitim aldım, sanırım daha uzman kişilerden yine eğitim almam gerekiyor, kendimi kendimce yeterli görmüyorum.” (K3, 31/K).*

Görüldüğü üzere koçlar kendilerinin manevi eğitim aldıklarını, bunun üzerine okumalar yaptıklarını ancak tekrar bu konuda kendilerini yenilemeleri gerektiğini ifade etmişlerdir. Çünkü koçlara göre maneviyat tazelenmesi gereken canlı tutulduğunda kişiye huzur ve mutluluk veren bir yapıya sahiptir.

Koçlara göre tasavvufi kaynaklardan yapılan okumalar kişinin maneviyatının gelişmesinde etkilidir. Bu konuda bazı koçlar şu şekilde açıklamıştır:

*“Genelde kendim okuyarak eğitim aldım. Tasavvufi kitaplar da okuyorum. Mesnevi ve diğer tasavvuf eserlerini de... Mesnevi okumanın koçluk üzerindeki etkisi olumlu etkisi vardır. Mesela mesnevi yoluyla koçluk uygulamaları da vardır... Mesnevi’de de zaten öyküleştirerek Kuran’da anlatılanlar, Kuran’daki öğretiler ve peygamber kıssalarından hareket ediyor. Peygamber kıssalarını Kur’an-ı Kerim bize yol gösterici olarak gönderiyor. Onları okuyup anlayalım, ona göre hayatımızı yönlendirelim diye... Onları anlatınca insanın aklında bir ışık uyanıyor. Daha sonra kendini sorgulamaya başlıyor, ben nasıl olmalıyım? Kendimi nasıl geliştirebilirim? Böyle sorular sormaya başlıyor.” (K2, 27/K).*

Koçlara göre Allah’ın isimlerini zikretmek kişinin kendisini manevi alanda eğitmesinde etkilidir.

*“Esmâül hüsnâ çekiyorum. Esmâül hüsnâ’da Allah’ın her bir isminin, insana bazı özellikleri kazandırdığını düşünüyorum. onun için hangi ismi daha çok çekersen o isim sende tecelli etmeye başlar.” (K2, 27/K).*

Bu konuda Türkiye’de Zehra Saygılı<sup>42</sup>, Ayla Işık<sup>43</sup>, Nilda Ferhan Efeçinar, Allah’ın isimlerini zikrederek danışanlarına yardımcı olduklarını iddia etmektedir. *Nefesle Esmâül Hüсна* kitabının yazarı olan reiki öğretmenliği ve NLP koçluğu yapan Ayla Işık, Allah’ın 99 ismini kullanarak danışanlarının öz benliklerine dönmelerini sağladıklarını belirtmiştir.<sup>44</sup> *Esmaların Gizli Hazinesi* adlı eseri ile Kuantum koçluğu yapan Nilda Ferhan Efeçinar, Allah’ın 99 ismindeki enerjisini sıfatlarını zikreden kullarına verdiğini ve insanın takamülünün gerçekleştiğini iddia etmektedir.

Koçlardan bazıları, Kuran’ı Kerim, hadis ve tasavvufi eserlerle birlikte mistik diğer kaynakları da okuduğunu belirtmiştir:

*“Maneviyat sahibi bir insanım, kendimi geliştirmek için sürekli kitap okurum. Mevlana’yı çok severim. (Mevlana’nın) Eserleri, kişilerin maneviyatını anlamamda, nasıl destek olmam gerektiği konusunda çok yardımcı oluyor. İnançlı biri geldiğinde Hadis ve Kuran bilginin olması nasıl önemliyse, manevi konular hakkında kendimi yeterli görmesem de danışanımı anlamak için de okumalar yaparım. Ayrıca sadece İslam bilginlerinin eserlerini değil, diğer kültürlerin ya da din adamlarının maneviyatını geliştirecek eserlerini de okurum. Dediğim gibi Mesnevi okurum ama aynı zamanda diğer inançların kutsallarını, kuantum fiziğini, evrene ve çakralarımıza dair eserlerini de okuduğum geniş bir yelpazem vardır.”* (K4, 36/K).

K4, okuduğu mistik kaynaklar olarak kuantum fiziği ve çakralara ait kitapları zikretmiştir. Koçlara göre kuantum fiziği maneviyat ile ilişkilidir. Dennis’e göre kuantum, bilim ve maneviyatı uzlaştırmaktadır.<sup>45</sup> Bu alanda Kuantum Yaşam Koçu olan Erdem Taşkınsu kuantum ile, kişinin enerjisinin yüksek tutulabileceğini söylemektedir. <sup>46</sup>, Kuantum Spiritüel Yaşam Koçu olan Selda Ay’a göre ise kuantum düşünme ile bütün evreni

---

42 <http://ruhsaldonusumatolyesi.com/index.php/zehra-saygili-ruya-koclugu/> (Eklenme Tarihi: 28 Mayıs 2018).

43 <http://isikkisiselgelisim.com/nefesileesmaulhusna.html?enust=297> (Eklenme Tarihi: 28 Mayıs 2018).

44 <http://isikkisiselgelisim.com/ayla-isik.html> (Eklenme Tarihi: 28 Mayıs 2018).

45 <http://okyanusum.com/makale/kuantum-bilinc-bilim-ve-maneviyati-uzlastirma-yolu/>, (Eklenme tarihi: 10.20.2015).

46 <http://www.erdemtaskinsu.com/kuantum-yasam-koclugu-nedir/>, (Eklenme tarihi: 25 Mayıs 2018).

tekamül ettiren enerjiyle işbirliği yapılır ve kişi kendi sınırlarını aşarak Bütün'ün gücüne ulaşır.<sup>47</sup>

*“Çeşitli farklı okumalar yapıyorum ama kendimi okurken sınırlandırmıyorum da. Eğitim aldım ama bu konuda işte oldum tamam diyemiyorum. Halen bu alanla ilgili okumalarımı devam ediyorum.”* (K5, 38/E).

Bazı koçlar, maneviyat eğitimini akademik araştırmalardan yararlanarak aldığını ifade etmiştir: *“Dinler ve maneviyat hakkında daha fazla akademik çalışma yaptım. Antropolojide pek çok şey vardır, belli ki her kültür, antropoloji, yerel dinden çok şey ayıramazsınız.”* (K6, 44/E).

Diğer koçlardan farklı olarak K6, dini ve manevi okumalarının akademik temelli olduğunu altını çizmiştir. K6'nın burada maneviyat konusundaki bilişsel gelişime vurgu yaptığı söylenebilir. Kendisini bu alanda bilgi sahibi olarak görmekte ve birçok din ve maneviyat konularında okuma yapmaktadır. K6, kullandığı kelimeler ile seküler görünebileceğini ifade etmiş olmasına karşın manevi alana olan ilgisini yaptığı okumalar ve aldığı akademik eğitim ile ifade etmiştir.

Daha iyi bir Müslüman olmak için aldığı eğitimlerin aynı zamanda kişinin maneviyatını geliştiren çalışmalar da olduğunu düşünen koçlar vardır. Bu konuda K7 şu şekilde ifade etmiştir:

*“Hayatımda kendimi daha iyi bir Müslüman olmak için çabaladığımı düşünüyorum, bu yüzden Kur'an'ı düzenli olarak okuyorum. Hadis'ten okuyabileceğimiz ya da Kuran'ı okuyabileceğimiz, kitabı okuyabileceğimiz, tartışacağımız ve tartıştığımız şeyin anlamını tartıştığımız bazı çalışma gruplarının da bir parçası oldum.”* (K7, 32/E).

Bu bakımdan ibadetlerini yerine getiren bir kişi iyi bir Müslüman ve iyi bir Müslüman da manevi olarak kendini geliştirmiş kişi olarak görüldüğü söylenebilir. Bunun için dini eserleri okumanın ve bunların anlamları üzerine yaşamanın manevi bir eğitim olduğu söylenebilir.

---

47 <https://www.reklampedia.com/video-detay/reklampedia-kuantum-spirituel-yasam-kocu-selda-aydogan-15-mayis-2018-de-kalici-iliskiler-geliyor-817.html>, (Eklenme Tarihi: 12 Mayıs 2018).

Bazı koçlar dini ve dini olmayan her alanın kişinin maneviyatını geliştireceğine inanmaktadır. Bu konuda bazı koçlar şu şekilde yorumlamıştır.

*“Her zaman ilgi duyduğumu söyleyebilirim, çocukluğumdan beri, kilisede ne yapıyorlardı, farklı bir tapınaktı benim için. Mutlaka dinle ilgili olmak zorunda değildi, ama her zaman konuştukları şeyle ilgileniyordum. Okumaya başladığımda, dünyanın her yerinden edebiyat ve manevi edebiyatı okumaya başlamıştım, bu yüzden maneviyatı merak etmemde ve yaşamımın her zaman bir parçası olması benim içimden gelen birşeydi.”* (K8, 54/E). K8, çocukluğundan beri manevi alana ilgisini açıklarken kiliseye gittiğini kabul etmesine karşın dinsel olmayan alandaki maneviyat eserlerine olan ilgisini de ifadelerine eklemiştir. Görüldüğü üzere bazı koçlar için, dini ve dinin dışındaki eserler manevi olarak kabul edilebilmektedir.

Koçlardan bazıları aldıkları eğitimler sonucu, manevi alanda konumlandıkları tarot okumaları ve reiki<sup>48</sup> sanatı ile uzmanlık sahibi olduklarını belirtmiştir.

*“Hayatımın büyük bir kısmında din ve maneviyat üzerinde çalıştım. Manevi yaşam koçluğu sertifikamı kazandım. Ben bir Reiki ustasıyım ve birçok yol üzerinde çalıştım. Tarot kartları (Angel Card Reader) okuma sertifikası aldım. Kendimi manevi konuda bir sezgisel (spiritual intuitive) olarak görüyorum. Bazıları bu ilgi ve uzmanlık alanlarım sebebiyle bana çok yönlü kişilik (rainbow person) sahibi olduğumu söylemektedir. Bu şekilde insanlara yardım etmem konusunda harika bir yetenek.”* (K10, 65/K).

Burada K10’un kendisi için reiki ustası ve derin kişilikli insan kavramlarını kullanırken kendisini iyileştirici olarak gördüğü söylenebilir.

Türkiye ve diğer Batı ülkelerinde reiki, yoga yöntemler farklı algılanmaktadır. Türkiye nüfusunun çoğununluğu Müslümanlar oluşturmaktadır. Bu minvalde İslam dinine göre her doğan fitrat üzerine doğar buna karşın Batı’nın kendi Hristiyan kültür geleneğinde her doğan günahkar doğar. Bu sebeple, Batı’nın günahkarlık duygusundan kurtulmak adına Doğu’nun arınma yöntemlerine başvurduğu söylenebilir. Nitekim reiki ustası olan İsmail Bübül reikiyi, tasavvufta da var olan arınma kapılarından biri olarak gördüğünü söylemiştir.

---

48 Reiki 1865’te Japon budist Dr. Mikao Usul-I tarafından geliştirilmiştir. Rei Japonca’da “her yerde olan” demektir. Reiki de “evrensel yaşam enerjisi”, evrenin öz nuru, kuantum, ışık ve kaynak gibi sözcüklerle de ifade edilmektedir.



<sup>49</sup>Türkiye’de de Önder Ergin<sup>50</sup>, Emire Zeren<sup>51</sup>, Nilgöl Tavsel<sup>52</sup> önde gelen reiki yaşam koçları arasında yer almaktadır. Ve gün geçtikçe hem dünyada hem de Türkiye’de reiki ustalarının sayısı artmaktadır.

Bartley’in araştırmasında koçlar, İncil Koçluk Kursu, Hristiyan Koçluk Kursu gibi programlara katılmakta ve çeşitli seminer, konferans ve kiliselerde eğitim görebilmektedir (Bartley,2011: 53-54). Görüldüğü üzere Amerika’da dini danışmanlık adına yapılabilecek her türlü yöntem denenmekte, çağa ve insana göre yeni hizmetlerde dini kurumların çabası görülmektedir. Ancak Türkiye’de resmi dini kurumun aile irşad bürolarının tarihi çok yenidir. Bu alanda yeni çağın getirdiği sorunlara verilebilecek hizmet sınırlı görülmektedir. Bartley’in araştırmasına göre başta Hristiyan koçlar olmak üzere tüm koçların aldıkları eğitimlerin seküler alt yapılı olması ve bu gözlükten Kutsal’a bakılmaya çalışılmasına dikkat çekmiştir (2011: 55). Geçmişteki ilk profesyonel psikolojik danışmanlık hizmetlerinden günümüzdeki yeni oluşumlara kadar verilen eğitimlerin seküler olması, danışmanların dini temalı konularda, Kutsal’ı konumlandırmalarındaki zorluklarla karşılaşmalarına neden olmuştur.

Amerika’da bir psikolog din eğitimi ve bir papaz da psikolojik danışmanlık dersi alabilmekteyken böyle bir eğitim sistemi henüz Türkiye’de yaygın olarak uygulanamamaktadır. Bu konuda yeni adımların atıldığı söylenebilir. Nitekim Türkiye’de manevi/dini eğitim ve psikolojik danışmanlık hizmetlerinin, dini alanlarda eğitim gören kişiler tarafından gerçekleştirilmesi anlamında, hastanelerde ve hapishanelerdeki manevi bakım hizmetleri öncü olduğu görülmektedir.

Türkiye ve Amerika’daki koçların her türlü dinden ve mistik eserden faydalandıkları tespit edilmiştir. Bununla birlikte bazı koçların kuantum öğretisi, melek okumaları, tarot kart sertifikalı eğitimler aldıkları görülmüştür. Bazı koçların da reiki ve yoga gibi yöntemler konusunda uzman sertifikaları vardır. Koçlar aldıkları bu eğitimlerin her insanı tanıma çabası için bir adım olarak görmektedir. Koçlar kendilerine danışman olarak gelen kişilerle

---

<sup>49</sup> <https://onedio.com/haber/reiki-231891>, (Eklenme tarihi, 7 Ocak 2014).

Reiki: Negatif Bir Varoluştan Pozitif Bir Varoluşa Yolculuk (indigo dergisi üyesi)

<sup>50</sup> <http://www.onderergin.com.tr>, (Eklenme Tarihi, 7 Ocak 2014).

<sup>51</sup> <http://www.eminezeren.com/reiki>, (Eklenme Tarihi: 7 Ocak 2014).

<sup>52</sup> <https://www.transformalnefes.com/dier-eitimlerimiz>, (Eklenme Tarihi: 7 Ocak 2014).

daha iyi anlayabilmek için bu arınma yöntemlerine ihtiyaç duyduklarını belirtmiştir. Koçlara göre bu arınma yolu tasavvuftaki yöntemlerle elde edilebileceği gibi diğer kültür ve dinlerden de elde edilebilir. Bu gelen danışanın tercihinine göre şekillenmektedir. Örneğin bu konuda K9, insanların seçimlerinde özgür olduklarını, kurumsal dinleri seçmede zorunlu olmadıklarını, dünyanın bir açık büfe olup kişinin hoşlanmadığı bir yemeyi devam etmesinin gereksiz olduğunu vurgulamıştır. Bu bakış açısı ile koçun diğer din, kültür ve manevi yaşantıları tecrübe etme deneyiminin açıkladığı söylenebilir.

Bununla birlikte tarot ve melek kartlarını okuyan koçlara giden insanların görünmeyen ile iletişim kurma çabası olarak yorumlanabilir. Köse ve Ayten'in türbe ziyareti üzerine yaptıkları çalışmada ifade ettiği gibi insanlar kutsalla ayırdıkları bağları sonucu yine kutsal ihtiyacını gidermek üzere türbeye gitme gibi yollara başvurabilmektedir (Köse ve Ayten, 2010:24). Bu bakımdan rekiki yapan, tarot kartı okuyan ve meleklerle irtibata geçtiğini iddia eden koçların tercih edilmesinde onların kutsal başka bir ifadeyle manevi ihtiyaçlarından kaynaklandığı söylenebilir.

### 3.3.3. Koçluk Sürecinde Manevi Yaklaşımlar

Koçlara, “*seanslarınızda maneviyat müdahil oluyor mu?*” sorusu yöneltildi ve koçların tamamı bu soruya olumlu yanıt verdi. Koçların yanıtlarına göre; *seans öncesi manevi hazırlık yapma, danışanın manevi eksikliklerini görme, manevi söylemde bulunma, manevi uygulamada bulunma, danışanın maneviyatını geliştirme ve manevi uygulama ödevi verme* şeklinde 6 kategori oluşturulması uygun görüldü.

**Tablo 19: Koçluk Sürecinde Manevi Yaklaşımlar**

	Koçlar	Koçlukta Manevi Uygulama Süreçleri
Türkiye	K1	Seans öncesi manevi hazırlık yapar, seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.
	K2	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir ve seans sonrası danışanına manevi uygulama ödevi verir.
	K3	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.
	K4	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.
	K5	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.

**Tablo 19: Devamı**

Amerika	K6	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylemde bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.
	K7	Danışanın manevi eksikliklerini görme, manevi söylemde bulunma, manevi uygulamada bulunma, danışanın maneviyatını geliştirme.
	K8	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.
	K9	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.
	K10	Seans sürecinde danışanın manevi eksikliklerini görür, manevi söylem ve uygulamada bulunur, danışanın maneviyatını geliştirir.

Koçlukta manevi tutumun; seans öncesi, seans süresince ve seans sonrasında şeklinde üç aşamalı süreçten oluştuğu söylenebilir. Bu bağlamda koçlar, seans öncesinde çeşitli yöntemlerle kendi maneviyatlarını tazelemeye çalıştıklarını ifade etmiştir:

*“Ben maneviyatımın iyi olmadığı anlarda seans yapmamaya çalışıyorum. Seans öncesinde maneviyatımı tazeleyecek bir şeyler yapmaya çalışıyorum. O şekilde seanslara başlamaya çalışıyorum. Çünkü biz danışanlarımızla bir ayna gibiyiz. Ben o seansta bozuk olursam danışanıma başka bir şey yansıtmış olurum. Seansımız sadece bir saatten oluşan bir an olmayacaktır. Danışanın hayatında birçok yere dokunan bir seans olacaktır. O yüzden öyle bir şeye sebep olmamak için hiç olmazsa seansa girmeden önce böyle kendim için bir şeyler yaparak, dinlendirerek ve maneviyatımı tazeleyerek girmeye çalışıyorum.”* (K1, 36/K). K1, kendi maneviyatındaki değişimlerin, danışanını olumlu ve olumsuz yönde etkilediğini belirtmiştir. Gördüğü üzere koç, danışanı üzerinde doğrudan bir müdahalede bulunmadan hatta henüz onunla görüşmeden, olumlu bir yansımada bulunabilmek için manevi olarak ön hazırlık yapmaktadır.

Koçların seans süresince manevi müdahaleleri konusundaki görüşleri değerlendirildiğinde, koçların öncelikli olarak danışanlarının manevi eksikliklerini tespit ettikleri görülmüştür.

*“Hayat çarkı adında her danışanıma uyguladığım hazır soru formatım var. Bu sebeple her türlü soruyu sormuş oluyorum, dini ve manevi. Ben zaten sorularımın hangi alanlarda boşluk var buluyorum. Aramızda bir güven ve bağ oluştuktan sonra hızlı ilerlemem gerekiyor. Bu şekilde hızlı ilerleyebiliyoruz. Ancak bazı danışanlarım bu konuda beni zorlayabiliyor. Bazen altıncı seansta danışanımın maneviyat eksikliğini fark etmiş olabiliyorum.”* (K4, 36/K). K4, hayat çarkı olarak adlandırdığı kişisel ölçek formunda

maneviyat alanının da olduğu belirtmiştir. Bu bağlamda K4'e göre maneviyat, kişinin hayat çarkının dönebilmesi için gereklidir. Bu konuda (K5, 38/E) benzer bir görüş ile, *“hayatta birçok şey maneviyatımızla ilintilidir, maneviyatsız bir bakış bir uzvumuzu görmezden gelmek gibidir”* ifadesiyle birey için maneviyatın önemine dikkat çekmiştir.

Bu konuda K8 de benzer bir görüş bildirerek şu ifadede bulunmuştur:

*“Gelen danışanlar pek çok durumda daha yüksek bir benliğe sahip olduklarını fark etmiyorlar. Örneğin, ne tür olumsuz hisler yaşadınız ya da gerçekte kim olduğunuzla uyumlu değilsiniz. Çünkü gerçekte, hayatında kimseye bir şey teklif etmemişsin, başka bir ifadeyle birine sevgini vermemişsin.”* (K8, 54/E). K8, mülakatlarda genel olarak maneviyat ve sevgi ilişkisine atıfta bulunmuştur. Bu bağlamda kişinin gerçek benliğine ulaşabilmesi için maneviyatını geliştirmesi gerektiğini söylemektedir. Ancak koçluk hizmeti için gelen kişilerin bu konuda kendilerindeki manevi eksiklikleri göremedikleri söylenebilir.

Bu konuda bir diğer koçun ifadesinde, danışanların kendilerinde geliştirmek istedikleri duygu, düşünce ve davranışların temelinde maneviyat eksikliğinin olduğunu yer almaktadır:

*“Bazı danışanlar kişisel değişim ve gelişim amacıyla koçluk hizmeti almak için gelmelerine karşın bakıyorsunuz sorun yine kişinin maneviyatıyla ilgili olabiliyor. Çünkü maneviyat bireyin kişiliğini etkileyen en önemli faktörlerden biridir. Mesela sinirli yapısı olan ve öfke patlamaları yaşadığını söyleyen bir danışanım vardı. Bu davranışından kurtulup insanlarla doğru ve iyi şekilde iletişime sahip olmak istiyordu. Geliş sebebi danışanları ile ilişkisini ilerletmekti. Sokratik sorgulama yöntemlerini kullanarak neye, neden, nerede, nasıl sinirlendiğini öğrenmeye çalıştık. Aslında kişinin sabretmek konusunda zorlandığını gördük. Bunun sebebinin de insanların kendisini yanlış anlayacağı korkularının yer almasıydı. Ancak daha sonraki seanslarımızda daha da derinlere inerek bunun da sebebinin yalnızlık korkusu olduğunu bulduk. İnsan maneviyatı gereği iletişim kurmak isteyen, yardım eden, merhametli bir varlıktır. Ama bu özelliğimizi kapadığımızda yalnızlaşırız ve kısa sürede öfke sahibi olabiliriz.”* (K4, 36/K). K4'e göre maneviyat eksikliği kişide öfkelere sebep olmaktadır. *“Öze dönerek bunlardan kurtulabiliriz”* ifadesiyle, maneviyatını geliştiren insanların fitrattan getirdiği iyi ve güzel davranışlarına kavuşabileceğine inandığı görülmektedir.

Koçlar danışanlarının manevi eksikliklerini tespit ettikten sonra bu eksiklikleri giderebilmek için danışanlarının maneviyat konusundaki görüşüne göre yaklaşımda bulundukları söylenebilir.

*“İnancı olsun olmasın, herkesin gizlediği yada açık ettiği bir maneviyatı vardır. Danışanımın manevi konuda gelişime ihtiyacı olabilir. Ancak benim tavrım danışanlarımın maneviyat durumuna göre değişir, inancı kuvvetli bir danışan için mecburen maneviyatı dahil etmek zorunda kalabiliyorum. Hiç inancı olmayan bir danışana kalkıpta maneviyattan söz etmek çok anlamsız geleceğinden dahil etmemin de doğru olduğunu düşünmüyorum. Koçun manevi söylemde bulunabilmesi için gerekli olan; koçun maneviyatı ile danışanın maneviyatının aynı yönde olup olmadığıdır. Örneğin; ben inanan bir koçum, kaza ve kadere ya da tevekküle inanıyorum, danışanım ateist ise bazı konularda tevekkül etmesi gerektiğini anlatsam bana karşı bakışı nasıl olur? Dine saygısı olmayan bir danışan ise o zaman aldım başıma belayı demektir.”* (K3, 31/K). K3’e göre koçluk seanslarında manevi müdahalelerle ilgili danışanın inancının önemli olduğu görülmektedir.

Benzer şekilde *“İnsanlara kendi maneviyatlarını tanımalarına, zevk almalarına ve maneviyatı günlük yaşamlarına getirmenin yollarını bulmalarına yardım ediyorum. Açıkçası öyle! Ancak her koçun müşterisi manevi koçluk hizmeti almayı istemez. Eğer isterse, kendini manevi bir şahsiyet olarak kabul edip etmediğini sorarak başlarız. Dini bir kuruluşun üyesi mi? Onun tanrısı ya da tanrıları için adı ne? Ve biz onu oradan alıyoruz.”* (K10, 65/K) ifadeleriyle spiritüel koç olan K10, danışanlarının kendisine gelme sebeplerinin maneviyat olmasına karşın her yaşam koçuna gelen danışanın manevi heyecan arayışı ile gelmediğini de belirtmektedir. Bu sebeple koçluk hizmetinde, her danışanın maneviyat konusuna bakışının önemli olduğu söylenebilir.

Önceki bölümde K4’e göre, danışanın belirlediği hedefe kısa sürede varabilmesi için koçun danışanı ile her alanda açık bir dil kullanması gerekmektedir. Benzer şekilde K10’nun belirttiği üzere danışan; düşünce, idealler ve kültür gibi konularda kendisine yakın bulduğu, hatta hem cinsi olan koç ile çalışmak istemektedir. Bu bakımdan koç danışan ilişkisinde K7’nin de söylediği gibi *“birçok konunun daha kolay bir şekilde ele alındığı”* görülmektedir.

Bununla birlikte maneviyatın koçluk seanslarına müdahil olma durumu konusunda farklı yöntemler mevcuttur. Yukarıdaki örneklere benzer şekilde tasavvufi hikaye anlatımları danışanlarının maneviyatını geliştirmektedir:

*“Hikayeler anlatarak danışanlarımı manevi konuda geliştirdiğimi düşünüyorum. Mesnevi’den veya risaleden hikayeler anlatırım. Genellikle konuşuyorum ama şunu yapmıyorum; namaz kılar mısın diye soru sormuyorum. Namaz isterse kılmalı ama düşündürerek kendisi kılmak istiyor. Mesela risaleden benim ilk okuduğum ve öğrendiğim 4. Söz’dür; namazın gerekliliği ile ilgili 24 altın. Şu şekilde geçiyor risalede; Allah, 2 nefere yolculuğa çıksınlar diye 24 altın veriyor. Bahçeye ulaşacaklar. Bahçeye ulaşmaları için 24 altını kullanmaları gerekiyor. Birtanesi bedbaht, 23 altını zayi ediyor ama birisi akıllı, 24 altını tasarruf ederek ticarete kullanarak altınını artırıyor. Ve sonra altınlarını zayi eden adama diyor ki ‘Uçak var, otobüs var, tren var, bunlardan biri ile git bahçeye, padişah seni kabul eder.’ O da geri dönüp o 1 altınını kullanarak bahçeye gidiyor. Bunda mana nedir? Nefer insan, 2 insan, biri namaz kılan, biri kılmayan. 24 altın tasarruf ederek artıran kişi namaz kılan. 1 altına kalan kişi namaz kılmayan. O bahçede cennet, 1 altını kullanarak Allah’ın affına sığınarak cennete gitmeyi başarıyor.” (K2, 27/K). K2’nin, danışanlarına din ve maneviyatla ilgili tefekkür etmelerini sağlayacak hikayeler anlattığı görülmektedir. Nitekim bu konuda Nevzat Tarhan *Mesnevi Terapi* adlı eserinde de, Mevlana’nın insanın ruhuna hitap eden evrensel bilgiler verdiğiinden bahsetmektedir (2012).*

Başka bir örnek ise şu şekilde ifade edilmiştir:

*“Genellikle fiili inanç veya felsefenin bağlamından çıkarılan bir kavram kullanacağım. Sadece yeni bir bakış açısı izlemelerine yardımcı olurlardı. Müşterilerimle gerçek (dini) okumalar yapmadım. Buna tamamen karşı da değilim, ancak genellikle çok fazla ayrıntıya girmezdim. Bildiğim bir hikaye, birine yeni bir bakış açısıyla bir şeyler göstermeye gerçekten yardımcı oluyorsa, dürüst olmak gerekirse, hikayenin nereden geldiği umurum da olmaz. Yeni perspektiften görmelerine yardımcı olacak manevi bir hikaye olabilir ya da olmayabilir.” (K6, 44/E). K6, manevi hikayelerin dini kaynaklı olabileceği düşüncesiyle, koçluk seanslarında manevi hikaye okuma ve anlatma konusunda önce çekimser bir tavır sergilemiştir. Ancak daha sonra, hikayelerin danışanına faydası olacağı düşüncesiyle,*

hikayelerin kaynağının hangi dinden ya da kültürden olduğunun önemsiz kalacağını belirtmiştir.

Yukarıda verilen hikaye okuma örneklerinin dışında koçlar, manevi uygulamalarda bulunarak danışanlarına örnek olmaktadır:

*“Mesela ben bismillah diye başlıyorum. Danışanıma bismillah diyerek başlıyoruz diyorum, o da bismillah demeye başlıyor.”* (K2, 27/K). K2’ye göre, seanslarında kendisinin besmele zikri ile başlaması ve bunun nedenini danışanı ile paylaşması, danışanını bu konuda güdülemektedir ve bu şekilde koç ve danışanın seanslara dini ve manevi uygulama ile başladıkları görülmektedir.

Diğer bir manevi uygulama örneği ise şu şekildedir:

*“Evet, önce müşteriler hakkında konuşacağım. Tipik olarak, eğer müşteri bir Müslüman ise o zaman ben bir dua ile başlayacağım ve bir dua ile bitireceğim, herhangi bir toplanmada, Allah’ı öven, peygamber Muhammed için dua ederek başlar ve sonlandırırım. Bunun dışında Kuran’dan okuma ya da birlikte Hadis’ten okuma yapmıyorum. İçinde, sözünü ettiğimiz belirli bir prensip var, ve eğer ilgili ise ve aklımda bir ayet varsa, o zaman bunu paylaşırım sonra belli bir sorunun ele alınması bağlamında tartışabiliriz. Minnettarlıktan bahsettiğimizde, örneğin şükran hakkında bir ayeti paylaşabilirim. Evet, bu olabilir, ama bir okuma şeklinde olmuyor tabi”.* (K7, 32/E). K7, gelen danışanına göre konuşmalarını şekillendirdiğini ifade etmiştir. Danışanlarının Müslüman olmaması durumunda koçluk hizmetine başlamadan önce kendi içinde bu ritüeli gerçekleştirdiğini belirtmiştir. Ancak kendisi ile aynı dini paylaşan bir danışanı geldiğinde, dini ve manevi bilgileri daha kolay paylaştığı da görülmektedir.

Bu konuda, birçok psikoterapi tekniğinin manevi konularda kullanılabileceğine yönelik ifadeler mevcuttur:

*“Aslında maneviyatı çok geniş bir alana yaydığımızdan dolayı konuşurken yaptığım tüm uygulamalara manevi uygulama diyebiliriz. Rüya çalışıyoruz. Rüyaların anlamları ile konuşurken aslında maneviyatla ilgili bir şey yapmış oluyoruz. Hayal kurma teknikleri yapıyoruz aslında hedefleri belirlerken de hepsi maneviyatla ilgili bir şeye dönüşüyor.”*

Bunun dışında koçlukta manevi konuların örtük/üstü kapalı ifadelerle yer alması gerektiğini savunan görüşler mevcuttur:

*“Maneviyatın insan deneyiminin merkezinde olduğuna inanıyorum; eğer bir koç olarak benim işim bir kimsede değişim sağlamaksa, bunu başarmanın tek gerçek yolu, öncelikle kim olduklarını bulmakla olurdu. Yani bu kişilerin manevi seviyelerini tespit etmekle olurdu. Bunlar açık bir şekilde kişinin yüzünde görünen şeyler değildir. Daha incelikli ve sahnelerin arkasında, tartışılan konuların akılda kaldığı yerlerdedir. Örneğin buna minnettarlık diyebiliriz, buna başka isimler diyebiliriz, ama aslında bir anlamda manevi şeylerdir. Yani, evet, maneviyat dahil edilmeli ama maneviyatın dahil edilmesi ve etiketlenmesi gerektiğini düşünmüyorum çünkü insanların başlangıçta olumsuz tepki vereceğini düşünüyorum. Örneğin, şu an danışanıma gelip de sana maneviyat koçluğu yapacağım şeklinde olmamalı. Onlar üzerinde çalışılması gereken manevi bir mesele olsa bile bunu bir yarışma olarak göreceklerdir, bu sebeple çok dikkatli olunması gereken bir alandır.”* (K7, 32/E). K7, yukarıdaki sözleriyle birçok konuya temas etmiştir. Öncelikle danışanlarının kim olduklarını tespit etmek için maneviyatın önemine değinmiştir. İkincil olarak danışanlarının maneviyatının tespit edilmesi incelikli bir iş istemektedir. Üçüncü olarak da maneviyatın açık ifadeler yer almaması gerektiğinin bunun yerine örtük ifadelerle koçluk seanslarında uygulanması gerektiğini belirtmektedir.

Benzer başka bir görüşte ise, başlangıçta üstü kapalı ifade edilen maneviyatla ilgili kavramlar yerine psikolojik dil kullanıldıktan sonra maneviyat ilerleyen zamanda daha açık bir dil ile konuşulabilir hale geleceğini ifade eden düşünceler mevcuttur:

*“Manevi müdahaleler doğrudan bir şekilde olmamalı. Çünkü bazı müşteriler, kendilerini daha çok psikolojik duygusal varlıklar olarak görüyorlar. Yani bu seviyede çalışıyoruz ve biz bu seviyede konuşuyoruz, ancak bu unsurlar manevi olarak da tanımlanabilir. Fakat bazı insanlar için bu türden bir çalışmayı psikolojik olarak düşünme konusunda kendilerini daha rahat hissedebilir. Yani direk manevi temaları; ruhları ve melekleri konuşmak yerine, sanat türlerinden veya komplekslerden bahsediyor olabiliriz. Şimdi bir anlamda daha büyük bir şemada eşitleniriz, modern insanlar genellikle psikolojik dil kullanılması halinde daha rahat olurlar. Daha iyi ilişki kurabilirler. Böylece belirli bir görev belirleyebilir ki onların duygusal gelişimlerini belirliyoruz. Psikolojik ve duygusal olarak nerede*



*olduklarını değerlendiriyoruz ve sonra maneviyattan bahsetmek daha rahat oluyor. Spiritüel meditasyon çalışması yapan müşterilerimiz var. Onlara Nirvana'ya giden yolda nerede oldukları ve zihinlerini özgürleştirecekleri konusunda fikir verebiliriz. Bu kavramlarla biraz daha geleneksel olarak çalışırız” (K8, 54/E). K8 de K7 gibi direkt dini temelli manevi konular hakkında ilk seanslarda konuşmayı doğru bulmamaktadır. Ancak K8’in ilerleyen seanslarla birlikte, koç ve danışan ilişkisindeki yakınlık derecesine göre manevi uygulamaların yapılması konusunda destekleyici bir tavır sergilediği görülmektedir. Benzer şekilde (K5, 38/E) seanslarda manevi konuların açılabilmesi için “*danışanın da hazır olması lazım*” diyerek, öncelikle danışan odaklı bir yaklaşım sergilediği görülmektedir. (K3, 31/K) de “*uzun süreli koçluk yaptığım danışanlarla ister istemez maneviyat konularına değiniyoruz ve birbirimizi öğreniyoruz, eğer kendisi isterse manevi konularda da konuşuyoruz*” şeklinde benzer ifadelerde bulunmuştur.*

Bunun dışında yapılan mülakatlarda, maneviyat uygulamaları için kullanılacak kaynakların evrensel olması gerektiğini savunan örnekler de mevcuttur.

*“Maneviyatla ilgili ne çalışacağımızın ve hangi konulara gireceğimizin sınırlarına bakıyorum. Birçok dinde kendine ait uygulamalar ve araştırmalar biliyoruz ki insanları mutlu ediyor. Örneğin ister ateist, ister müslüman ister hristiyan olun, minnettarlık pratiği yaparsan, kendini daha iyi hissedersin. Kutsal kitaplar şükretmek gerektiğini söyler ve yaptığın zaman daha mutlu olursun. Birçok dünya dininin çekirdeği olan, merhamet ve şükür gibi kavramlar, dünya dinlerinin hemen hemen hepsinin bize bazı şekil ve biçimlerde öğrettiği kavramlardan sadece birkaçıdır. Bir çok dinde var ve insanlara daha mutlu olmalarını sağlayan gerçek kanıt ve araştırmalarla da biliyoruz. Çizginin nerede olduğunu bilmiyorum, ama evet, bu kavramlardan bazılarını müşterilere uygulayabilirim ya da farklı perspektifler üzerinde çalışabilirim. Aynı zamanda kendilerine karşı daha fazla şefkatli olmaları konusunda onlara yardımcı olacak kitaplar okuyabilirim. Ancak bu işi kutsal bir kitaba delil göstererek yapmam. Evrensel olmalı ve herhangi bir müşteriye yardımcı olabilecek araçlar olmalı.” (K6, 44/E). K6, minnettarlık ve şükür gibi kelimelerin dini temelli kavramlar olup dünyaya yayıldığını kabul etmekle birlikte koçluk seanslarında bu kavramlar için dini kaynakları referans göstermeyeceğini vurguladığı görülmektedir.*

Koçluk hizmetlerinde maneviyat konusunun dini ya da evrensel kaynaklar olması gerektiği konusunda farklı görüşler mevcuttur. Bu konuda bir başka görüş ise dini kaynaklı manevi eksikliklerin giderilmesinde *din uzmanlarının* yer alması gerektiği şeklindedir:

*“Koçlukta, dini bir uygulamaya benzer bir uygulamada bulunmuyorum, ancak danışanım manevi alanda çalışmak istediğinde ona uygun yol ve yöntemler geliştirmem gerekir. Bu alanda kafasına takılan bir sorun olduğunda ya da dinle ilgili karşılaştığı bir sorunda din uzmanlarına öncelikle sorması gerektiğini söylüyorum. Din görevlilerinden aldığı doğru bilgi üzerine yolculuk yapıyoruz. Manevi alanda da kendimi yeterince geliştirebilirimsem daha da yardımcı olacağımı düşünüyorum.”* (K5, 38/E). K5, dini ilgilendiren manevi konularda kendini yeterli görmediğinden, bu alanda danışanların işin uzmanından yardım almaları gerektiğini ifade etmiştir. Bununla birlikte elde edilen bilgi üzerine koçluk yapmaya devam edebildiği görülmektedir.

Koçlar seans sonrasında danışanlarına manevi ödev verme konusunda farklı düşüncelere sahiptir. Bu konuda bazı koçlar ödev vermenin gerekliliğini savunurken, diğerleri koçlukta verilebilecek görevlerin seanslarla sınırlı olması gerektiğini belirtmiştir. Bu konuda danışanlarına ödev veren koçların düşüncesi şu şekildedir:

*“Manevi alanda çalışmayı kabul etmiş danışanım için ödev demesek de gerekli gelişimler için çaba göstermesi gerektiğini söyleyebilirim. Kendi kendisine bu konuda sorumluluk üstleniyor da diyebiliriz. Yoksa koçluk anlayışında danışana seans dışında üstüne alacağı bir iş yükü yüklemek istemem. Bu sebeple daha çok kişi ile birlikte geliştirdiğimiz sorumluluklar oluyor. Gelişim planı doğrultusunda ilerleyebilmek için.”* (K5, 38/E). K5, maneviyat konusunda danışanlarına sorumluluklar verdiğini ve daha sonra danışanlarının bu sorumlulukları yerine getirip getirmediğini kontrol etmesi gerektiği belirtmiştir.

Bu konuda benzer başka bir görüşte ise aşağıdaki ifadeler yer almıştır;

*“Danışanımla ortak bir zeminde olduğumuza ve anlaşılabildiğimize inandığımda, ona ödev veririm. Manevi eksiklik görüyorsam bu konuda danışanıma, ‘Geçmişteki bazı danışanlarıma yardımcı oldum, manevi alanda çalışmamız için bir olasılık var mı ya da bunu uygulamaya açık mısınız? Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz?’ şeklinde sorular yöneltirim. Burada asla ev ödevi olarak ya da yapmanız gerekenler bunlardır şeklinde olmaz. Danışanımın bana söylediği şeyler üzerine kurulu olan ve benim deneyimlediğim*

alanlar içinde olan seçenekler sunarım. Bunlar geçmiş danışanlarıma gerçekten yardımcı olan şeylerdir, bunu rutin haline getirip getiremeyecekleri önemlidir. Örneğin yatmadan önce şu küçük şeyleri yapmaya hazır mısınız? gibi olabilir. Ve bunun nasıl gittiğini takip ederim. Genellikle yapılacak olanlar dışarıdan içeri doğru değil de yapmanız gereken şey zaten sizin içinizdedir olandır.” (K6, 44/E). K6, gelen danışanı ile uzlaşabildiği takdirde, danışanına manevi sorumluluk yüklediği görülmektedir. Bununla birlikte seanslar dışında koçların verdikleri vazifeler için ödev yerine sorumluluk kelimesini kullandıkları görülmüştür.

Bu konuda bir başka koç, danışanının manevi konudaki eksikliğini fark ettiğini ancak bu konuda gelen danışanın dini kimliğinin, ödev verebilmesinde etkili olduğunu belirtmiştir:

“Bence eğer samimi olduğumu söylüyorsam, muhtemelen bu konuda yapmam gerekenler daha fazladır. Neden biliyor musun? Bu çok hassas ve üzerinde titizlikle durulması gereken bir konu. Özellikle Müslüman olmayan müşterilerle çalışmak, konuya uygun şekilde yaklaşmak çok zor. Öyleyse, muhtemelen daha fazlasını yapabilirim, buna rağmen başvurduğum bir unsur var. Bilhassa pratik yaptıklarını ve dini ve manevi alana ilgili olduklarını fark ettiğimde, bu alanda geleceğe dair konuşabiliyoruz, planlar yapabiliyoruz. Benim tavsiyem aynı sayfa ve bölgede olduğumuzu bildikten sonra birçok daha kolay olacaktır.” (K7, 32/E). K7, kendisinin Amerika’da Müslüman bir koç olduğundan gelen danışanları ile aynı dini paylaştıklarında konuşulan konuların danışanları tarafından daha anlaşılır olduğunu ifade etmektedir. Ancak gelen danışanları arasında Müslüman olmayanlar olduğunda, maneviyatla ilgili hem koçluk seanslarında hem de seans sonrasında çekincelerinin olduğu görülmektedir. Bu konuda K7’nin aynı dini paylaşmayan insanların dahi, dini ve manevi alanda kendilerini geliştirirken aynı zemini paylaşabileceklerine inandığı söylenebilir.

Yukarıdaki görüşlerin aksine bazı katılımcılar danışanlara koçluk seansları sonrasında maneviyatla ilgili ödev vermenin doğru olmadığı görüşüne sahiptir:

“Ödevle çalışmıyorum. Çünkü aslında ödevde bir yandan direnen bir yapımız var insan olarak. Bu yüzden maneviyatla ilgili çalışmalarında ödevleri kullanmıyorum. Yapabildiğim her şeyi seans esnasında yapmaya çalışıyorum.” (K1, 36/K). K1’e göre koçlukta ödev ya da sorumluluk verilmemelidir. Kişi bunu kendi iradesi ile yapmayı başarabilmelidir.

Nitekim O, başka bir ifadesinde koçluk ile danışanda oluşacak köklü değişimlerin danışanın elinde olduğundan bahsetmiştir. Bu noktada K1'in danışanına ödev vermeden ondaki değişimleri gözlemlediği ve danışanına farklı şekilde sorumluluk yüklediği söylenebilir.

Bunun dışında koçların tamamı danışanlarının manevi gelişimleri konusunda onlara yardımcı olduklarını iddia etmiştir. Bu konuda bazı koçların *“Maneviyatları ile bütün olarak bir gelişim söz konusu, yani bir bütün olarak danışanım gelişmekte”* (K5, 38/E) ifadesiyle maneviyat konusunda, kişiye bütüncül psikolojik bir yaklaşım ile ilgilendiği görülmektedir. Bazıları manevi gelişim ile ilgili olarak, *“Sürecin başında danışanımızla hedeflerimiz oluyor. Bu şekilde maneviyatı direkt olarak koymadan ama tüm çalışmalarımızın sonucunda manevi gelişim söz konusudur. Çünkü insanın aklında hani kendi sıkıntılarından, korkularından kurtulması, özgürleşmesi ve Allah ile kurduğu ilişkiyi çok değiştiriyor. Hayatla kurduğu ilişkiyi çok değiştiriyor. Şükredebilmeye başlıyor. Kavgası bitiyor dolayısıyla da maneviyatı değişiyor. İyileşiyor, canlanıyor”* (K1, 36/K), şeklinde açıklamada bulunmuştur. Bu ifadelerden koçların, danışanın maneviyatını geliştirmekte olduğu ve bu manevi gelişimin de insan hayatının tüm noktalarına tesir ettiği söylenebilir.

Koçlukla ilgili literatür incelendiğinde ortak bir dil/kavram kullanımını yoktur buna karşın dil, kültür ve toplumsal hayatın etkileşimi söz konusudur. Örneğin koçlara maneviyatla ilgili sorular yöneltildiğinde, Türkiye'deki koçların özellikle melek terapi üzerine konuştukları, Amerika'daki koçların ise Yeni Dini Hareketler üzerine konuştukları gözlemlenmiştir. Bu bakımdan koçlar hangi kültürde yaşıyorsa oradaki inançlar üzerine konuştukları söylenebilir. Benzer şekilde daha önceden de açıklandığı üzere inanç ve iman kavramları üzerine farklı kullanımlar söz konusudur.

Sonuç itibariyle koçların maneviyata yönelik tanım ve tutumlarının sahip oldukları kültür, inanç, yaşadıkları tecrübe, yaş ve eğitim durumu olmak üzere birçok sebeple farklılık gösterdiği söylenebilir. Bununla birlikte çalışma hem psikolojik hem de kültürlerarası bir alan araştırması olmasından dolayı hem birey hem de farklı iki toplum arasında maneviyatın; değer, vicdan, inanç, duygu boyutu ve bunlarla arasındaki ilişkiyi ortaya koyması bakımından benzerlikler tespit edilmiştir.

### 3.4. Genel Değerlendirme

Enformasyon çağı olarak adlandırılan bu dönem toplumu, eğitimden sağlığa, psikolojiden spora, sanattan ticarete her alanda önemli ve hızlı gelişmelere öncülük etmektedir. Araştırmadaki koçların da ifadeleriyle bilgi toplumunun temel karakteristiği, hızlı bilgi edinimi neticesinde hızlı dönüşümler geçirmesidir. Bilgiye erişim hız kazanmış, zaman ve mekan sınırlaması artık ortadan kalkmış ve aynı şekilde bilgiyi hızlı yaymak kolaylaşmıştır. Bunlar teknolojinin getirdiği rahatlıklardır. Ancak bu refahın ardında bilgi toplumlarında bilginin hızlı aktarımı kişinin psiko-sosyal ve kültürel hayatını olumsuz etkileyebilmekte ve bireye yönelik beklentiler artabilmektedir. Bireyi psiko-sosyal yönden etkilediğine dair; koçlara gelen danışanların kendilerine yabancılaşmaları, güven ve bağlanma duyacakları hayatlarında yakınları kalmaması sonucu yalnızlaşmaları, sosyal ilişkilerinde başarısızlık yaşamaları örnek olarak gösterilebilir.

Bireyden beklenen bilgi, başarı ve tecrübe oranının arttığına dair ise, özellikle Amerikalı koçların, koçta bulunması gereken karakteristik özelliğin *olgunluk/mature* olduğunu ifade etmeleri, ikinci bir meslek olarak orta yaş sonrası koçluk mesleğini yapmaları, artık günümüzde en az bilgi kadar tecrübeye önem verildiğine birer örnektir. Benzer şekilde insanın bilgi ve deneyimine odaklanan bu çağda diğer danışmanlık hizmetlerinden farklı olarak koçlara gelen danışanların *iyileşmek* amacıyla değil *gelişim göstermek* (tekamül ihtiyacına çözüm bulmak) niyetiyle geldikleri görülmektedir. Günümüzde ruhsal sağlığı iyi olan insanların sadece iş alanında değil özel hayatlarında da danışmanlık hizmeti taleplerinin arttığı bilinmektedir. Bu durum yeni çağda insanoğlunun kendinde ve toplumsal hayatta gördüğü eksiklikleri gidermek üzere ortaya çıkan yeni insan modeli, *sağlıklı sosyal ve ahlaki gelişimi arzulayan, maddi imkanlara sahip insan* şeklinde sunulmaktadır. Bu noktada koçluk, çağın ihtiyaçlarını karşılamak üzere doğan bir meslek olmasının yanı sıra koçluğun, yeni insan tasarımı konusunda da etkili bir role sahip olduğu söylenebilir. Nitekim yapılan araştırma ve koçların kişisel blogları değerlendirildiğinde gelen danışanların, *seçici olma, tam bilgiye sahip olma, sürekli gelişim gösterme, doğru hedef belirleme, zamanı değerli kılma, sosyal ilişkileri önemseme, manevi yönü benimseme (madde ile manayı dengeleme)* gibi özelliklere sahip olması beklenmektedir. Koçluk yeni çağın sunduğu madde ve manayı önemseyen bireyler için geliştirilmiş bir hizmet olarak

ortaya çıkarken, farklı ve yeni uygulamaları ile birey ve toplum için ne kadar faydalı olduğu tartışılması gereken bir konudur.

Konu ile ilgili benzer örnekler mevcut olmakla birlikte koçların sıklıkla kullandığı kavramlar dikkate alınarak araştırmada önemli görülüp yorumlanmaya ihtiyaç duyulan konular şu şekilde sıralanabilir; *değerlerin değersizleşmesi, sosyal yetenek ihtiyacı, yeni medya, uzmanların uzmanlaşması, manevi gelişim ihtiyacı ve koçluğa eleştiriler.*

Yapılan araştırmalar ile Türk İslam kültüründe kavramlara verilen anlamların daraltıldığı ya da genişletilerek içlerine yeni kavramlar eklendiği görülmektedir. Bu konuda dikkat çeken bir husus da Türk kültüründeki değerlerin aşınmasıdır. Bilgiye hızlı erişim imkanı bulan Türk toplumu, kültüründe karşılığına bakmadan ya da görmezden gelerek geleneksel değerlerinden kopmakta ve Batı'dan gelen değerleri kabul edebilmektedir. Bunun sonucunda iki kültüre ait olan zıt anlamlar taşıyan değerlerin birbiri ile bazen çatıştığı bazen de kaynaştığı melez değerlerin çoğaldığı görülmektedir. Bunun birçok psiko-sosyal nedeninin olduğu söylenebilir. Nitekim tüketim çağı ile birlikte birey kendine yabancılaşmakta, madde ve manaya, Durak ve İrgat'ın (2016:75) ifadesiyle rakamsal (parasal) değer atfedebilmektedir. Örneğin koçluk teması baz alındığında, Türk kültüründe yardımın karşılıksız olması değerli görülürken Amerikan kültüründe ücretli olması daha değerli görülmüştür. Batı'daki çalışmalara bakıldığında koçluğun ücretli olmasının onu daha değerli kıldığı ifade edilmektedir. Ancak Türk kültüründe tasavvuf önderlerinin benzer hizmetleri ücret kabul etmeden yapması daha erdemli bir davranış olarak görülmektedir. Bu bağlamda koçluk, Türkiye'de yer edinmeye çalışırken kendisini manevi yönü olan bir hizmet olarak yansıttığı söylenebilir. Benzer başka bir örnekte ise, Amerika'daki koçlar *client* kavramını tanımlarken ücret karşılığı verilen hizmet tanımı getirirken, Türkiye'deki koçlar müşteri yerine *danışan* ya da *koçi* gibi yardım manası ağır basan ifadeler kullanmışlardır. Bu konuda katılımcılardan Amerika'da yaşayan bir Türk koç Amerikan kültüründe müşterinin daha üst bir konumda olmasından dolayı, Türkiye'de ise verilen hizmetin ücretsiz olduğunda verilen hizmetin manevi ve ahlaki değeri daha fazla olacağı manası taşımasından dolayı, iki kültürde danışan için iki farklı kavramın tercih edildiğinin altını çizmiştir. Burada Türk toplumunun Amerikan toplumu kadar olaylara tüketim merkezli bakmamasından kaynaklandığı söylenebilir. Bununla birlikte farklı

örneklerde global dünyadaki hızlı bilgi paylaşımlarının günden güne Türk kültürüne ait; yardımlaşma, minnettarlık, hoşgörü, saygı gibi değerleri değersizleştirdiği de görülmektedir.

Yeni dönem insanın yabancılaşma, yalnızlaşma gibi bir sürece girmesi kişinin *benliği* ile ilişkili görülebilir. Bu noktada koçların bloglarındaki paylaşımlarda, dönemin hızlı değişim ve dönüşümüne ayak uyduramayanlar, koçluk hizmeti için davet edilmektedir. Başka bir ifadeyle çağa ayak uyduramayan bireyin kendi benliğini bastırması sonucu ne yapacağını bilememesine ve hedef belirleyememesine sebep olduğu söylenebilir. Özetle koçlukla ilgili bu araştırmada, bilgi ve tecrübeye odaklanan toplumsal geçiş sürecinin insani değerlerin aşınmasındaki etkisi dikkate değer görülmektedir.

Bulgulara göre koçluk hizmeti için gelen kişiler “*iş, evlilik, arkadaşlık ve kültürel*” yardım talep etmektedir. Başka bir ifadeyle kişilerin koçlara gitmesinde, doğru evlilik ya da ilişki, işyerinde uyum, terfi gibi nedenler öne çıkmaktadır. Bu bakımdan bireyin *sosyal yeteneklere* ihtiyaç duyması, koçluk alanına olan ilgi ve olumlu yaklaşımın hem bireyler hem de kurumlar tarafından ilgiyle karşılanmasında etkili olmuştur. Nitekim günümüz Türk medyasında koçlar, özellikle *iş, aşk ve spor* olmak üzere, üç konuda bireyin tıkanmışlıklarına çözüm sunan kişiler olarak yansıtılmaktadır.<sup>53</sup>

Bunun dışında günümüzde insanların psikolojik danışmanlık hizmetinden faydalanmak için neden sosyal medyayı tercih ettikleri araştırılmaya değer bir konudur. Aynı ilgi alanına sahip kişileri buluşturan facebook ve instagram gibi sosyal medya araçlarının, koç ve danışanın birbirlerini bulmasında da etkili olduğu görülmüştür. Nitekim insanların bilgi alıp verme, iletişim kurma ve sosyalleşme, gözlem ve bağlantı kurma gibi nedenlerle bu araçları kullandıkları tespit edilmiştir (Tufan, 2016: i). Bu bakımdan sosyal medyanın, aranan özelliklere sahip danışan bulma konusunda hız ve kolaylık bakımından daha tercih edilir olduğu söylenebilir. Bu konuda koçlar, yeni dönemdeki gelişmelere uyum sağlayarak sosyal ağları yoğun bir şekilde kullanmaktadırlar. Günümüz dünyasında hızla önemi artan network geliştirmenin, yaşam koçlarının mesleklerini icra edebilmelerinde önemli katkı sağladığı görülmektedir. Bu amaçla yaşam koçlarının kendilerini “doğru ve etkili”

---

53 <http://koclukplatformu.org/uyelerimizi-dinliyoruz-zeynep-ceren-ozkan/>, 25 Şubat 2013, (Eklenme Tarihi: 06.09.2017).

tanıtacak paylaşımlara ihtiyaç duydukları söylenebilir. Bu bakımdan araştırma sürecinde yaşam koçlarının web sayfaları incelendiğinde haftalık ya da aylık *deneme, makale, rapor* gibi okuyucunun ilgisini çekmek üzere yazılarla birlikte katıldıkları seminer ve programları gösteren tanıtım videoları paylaştıklarına rastlanmıştır. Örneğin kendilerini tanıtacak özgeçmiş, facebook ve web sayfalarında paylaştıkları ve bu kanallar üzerinden de koçluk yaptıkları görülmüştür. Benzer araştırmalarda da sosyal medya ağlarının ve networkun kişinin sosyal hayatındaki tercihlerinde etkili olduğu tespit edilmiştir (Allievi, 1999 ve Jindra 2011). Sosyal medya araçlarının, yiyecek, giyecek ve yaşam için ihtiyaç olan diğer ürünler gibi insanın psikolojik danışmanlık hizmeti aldığı bir ürün haline geldiği görülmektedir. Dikkat çeken değişim psikolojik danışmanlık hizmeti koçlukla birlikte kendisine internet pazarcılığında yer edinmiş olmasıdır. Önceden de belirtildiği gibi internet aracılığı ile zaman ve mekan fark etmeksizin iletişim kurulabilmesi, teknolojinin gelişmesi ve mobil telefonlar ile artık internete sınırsız erişim sağlanabilmesi bu hizmetin internet üzerinden pazarının oluşmasında etkili olmuştur. Hızlı ve sınırsız iletişim imkanı iç-dış, yakın-uzak gibi ayrımları ortadan kaldırmış, bir bakıma Kula'nın ifadesiye "dünyanın küçülmesini" sağlayarak bir bütün olarak olaylara bakılmasına ve kavranmasına imkan tanımıştır (Kula, 2005: 7). Konu ile ilgili yapılan araştırmalara göre iletişim araçlarının gelişimi, başka bir ifadeyle yeni medya<sup>54</sup> ile birey merkeze çekilerek proaktif davranışlar sergileyebileceği mekan hazırlanmıştır (Bulunmaz, 2013: 19; akt. Tufan, 2016: 81). Bu gibi teknolojik değişim ve gelişimler sonucu yeni medyanın bireyi izleyici ve tüketici konumundan aktif gözlemci, katılımcı ve üretici konumuna geçmesine imkan vermesi de bireyin danışmak için koça başvurması konusunda etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Yukarıda verilen açıklamalardan da yola çıkarak koçluğun belli bir sınıfı temsil ettiği söylenebilir. Koçluğun belli bir ücret karşılığı yapılıyor olması, koçların eğitim düzeylerinin yüksek olması ve geçmiş iş tecrübelerinin olması, bu hizmeti veren ve talep eden kişilerin, sosyo-ekonomik düzeyleri bakımından orta sınıf ve üstünü temsil ettiği söylenebilir.

---

54 Günümüzde akıllı cep telefonları, internet ağına bağlanabilen tümleşik cihazlar, bilgisayar ve tablet vb. hepsini kapsayan bir terim olarak yeni medya kavramı kullanılmaktadır (Bkz. Altunay, 2012:14; akt.Tufan, 2016: 78).



Özetle, hızla gelişen dünyada kişinin iş, sağlık, ilişki vb. birçok konuda kendisini yetersiz görmesi aynı zamanda çözümsüz kaldığında kendisini yalnız hissetmesi ve güveneceği bir insan araması sonucunda koçları tercih ettikleri görülmektedir. Tüm bu olumsuzluklardan bir kurtuluş kapısı bulma davranışının yanında kişinin kendisini kişisel ve manevi gelişimi için de koça gitme ihtiyacı duyduğu söylenebilir. Genel olarak kurumsal ya da bireysel ihtiyaçlar temel başlıklar altında toplandığında danışanların geliş nedenlerinin temelinde “tıkanmışlıktan kurtulma ve gelişim gösterme” isteği olduğu söylenebilir. Bunun sonucunda koçların değişim ve yenilik temelli bir hayat hedefi geliştirdikleri görülmüştür. Nitekim “*koçluk, bu hızlı değişimle başa çıkabilmenin bir yolu haline gelmiştir*” (Austin, Williams, Klaver, Cherbuliez, 2007:1). Bu ikili ilişki neticesinde hem insana yönelik yatırım hem de koçluk endüstrisi ivme kazanmıştır.

İnsan sürekli gelişim göstermek ister, bu bilişsel, ahlaki, dini gibi birçok alan için geçerlidir. Bunların eksikliğinde bazı problemlerle karşılaşır. Araştırmada dikkat çeken bir diğer husus ise koçların maneviyat eksikliği tanımları olmuştur. Literatürde son yıllarda manevi olarak kendini geliştiren insanların ruh sağlığındaki iyileşmeyi gösteren örneklerle rastlanmasına karşın manevi olarak kendisini yetersiz gören insanlar için henüz yeterli çalışma mevcut değildir. Maneviyat eksikliği kişide psiko-sosyal problemlere, manevi ve ahlaki değer eksikliklerine sebep olabilmektedir. Koçlar, maneviyatın insanın varoluşsal bir parçası gibi bireyin ihtiyacı olan bir yapıya sahip olduğu ve maneviyat eksikliğinde nevrotik bozuklukların görülebileceğini, insanda tedirginlik uyandırdığını, insanların negatif bir kişiliğe dönüşeceğini ifade etmişlerdir. Maneviyat insan için olmazsa olmazlar arasındadır başka bir deyişle insanların hayatlarında en önemli olan ile eşitlenmiştir (Gilchrist, 1992). Eksikliği halinde insanda olumsuz neticelere yol açabilmektedir (Wong, 1998). Maneviyat, bireyin yaşamında anlam, amaç ve değere karşılık gelmektedir (Özdoğan, 2005: 140), bu gelişimi ya da arayışı gerçekleştirmeyenler için bir boşluk oluşması doğaldır. Bu konuda Frank (1963) *anlam verme isteğinin* önemli ve evrensel bir insani güdü olduğunu iddia etmiştir. İnsanlar sadece biyolojik, sosyal ve psikolojik varlıklar değil, aynı zamanda kendi yaşamlarında anlam yaratmakta özgür oldukları için bu boyutları bir “insan maneviyatı” seviyesine taşıyabilen manevi varlıklardır. Kişinin iradesinin bozulması *varoluşsal bir boşluğa* yol açar. Varoluşsal boşluk semptomları, anlamsızlık hissi, can sıkıntısı, ilgisizlik veya kayıtsızlık duygularını içerebilir (akt. Wong, 1998).

Koçlar, maneviyat eksikliğinin kişide anksiyete bozukluğu ve nevroz yaşamasında etkili olduğunu düşünmekte ve bu sebeple her insanın maneviyatını geliştirmesi ve bunun için bir rehber edinmesi gerektiğini belirtmektedir. Hatta sufiler tarafından sıkça tekrarlanan *önce yoldaş sonra yol* anlayışı koçlar tarafından kabul gören bir felsefedir. Ancak burada dikkat çeken husus, bu rehberin şeyh, reiki ustası ya da koç olabileceği konusunda herkesin kendi inancına, psikolojisine, kültürüne göre seçim hakkının bulunduğunu ifade etmeleridir. Bu düşünce yapısı yeni çağın getirdiği bir anlayış olabilir. Nitekim manevi bilgi ve uygulamalardaki tutarsızlık yeni çağın, *kendi dinini oluştur* (Baerveldt, 1996), *istediğin dini seç ve birleştir* (Hamilton, 2000), *tüketim dini* (Possamai, 2003) ve *maneviyat pazarı* (Lyon, 2000) gibi adlandırılmasına, dini ve manevi algısal değişimlere zemin hazırlamıştır. Bu çağda birçok kişi farklı dini ve manevi hareketlere eğilim gösterebildiği gibi birçoklarının da kendisini manevi rehber olarak tanıttığı bilinmektedir. Bu bakımdan manevi rehberin yetkinliği ve kabul edilirliliği gibi mevzular tartışılmaya değerdir.

Genel olarak bulgulara bakıldığında Türkiye ve Amerika'daki koçlukların, koç olma sürecinde, koç-danışan ilişkisinde ve koçluk yaklaşımlarında maneviyatın etkili olduğu görülmektedir.

Koçluk ile maneviyat/din ilişkisinin, Türkiye'ye yansıyan yönünün aksine ABD gibi çokkültürlü yaşama sahip olan ülkelerde, dinin nasıl aktarılacağı konusunda bir nevi istişare heyeti rolü yüklendiği görülmektedir. Din ve maneviyat konusunda bilgisiz olarak görülen koç algısının aksine, Batı'da bu alanda bilgili ve deneyimli insanların sunduğu bir hizmet olduğu söylenebilir. Ancak Türkiye'de bu hizmet "psikolojide yeni bir yaklaşım biçimi" olarak görülmek yerine, dinin, maneviyatın hatta geleneğin karşıtı olarak uygulanan ve sunulan örneklerine rastlamak mümkündür. Bunun bir sebebi olarak Türkiye'deki medyanın koçluğu farklı şekillerdeki yansıtış biçiminden kaynaklandığı söylenebilir. Nitekim bazı ünlüler tarafından şeyh algısı uyandırarak kurdukları yaşam koçu ifadeleriyle<sup>55</sup>, koçlara kendilerini teslim ettiklerini belirtmeleri ve hayattaki olumsuzluklardan kurtulduklarını<sup>56</sup> iddia etmeleri gibi pek çok örnek mevcuttur.

---

55 Bkz. <http://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/cengiz-semercioglu/yasam-kocu-tarikat-akil-hocasi-unlulerin-hayatina-kimler-yon-veriyor-40487548> (Eklenme Tarihi: 12.08.2018).

56 <https://www.haberler.com/seray-sever-itiraf-etti-haberi/> (Eklenme Tarihi: 12.08.2018).

Bununla birlikte insanları kendi menfaatleri için kullanan koçların var olduğu da söylenmektedir. Bu konuda birçok koç ve psikolog, insanları sahte koçların istismar ettiğini belirtmişlerdir. Örneğin Yeşim Akıncı, falcıların bile iki aylık kursa giderek kendilerine yaşam koçu dediklerini belirterek danışanı depresyona sokabilecekleri, yanlış karar almalarında etkili olabilecekleri<sup>57</sup> uyarısında bulunmuştur. Aynı şekilde Nevzat Tarhan, yaşam koçluğu yapmak isteyen kişilerin pozitif psikoloji eğitimi almasının gerekliliğini vurgulamaktadır.<sup>58</sup> Bu konuda K1, psikoloji mezunu biri olarak medyada yansıtıldığı üzere koçluk eğitimlerine ön yargılı şekilde başladığını daha sonra danışan merkezli uygulamalar neticesinde daha hızlı hedeflere ulaşabildiklerini, ancak koç adaylarının iyi bir psikoloji ve manevi eğitimden geçmeleri gerektiğini belirtmiştir.

Bulgulardan da yola çıkılarak koçluğa yöneltelen eleştiriler genel olarak şu şekilde sıralanabilir:

- Koçluk hızlı büyümesine ve birçok derneğe sahip olmasına rağmen henüz koçluğun düzenleyici bir *disiplin kurumu* yoktur. Bu sebeple yeni koçluk eğitimi alan aday, çok az veya hiç rehberlik almadan ve herhangi bir düzenleme olmaksızın pratik yapmaktadır (Herbert-McZeal, 2014: 27). Birçok araştırmacı konuya dikkat çekerek koçluk standartlarını denetleyen bir kurumun şart olduğunu ifade etmiştir (Kristal, 2010). Bu şekilde birçok isim kullanarak vergisiz çalışan ve denenmemiş yöntemlerle danışanı olumsuz etkileme gibi problemlerin önüne geçilecek bir adım olabilir.
- Koçlar beş yıldan daha az koçluk tecrübesi sahip olduklarından daha deneyimsiz kabul edilmektedir (Gale, Liljenstrand, Pardieu ve Nebeker, 2002; Akt. Herbert-McZeal, 2014: 27). Koçların geçmişte başka mesleklerden edindikleri iş tecrübeleri 5 yıldan fazla olmasına karşın koçluğun yeni bir meslek olması itibarıyla koçluk alanında iş tecrübesinin az olması ciddi eleştiriler almasına sebep olmaktadır.
- Yapılan araştırmalara göre koçluk psikolojisi için adımlar atılmış olmasına karşın koçluk ve psikolojinin görünüşte birleştiği söylenebilir. Bununla birlikte, kişisel yaşam

---

57 <https://www.aksam.com.tr/cumartesi/kisilerin-hayatina-dokunmanin-vebali-var/haber-583741> (Eklenme Tarihi: 10.09.2018).

58 <https://www.aksam.com.tr/cumartesi/kisilerin-hayatina-dokunmanin-vebali-var/haber-583741> (Eklenme Tarihi: 10.09.2018).

koçluğu oturumlarında, psikoloji üzerine usta koçlar tarafından psikolojik teorilerin kullanımını araştıran çalışmalarda, literatürde ciddi bir boşluk vardır. Nitekim koçluğun teorik alt yapısı henüz hazır değildir (Grant, 2003; Kristal, 2010). Bununla birlikte Stober ve Grant (2006) ampirik koçluk araştırmalarla, ileride koçluğun güvenilir ve geçerli bir alan olarak görülebileceğini gözlemlemiştir.

- Koçluk, danışanlarına sunduğu kişisel ve manevi büyüme ve hedeflere ulaşması için tasarlanan bir meslektir. Birçok koç, koçluğu onaylayan, lisans veren veya herhangi bir koçluk standartlarına uyan kurumdan mezun olmadıkları için (Kristal, 2010), koçluğa karşı hem akademik alanda hem de ticari sektörde güven problemi yaşamaktadır. Stober ve Grant (2006) tarafından belirtildiği üzere, koçluk mesleği gelişmekte ve güvenilirlik kazanmaya çalışmaktadır. Bununla birlikte Grant ve Cavanagh (2004), koçluğun henüz olumsuz bir etkisinin olmamasından dolayı koçluk mesleğinin hızla gelişim gösterebildiğini iddia etmektedir.

Yukarıdaki eleştirilerle birlikte bu araştırma neticesinde koçlar tarafından koçluk hizmetinin danışanın hayatında olumlu etkiler bıraktığı iddia edilmiş, danışmanlık sektöründe çalışanların, psikoloji ve teoloji temelli eğitim ve okumalar yapması gerektiğinin önemi vurgulanmıştır. Aynı şekilde birçok koçluk kitabı yazarının aksine birey kendisini aydınlatmadan, bilgi ve deneyim sahibi olmadan danışana destek olacağı alanda koçluk yoluna çıkmamalıdır.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Yaşam koçu-danışan ilişkisinin psiko-sosyal ve manevi yönden tahlilini konu edinen bu çalışmada maneviyatın, koç olma sürecinde, danışanın koça gelmesinde ve koçluk uygulamalarında etkisinin olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Elde edilen bulgular ve ilgili literatür değerlendirildiğinde aşağıda yer alan sonuçlara ulaşılmıştır:

- Çalışmada koçların demografik özelliklerinden elde edilen bilgiler ile önceki çalışmaların örtüştüğü görülmektedir. Amerika'daki koçların yaş ortalamasının Türkiye'deki koçlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Konuyla ilgili araştırmalara bakıldığında dünya geneline göre Türkiye'de koçluk mesleğine yönelenlerin daha genç yaşta olduğu görülmektedir.
- Türkiye ve Amerika'daki koçların eğitim durumu benzerlik göstermektedir. Koçların tamamının koçluk öncesinde yüksek öğretim kurumlarından mezun olduğu tespit edilmiştir.
- Türkiye ve Amerika'daki koçlardan mülakat talebini onaylayanların bayan ağırlıkta olduğu belirlenmiştir. Nitekim koçluk mesleğinin kadınlar tarafından daha çok tercih edildiği görülmektedir.
- Araştırmaya göre Türkiye ve Amerika'daki koçlar, eğitim seviyesi yüksek, daha önce farklı mesleklerde çalışmış ve ikinci bir meslek olarak koçluğu tercih etmektedir. Örneğin mühendis, psikiyatr, akademisyen, askeriyede, bankada ve işletmede çalışan kişiler gibi birçok farklı meslek alanında uzmanlığını kazanmış bireylerin önceki meslekleriyle birlikte ya da eski mesleklerini bırakarak ikinci ve yeni bir meslek olarak koçlukta uzmanlaştıkları görülmüştür. Bu durum genelde eğitim seviyesi düşük ya da çalışmayan kişilerin koçluk yaptığı yargısını geçersiz kılmaktadır. Koçluğun ikinci bir meslek olarak icra edilmesinde üç neden olabilir. Birincisi, kişilerin erken yaşta kendilerini tanımadan meslek edinmeleri ve kendilerini tanıdıktan sonra kendilerine uygun meslek olarak koçluğa yönelmeleri, ikinci olarak da kişilerin belli bir olgunluk seviyesinden sonra kendilerini mutlu etmek ve insanlara faydalı olabilmek için bu mesleğe yöneldikleri şeklindedir. Bu ilk iki neden katılımcıların verdikleri yanıtlarla örtüşürken, katılımcıların yanıtlarından bağımsız olarak koçluk mesleğinin popülaritesinin artmasının ve meslek olarak ücret,

mekan ve zaman açısından çalışana kolaylık sağlamasının kişilerin koçluğa yöneliminde etkili olduğu söylenebilir.

- Katılımcıların koçluğa yönelmesinde, *psikolojik faktörler ve sosyal faktörlerin* etkili olduğu belirlenmiştir. Psikolojik faktörlerden *dramatik tecrübenin*, koçluğa yönelmede daha etkili olduğu görülmüştür. Katılımcıların yaşam koçu mesleğini tercih nedenleri, *alana ilgi, kendisini farklı hissetme ve insanlara yardım etme arzusu* olarak tespit edilmiştir. Katılımcılar, koçluk ile insanlara yardım etme eylemi ile kendi hayatlarını daha anlamlı kıldıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcıların kişilikleri, hedef ve amaçları koçluk mesleğini tercihlerinde önemli birer olgudur. Bununla birlikte bazı koçların, koçluk eğitimi öncesinde koçluk mesleği hakkındaki düşünceleri ile koçluk eğitimi sonrasındaki düşünceleri değişiklik göstermiş, koçluk eğitimi koçluk mesleğini tercih etmede olumlu yönde etkili olmuştur.

- Katılımcıların koçluğa yönelmesinde ve koçluk mesleğini tercihinde maneviyatın dolaylı yollarla etkili olduğu söylenebilir. Koçlar, dramatik tecrübe, ailevi problemler ve yaşadıkları kaygı ile baş edebilme sürecinde kendilerine manevi kapıların açıldığından, maneviyatlarının geliştiğinden bahsetmişlerdir. Maneviyatın gelişmesi ile katılımcılar, alana ilgi duymaya başladıklarını ve kendilerinde insanlara yardım etme düşüncesinin geliştiğini belirtmişlerdir. Bu bakımdan doğrudan manevi faktörlerin etkili olduğu ibaresi riskli bir söylemken koçların yaşadıkları olayların, psikolojik ve sosyal faktörlerin onların maneviyatını etkilemesinde ve bu şekilde koçluğa yönelmelerinde ve koçluğu meslek olarak benimsemelerinde etkili olduğu söylenebilir.

- Koçluk alanı hem yeni koçlarla hem de koçluk türlerindeki artışı ile boğulmuş durumdadır. Aynı şekilde koç ve danışan sayısı ile orantılı koçluk tekniğinin geliştiği bilinmektedir. Nitekim literatürde yer alan çalışılmış birçok koçluk modeli ve tekniği yer almasına karşın, gerek web sayfalarında gerekse yapılan mülakatlar sonucunda koçların kendi geliştirdikleri başka bir ifadeyle çeşitli felsefi ve psikoteröpatik kaynaklardan kendi görüşlerini katarak danışanın dünyasına göre uyarladıkları teknikler tasarımları dikkat çekici bulunmuştur. Ancak koçların uyguladıkları yeni tekniklerin danışan üzerindeki etkisinin ne olduğuna dair çalışmalar mevcut değildir.

- Koç danışan ilişki boyutu *profesyonel ve mesafeli yakınlık*, görüşme şekli *gruptan* daha çok *birebir* ve en yaygın görüşme şeklinin ise internet kaynaklı *sosyal paylaşım ağları* aracılığıyla gerçekleştiği görülmektedir.
- Bireyin koçluk hizmeti alma nedenleri “psikolojik, sosyo-kültürel, ekonomik ve manevi nedenler” olarak adlandırılmıştır. Danışanın bu nedenler arasından koça başvurmasında *sosyal yetenek ihtiyacının*, geliş nedenin temelinde ise *tıkanmışlıktan kurtulma ve gelişim gösterme isteği* olduğu görülmüştür. Koçlar birçok nedenin maneviyat kökenli olduğuna inanmaktadır. Danışanlar, dolaylı ve doğrudan olmak üzere iki şekilde manevi nedenle koçlara gelebilir. Manevi nedenlerin ise temelde dini ve manevi kaygı ve ihtiyaçlardan kaynaklandığı görülmektedir. Sonuç olarak bireyin kullandığı ifadeler doğrudan sosyal nedenleri işaret etse de dolaylı yoldan manevi, içsel ve psikolojik nedenlerin bireyi koçluk hizmeti almaya yöneltmede etkili olduğu söylenebilir.
- Koçluğun dün, bugün ve yarınını değerlendirebilmek için koçluğun tarihçesi ve gelişimi incelendiği, hem terapötik gelenek hem de eski bilgelige ait manevi geleneklerden faydalanan melez yapıdaki geniş yelpazesinden dolayı akademik disiplinde yer edinmesini güçleştirmektedir. Nitekim farklı disiplinlerdeki araştırmacıların çalışma konuları çerçevesinde koçluğa yeni anlamlar katması koçluk kavramına evrensel tanım getirilmesinde zorluğa sebebiyet vermektedir. Bu durum koçluk alanında belli bir yöntem ve sınır çizilmesinde engel teşkil etmektedir.
- Koçluğun yeterince kurumsal olmadığı ve koçluğun psikolojik bir disiplin olarak henüz kabul edilmediği de görülmektedir.
- Koçluğun avantajlarından biri olarak; öğretmenlik, avukatlık ve doktorluk gibi birçok meslek dalında eğitim görmüş hatta mezun olduğu ülkede çalışmış alanında uzman kişiler farklı bir ülkede yaşamak istediğinde tekrar alanı ile ilgili birçok imtihana girmek, ders almak ve senelerini vermek zorunda kalmasına karşın ICF gibi kuruluşlardan alınan koçluk sertifikası ile bir kişi koçluk mesleğini 117 ülkede resmi olarak icra edebilmesi örnek gösterilebilir. Diğer yandan farklı bir ülkede branş eğitimi alan bir kişi yanında koçluk sertifikası aldığında gittiği yeni ülkede sahip olduğu branş ile koçluk yapabilmektedir. Misal olarak bir psikolog sahip olduğu koçluk sertifikası ile birçok ülkede psikolog yaşam koçu olabilir.

- Önceleri ticari eğitim programlarından alınan koçluk kursları (Maynard, 2006), günümüzde lisans ve lisansüstü olarak okutulmaya başlandığı bilinmektedir. Aynı şekilde ICF aracılığıyla yaşam koçluğu için üniversiteye bağlı eğitim programları bulunmamaktayken (ICF, 2005), yakın zamanda birçok üniversite yaşam koçluğu sertifikası verilebilmektedir. Bu bakımdan ticari bir sektör olarak kabul gören koçluğun günden güne akademik alanda kendisine yer edindiği söylenebilir.
- Koçlukta manevi tutum, seans öncesinde, esnasında ve sonrasında olmak üzere üç aşamada gerçekleşebilmektedir. Yaşam koçları, koçluk seansı öncesinde zikir çekerek, dini ve manevi okumalar yaparak, manevi konferanslara, seminer ve etkinliklere katılarak, özel dersler alarak kendilerini manevi olarak geliştirmekte, seans esnasında danışanının manevi eksikliklerini tespit etme, manevi söylem ve eylemde bulunma, danışanın maneviyatını geliştirme, seans sonrasında ise gerekli eylem planı hazırlama ve ödevlendirme yapabilmektedirler. Bireyin manevi olarak kendini geliştirebilmesinde; tasavvuf, reiki, tarot, doğu felsefesi gibi okumalarla bilişsel gelişimi, yardımlaşma, diğerkamlik, sorumluluk, saygı gibi ahlaki değer atfedilen eylemler ile manevi tutum ve davranışları, minnettarlık, güven, bağlanma, vicdan gibi duygular ile manevi duygu kazanımları edinebilir.

Araştırma sonucunda yaşam koçu-danışan ilişkisinde *maneviyat, mahremiyet, vicdan, minnettarlık, yardımlaşma ve sorumluluk* fenomenleri önemli görülmüştür. Koç-danışan ilişkisi *güven ve bağlanma* üzerine kurulmaktadır. Koçun başarısı, danışan sayısı ile orantılı kabul edildiğinden koçların her bireyi tanıyabilecek yeti edinmeye çalıştığı görülmektedir. Bu sebeple bir koç danışanına holistik bir bakış ile bakmaktadır. Koçlukta danışanın *dini, manevi ve sosyo-kültürel* durumu dikkate alınarak danışan merkezli bir yaklaşım benimsenmektedir. Koçun aldığı psikoteröpatik eğitimler gibi manevi/dini eğitimler, koç-danışan ilişkisini etkilemekte, koçun söylem ve tutumları konusunda önemli birer kaynak görevi görmektedir.

Yapılan araştırmalar koçluğun faydaları üzerine olmasına karşın koçluğa yöneltilen birçok eleştirel söylem mevcuttur. Koçluk, mesleki ve akademik alanda çalışılmaya başlandığı günden beri, alandaki yetersiz bilgi ve amprik çalışma eksikliği sonucu, koçluğun akademik araştırmalarda sunduğu cevaplardan çok akademisyenler ve kamuoyu tarafından yöneltilen



sorulara muhatap olmaktadır. Koçluk genel bir sistematiğe ve metoda sahip olmadığından, alanının sınırları ve kapsamı tespit edilemediğinden, her alanda koçlukla ilgili farklı uygulama ve akademik çalışma yapıldığından, koçluk genellenebilir bulgulardan uzaklaşmaktadır. Bu da koçluğun bir disiplin olarak gelişimini geciktirmektedir.

Sonuç olarak bu çalışmayla, din psikolojisi alanının, amaca yönelik değişim içinde yer alan psiko-manevi süreçlerin bilgisini daha da geliştirecek bir dizi bilgi edinilerek yeni ortaya çıkan koçluk yaklaşımlarının gelişimine katkı sağlanmaya ve bu alandaki eksikliğe dikkat çekilmeye çalışılmıştır.

## **Öneriler**

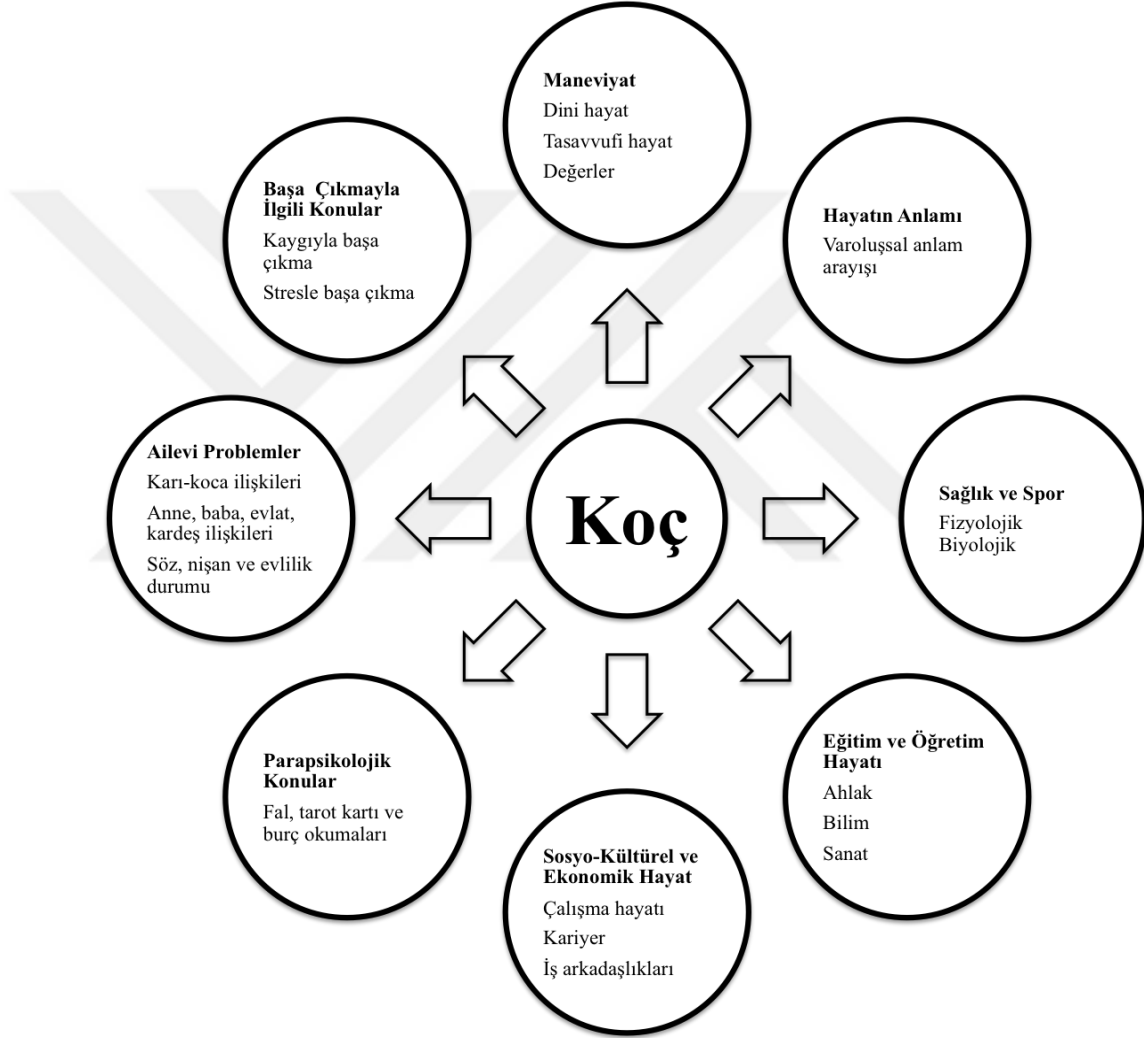
Psikoterapide maneviyat temasına çekimser yaklaşılmasına karşın koçluk seanslarında maneviyatın konuşulması ve çalışılması neticesinde danışman-danışan etkileşiminde maneviyat kendisine bir alan oluşturabilmektedir. Bu şekilde koç-danışan etkileşiminde koçluk, çeşitli konularla gelen farklı kimliklere sahip danışanların varoluşsal, manevi ve aşkın boyutunu kabul edip, onların din, değer ve kültürünü dikkate alarak, günlük hayata dair sorunlarını rahatlıkla paylaşmasına imkan tanımaktadır.

Koç olma sürecinde alınan eğitim, tecrübe ve koç-danışan ilişkisi hakkında elde edilen bilgiler çerçevesinde Türkiye’de ilahiyat alanında koçlukla ilgili hem teorik hem de pratik açıdan bir koçluk modeli sunulması gerekirse, koçta bulunması gereken özellikler şu şekilde sıralanabilir:

- Dini sorulara cevap verebilen bir yapıda olmalı. (Bunu yaparken inanç yönlendirmesinde bulunmamalı).
- Maneviyatı/manevi değerleri öne çıkarmalı. (Bunu yaparken danışanlarına değer aktarımında bulunmamalı).
- Ailevi, ilişkisel, ekonomik konular ve başa çıkma hakkında bilgi sahibi olmalı. (Psikoterapi eğitimi almalı).
- Varoluşsal konular hakkında bilgi sahibi olmalı.

- Bireye bütüncül yaklaşabilmeli. (Koç, danışanın zihinsel, duygusal, manevi ve diğer birçok yönünü dikkate almalı).

Yukarıda ifade edilen konular çerçevesinde koçluğun etki alanları şu şekilde sunulabilir.



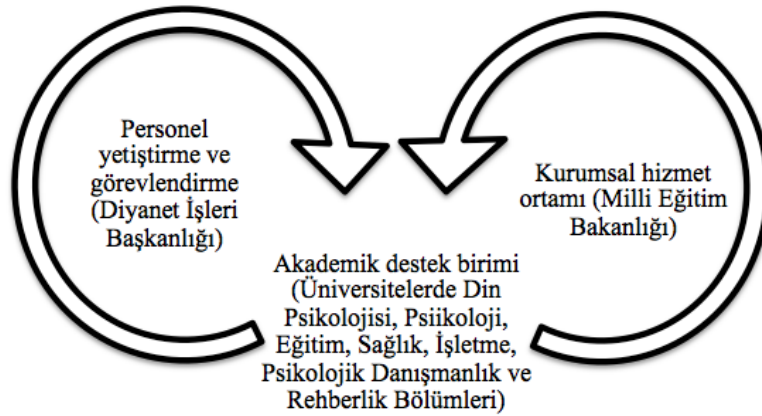
**Şekil 16: Koçluk Çalışma Modeli**

Bir yaşam koçu, danışanın hayatının her alanını kapsayabilecek yeteneğe ve tecrübeye sahip olmalıdır. Çünkü gelen kişi, evli ya da bekar, öğrenci ya da çalışan, kaygılı ya da parapsikolojik konulara ilgili olabilir.

Koç-danışan ilişkisi terapist-danışan, öğretmen-öğrenci, şeyh-mürit, antrenör-sporcu, diyetisyen- danışan gibi birçok ilişkinin dinamiklerinden yararlanarak psikolojik, manevi, sosyolojik, ekonomik birçok farklı süreci ortaya koyabilmelidir.

Yaşam koçu-danışan ilişkisinin maneviyât yönü ile ilgili olarak şu noktalara da dikkat çekilmelidir. Yaşam koçu, şeyh ve manevi rehberden farklıdır. Çünkü rehberlik edebilecek kişinin hakikat yolculuğu tecrübesinin olması gerekmektedir. Bu sebeple koç bir rehber ve şeyhten ayrılarak, hem dünyevi hem uhrevi yolda danışana eşlik eden kişi/refik olarak görülebilir.

Yaşam koçuna gelen kişinin şeyhe giden müritten farklı olduğunu unutmamak gerekir. İki danışan arasındaki farklardan biri salikin şeyhle geçirdiği bu yolda manevi olarak değerlendirildiği görülmektedir. Diğer yandan koça giden danışanın, Schachter-Shalomi'nin ifadesiyle (2009) içindeki cevheri açığa çıkarabilecek yöntem ve teknik öğrenmek için bir arayışta olduğu söylenebilir (Ekşi ve Kaya, 2016 267-268). Ancak burada koçun dikkatli olup irşad görevi üstlenmemesi gerekir. Çünkü danışanın amaç ve hedefleri egosundan kaynaklanabilir ve bu hedeflere ulaşılması egoyu/nefsi büyütebilir.



**Şekil 17: Koçluğun Kurumsallaşması**

Diğer yandan dini inanç, değer ve maneviyata önem veren kuruluşların sağlıklı hizmet sunabilmesi için özgür bir ortama, kaliteli bir eğitime ve güvenilir denetleme kurumlarına ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacı sağlamak için yukarıdaki şekilde belirtildiği gibi koç

yetiştirmede, akademik koçluk gelişiminde ve koçluğun denetlenebilir olmasında belirli kurumlar görev alabilir. Yetişen, gelişen ve yetkinleşen koçluk sonucunda yaşam koçlarının dini, manevi, sağlık, eğitim, sosyo-kültürel gibi birçok alanda yeterli eğitim, tecrübe ve süpervizyon deneyimine sahip olması beklenmektedir. Bu şekilde, gün geçtikçe din ve maneviyatın hızla metalaştırılmasına ve maddi değerlerle ölçülmesine karşın, yeni yapılandırılacak bir koçluk uygulaması, insanın ve toplumun sahip olduğu dini inanç ve manevi yönünü her alanda rahatlıkla konuşmasına ve uygulamasına imkan tanıyıp, bireyin varoluşsal, psikolojik, sosyolojik ve kültürel birçok sorununa çözüm sunabilir.

Araştırmada sunulan bilgi, elde edilen bulgu ve sonuçlar dikkate alındığında şu önerilerde bulunmak mümkündür:

- Koçluğun etkinliğini doğru olarak ölçebilme ve değerlendirme araçlarının geliştirilmesi için ampirik araştırmalara ihtiyaç vardır. Bu araçlar hem koçluk becerilerini hem de danışan sonuçlarını ölçmek için tasarlanmalıdır. Araçların, koçluk ile yapılan sporlarda yapılanlara benzer şekilde, koçluğun kullanıldığı bağlam için de spesifik olması gerekir.
- Koçluk oturumlarında kullanılan koçluk becerilerini kaydetmek için tasarlanan ek çalışmalar, araştırmacılara, yaşam kalitesi endeksleri ile ilgili memnuniyet ölçümleri birleştirildiğinde başarılı koçluk sonuçlarına katkıda bulunan koçluk davranışları hakkında bilgi sağlayabilir. Hem koçun hem de danışanın davranışlarını doğru bir şekilde kaydetmek için özel olarak eğitilmiş bir üçüncü tarafın yaptığı değerlendirme, beceri düzeyi ve koçluk tekniklerinin uygulanması ile ilgili kendi kendini raporlama önyargısını ortadan kaldırmaya yardımcı olacaktır.
- Bir koçluk müdahalesinde kullanılmak üzere özel olarak tasarlanan ölçüm araçlarını değerlendiren ek araştırmalar, araştırmacıların iyi tanımlanmış sonuç kriterlerini hedefleyen sonuç çalışmalarını tasarlamalarına yardımcı olacaktır. Çeşitli mesleki ve kişisel koçluk yönleri için özel olarak tasarlanan çeşitli araçların tasarlanması, manevi koçluk, AD / HD koçluğu veya ilişki koçluğu gibi alt uzmanlıklara yönelik koçluk yetkinliklerinin belirlenmesinde yararlı olabilir. Belirli alt uzmanlıklarda koçluk için ihtiyaç duyulan temel yetkinliklerin belirlenmesi, tüketicilerin koçluk

ihtiyaçlarını karşılayacak yetkin ve kaliteli bir koçu seçebilmeleri açısından önemlidir.

- Koçluğun yararları ve zararları üzerine amprik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.
- Yaşam koçluğundaki kültürel uygulamalar değerlendirilerek din psikolojisi alanında geliştirilmeye ihtiyaç duyulmaktadır. Koçluğun sınırının çizilememiş olması, uzmanlık isteyen diğer alanlarda hareket etmesine olanak sağlamaktadır. Ancak koçların dini ve manevi konularda bu alanın uzmanları ile ilişki içerisinde olması gerekmektedir. Danışan dini bir danışman ihtiyacı duyduğunda koçun bu alanda da uzmanlığa sahip olması istenir. Koçlar, alanın sınırlarını ve kavramlarını öğrenmek, insana holistik yaklaşmak, insanın dini inancı ve manevi yönünü göz ardı etmemek adına Din Psikolojisi dersleri alabilirler.
- Batı’da din görevlilerinin danışmanlık eğitimi alabilmesi, pastoral psikolojinin gelişmesi ve çift meslekli papazların (bivocational) sayısının artmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Benzer bir uygulamanın Türkiye’de gerçekleştirilebileceğine inanılmaktadır. Bu eğitim ise İlahiyat Fakültesine bağlı Din Psikolojisi bölümünde verilebilir. Bu şekilde lisans düzeyinde İlahiyat Fakültesi okuyan öğrencinin danışmanlık psikolojisi dersleri olarak, PDR bölümündeki öğrencilerin de Din Psikolojisi dersleri olarak danışmanlık hizmeti verebilmeleri sağlanıp bireyin kültürel ve manevi değerlerini dikkate alan uygulamalar geliştirilebilir.
- Son olarak; bireyin kültürel, dini ve sosyal hayatı dikkate alınarak din psikolojisi ve danışmanlık alanlarında ilişkisel bir yaklaşımla akademik bir modül geliştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bakımdan koçluk gibi uygulamalarla internet ağı aracılığıyla ulaşılması güç olan birçok kişiye hizmet sunulabilir.

## KAYNAKÇA

- Açıkgöz, S. (2010). Toplumsal Değişim Sürecinde Kadın Dindarlığı (Adıyaman/Çelikhan Örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi SBE.
- Adams, M. (2016). Coaching psychology: an approach to practice for educational psychologists, *Educational Psychology in Practice*, 32.3, 231-244.
- Akdağ, Z. (2012). Beginning Early Childhood Education Teachers' Career Perceptions, Expectations, Concerns and Their Experiences in Public Schools, *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: ODTÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Akın, A. (2002). İşletmelerde İnsan Kaynakları Performansını Değerleme Sürecinde Coaching (Özel Rehberlik), *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 3.1, 97-113.
- Akıncı, T. (2017). Lise Öğretmenlerinin Yönetici Ruhsal Liderlik Algılarının Öğretmenlik Liderliğine ve Özyeterkinliklerine Olan Etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi SBE.
- Allaho, R., Nieuwerburgh, C. (2017). *Coaching in Islamic Culture : The Principles and Practice of Ershad*, London: Karnac Books Ltd.
- Allen, K. (2016). *Theory, Research, and Practical Guidelines for Family Life Coaching*, NC: Springer.
- Amman, M.T. (2017). Anlamak ve Arınmak: Sosyoloji ile Tasavvuf Arasındaki Köprülerin Kurulması. *APJIR*. 1.1, 18-22.
- Anderson, D. ve M. Anderson (2005). Coaching that counts – Harnessing the power of leadership Coaching to deliver strategic value. Oxford: Elsevier Butter- worth-Heinemann.
- Anderson, E. ve M. Spencer, (2002). Cognitive representations of AIDS: A phenomenological study. *Qualitative Health Research*, 12.10, 1338-1352.

Angın, Y. (2016). Aile ve Dini Rehberlik Bürosu Görevlilerinin Karşılaştıkları Psikososyal Sorunlara Yaklaşımlarının Dini Danışmanlık ve Rehberlik Açısından Değerlendirilmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Arat, M. (2007). *21. Yüzyıl İçin Yönetim*. İstanbul: Söz Yayın.

Arı, S. , C. Armutlu, N. Tosunoğlu, ve Y. Toy. (2009). Pozitivist ve Postpozitivist Paradigmalar Çerçevesinde Metodoloji Tartışmalarının Yönetim ve Pazarlama Alanlarına Yansımaları, *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 27.1, 113-141.

Armaner, N. (1980). *Din Psikolojisine Giriş I*, Ankara: Ayyıldız Mat.

Arslan, H. ve D. Konuk Şener (2009). Stigma, Spiritüalite ve Konfor Kavramlarının Meleis'in Kavram Geliştirme Sürecine Göre İrdelenmesi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*. 2.1., 51-58.

Assagioli, R. (1993). *Psychosynthesis: The Definitive Guide to the Principles and Techniques of Psychosynthesis*. London: Thorsons.

Atak, M. (2016). *Maneviyat Psikolojisi*. İstanbul: Elit Kültür Yayınları.

Aydar, N. (1999). Bir Eğitim Tekniği Olarak Koçluk, *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Sakarya: Sakarya Üniversitesi SBE.

Aydoğdu, F. D. (2004). Koçluk. *Yayımlanmamış Dönem Projesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.

Ayten, A. (2012). *Din Psikolojisi*. 2. Basım. İstanbul: İz Yayıncılık.

Ayyıldız, O. (2002). Şeyh-Mürid İlişkilerindeki Psikolojik Süreçlerin Analizi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi SBE.

Baltaş, A. (2007). *Yeni Yöneticinin El Kitabı*. 3. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Bartholomew, B. (2017). *Conscious Coaching Field Guide*. CreateSpace Independent Publishing Platform.

Bartley, S. (2011). A Phenomenological Study of Christian Coaching. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Virginia: Regent University Faculty of the School of Psychology & Counseling.

Başkale, H. (2016). Nitel Araştırmalarda Geçerlilik, Güvenirlik ve Örneklem Büyüklüğünün Belirlenmesi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 9.1, 23-28.

Baygeldi, M. R. (2018). Türkiye’de Modern Sorunlara Dini Bir Çözüm Olarak Manevi Danışmanlık Uygulaması Mevcut Durum ve Öneriler, *Analiz*, S.234.

Baynal, F. (2016). Kadınların Dini Gruplara Yönelim Nedenleri ve Dini Grupların Psiko-Sosyal ve Dini/Manevi Etkileri. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi SBE.

Baymur, F. (1973). *Genel Psikoloji*, 2. Basım. İstanbul: İnkılap ve Aka Kitabevleri.

Belzen, J.A. (2012). Din Psikolojisinde Tarihsel-Kültürel Yaklaşım. *Din Psikolojisi*. 2. Basım. (Çev. Ali Ayten). İstanbul: İz Yayıncılık.

Bergin, A. ve J. Jensen (1990). Religiosity of Psychotherapists: A National Survey. *Psychotherapy*. 27.1, 3-7.

Bostancı Daştan, N. ve S. Buzlu. (2010). Meme Kanseri Hastalarında Maneviyatın Etkileri ve Manevi Bakım, *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 3.1, 73-78.

Boztilki, M. ve E. Ardıç. (2017). Maneviyat ve Sağlık. *Journal of Academic Research in Nursing*, 3.1, 39-45.



Brock, V. G. (2008). Grounded Theory of the Roots and Emergence of Coaching. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Maui: International University of Professional Studies Doctor of Philosophy in Coaching and Human Development.

Budak, H. (2017). Farklı Gdsel İklimlerde Performansın n Grcs Olarak Akış ve Duygusal Zeka. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Manisa: Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü.

Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

*Büyük Larousse Sözlük ve Ansiklopedisi*. (1986). "Maneviyat", C. 15, İstanbul: 1986, Interpress Basın ve Yayıncılık.

Büyüköztürk, Ŗ., E. Kılıç Çakmak, . Akgün, Ŗ. Karadeniz ve F. Demirel (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Carey, W., D. Philippon ve G. Cummings (2011). Coaching models for leadership development: An integrative review. *Journal of Leadership Studies*. 5.1, 51-69.

Çakar, B. A. (2011). İlköğretim Denetçilerinin Koçluk Becerilerini Sergileme Düzeylerine İlişkin ğretmen Görüşleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Çanakalle: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi SBE.

Cavanagh, M. (2006). Coaching from a systemic perspective: A complex adaptive conversation. (Çev. D. Stober ve A. M. Grant), *Evidence-based Coaching Handbook* (ss. 313-354). New Jersey: Wiley.

Cavanagh, M., A. Grant ve T. Kemp. (2005). *Evidence Based Coaching*. Australian Avustralya : Academic Press.

Cebeci, S. (2010). Bir Din ğretimi Yaklaşımı Olarak Dini Danışma ve Rehberlik, *Değerler Eğitimi Dergisi*, 8.19, 53-69.

Cebeci, S. (2012). *Dini Danışma ve Rehberlik*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Cebecioğlu, E. (2009). *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*. 5.Basım. Ağaç Kitabevi Yayınları: İstanbul.

Çetin, E. (2015). Öğrenci Görüşlerine Göre Lise Son Sınıf Rehber Öğretmenlerinin Koçluk Beceri Düzeyleri (Kocaeli İli Örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya : Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Çeviker, A. (2017). Bedensel engelli spor kulüplerinde görev yapan antrenörlerin, antrenörlük mesleki etik ilkelere uyma düzeylerinin belirlenmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Ceylan, C. (2002). Yönetmel ve Organizasyonel Açından Koçluk Yaklaşımı ve Bir Uygulama, *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi SBE.

Clebsch, W. ve C. Jaekle. (1964). *Pastoral Care in Historical Perspective: An Essay with Exhibits*. New York: Prentice-Hall.

Çokçağlayan, P. (2013, Ekim 30). *Yönetimde Koçluk Yaklaşımı.*, from Yalın Sistem: <https://yalinofis.wordpress.com/2013/10/30/yonetimde-kocluk-yaklasimi/> (Eklenme Tarihi: 08 18, 2015).

Colaizzi, P. F., (1978), “Psychological Research as the Phenomenologist Views It”, In R. Vaile and M. King (eds.), *Existential Phenomenological Alternatives for Psychology*, New York, Oxford University, 48-71.

Collins, G. R. (2009). *Christian Coaching: Helping Others Turn Potential into Reality*. Colorado Springs, CO: NavPress.

Cook, Christopher C. H. (2004). Addiction and Spirituality. *Addiction*, 99, 539-551.

Courville, W. J.(2012). Coach, Therapist, or Spiritual Director?: An Analysis of Discourse about Spirituality as Used in Professional Coaching. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ottawa: University of Ottawa Department of Classics and Religious.

Creane, V. E. (2005). *Personal coaching from the client's perspective*. Paper presented at 3rd International Coach Federation (ICF) Research Symposium, CA: San Jos.

Creane, V.E. (2002). An Explanatory Study of Personal Coaching from the Client's Perspective. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. San Francisco: California Institute of Integral Studies.

Creswell, John W. (2016). *Nitel Araştırma Yöntemleri*, Çev. Editörleri : Mesut Bütün ve Selçuk Beşir Demir, 3. Basım. Ankara: Siyasal Yayın Dağıtım.

Criddle, W. D. (2007). The transition from therapist to executive coach. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*. 25.2, 121-141.

Çalık, Ö. (2017). Magical identities: Alternative witchcraft spiritualites through the lens of Turkish youth. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Sabancı Üniversitesi SBE.

Çoban, E. (2014). The Role of spirituality in mortality sailence effects. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi SBE.

Cüceloğlu, D. (2009). *İnsan ve Davranışı*. 9. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Daniels, M. (2002). The Transpersonal Self: A Psychohistory and Phenomenology of Soul. *Transpersonal Psychology Review*, 6.1, 17-28.

Delaney, C. (2003). The spirituality scale: Development, refinement and psychometric testing of an instrument to assess the human spiritual dimension. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Connecticut: The University of Connecticut.

Disbennett-Lee, R. (2005). A Study of International Life Coaches on the Skills and Strategies Used During the Coaching Process. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Waldon University.

Dunbar, A. (2009). *Essential Life Coaching Skills*. New York: Routledge Taylor& Francis Group.

Dukes, S. (1984). *Phenomenological methodology in the human sciences*. Pittsburgh, PA: Duquesne Universtiy Press.

Durak, N. ve M. İrgat. (2016). Değersizleşme ve Yabancılaşma Bağlamında Tüketim Ahlâkı ve İnsan. *İlahiyat Akademi Dergisi*, 2: 75-88.

Düzgüner, S. (2013). Maneviyat Algısı ve Diğerkamlıkla İlişkisi: Kan Bağışı Örneğinde Türkiye ve Amerika Karşılaştırmalı Nitel Bir Araştırma. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi SBE.

Eğri, A. (2013). Örgütlerde Algılanan Çalışan Koçluğunun İşten Ayrılma İsteği ile İlişkisinde İş Tatmini ve Duygusal Bağlılığın Aracılık Etkisi: Bankacılık Sektöründe Bir Uygulama. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi SBE.

Ekiz, F. E. (2016). Yeni Bir Eğitim Hizmeti Olarak Öğrenci Koçluğu. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Ekşi, H. ve Ç. Kaya, (2016). *Manevi Yönelimli Psikoterapi*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Ekşi, H., Takmaz, Z. ve Kardaş, S. (2016). Spirituality in psychotherapy settings: A phenomenological inquiry into the experiences of Turkish health professionals. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1, 89-108.

Elçi, I. (2016). *Esmâül Hüsnâ ve Melek Kartları*. Uyanış Yayınevi: İstanbul.

Elgün, R., F. (2007). Yöneticilerin Koçluk Uygulamalarının Satış Personelinin İş Tatmini Üzerine Etkileri ve Satış Personeline Yönelik Uygulama. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Elliott, M. (2005). Life Coaching to Support Growth in Spiritual Practices. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Faculty of Asbury Theological Seminary.

Erikli, B. İ. (2010). *Meleklerle Yaşamak*, Goe Basım Yayın: İstanbul.

- Eryılmaz, E. (2014). Postmodern Dönemin Bireye Yansımaları Açısından Koçluk. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi SBE.
- Evered, R. ve J. Selman. (1989). Coaching and the Art of Management. *Organizational Dynamics*, 18, 16-32.
- Frager, R. (2005). *Kalp, Nefs ve Ruh*. 5. Basım. (Çev. İ. Kapaklıkaya). İstanbul: Gelenek.
- Frager, R. (2009). “Tasavvuf Geleneğinde İrşat”. *Manevi Rehberlik ve Benötesi Psikolojisi Üzerine Paylaşımlar*. İstanbul: Kaknüs.
- Fromm, E. (1994). *Sevginin ve Şiddetin Kaynağı* (6.Basım). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Gallwey, W. T. (1974). *The Inner Game of Tennis*. New York: Random House.
- Gençtan, E. (2008). *Psikanaliz ve Sonrası*. 13. Basım. İstanbul : Remzi Kitabevi.
- Gervase Markham (1617). *Caualarice or the English horseman*. Edward Allde: London. (online Henry E. Huntington Library and Art Gallery. San Marino, CA).
- Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and psychological research*. Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.
- Göcen, G. (2012). Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.
- Göçen, A. (2017). Eğitim Kurumlarında İşyeri Ruhsallığının Geliştirilmesine Yönelik DeneySEL Bir Uygulama. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gökbulut, B. (2016). Bilişim Teknolojileri Rehber Öğretmenlerinin Teknoloji Koçluk Düzeylerinin Belirlenmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Gorby, C. B. (1937). Everyone gets a share of the profits. *Factory Management & Maintenance*, 95, 82–83.

Gorsuch, R.L. ve W.R. Miller. (1999). Assessing Spirituality. *Integrating Spirituality into Treatment: Resources for Practitioners*, Ed. W.R. Miller, Washington: American Psychological Association, 47-64.

Grant, A. M. (2002). Towards a psychology of coaching: The impact of coaching on metacognition, mental health and goal attainment. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 63.12, 6094.

Grant, A. M. (2003). The impact of life coaching on goal attainment, metacognition and mental health. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 31.3, 253–264.

Grant, A. M. (2004). Keeping up with the cheese: Research as a foundation for professional coaching of the future. (Ed. I. Stein ve L. Belsten). I. ICF Coaching Research Symposium (ss.11-19). Mooresville, NC: Paw Print Press.

Grant, A. ve M. Cavanagh (2004), Toward a Profession of Coaching: Sixty five years of progress and challenges for the future. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*. 2, 8-21.

Grant, A. M. (2006), A personal perspective on Professional coaching and the development of coaching psychology, *International Coaching Psychology Review*, 1.1, 12-22.

Grant, A. M., Passmore, J., Cavanagh, M. J., Parker, H. (2010). The State of Play in Coaching Today: A Comprehensive Review of the Field. *Annual Review of Industrial & Organizational Psychology*. 25.1, 125-168.

Grant, A. ve M. Cavanagh (2007). Evidence-based coaching: Flourishing or languishing? *Australian Psychologist*, 42.4, 239-254.

Grant, A., M. (2005). What is Evidence-Based Executive, Workplace and Life Coaching?, Cavanagh, M; Grant, A. M. ve Travis, K. (der.) *Evidence Based Coaching, Theory,*

*research and practice from the behavioural sciences*, Brisbane: Australian Academic Press, ss.1-12.

Griffith, C. R. (1926). *Psychology of coaching: A study of coaching methods from the point of view of psychology*. New York: Charles Scribner's Sons.

Griffiths, K., ve M. Campbell, M. (2008). Semantics or substance? Preliminary evidence in the debate between life coaching and counselling. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 1.2, 164–175.

Grimley, B. (2010). The NLP Approach to Coaching. In E. COX, T. Bachkirova, & D. Clutterbuck, *The Complete Handbook of Coaching* (ss. 187-199). London: Sage Publication.

Grof, S. (2000). *Geleceğin Psikolojisi*. (Çev. S. Soner). İzmir: Ege Meta Yayınları.

Gül, H. ve Z. Aykanat. (2012). Karizmatik Liderlik ve Örgüt Kültürü İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , 16 .1, 17-36.

Gülmez, D. (2016). Türkiye, Amerika Birleşik Devletleri ve İngiltere'deki Yükseköğretim Kurumlarının Örgüt Boyutları Bakımından Değerlendirilmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Konya: Necmettin Erbakan Üniv. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Gümüşhanevi, A. (1981). *Camiul Usûl Veliler ve Tarikatlarda Usûl*. (Çev. R. Serin). İstanbul: Pamuk Yayınları.

Gündüz, İ. (1984). *Gümüşhanevi Ahmed Ziyaüddin Hayatı Eserleri Tarikat Anlayışı ve Halidiyye Tarikati*. İstanbul: Seçil Ofset.

Güngör, E. (2000). *Değerler Psikolojisi Üzerine Araştırmalar*, Ötüken Yayınları, İstanbul 2000.

Gürses, İ. (2007). Jung'cu Arketip Teorisi Bağlamında Tasavvufi Öykülerin Değerlendirilmesi: Simurg Örneği, *Uludağ Ü.İ.F.D.*, 16.1, 77-96.

Habib, S. (2012). *Life Coaching for Muslims: Discover the Best in You!*, England: Kube Publishing Ltd.

Hall, C. ve L. Miller (2007). *Coaching for Christian Leaders: A Practical Guide*. Missouri: Chalice Press.

Hançerlioğlu, O. (1993). *Ruhbilim Sözlüğü*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Harris, M. (1999). Look, it's an I-O psychologist...no, it's a trainer...no, it's an executive coach. TIP, 36.3, 1-5.

Haski-Leventhal, D. (2009). Altruism and Volunteerism: The Perceptions of Altruism in Four Disciplines and Their Impact on The Study of Volunteerism. *Journal for the Theory of Social Behaviour* 39 .3, 271-299.

Haski-Leventhal, Debbie (2009). Altruism and Volunteerism: The Perceptions of Altruism in Four Disciplines and Their Impact on The Study of Volunteerism. *Journal for the Theory of Social Behaviour* 39 (3), 271-299.

Hendrickson, R. (2000). *The Facts on File Encyclopedia of Word and Phrase Origins*. 4. Basım. New York: Checkmark Books.

Henry Peacham (1636), *Coach and Sedan*, London: Frederick Etchells and Hugh Macdonald.

Heppner, P. P., Wampold, B. E. ve Kivlighan, D. M. (2008). *Research design in counseling*. 3. Basım. Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole.

Herbert-McZeal, S.T. (2014). A Grounded Theory Study: How Self-Identified Personal Life Coaches Use Psychological Theories in Their Coaching Sessions. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Capella University.



Hergüner, E. İ. (2008). Kişisel Gelişim Eğitiminin Yetişkinlerin Problem Çözme Becerileri ve Stresle Başa Çıkma Düzeyleriyle İlişkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi SBE.

Hill, P.C., Pargament, K.I., Wood, R.W., McCullough, M.E., Swyers, J.P., Larson, D.B., Zinnbauer, B.J. (2013). Din ve Maneviyatı Kavramlaştırma: Birleşme ve Ayrılma Noktaları, *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (Çev. Nurten Kimter), 3. 85-118.

Hökelekli, H. (2008). *Psikolojiye Giriş*, İstanbul: Düşünce Kitabevi.

Hoge, D. R. (1996). Religion in America: The demographics of belief and affiliation. (Ed. E. P. Shafranske), *Religion and the clinical practice of psychology*. (ss. 21-41). Washington, DC: American Psychological Association.

Horozcu, Ümit (2010). Tecrübi Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal İnanç Kültür ve Mitoloji Araştırmalar Dergisi*. 7.1, 209-240.

Houghton, A. (2006). The Way I see it... Coaching can help your career, *BMJcareers*, 29.

Hudson, F.M. (1999). *The Handbook of Coaching*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Husserl, E. (1931). *Ideas: General introduction to pure phenomenology* (Çev. D. Carr). Evanston, IL: Northwestern University Press.

İmamoğlu, A. (2010). Vicdan Kavramının Psiko-Sosyal Tahlili, *Akadamik İncelemeler Dergisi*, 5.1, 127-144.

İşlek, M. ve Z. Şarlayan. (2014). *Anadolu Bilgelerinin Aydınlığında Çözüm Odaklı Koçluk*. İstanbul: Hayat Yayın Grubu.

Ives, Y. (2012). What is Relationship Coaching? *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 10.2, 88-99.

Ives, Y. ve E. Cox. (2015), *Relationship Coaching*, New York: Routledge.

Jackson, P. (2005). How Do We Describe Coaching? An Exploratory Development of a Typology of Coaching Based on the Accounts of UK-Based Practitioners, *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 3.2, 45-60.

Jacob van Geel, 1617, Landscape with the Plundering of a Coach, Detroit, Michigan: The Detroit Institute of Arts.

James, W. (1960). *The Varieties of Religious Experience*. London: Fontana. (İlk basım: 1902).

Jindra, W. İ. (2011). How Religious Content Matters in Conversion Narratives to Various Religious Groups. *Sociology of Religion*. 72.3, 275-302.

Jirasek, I. (2015). Religion, Spirituality, and Sport: From Religio Athletae Toward Spiritus Athletae, *Quest*, 67.3, 290-299.

Jung, C.G. (1991). *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*, 2. Basım. London: Routledge.

Kalkavan, S. (2014). Farklı Örgütsel Kültürlerde Yönetici Koçluk Davranışının Çalışanların İş Tatmini, Örgütsel Bağlılık ve Örgütsel Performans Algılarına Etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul: Aydın Üniversitesi SBE.

Kampa-Kokesch ve Anderson, (2001). Executive Coaching A Comprehensive Review of the Literature. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 53.4, 205-228.

Kaplan, A. G. (1985). Female or male psychotherapists for women: New formulations. *Pscychiatry*, 48.2, 111-121.

Kardaş, S. (2017). Sanal Kimlik ve Spiritüel İyi Oluşun Üniversite Öğrencilerinin Narsistik Eğilimlerini Yordayıcılığı. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Kaşani, Abdürrezzak (2004). *Tasavvuf Sözlüğü*. Çev.Ekrem Demirli, İz Yayıncılık: İstanbul.

Ianiro, P. M., Lehmann-Willenbrock, N., ve Kauffeld, S. (2015). Coaches and clients in action: A sequential analysis of interpersonal coach and client behavior. *Journal of Business and Psychology*. 30, 435-456.

Kauffman, C. ve T. Bachkirova (2008). Editorial: An International Journal of Theory, Research & Practice: Why Does It Matter? *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 1.1, 1-7.

Kayıklık, H. (2005). Psikolojik Açıdan İnanç, İman ve Şüphe. *AÜİFD*, 1, 133-155.

Kazazoğlu, O. (2009). Koçluk Sürecine İletişimin Etkisi Üzerine Bir Çalışma. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE.

Kilburg, R.R. (1996). Toward a conceptual understanding and definition of executive coaching. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 48.2, 134-144.

Kilburg, R.R. (2000). *Executive coaching: Developing managerial wisdom in a world of chaos*. Washington, DC: American Psychological Association.

Kimsey-House, H., Kimsey-House, K. ve P. Sandahl. (2011). *Co-Active Coaching*. 3.Basım, London: Nicholas Brealey Publishing.

Kirk J. ve M. Miller (1986). *Reliability and Validity in Qualitative Research*. California: Sage Publications.

Kişmir, T. (2012). Tasavvuf psikolojisi açısından nefsin olgunlaşma sürecinin karaktere etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Rize: Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Knox, S., Catlin, L., Casper, M., & Schlosser, L. Z. (2005). Addressing religion and spirituality in psychotherapy: Clients' perspectives. *Psychotherapy Research*, 15, 287–303.

Koç, M. (2016). Manevi-Psikolojik Danışmanlık, 2. Basım. Bursa: Emin Yayınlar.

Koç, Z. (2003). Kültüre duyarlı psikolojik danışma yaklaşımı: Kuramsal bir inceleme. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*. 11.12, 1-17.

Konevi, S. (2014). *Miftahul Gayb Tasavvuf Metafiziği*. (E. Demirli, Trans.) İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları.

Korkmaz, S. (2014). Din Psikolojisindeki Değerler ve Erol Güngör'ün Değerler Hakkındaki Görüşleri, *KSÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 24, 177-200.

Köse , A. ve Ayten, A. (2010). *Türbeler Popüler Dindarlığın Durakları*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Köse, A. (2008). *Neden İslam'ı Seçiyorlar?* İstanbul: İz Yayıncılık.

Köse, A. ve Ayten, A. (2009). Batıl İnanç ve Davranışlar Üzerine Psiko-Sosyolojik Bir Analiz. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 9.3, 45-70.

Köse, A. ve Ayten, A. (2012). *Din Psikolojisi*, Timaş Yayınları: İstanbul.

Kristal, Z. (2010). *The role of reflection on clients' change in the coaching process*. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*.

Kula, N. (2005). Küreselleşme, Ruh Sağlığı ve Din, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 2, 7-30.

Kulat, M.A. (2017). Türkiye’de Toplumun Dine ve Dini Değerlere Bakışı. *MAK Danışmanlık*, 12-18 Haziran 2017.

*Kur'an-ı Kerim*. İbrahim Suresi, Ayet 24.

Kurtar, Ş. (2009). Ruhsal Liderlik Ölçeği/ Türkçe Dilsel Eşdeğerlik, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi SBE.

Kuşeyri, A. (2009). *Kuşeyri Risalesi*. (D. Selvi, Trans.) İstanbul: Semerkand Yayın.

Kuusisto, K. ve T. Artkoski (2013). The female therapist and the client's gender. *Clinical Nursins Studies*. 1.3, 39-56.

Kvale, S. ve S. Brinkmann (2009). *Interviews*. 2. Basım. California: Sage Publications.

Leider, R. J. (2001). On Purpose Coaching As A Spiritual Practice Your Life/Work, *A Journal About Taking Charge of Your Life/Work* , 8.3, 2-9.

LifeCoach Academy (2012). Temel Yaşam Koçluğu-Temel NLP Eğitimi Manueali.

Liljenstrand, A. M. (2003). A Comparison of Practices and Approaches to Coaching Based on Academic Background. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. California: Alliant International University Department of Psychology.

Maher, J. (2008). Spiritual Life Coaching: A New Model of Spiritual Direction for Collegians. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Washington DC:The Catholic University of America, Department of Pastoral Studies.

Martin, C. (2012). *Yaşam Koçluğu El Kitabı*. (Çev. B. Erol) İstanbul: Paloma Yayınevi.

Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Norstrand Reinhold Company.

Maslow, A.H. (1973). *The Farther Reaches of Human Nature*. Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books.

Maynard, S. (2006). Personal and Professional Coaching: A Literature Review. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Minneapolis: Walden University.

Maynard, S. (2006). Personal and Professional Coaching: A Literature Review. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Walden University Psycholgy Department.

Mazini, V. (2007). What is Executive Coaching? . *Leadership: Magazine For Managers* , 4.10), 20-21.

McComb, C. (2012) "Developing coaching culture: are your coaching relationships healthy?", *Industrial and Commercial Training*, 44.4, 232-235.

McCullough, M. E., Emmons, R. ve Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality & Social Psychology*, 82, 112-127.

Mehmedoğlu, A. U. (2006). Dindarlığın Peşinde: Din Psikolojisinde Araştırma, Ölçme ve Yorumlama Üzerine. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 19.3, 465-478.

Merriam, S. B. (2015). *Nitel Araştırma Desen ve Uygulama İçin Bir Rehber*. (Çev: Selahattin Turan). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Merter, M. (2013). *Dokuz Yüz Katlı İnsan*. 12. Basım. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Merton, (1958).

Messina, J.J. (2004). Tools for Personal Growth: Accepting Personal Responsibility. [www.Coping.org/growth/ accept.html](http://www.Coping.org/growth/accept.html). (Eklenme Tarihi: 7.10.2008).

Mink, O.G., Owen, K.Q. ve Mink, B.P. (1993). *Developing High-Performance People: The Art of Coaching*. Massachusetts: Addison-Wesley.

Mirza, A. (2014). Yeni Dinselleşme Eğilimleri ve Maneviyat Arayışları. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi SBE.

Monroe, K.R. (1996). *The Heart of Altruism*. Englewood Cliffs, NJ: Princeton Press.

Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Muhâsibî, H., (1998). er-Riâye li-Hukûkillah, Nefis Muhâsebesinin Temelleri, çev. Filiz Şahin-Hülya Küçük, İnsan Yayınları, İstanbul.

Müslim, E.-H. (1911). *Camii's Sahih*. İstanbul.

Nasr, S. H. (1984). *İslam ve Modern İnsanın Çıkmazı*. (Çev. A. Ünal) İstanbul: İnsan Yayınları.

Neuman, W.L. (1997) *Social Research Methods Qualitative and Quantitative Approaches*. 3. Basım. Boston: Allyn and Bacon.

Neuman, W.L. (2017). *Toplumsal Araştırma Yöntemleri*. 9. Basım (Çev. Sedef Özge). Ankara: Yayınodası Yayınları.

Newsom, G. (2008). *A Work Behavior Analysis of Executive Coaches*. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. NC: North Carolina Üniversitesi.

O'Conner, J. ve Lages A. (2004). *NLP ile Koçluk*. (Çev. Mehmet Zaman). İstanbul: Hayat Yayınları.

Ogne, S. ve T. Roehl. (2008). *TransforMissional Coaching: Empowering Leaders in a Changing Ministry World*. Nashville, TN: B & H.

Ok, Ü. (2007). *İnanç Psikolojisi*, Ankara: Birleşik Dağıtım Kitabevi.

Ok, Ü. (2015). Dini Danışmanlık: Tanımı ve Tarihi. Ed. N. Altaş ve M. Köylü. *Dini Danışmanlık ve Din Hizmetleri*. İstanbul: Ensar.

Ok, Üzeyir. (2008). İnanç Bakım ve Danışmanlığı: Bir Model Geliştirme Denemesi, *DİB I. Din Hizmetleri Sempozyumu*, Cilt II, Ankara.

Ollendieck, Melissa Lynn (2016). *Grow the Fruit of the Spirit: The Coach Approach to Centering Prayer*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Assemblies of God Theological Seminary, Doctor of Ministry Department, South Carolina.

Öncü, A. (2017). Çağdaş Türk Sinemasında Din Adamı Tasviri: 'Kış Uykusu' Filmi Örneği. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*. 21.2, 947-976.

- Önen, S. (2015). Yeni Kapitalizmin Çelişkileri Bağlamında Yaşam Koçluğu Mesleğinin Değerlendirilmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 13.1, 157-171.
- Özbay, Ö. (2008). Koçluk Yaklaşımının Yönetici Üzerine Etkileri Ve Bir Araştırma. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Denizli: Pamukkale Üniversitesi SBE.
- Özdemir, Y. ve T. İlhan. (2013). Benlik Kurguları ve Öznel İyi Oluş: Otantik Olmanın Aracılık Rolü, *The Journal of Academic Social Science Studies*. 6.2, 593-611.
- Özdoğan, Ö. (2005). *İsimsiz Hayatlar: Manevi ve Psikolojik Yaklaşımla Arınma ve Öze Dönüş*, Ankara: Lotus.
- Özdoğan, Ö. (2006). İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji. *AÜİFD* 47.2, 127-141.
- Özdoğan, Ö. (2008). İnsana Manevi-Psikolojik Yaklaşım, *AÜİFD*, 2, 77-102.
- Özdoğan, Ö. (2009). *Aşkın Yanımız Maneviyat*, Özdenöze Yayınları: Ankara.
- Özdoğan, Ö. (2010). *Mutluluğu Seçiyorum*, Ankara: Özdenöze Yayınları.
- Özen, Y. ve Gülaçtı, F. (2012). Kişisel Sorumluluk Bağlamında İnsanın Kendini Tanıması ve İnsan Doğası. *Uluslararası Hakemli Akademik Sosyal Bilimler Dergisi*. 3.2, 370-388.
- Özer, Y. (2001). *İnsan Kaynaklarında Yeni Açılımlar*, Hayat Yayınları: İstanbul.
- Öztürk, Y. N. (1990). *Tasavvufun Ruhu ve Tarikatlar*. İstanbul : Yeni Boyut.
- Paksoy, E.E. (2017). Kültürel Değerlere Duyarlı Eğitim Bağlamında Öğretmen Deneyimlerinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Palmer, S. (2008). The PRACTICE model of coaching: towards a solution-focused approach. *Coaching Psychology International*, 1.1, 4-8.



Palmer, S. ve Whybrow (2007-Purdue/Allen 2008). *Handbook of coaching psychology: a guide for practitioners*, New York: Routledge.

Paloutzian, R. ve C. Ellison (1982). Loneliness, Spiritual Well-Being and Quality of Life. (Ed. L. Peplau ve D. Perlman), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. 224-236. New York: John & Sons.

Paloutzian, R.F. ve Park, C.L. (2013). *Din ve Maneviyat Psikolojisi*, (Çev. İhsan Çapçioğlu ve Ali Ayten). Ankara: Phoenix Yayınevi.

Parlak, S. (2016). Manevi danışmanlığın gelişimi. [içinde] H. Ekşi & Ç. Kaya (ed.), *Manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışma* (ss. 29-46). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Parsloe, E. (1997). *Koç ve Kılavuz Olarak Yönetici*, Ankara: Kültür Sanat Yayınları.

Patton, M. Q. (2012). *Essentials of Utilization-Focused Evaluation*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Peker, H. (2000). *Din Psikolojisi*. Samsun: Aksiseda matbaası.

Peltier, B. (2001). *The psychology of executive coaching: Theory and application*. New York: Brunner-Routledge.

Peltier, B. (2010). *The Psychology of Executive Coaching. Theory and Application*. 2.Basım. New York: Routledge.

Peterson, D. B. (1996). Executive coaching at work: The art of one-on-one change. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 48.2, 78-86.

Peterson, D. B., ve M.D. Hicks. (1999, Bahar). Strategic coaching: Five ways to get the most value. *HR Focus*. Supplement: Special Report on Training & Development, 7-8.

Peterson, D., B., (2006) People Are Complex and the World is Messy: A Behavior-Based Approach to Executive Coaching, In D., R., Stober and Grant, A., M., (Ed.) *Evidence*

Based Coaching Handbook, Putting best practices to work for your clients, New Jersey: Wiley & Sons, 51-76.

Pişkin, M. (2006). “Psikolojik Danışma ve Rehberliğin Dünü, Bugünü ve Yarını” *Türkiye’de Eğitim Bilimleri: Bir Bilanço Denemesi*, (Ed. Muhsin Hesapçioğlu ve Alpaslan Durmuş). İstanbul: Nobel Yayın.

Plaister-Ten, J. (2009). Towards greater cultural understanding in coaching. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 3.1, 64-81.

Poepsel, M. A. (2011). The impact of an online evidence-based coaching program on goal striving, subjective well-being, and level of hope. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Minnesota: Capella University Counseling Psychology.

Polkinghorne, D. E. (1989). Phenomenological research methods. In R. S. Valle & S. Halling (Eds.), *Extential- phenomenological perspectives in psychology*. New York: Plenum Press, ss.41-60).

Poussard, J. M. (2004). *Yönetimde Yeni Bir Stil Coaching*, İstanbul: Morpa Yayınları.

Pürçek, K. I. (2014). İlköğretim Okul Müdürünün Koçluk Davranışı ve Sınıf Öğretmeninin İş Doyumu. *Eğitim Bilim Toplum Dergisi*, 12.47, 124-157.

Quakenbos, S., Privette, G., ve Klentz, B. (1985). Psychotherapy: Sacred or Secular? *Journal of Counseling and Development*, 63, 290-293.

Quanbeck, J. E. (2017). Encountering Client Grief: A Phenomenological Study of Experienced Psychologists. Minnesota: Minnesota Üniversitesi.

Quick ve Macik-Frey (2004). Behind the Mask Coaching Through Deep Interpersonal Communication, *Consulting Psychology Journal: Practice and Research* , 56.2, 67–74.

Ray, S. G. (1999). *Rediscovering İslam: a Muslim Journey of Faith, Religious Conversion*. Ed. Cgristopher Lamb and M.Darrol Bryant. New York: Cassell.

Richards, P. ve A. Bergin. (2005). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy*. 2.Basım. Washington, DC: American Psychological Association.

Richards, P. ve R. Potts. (1995). Using spiritual interventions in psychotherapy: Practices, successes, failures, and ethical concerns of Mormon psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 26.2, 163–170.

Rostron, S.S. (2009). *Business Coaching International: Transforming Individuals and Organizations*. London: Routledge.

Sargut, A.S. (2002). Bilimin İkilemi: Belirlenirlik Ya Da Belirlenmezlik. *Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 2.2, 121-126.

Sayar, K. (2003). *Sufi Psikoloji*. 3. Basım. İstanbul: İnsan Yayınları.

Sebera, T, G. (2004). Coaching Across Cultures: New tools For Leveraging National, Corporate& Professional Differences, *International Journal Of Intercultural Relations*, 28.1, 83-87.

Sevinç, K. ve A. Mehmedoğlu (2016). İnançsızlığa Yönelmede Çevresel ve Entelektüel Faktörlerin Etkisi. *İnsan ve Toplum*, 6.2, 87-116.

Şekur, M. (2018) *Su Üstüne Yazı Yazmak* (Çev. S. Okyay ve S. Demirci). İstanbul: Sufi Kitap.

Seligman, M. E. (2007). Coaching and positive psychology. *Australian Psychologist*, 42.4, 266-267.

Seligman, M. ve M. Csikszentmihalyi. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55.1, 5-14.

Senemtaş, M. (2017). The creatioan of hope as a spiritual solution in T.S. Elliot's Four Quartets. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi SBE.

Shafranske, E.P. (1996). *Religion and the Clinical Practice of Psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.

Şemsüddin el-Nakşibendi, M.N. (1976). *Tam Miftahül Kulüb Kalplerin Anahtarı*. İstanbul:Salah Bilici Kitabevi Yayınları.

Şensoy, Sedat (2003). Mana, *DİA*. 27, 555-557.

Snow, D. ve R. Machalek (1984), The Sociology of Conversion, *Annual Review Sociology*, 10, 167-190.

Söylev, Ö.F. (2014). Türkiye’deki Dini Danışma ve Rehberlik-Alanları, İmkanları ve Yöntemleri- Diyanet İşleri Başkanlığı Örneği. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi SBE.

Stake, R. E. (1995). *The Art of Case Study Research*. California: Sage Publications.

Stern, L. R. (2004). Executive coaching: A working definition. *Consulting Psychology Journal: Practice & Research*, 56.3, 154-162.

Stober, R. ve A. Grant. (2006). Evidence based coaching handbook: Putting best practices to work for your clients. Hoboken, NJ: Wiley.

Stolzfus, T. (2008). *Coaching: A Coach’s Guide to Powerful Asking Skills*. Virginia Beach, VA: Coach.

Strohl, J. (1998). Transpersonalism: Ego meets soul. *Journal of Counseling and Development*, 76, 397-403.

Svenstrup, J. (2012). International Coaching Certification Training. *Psikoloji İstanbul Derneği*. İstanbul: ICC.

Tacey, D. (2006). *The Spirituality Revolution*. New York: Brunner-Routledge.

- Tarhan, N. (2009). *İnanç Psikolojisi: Ruh, Beyin ve Akıl Üçgeninde İnsanoğlu*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2012). *Mesnevi Terapi*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2013). *Yunus Terapi*. 3.Basım. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tobias, L. L. (1996). Coaching executives. *Consulting Psychology*, 48.2, 87–95.
- Türkben, Y. (2010). Erol Güngör'ün Vicdan Anlayışı. *A.Ü. Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 42, 327-332.
- Ulcay, H.,S. (2017). Yaşam Koçlarının Maneviyatla İlgili Deneyimleri Üzerine Fenomenolojik Bir Araştırma, *Journal of International Social Research*. 10.48, 749-759.
- Uludağ, S. (2014, Güz). İrşad ve Mürşid. *Keşkül* , 32, 4-13.
- Ünal, S. (2017). Yeni Bir Meslek Alanı Olarak Yaşam Koçluğu ve Yaşam Koçluğunun Topluma Sunumu. *International Journal of Social Science*. 61, 489-509.
- Watkins, P. C., (2004). “Gratitude and Subjective Well-Being ”. (Ed. R. A. Emmons ve M. E. McCullough ), *The Psychology of Gratitude*. New York: Oxford University Press, 167–192.
- Wasylyshyn, K. M. (2003). Executive coach- ing: An outcome study. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 55, 94-106.
- Webster (1957). *Webster's New World Dictionary of The American Language*, Cleveland and New York: The World Publishing Company.
- Whitmore, J. (1996). *Coaching for Performance*. 2. Basım. London: Nicholas Brealey Publishing.
- Whitmore, J. (2004). *Coaching for performance: GROWing people, performance and purpose*. 3. Basım. London: Nicholas Brealey Publishing.

- Whitworth, L. ve diğeri (2008), *Koaktif Koçluk*. (Ed. G. Çetin). İstanbul: Mediacat Yayıncılık.
- Wilcox, L. (2001). *Sufizm ve Psikoloji*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Wilson, C. (2004). Coaching and coach training in the workplace. *Industrial & Commercial Training*, 36.3, 96-98.
- Wong, P. T. P. (1998). Spirituality, meaning, and successful aging. (Ed. P. Wong ve P. Fry), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. 359-394. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Wulff, D. M. (1997). *Psychology of Religion: Classic and Contemporary*. 2. Basım. New York: Wiley&Sons.
- Yalçinkaya, A. (2005). Performans Geliştirmede Bir Araç Olarak Koçluk Sistemi Ve Bir Uygulama, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi SBE.
- Yapıcı, A. (2007). Geleneksellik ile Modernlik Arasına Sıkışan Din Anlayışları ve Dindarlık. *DEM Dergi*, 1.2, 24-29.
- Yaran, C. S. (2009). *Dini Tecrübe ve Meunet, Sıradan İnsanların Sıradışı Dini Deneyimleri*, İstanbul: Rağbet Yay.
- Yavuz, K. (1986). Din Psikolojisinde Metod Meselesi ve Yeni Gelişmeler. *AÜİFD*. 5, 153-185.
- Yavuz, S. (2014). Bir Karizmatik Otorite Örneği Olarak İmamet ve Mehdi Anlayışı (İğdır Örneği). *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13.25, 1-35.
- Yazır, M.H. (2000). Hak Dini Kur'an Dili, I, Emir Basın Yayın Dağıtım: İstanbul.
- Yenen, İ. (2012). Yazılı Basında "Din Adamı" Kimliğinin Temsili, *Turkish Studies*, 7.2, 2012, 1161-1881.

Yıldız, S. (2017). Sosyal Bilimlerde Örnekleme Sorunu: Nicel ve Nitel Paradigmalardan Örnekleme Kuramına Bütüncül Bir Bakış. *Kesit Akademisi Dergisi*. 11, 421-442.

Yılmaz, H. (1982). *Aziz Mahmud Hüdayi ve Celvetiyye Tarikatı*. İstanbul: Erkam Yayınları.

Yılmaz, M. ve Okyay, N. (2009). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakıma İlişkin Görüşleri, *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 3, 41- 52.

Yücer, H.M. (2017). Ortak Sosyalbilimsel Çalışmaların Önemi: Sosyoloji ve Tasavvuf Disiplinleri Arasındaki İmkanlar Üzerine. *APJIR*. 1.1, 1-11.

Yukl, G. (2010). *Leadership in Organization*. 7. Basım, New Jersey: Pearson.

Yüksel, G. (2017). Orta Öğretim Öğrencilerine Kelime İşlemci Programının Öğretiminde Koçluk Yöntemi Kullanımının Etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.

Yurdakul, K. (2010), *Koçluk Kültürü*. İstanbul: Kariyer Yayıncılık.

Zengin, Z. (2002). Kurtuluş Savaşı Döneminde ve Cumhuriyet'in Başlarında Türkiye'de Medreseler ve Din Eğitimi, *A.Ü.İ.F.D.*, 42.2, 277-313.

Zinnbauer, B.J. ve Pargament, K.I. (1998). Spiritual conversion: A study of religious change among college students. *Journal for Scientific Study of Religion*, 37.1, 161-180.

Zinnbauer, Brian; Pargament, Kenneth I.; Cole, Brenda; Rye, Mark S.; Butter, Eric M.; Belavich, Timothy G.; Hipp, Kathleen M.; Scott, Allie B. and Kadar, Jill L. (1997). Religion and Spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36.4, 549-564.

## İnternet Kaynakları

2009 ICF Global Coaching Client Study,

<https://www.coachfederation.org/files/includes/media/docs/Region.pdf>, (Eklenme Tarihi: 06.03.2017).

ICF 2011 Türkiye Anket Sonuçları, <http://www.icfturkey.org/wp-content/uploads/2017/03/icf-turkiye-genel-aralik-2010.pdf>

(Eklenme Tarihi: 06.03.2017).

2012 ICF Global Coaching Study (<https://www.coachfederation.org/coachingstudy2012>)

Eklenme Tarihi: 06.03.2017-12.01.2018).

2015 ICF Annual Report (<https://view.joomag.com/icf-annual-report-2015/0632989001470405308?short>) (Eklenme Tarihi: 12.01.2018)

Erikli, B. İ. (n.d.). *Melek Koçluğu*. Melekler Dünyası:

<http://www.meleklerleyasamak.com/sayfa/melek-koclugu>, (Eklenme Tarihi: 07.25.2015).

Gümüő, C. (2010, 12 22). *Yaőamınız Ne Kadar Dengeli-4: Anlam, Gelecek ve Maneviyat Alanı*. Retrieved 08 05, 2015, from Tavsiye Ediyorum:

[http://www.tavsiyeediyorum.com/makale\\_6187.htm](http://www.tavsiyeediyorum.com/makale_6187.htm)

<http://tugceisinsu.blogspot.com>, (Eklenme Tarihi: 10.06.2016).

<http://www.leylaloyanguctas.com/works/maneviyatta-kisisel-gelisim/>, (Eklenme Tarihi: 07.05.2016).

<http://www.avatarcoaching.com/kocluk.html> (Eklenme Tarihi: 10.06.2016).

<http://shamanlife.com> (Eklenme Tarihi: 03.04.2016).

<http://www.bireyselgelisimsepeti.com/aydinlanma-psikolojisi-i/>, (Eklenme Tarihi: 04.03.2016).

<http://www.idkocluk.com/kocluk-hizmetleri/bireysel-kocluk/iliski-koclugu/>, (Eklenme Tarihi: 07.03.2016).



<http://www.kenthospital.com/TR/KSayfa/690/yasam-koclugu.html>, (Eklenme Tarihi: 10.06.2016).

<http://www.modaveyasam.com/ask/hayatin-anlami-ve-aydinlanma-makale,293.html>, (Eklenme Tarihi: 11.04.2016).

[www.coachingresearchforum.org](http://www.coachingresearchforum.org) (Eklenme Tarihi: 12.12.2015).

Funk, J. (2014). *Spiritual vs. Pastoral or Chaplaincy Care*.

<https://www.crcna.org/chaplaincy/news-our-chap-lains/august-2014-chaplaincy-newsletter/spiritu-al-vs-pastoral-or-chaplaincy-care>, (Erişim tarihi: 11.12.2015).

Tüner, T., *Elif Şafak`tan Aynalar Şehri, bir Kuantum Drama geribildirimi*. from Tuna Tüner Eğitim ve Danışmanlık: <http://www.tunatuner.com/makale-detay-elif-safak`tan-aynalar-sehri-bir-kuantum-drama-geribildirimi-9.html>, (Eklenme Tarihi: 30. 09. 2015).

<http://haber.stargazete.com/ege/yasam-kocu-ozlem-ucal-sistemin-en-kuvvetli-enerjisi-cumhurbaskanidir/haber-955430> (Eklenme Tarihi: 10.01.2017).

[http://www.semazen.net/roportaj\\_detay.php?id=35](http://www.semazen.net/roportaj_detay.php?id=35) (Eklenme Tarihi: 10.01.2017).

<http://www.milliyet.com.tr/obur-dunya-koclari/cumartesi/haberdetayarsiv/23.09.2006/172362/default.htm> (Eklenme Tarihi: 10.01.2017).

<https://www.iliskikocubal.com/site/> (Eklenme Tarihi: 10.09.2018).

<http://www.zestcoaching.com/gunluk-uygulamalar/hayalinizdeki-iliskiye.html> (Eklenme Tarihi: 10.09.2018).

<http://www.coachville.com/features/brief-history/> (Eklenme Tarihi: 04.04.2018).

Diyanet İşleri Başkanlığı. (2014). *Türkiye’de dini hayat araştırması*.  
[https://serdargunes.files.wordpress.com/2013/08/tc3bcrkiye-  
de-dini-hayat-arastirmasi-2014.pdf](https://serdargunes.files.wordpress.com/2013/08/tc3bcrkiye-de-dini-hayat-arastirmasi-2014.pdf).



## EKLER

### Ek 1: TÜRKİYE’DEKİ YAŞAM KOÇLARI İÇİN TALEP FORMU

Sayın ....

Ben Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü’nde doktora öğrencisiyim. Profesör Dr. Abdulvahit İmamoğlu ile bir tez çalışması yürütüyorum. Araştırmam, yaşam koçlarının din psikolojisi perspektifinden incelemek üzerinedir. Türkiye ve ABD karşılaştırmalı bir çalışmaya odaklanmıştır. Araştırmamda Türkiye’den beş katılımcı olması gerekmektedir. Herhangi bir geçmişe sahip olması beklenmeyen, özellikle manevi, dini ya da sadece yaşam koçluğu yapan katılımcılara ihtiyacım var.

Seçilen katılımcılarla görüşmeler yaklaşık 45-60 dakika içinde (Skype veya telefon görüşmesi ile) gerçekleşecektir. Programınıza göre zaman ve tarih ayarlayabiliriz. Katılmayı seçerseniz, mülakatlarım için karşılıklı olarak saat ücreti ödeyebilirim.

Çalışmayla ilgili herhangi bir sorunuz varsa, [hatice.ulcay@ogr.sakarya.edu.tr](mailto:hatice.ulcay@ogr.sakarya.edu.tr) , adresinden benimle iletişime geçmekten çekinmeyin. Katılımınız bu çalışma için çok değerli ve önemli olduğundan, yardım ve zamanınız için teşekkür ederiz.

İçtenlikle,

Hatice Sümeyye Ulcay

Doktora Öğrencisi

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

## **Ek 2: ABD'DEKİ YAŞAM KOÇLARI İÇİN TALEP FORMU**

Dear All,

I hope this e-mail finds you well. I am a Ph.D. candidate conducting a dissertation study with Dr. Abdulvahit Imamoglu at Social Sciences Institute, Sakarya University, in Turkey. I need five participants from USA for my research. My research is focused on comparative study between Turkey and US on evaluation of life coaching with respect to psychology of religion. I specially need participants who are spiritual, religious, and life coaches with any background.

The selected participants will be invited for an interview (via Skype or phone call) in total of approximately 45 - 60 minutes to complete. We can arrange times and dates according to your schedule.

If you choose to participate, I can pay a mutually agreed hourly rate for our interview.

If you have any questions about the study/interview, please do not hesitate to contact me at [hatice.ulcay@ogr.sakarya.edu.tr](mailto:hatice.ulcay@ogr.sakarya.edu.tr) , [mulcay@purdue.edu](mailto:mulcay@purdue.edu).

Thank you for your help and time, as your participation is very valuable and important for this study.

Sincerely,

Hatice Sumeyye Ulcay

PhD Candidate

Philosophy and Religious Studies Department

Social Sciences Institute, Sakarya University

### **Ek 3: TÜRKİYE’DEKİ YAŞAM KOÇLARI İÇİN KATILIM ONAY FORMU**

#### **ARAŞTIRMANIN AMACI**

Bu araştırma, Amerika ve Türkiye’deki yaşam koçluğu ve maneviyat ilişkini nitel bir araştırma ile incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla en az 2 yıl hizmeti sunan yaşam koçları ile görüşmeler yapılacaktır. Bu doğrultuda, koçluk süreci, koçluk ve danışan ilişkisi ve koçluğun din ve maneviyat ilişkisi üzerine alt boyutları kapsamaktadır.

#### **PROSEDÜR (ARAŞTIRMA SÜRECİ-RİSKLER VE RAHATSIZLIKLAR-GİZLİLİK)**

Araştırma kapsamında size soracağım koçluk süreci ve maneviyatla ilgili sorulardan oluşan 30 dakikadan 1 saate kadar sürecek şekilde mülakata katılmanız rica edilmektedir. Ses kaydı kullanılarak görüşmede elde edilen cevaplardan final raporunun eksiksiz hazırlanabilmesi sağlanacaktır. Kişisel bilgileriniz tam ve güvenli bir titizlikle gizli tutulacaktır.

Bu araştırmaya katılım gönüllülük esasına tabidir. Katılımcılar istediklerinde araştırmadan çekilebilirler.

#### **MUHTEMEL RİSKLER**

Çalışmada öngörülen bir risk mevcut değildir.

#### **ARAŞTIRMACININ KİMLİĞİ**

Bu araştırmaya Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı doktora öğrencisi Hatice Sümeyye Ulçay tarafından Prof. Dr. Abdulvahit İmamoğlu danışmanlığında yürütülmektedir.

## **Ek 4: ABD'DEKİ YAŞAM KOÇLARI İÇİN KATILIM ONAY FORMU**

### **Participant Acceptance Form**

#### **Aim of the Research**

This study aims to research and compare the relationship between spirituality and life coaching practice between US and Turkey. Participants with at least 2 years of life coaching experience will be interviewed. Counseling/coaching process, life coach and client relationship and effect of life coach on spirituality are some areas to be investigated through the interview.

#### **Procedure and Confidentiality**

You are asked to participate in an interview which may last anywhere between 30 minutes to 60 minutes at most. To ensure completeness and accuracy your interview will be voice recorded. Your personal information and anything you do not want to be published will be kept confidential. Participation is based on willingness. Participants can leave the interview at any point.

#### **Possible Risks**

There are no risks anticipated in this research study.

#### **Identity of the Researcher**

Hatice Sumeyye Ulcay is a PhD candidate in Philosophy and Religious Studies Department under Social Sciences Institute at Sakarya University, Turkey. Her advisor is Prof. Dr. Abdulvahit Imamoglu.

## **Ek 5: TÜRKİYE’DEKİ YAŞAM KOÇLARI İÇİN MÜLAKAT SORULARI**

### **A.KİŞİSEL BİLGİLER**

A1. Kısaca kendinizden bahseder misiniz?

Yaşınız nedir?

Cinsiyetiniz nedir?

Mezuniyetiniz nedir?

Mesleğiniz nedir?

Nasıl koç oldunuz?

Kaç yıldır koçluk yapıyorsunuz?

### **B.YAŞAM KOÇU OLMA SÜRECİ**

Manevi yaşam koçluğunu daha önceden duymuş muydunuz?

Manevi yaşam koçu olmadan önce eğitim aldınız mı?

B1. Hangi eğitimleri aldınız?

Yaşam koçu olmadan önce başka kurs ya da eğitim aldınız mı?

B2. İlk yaşam koçluğu tecrübeniz ne zaman başladı?

B3. Neden yaşam koçu olmak istediniz?

Neden yaşam koçluğu da başka danışmanlıklar değil? Yaşam koçluğunun diğer profesyonel danışmanlıklardan sizce farkı nedir?

B4. Herkes yaşam koçu olabilir mi?

Yaşam koçu olabilmenizde özel bir yeteneğiniz olduğunu düşünüyor musunuz?

### **C.DANIŞAN İLE KOÇLUK SÜRECİ**

C1. Danışanınız ile ilk irtibatınız nasıl kuruluyor?

Danışanınız sizi hangi kaynaklardan buluyor?

Her müşteriye danışanınız olarak kabul eder misiniz? Neden?

C2. Danışanlarınızdan ücret alıyor musunuz?

Danışanlarınızdan ne kadar ücret alıyorsunuz?

C3. Koçluk sonucu danışanda oluşan köklü değişimler nelerdir? Koçluk becerilerinizin danışanlarınız üzerine nasıl bir etkisi oldu?

Danışan, koçluk süreci sonunda çözüme kavuştuğu konuyla ilgili artık hiçbir sıkıntı yaşamayacak mıdır?

C4.Danışanınız ile geçirdiğiniz süreci nasıl tarif edersiniz?

Danışanınız ile seanslar dışında görüşüyor musunuz?

C5. Danışanlarınız ile görüşmeleriniz özel midir?

Grup çalışması yapıyor musunuz? Neden grup çalışması yapıyorsunuz?

C6.Size müşterileriniz hangi sebeplerle gelirler?

Sizin yaklaşımlarınız neler?

C7. Danışanınız ile sürekli irtibatta olmanız gerekir mi, aşamalı bir süreç mi? Tek seans yeterli midir?

C8. Bireyin birden fazla yaşam koçu olabilir mi? Yoksa her alanda aynı koç ile mi görüşmelidir?

#### D. MANEVİYATA YÖNELİK YAKLAŞIMLAR

D1. Maneviyatı tanımlar mısınız?

D2. Kendi maneviyatınız hakkında ne söylebilirsiniz?

Manevi okumalar yapıyor musunuz?

Maneviyat eğitimi aldınız mı?

D3. Koçluk sürecine maneviyat sizce dahil olmalı mıdır?

Koçluk sürecinde manevi söylemlerde bulunur musunuz?

D4.Koçluk sürecinde danışanlarınıza manevi uygulamada bulunuyor musunuz?

Danışanınızın manevi eksikliklerini tespit ediyor musunuz?

Danışanlarınıza manevi uygulama ödevi veriyor musunuz?



D5. Yaşam koçluğu ile danışanlarınızın maneviyatını geliştirmede yardımcı olduğunuzu düşünüyor musunuz?

D6. Sizce yaşam koçluğu ve maneviyat ilişkisi nasıldır?

Kişisel ve manevi gelişim için rehber ihtiyacı var mı?

Dinin hayatınızdaki rolü nedir?

Maneviyatın hayatınızdaki rolü nedir?

EKLEMEK İSTEDİĞİNİZ BİR ŞEY VAR MI?



## **Ek 6: ABD'DEKİ YAŞAM KOÇLARI İÇİN MÜLAKAT SORULARI**

### **INTERVIEW QUESTIONS**

#### **A.PERSONAL INFORMATION**

Can you talk a little bit about yourself? Give us some information about yourself?

What is your age?

What is your gender?

What is your graduation/background/department?

#### **HOW DO YOU BECOME A SPIRITUAL LIFE COACH?**

How many years have you been coaching? If not well explained, ask what was the occupation before coaching?

#### **B. PROCESS TO BECOME LIFE COACH**

B2. Did you know about Spiritual life coaching before?

Did you take another course or training before you become a spiritual life coach? What trainings have you received?

What are the requirements to be a spiritual life coach?

B3. Why did you want to be a life coach? Did something happen in your life ? Do you remember your first life coaching experience?

Why did you choose life coaching over other counseling types like psychologist, mentor and therapist? According to you what are differences between life coaching and other professional counseling?

B4. Can everybody become a life coach? Can you explain why?

What special skills and abilities are you equipped with that helped and exceled you in becoming a life coach?

#### **C. COACHING PROCESS WITH CLIENTS**

C1. How is your initial contact established with your client?

How does your clients find you? From which sources does your client find you?

Do you accept every applicant as your client? Why? Do you have any criteria? What are they?

C2. Do you charge your clients?

Can you share how much do you charge your clients? Is there a constant rate? Does it change by case or by client or duration? If yes why?

C3. What fundamental changes do you observe on your clients that result from coaching counseling? What effect does your coaching skills have on your clients? What does it change? Can you give an example?

Will the client no longer suffer any difficulties with regard to the resolved issue/conflict by the coaching process?

C4. How do you describe the process/duration (time elapsed) you spend with your client? Is that a professional or a friendly environment?

Do you talk to your client outside of sessions?

C5. Are your sessions private with your clients? If yes why? If not are you doing group work? And what do you do as a group?

C6. Why does your clients come to you? (Which reasons).

If you were to estimate, how much of your clients come to you with spiritual questions/problems? Can you give an example of your clients who come for spirituality and what they want.

C7. Do you need to be in constant contact with your client, or is this a gradual process? Or is one session enough?

C8. Could the individual have more than one life coach? Or should the client meet with the same coach for every field?

#### D. APPROACHES TO SPIRITUALITY

D0. How do you define spirituality?

Do spirituality and life coaching have any relationship? ---- How is life coaching and spirituality related in your opinion?

What role does spirituality play in your life coaching? or what is a spiritual life coaching/what does it mean to be a spiritual life coach? What do they do?

D1. What can you say about your own spirituality?

Are you doing spiritual readings yourself and/or with your clients?

Have you studied spirituality? Did you take any trainings regarding spirituality?

D3. What does it mean to be a spiritual person? How does a person know if he/she is spiritual?

Does religion have any role in spiritual life? Can you explain?

How do you become more spiritual?

Does spirituality have any role in your religious life? Can you explain?

D4. Should spirituality be involved in the coaching process/counseling? Why?

Do you think that life coaching helped your clients improve their spirituality?—How?—how do you get in touch with your clients spiritual side?

Are you in spiritual discourse during coaching?

D4. Do you have your clients in spiritual practice in the process of coaching?

Do you identify the spiritual shortcomings of your clients?

Do you assign spiritual tasks to your clients?

Did SLC effect your social life? If yes, How?

Is there need for a guide in personal and spiritual development? If yes, who should he/she be?

IS THERE ANYTHING YOU WANT TO ADD?

## MÜLAKAT TÜRKİYE ÖRNEĞİ

- Kısaca kendinizden bahsedebilir misiniz? Yaşın, mezuniyetin, mesleğin ve nasıl koç olduğun ya da eğitimi nasıl aldığınız gibi?

İlk önce ben tabi psikoloji mezunuyum. Psikolog ve psikoterapist olarak çalışıyordum, 36 yaşındayım. Türkiye’de İstanbul’da 10 yıl terapist olarak çalıştım. 2012’de koçluk eğitimi aldım ve koçluk yapmaya başladım ama benim daha aktif olarak koç olarak çalışmam, benim New York’a gelmem ile oldu diyebilirim. Çünkü burada lisanslı terapist olmak için yeniden master yapmam ve eğimin almam gerekiyordu. Ayrıca supervizyon sürecinden geçmem gerekiyordu. Benim için daha kolay olduğu için koçluk, çünkü koç olarak sertifikam vardı, lisanslıydı zaten, koç olarak burada aktif olarak çalışmaya başladım. Türkiye’deyken terapisinin yanında devam eden bir şeydi.

- Evet, teşekkürler. Neden yaşam koçluğu eğitimi aldınız? Bir yerden duydunuz mu yoksa nasıl gelişti bu durum?

Türkiye’ye uluslararası sertifika veren bir eğitimci gelmişti. Aslında benim çok ilgimi çekmiyordu o ara, aslında koçluğa karşı biraz önyargılıydım da. Bazı terapistlerde bu önyargı var zaten, biraz yüzeysel yapıyor diye düşündükleri için... Bende aynı önyargıyla aslında çok ilgilenmemiştim ama benim çalıştığım kurum uzman getiriyordu ve eğitim ücreti için indirim alacaktım. Sonrasında aslında terapisinin çok yavaş kaldığı yerlerde, terapide şöyle şey... Çok uzun yıllar alması gerekiyor, çok derin bir şeyler çalışmak gerekiyor ama koçlukta o kadar uzun zaman almasına gerek yok. Ya daha doğrusu o kadar uzun zaman sürmesine gerek yok diye genel bir kabul var. O bir taraftan insana kendisine koyduğu zaman ile ilgili limiti sorguluyor ve aslında gerçekten de kısa sürede çözülebilen konuların neden daha uzun süre sürmesi gerektiğini sorgulamaya başladım ben. Çünkü koçlukta şöyle bir şey var, hayat ile ilgili daha pratik çözümlerin peşinde olunuyor. Terapi sürecinde ise daha derin, daha aşağıdaki şeylerle uğraşırken aslında insanın gündelik hayatı sürüp gidiyor ve o gündelik hayattaki pratik çözümler bazen o aşağıda olup biten hikayeyi de bazen değiştiriyor. Dolayısıyla koçluğun pratikliği beni cezbedti, sonrasında.

- Teşekkür ederim, güzeldi. Peki, siz psikoterapi eğitimi aldınız, bu alanda kendinizi geliştirdiniz ve daha sonra yaşam koçu oldunuz. Peki, bu eğitimleri almadan yani herkes yaşam koçu olabilir mi?

Aslında, en azından şöyle bir eğitim almaları gerekiyor insanların... Eğer koç olacaklarsa patoloji bilmeleri gerekiyor. Hani kendilerinin sınırlarını bilmeleri gerekiyor. Bazı patolojilerde, daha doğrusu patolojiyle ilgili tanı konulan herhangi bir şeyde şey yapmamak gerekiyor; koçlukla müdahale etmemek gerekiyor. Depresyonu olan birine koçluk yapmaya çalıştığınızda insanı daha fazla depresyona sürükleyebilirsiniz veya işte hayatındaki dengeleri çok şey yapmadan, çok hakim olmadan oynatabilirsiniz. O yüzden terapistlerin yapacağı koçluk çok etkili olacaktır. Bu konuda da biraz patoloji eğitimi almak, teknik alanla ilgili bilgi olmak işe yarar.

- Aslında açıkladınız... Dediniz profesyonel danışmanlık en azından psikoterapiden yaşam koçluğundan farkını açıkladınız ama ben bir kez daha onu sorabilir miyim? Yaşam koçluğunun diğer profesyonel danışmanlıklardan farkı nedir?

Aslında yaşam koçları da profesyonel danışmanlar ama psikoterapistlerden farkı psikoterapistler psikoloji veya psikiyatri eğitimi üzerine psikoterapi ile ilgili başka eğitimler alıyorlar. Ekolü neyse... Psiko analitik bir ekol olabilir, kişisel davranış & terapi eğitimi olabilir, sanat terapisi olabilir. Onunla ilgili özel bir eğitim alıp supervizyondan geçiyor ve o yöntemin hakimi olmuş oluyor. Gerçekten sadece 4 yıllık bir mezun olmanın ötesinde emekler gerektiriyor. Yaşam koçları da eğer eğitim alıyorsa... Türkiye’de aslında denetlenemiyor... hatta Amerika’da da ben şu an buradayım, burada da denetlenmiyor. Herhangi birisi aslında ben koçluk yapıyorum diyerek yapabiliyor hatta kendi ekolünü de yapabiliyor. Onun eğitimini dahi verebiliyor. Aslında düşününce sınırlanması da gerekemeyebilir. Bu konuda kafam çok net değil. çünkü terapi alanında mesela geliştirilen bir ekol, aslında alanın dışındaki uzmanlar tarafından geliştirilmiş. Terapi uzmanları ya da çok çok alakasız kimyagerlerden şeyler çıkmış, terapi ekolleri çıkmış. Dolayısıyla ille de alanın içinden olmak gerekiyor gibi bir şeye gerek olmayabilir. Sadece bu konuda geliştirmek için vakfetmiş olması ve başka uzmanlardan da destek alıyor ve kendisini iyileştirmeye, kendisinin eksiklerini giderebilmesiyle ilgili çalışıyor olması lazım.

- Teşekkürler. Peki, yaşam koçluğu, psikoterapistlik yönünüz dışında yaşam koçu olarak sizin danışanlarınız ile ilk irtibatınız nasıl oluyor? Sizi hangi kaynaklardan buluyorlar?

Türkiye’de çok yoğun çalışıyordum. Ben zaten danışma merkezlerinde çalışıyordum. Dolayısıyla oraya gelen danışanlar bir zaman sonra kendi ailelerinden, çevrelerinden tanıdıklarını yönlendiriyorlardı. Buraya geldiğimde yeniden kendi çevremi oluşturmam gerekti. İşte şimdi online kanallarla yani sosyal medyayı kullanarak sesimi duyurmaya çalışıyorum. Böylelikle benim nasıl bir iş yaptığımı insanlar öğrenip başvurabiliyorlar. Eğitimler, workshoplar düzenliyorum. Orada o eğitimler üzerinden katılanlardan katılmak isteyenler oluyor.

- Peki, size gelen her danışanı kabul ediyor musunuz?

Bana gelen her danışanı... Çalışmadığım konular şu an var ama Türkiye’de çok geniş bir şeyle çalışıyordum. Ben çift terapisi mesela çok yapmıyordum. Uzmanlığım var, eğitimini almış olmama rağmen kendimi o konuda çok eksik bulduğum için ve birazcık da o sırada zaten evli değildim. Çok yabancı bir şeye çalışıyormuşum gibi hissediyordum o yüzden çift terapisi yapmıyordum ama ebeveynlik terapisi yapıyordum. O dönemde de...

- Peki, yani her gelen kişi sizinle bağlantı kurabiliyor mu? Bu sizin için önemli mi? Hep düşünüyoruz ya, danışanların koçlarla ya da danışmanlarla bir ilişkiye girmesi gerekiyor, güvenmesi gerekiyor diye. Bu danışman için de gerekli mi?

Tabi. Zaten o ilişki kurulamazsa terapi süreci çok verimsiz oluyor yani kuramadığım danışanlarımda oldu. İlk seanstan o kuruluyor. Zaten karşınızdaki insan da onu almak için orada. Aslında çok uzun bir yoldan geçerek insanlar bu hizmeti almaya geliyorlar. Akıllarına esiyor, haydi gidelim, demiyorlar. Bunu uzun süre tartıyorlar, ölçüyorlar, biçiyorlar. O terapistle, koçla konuşuyorlar. Dolayısıyla o gelen kişi çok hazır gelmiş oluyor ilişkiye. Bu da terapistin işini de kolaylaştırıyor. Ama o ilişkiyi kuramadığım bir iki danışanım oldu ve o süreci sonlandıramadık. Çünkü o boşluk oluşturuyor. Bu ilişkiyle ilgili bir süreç... O ilişkinin sağlanması çok önemli.

- Teşekkürler. Peki, danışanınız ile geçirdiğiniz süreci nasıl tarif edersiniz? Seanslar dışında görüşüyor musunuz? Bir aile yakınlığı mı, dışarıdan bir arkadaş mı yoksa daha çok psikolojik yardım almak isteyen biri mi? Nasıl tanımlarsınız gelen kişiyi?

Aile yakınlığı gibi değil. Ondan eminim. Arkadaş gibi de değil, zaman zaman seans esnasında çok arkadaşça şeye girdiğimiz oluyor. Çok derin konular konuşurken gülebiliyoruz, kahkahalar atabiliyoruz. Bir arkadaşınla sohbet ediyormuş modunda

olabiliyor ama arkadaşça değil. Aslında bu çok başka, hiçbir ilişkiye benzemeyen bir ilişki... O yüzden de aslında hani o ilişkinin başka dışarıda sürdürülmemesi gerekiyor. Koçlukta daha az sınırlar var, terapide daha keskin sınırlar var ama... Bir kişiyi görüyorsanız başka bir kişiyi onun ailesinden görmemeyi tavsiye ederler. Koçlukta çalışılan konular daha az yaralar ile ilgili... İnsanın kendisini geliştirmek istediği alanla ilgili. O yüzden o zaman aileden başka birini görmek söz konusu olabiliyor ama mümkünse yapmamak benim tercihim. O terapiden kalan bir alışkanlık. Çünkü o ilişki çok özel ve başka ilişkiler ile karışması koçluk sürecinin selahiyetini bozabiliyor. Mesela ben terapi süreci devam ediyorken sosyal medyadan ekleme talebini kabul etmiyorum. Terapi sürecinin sonlandığını bildiğim ve artık o ilişkiyi kapattığımız danışanlarımdan kabul ettiğim oldu. Sosyal medyadan da herhangi bir takipleşme olmuyor. Çünkü tamamen o odada gerçekleşen ve o duruma ait bir ilişki.

- Teşekkürler. Peki, size danışanlarınız hangi sebeple gelir?

Koç olarak danışanlarım genellikle hayatlarındaki durumu iyileştirmek için geliyorlar. Geliştirmek istedikleri konu varsa geliyor. Bazen özgürleşmek istiyorsa yani korkuları varsa geliyorlar. Performans anksiyetesi varsa ya da işte, uçak korkusu varsa geliyorlar. Bu tip korkularla ben terapi becerisini ekleyerek koçluk yapıyorum.

- Peki, manevi konularla geliyorlar mı?

Manevi konular...

- Ya da dini? Manevi konular derken... Onu size tanımlatacağım ileride ama sonra tekrar sorayım onu. Peki, dini konularda geliyorlar mı?

Aslında hiç gelmediler. Şöyle bazı danışanlarımdan sadece o Allah'la kurdukları ilişkiden dolayı ortaya çıkan korkuları olabiliyor. Dini korkularla ilgili çalıştığım oldu. Dini korku da aslında ...( anlaşılmıyor 14:17) tabir ama... Dinle bağlantılı korkuları olabiliyor. Onun dışında insanlar “maneviyatımı geliştirmek istiyorum. O yüzden bir koça gideyim” şeklinde en azından bana gelmiyorlar. Manevi koçlar var, tabi onlara gidiyorlardır. Bana gelenlerin hiçbiri bu sebeple gelmedi ama sürecin sonunda Allah'la kurdukları ilişkide daha samimileşme ve yakınlaşma hissettikleri oldu. Bunu duymakta beni çok her seferinde şükretmeme sebep oluyor.



- Az önce spiritüel koçlar dediniz, manevi koçlar. Bunlarla ilgili bir şey duydunuz mu? Bunlar kim ya da ne iş yapıyorlar? Siz kendinizi bu şekilde tanımlayabilir misiniz? Yoksa çok farklı mı?

Aslında Türkiye’de çok karşılaşmadım. İsimlerini duyduğum işte mesela şeyler var, new age (?) inanışların spiritüel koçlarını görüyorum. Sosyal medyadan falan ama çok takip etmedim. Burada çok fazla eğitim araştırırken, kitap & kaynak araştırırken burada dini koçlar çok daha fazla. Kilise kaynaklı, çift terapisi uzmanı... Aslında iki ayağı olan pergel gibi iki tarafı da şey yapmış oluyor. Mesela dindar bir hristiyanın böyle bir hizmet almak istemesi çok anlaşılır geliyor bana. Çünkü inançsız olan birinden bunu almak istemeyebilir. Burada hatta şeyler de var, Müslüman psikoloji eğitimcileri ile araştırma yaparken karşılaştık. Henüz yüz yüze karşılaşma fırsatım olmadı. İslam dinine vakıf işte hem de diğer taraftan psikoloji ile ilgili bilgisini harmanlamış uzmanlar da var. Ben maalesef kendimi henüz o şey de göremiyorum ama aslında benim de istediğim bir çalışma alanı.

- Peki, maneviyatı tanımlayabilir misiniz? Sizce maneviyat nedir?

Ben yine sesinizi alamadım?

- maneviyatı tanımlayabilir misiniz? Sizce maneviyat nedir?

Maneviyatı, insanın yaratıcısı ile kurduğu ilişki olarak tanımlayabilirim aslında o ilişkiyi sadece hani onu kaybeden, onu bulan şeyi var ya, bütün hayatla kurduğu ilişkiye yayılan bir şey aslında. Maneviyat ama asıl başlangıç noktası Allah’la kurduğu ilişki... O ilişki insanın annesiyle babasıyla kurduğu ilişkiyi işte eşiyle kurduğu ilişkiyi, yediği yemekle kurduğu ilişkiyi aslında tüm hayatla kurduğu ilişkiyi etkiliyor. Maneviyat bence böyle bir şey.

- Peki, maneviyatı bu eşle ilişki, günlük hayatla ilişki olarak bağlantı kurduğunuz zaman yine tekrar benzer bir soru soracağım. Dini olarak değil de, size manevi eksiklikle veya maneviyatını geliştirmek için gelen danışanınız oldu mu? Böyle bir şey hissettiniz mi? Gelen kişi maneviyatımı geliştirmek istiyorum ihtiyacı ile gelmiyor ama işte diyelim hayatında anlam boşluğu var. Bunun içinde gelmiyor insanlar... Ama ilk seansın sonunda “evet, benim hayatımda bir anlam boşluğu var” diyor. “kendimi anlamsız hissediyorum, anlamsız hissediyorum, işe yaramaz hissediyorum” diyor. İşte hani genelde hayatındaki bir kayıptan sonra böyle bir şey oluyor. İş değiştirme, işsiz kalma, evlilikle ilgili bir boşluğun oluşması ya da işte eşinin vefatı veya ayrılma, çocukların büyümesi bunun gibi... Hayattaki

dönüşümlerden sonra insanlar veya çok çalışıyor, terfi aldı ama manevi olarak açlığı hissediyor ama bunu maneviyat açlığı, maneviyat boşluğu, maneviyat eksikliği olduğu hissini yaşamadan terapistte geliyorlar. Süreç içerisinde ilk seansta onun bir anlam arayışı olduğunu biz konuşmuş oluyoruz. Sonrasında maneviyat ile ilgili seans sürecimiz bittiğinde danışan bunun bir maneviyatla ilgili şey olduğunu anlıyor. Yolculuk esnasında çok farkında olmuyor ama yolculuğu sonlandırırken...

- O zaman şöyle diyebiliriz; danışanlar ilk olarak size talepte bulunurken bunun derinliğini anlamıyorlar fakat bu seanslar içerisinde ortaya çıkabiliyor.

Evet. Genelde öyle oluyor. Çünkü hayattaki başka pratik konular gibi oluyor. Pratik konular bazen aşağıdaki manevi konular ile ilgili oluyor. Pratik konular bazen aşağıdaki o açıklıkla ilgili olabiliyor. Bazen de pratik konuları çözmek o şeyi aslında oradaki anlamları çözebiliyor. Hayatında bir şeyler istemiyor mesela üretmek istiyor, üretme ihtiyacı var. O üretme ihtiyacını hayatındaki değerlerle tam karşılaştırıp şey yapınca, kusura bakmayın benim şu an biraz dikkatim şeye dağıldı da, o ihtiyaçları mesela diyelim, yaptığı işi sadece para kazanmak için yapıyor ise yaptığı işin hayatındaki değerlerle karşılanması, insanlara faydalı olma ihtiyacı mesela... Böyle bir ihtiyaç var ama sadece parayla ilgili bir şeyler yapıyorsa hani o ihtiyacın karşılanması durumunda insanlara faydalı olabildiği bir iş yaptığında aslında maneviyatla ilgili de bir açılma başlıyor insanın hayatında. Dolayısıyla anlamları araştırma, neden neyi yapıyoruz, niyetleri yenilemek falan hepsi de maneviyatla ilgili çalışmalara yol açıyor.

- Peki, kendi maneviyatınız ile ilgili neler söyleyebilirsiniz? Okumalar yapıyor musunuz ya da bir eğitim aldınız mı?

Eğitim aldım ama ben o aldığım eğitimlerle biraz yabancılaştığım bir süreçten geçtim. Şimdi tekrardan tazelemeye çalışıyorum.

- Yani kendinizi geliştiriyorsunuz bu konuda...

Evet, geliştiriyorum, uğraşıyorum.

- Peki, sizce koçluk sürecine maneviyat dahil olmalı mı?

Maneviyat dahil oluyor kesinlikle. Hatta yani ben kendi maneviyatımın iyi olmadığı anlarda seans yapmamaya çalışıyorum, seans öncesinde tazeleyecek bir şey yapmaya çalışıyorum. Öyle başlamaya çalışıyorum seanslara yani bir ayna gibiyiz. Biz bozuk olursak

o seansta ben danışanıma başka bir şey yansıtmış olacağım hani o aslında sadece bir saatten oluşan bir an olmayacak. Bütün hayatında birçok yere dokunan bir seans olacak. O yüzden öyle bir şeye sebep olmamak için hiç olmazsa seansa girmeden önce böyle kendimi bir şey yaparak dinlendirerek ve tazeleyerek manevi olarak öyle girmeye çalışıyorum.

- Koçluk sürecinde danışanlarınıza manevi uygulamada bulunuyor musunuz ya da ödev veriyor musunuz? Genelde koçluk okumaları yaptığımızda ödev veriliyor diye duydum. Hayatında şunu istiyorsan şöyle adımlar atmamız gerekiyor gibi...

Ödevle çalışmıyorum. Çünkü aslında ödevde bir yandan direnen bir yapımız var insan olarak... Bu yüzden ödevleri kullanmıyorum. Maneviyatla ilgili çalışmaları... Yapabildiğim her şeyi seans esnasında yapmaya çalışıyorum.

- O zaman manevi uygulamaları seans esnasında bulunuyor musunuz ya da...

Aslında maneviyatı çok geniş bir şeye yaydığımızdan dolayı konuşurken yaptığım tüm uygulamalara manevi uygulama diyebiliriz. Rüya çalışıyoruz. Rüyaların anlamları ile konuşurken aslında maneviyatla ilgili bir şey yapmış oluyoruz. Hayal kurma teknikleri yapıyoruz aslında hedefleri belirlerken de hepsi maneviyatla ilgili bir şeye dönüşüyor. Ama hani doğrudan karşılığı olarak maneviyatla ilgili çalışmıyorum.

- Aslında bunun da cevabını verdiniz ama ben gene de sorayım. Yaşam koçluğu ile danışanlarınızın maneviyatını geliştirmede yardımcı olduğunuzu düşünüyor musunuz? Anlamadım ben yine...

- Kısaca danışanlarınızın maneviyatını geliştirmede yardımcı olduğunuzu düşünüyor musunuz?

Evet. Sürecin dediğim gibi başında ve danışanıma hedefimiz bu şekilde maneviyatı koymadan ama sonucunda yaptığımız şeylerin hepsinin sonunda... Çünkü insanın aklında hani kendi sıkıntılarından, korkularından kurtulması, özgürleşmesi Allah ile kurduğu ilişkiyi çok değiştiriyor. Hayatla kurduğu ilişkiyi çok değiştiriyor. Şükredebilmeye başlıyor. Kavgası bitiyor dolayısıyla da maneviyatı değişiyor. İyileşiyor, canlanıyor.

- Peki, sizce yaşam koçluğu maneviyat ilişkisi nasıldır? Maneviyatı yaşam koçluğu içinde nasıl görüyorsunuz?

Aslında bence çok sıkı bir bağ var. Terapistlerin ve yaşam koçlarının bu konuda farkında olmaları ve bu konuda kendileri ile uğraşıyor olmaları da gerekiyor bence. Ama aynı

zamanda o kadar o bağ kör göze parmak şeklinde sunulmaması gerekiyor diye düşünüyorum. Çünkü insanların ihtiyaçları farklı farklı. Örneğin, ben mesela herhangi danışanım bana diyelim ki namazla ilgili şey var. Mesela namazlarını aksatıyor ve bununla ilgili bir durgunluk hissediyor. Ama bunu bana herhangi bir şekilde açmadan bu konuyu ona açmıyorum. Çünkü insanlarda bir dirence yol açacak. Çünkü şey vardır ya hani İslamiyet'in şartı akılvali olmak ve özgür olmak. Aslında insan korkularının esiri olduğunda özgür olmuyor. Özgürleştirebildiğimizde dolayısıyla o zaman ona mükellef oluyor. Dolaylı bir şey bu ama sonuçta hepimiz mükellefiz. Hale mamur olmadan padişah konmuyor ya saraya, dolayısıyla hale mamur yapabilmek için bir çalışma yürütüyoruz. O sürecin dolaylılığının da farkında olarak kendi maneviyatları ile ilgili de çalışmaları, bunun bir maneviyat çalışması olduğunu bilebilmeleri gerçekten iyi olur. Aslında çok hassas bir şeyle uğraşıyoruz. İnsanla uğraşıyoruz. Benim eğitim aldığım Mustafa Merter var, psikiyatrist. Bu şey, bu bakış açısını çok güzel bir şekilde vermişti. Aldığım daha önceki eğitimciler seküler (?) eğitimcilerdi. İlk defa inançlı birinden eğitim alıyordum. Seanslara girmeden önce o kişinin maneviyatı için dua ettiğini, Fatıha okuduğunu onun maneviyatına gönderdiğini, mümkün olduğunca abdestli girmeye ve kendi şeyini hazırlayarak girmeye çalıştığını anlatmıştı. Bende yapabildiğimce ondan öğrendiğim şeyi yapmaya çalışıyorum.

- Bu arada yine bir kavram var, hiç duydunuz mu bilmiyorum ama manevi kişi? Sizce bir kişinin maneviyatını artırması için ne yapması gerekir? Sizce nasıl olunur manevi kişi? Sizce nedir ya da nasıl geliştirebilir bu yönünü? Aslında örnekler verdiniz ama ben yine tekrar sormak istiyorum.

Kendisiyle kurduğu ilişkiyi samimi ve dürüst tutarak geliştirebilir diye düşünüyorum. Allah ile kurduğumuz ilişki bize her şeyden yakın. Bize bizden yakın dolayısıyla insan onun farkında olarak yaşadığında manevi kişi olur gibi geliyor.

- Diğer bir sorum da vardı. Manevi kişi, maneviyata sahip olabilmek dinle alakalı bir şey... Dindarlıkla alakalı diyorsunuz... Dinsiz bir insan da maneviyat sahibi olabilir mi? Yani bu soru dindar her insan maneviyat sahibi olmazdan eminim. Ama dinsiz bir insan maneviyat sahibi olur mu? Orada da Allah ile kurduğu ilişki... Orada sadece bir yaratıcı var diyecek ya da onu da bilmiyor olabilir. Ama bence yine de manevi bir insan olabilir. Boşlukta olur ve eğer manevi bir insansa onu arayış içinde olan manevi insan olur diye

düşünüyorum. Kendi fikrim... Çok başka insanların hayatları ile ilgili o kadar büyük ahkam kesmekten korkarım.

- Peki, sizin hayatınızda maneviyatın rolü nedir?

Benim hayatımda maneviyatın rolü, çok belirleyici. Yani eğer iyiye o sağlamsa hayattan aldığım lezzet çok yükseliyor. Değilse bir huzursuzluk baş gösteriyor ve o huzursuzlukta hiç doymayan bir şekilde huzursuzluk. Aslında hepimizin hayatında bu böyle, bir tek benim hayatımda değil. Çevremde gözlemlediğim bu.

- Biraz vicdan ile ilişkili diyebilir miyiz o zaman?

Hıhı... Vicdanla ilgili, hayattan aldığımız lezzetle de ilgili... Demin de söylediğim gibi onu bulan neyi kaybetmiş, onu kaybeden neyi bulmuş? Öyle bir eksiklik olduğunda içtiğin çayın lezzeti de olmuyor, hiçbir şeyin lezzeti olmuyor. Kalpler sadece onu zikretmeyle şeyi var ya, o zikretmekte ille dille yapılan zikir olmasına gerek yok. Ben içtiğim çayı Allah'ın lütfu olarak bilerek içtiğimde zaten bu zikri ve fikri ile birlikte olmuş oluyorum. O zaman anlamlı bir şey oluyor. Eğer o bağı koparırsam o anlamlı bir şeye dönüşüyor ve orada huzursuzluk başlıyor.

- Sizce kişisel ve manevi gelişim için rehber ihtiyacı var mı?

Bence var. Gene bunun için yüzde yüz şarttır diyemem. İnsanın kendisiyle, Allah ile kurduğu ilişki çeşit çeşit. Ama iyi bir rehber olduğunda, ona yakın olduğunda bu iş çok kolaylaşır ve daha düzgün bir şekilde gerçekleşir diye düşünüyorum. Çünkü diğerinde deneme – yanılma veya hatalara düşme ihtimali çok yüksek. Söz konusu olabiliyor. Ama bir rehberle olduğunda Amerika'yı yeniden keşfetmeye gerek yok. Medeniyet de zaten öyle diyor, bilgi birikerek derler. Orada birikmiş ve bazı şeylere sahip varken tutup tekrar o bilgiyi keşfetmeme gerek yok. Bazı hataları yapmama mesela hiç gerek yok. (33.03 anlaşılmıyor) onun yerine ben o keşifle ilgili, hayatı keşfetme süreci ile ilgili başka bir şey yaparak, başka bir güzellik keşfederek belki şey yapabilirim, ilerleyebilirim. Bilginin birikerek ilerlemesi, o biriktirmiş, o süzmüş, damıtmış, güzelleştirmiş bir yerden almayı tercih ederim. O da bir rehber olur.

- Danışanlarınız ile görüşmeleriniz genelde grup çalışması mı oluyor yoksa birebir mi?

Genelde birebir oluyor. Grupla da yaptığım çalışmalar oluyor.

- Bir bireyin birden fazla yaşam koçu olabilir mi? Yoksa her alanda aynı yaşam koçu ile görüşmesi daha mı sağlıklıdır?

Aslında olabilir ama mesela birisinin yaklaşımı bir yöndeyken başkası başka yönden yaklaştığında olaya kafa karışıklığı yaratabilir veya işte süreci yavaşlatabilir, bozabilir. O yüzden mesela farklı farklı alanlarda, mesela birisi işte iş başarısıdır diyelim ki, başka biri diyelim ki aile hayatı ile ilgili bir şey geliştiriyordur. Birisi işte yaratıcılık ile ilgili çalışıyordur. Aynı anda farklı farklı koçlarla çalışmak yerine dönem dönem başka uzmanlara giderek destek almak daha faydalı olur.

- Peki, danışanınız ile sürekli irtibatta olmanız mı gerekiyor? Aşamalı bir süreç mi yoksa tek seansın yeterli olduğu oluyor mu?

Tek seansın yeterli olduğu çok nadiren oluyor. Genelde süreç... Tek seansta iyileşmenin sağladığı ve tamam ben iyi hissediyorum dedikleri oluyor. Ama bu bir süreç. İlk seansta sadece bilgiyi alıp bir çerçeve çizmiş oluyoruz onlara. Bazen o çerçeveyi görmek bile soruna bakış açısını değiştirebiliyor. Ondan sonrasında kendileri ilerleyebiliyor.

- Dini ve manevi sorunlarla ilgili dini görevlilere de insanların gidebilmesi lazım ama neden bu konuda yaşam koçları tercih ediyorlar ya da terapistleri?

Ben yine duyamadım.

- Aslında sorunun cevabını verdiniz ama ben yine soracağım. Gelen danışanlar neden diyanet görevlileri ya da diyanetten hizmet almak yerine yaşam koçlarını tercih ediyor?

Keşke diyanet görevlileri öyle bir eğitimden geçiyor olsa... İşte o zaman dediğim iki ayaklı pergel olmuş olur. Diyanet görevlilerin alandaki eksiği insan ile ilgili öyle bir uzmanlıklarının olmaması... O aslında başka uzmanlık alanı. Nasıl yaklaşılır, nasıl konuşulur, biri bir şey anlatırken aslında onun altında ne anlatmaya çalışıyordur başka bir uzmanlık alanı. Onu da bildiklerinde çok güzel bir çalışma olabilir ama çok tek ayaklı bir şey olduğunda olmuyor maalesef. İnsanlar da o yüzden kendilerini anladıklarını hissettikleri biriyle irtibata geçmek istiyorlar.

- Teşekkürler, bu arada yaşam koçu genellikle life coaching the client diye geçiyor. Neden müşteri yerine danışanı tercih ediyorsunuz?

Aslında koçlarda bazıları müşteri kelimesini de tercih ediyor. Türkiye’de kulağa kötü gelen bir kelime gibi parayla ilişkili gibi... Aslında bir taraftan da müşteri demek, o işe müracaat

etmiş, arayış içerisinde olmak demek. Hani o kadar kötü bir kelime değil gibi hissediyorum. Benim fikrim burada değişti aslında client kelimesine alışmamla. Hasta demiyoruz, psikiyatristler hasta kelimesini kullanıyor. Müşteri demiyoruz parayla çok ilintili gibi. Danışan diyoruz, danışan, bizden danışma hizmetini alan anlamında... O yüzden...

- Peki, diğer danışmanlıklardan farkını açıkladınız ama yaşam koçunu bir danışmanlık birimi diyebilir miyiz?

Tabi tabi... Bence öyle Türkiye’de hala onlar tartışılıyor ama yurtdışında danışmanlık hizmeti veriyor koçlar. Nasıl ki insanlar mali konularda gidiyorlar bir danışmana başvuruyorlar, bu da aslında yine bir çeşit danışmanlık.

- Çok teşekkür ederim, benim soracağım sorular bitti.  
İnşallah güzel olmuştur.

- Çok teşekkür ederim, güzel geçti. İyi günler.  
İyi günler.

## MÜLAKAT AMERİKA ÖRNEĞİ

- How are you?
- Good, how are you?
- Good, you hear me all right?
- We hear you great. How are you doing?
- Fantastic.
- That's great. Hi, Mr. I'm Hatice Ulcay. Thank you for accepting our interview. If you want, I can introduce myself.
- Yeah, please do.
- I am a PhD student in philosophy and religious studies department, social sciences institute of Sakarya University. This is my last year in PhD, I have studied spirituality. I am searching how spirituality affects life coaching, specifically I'm comparing the effects of spirituality on life coaching between US and Turkey. Mehmet will help me to interview with you.
- Alright. Thank you.
- He will introduce himself if you want.
- Yes.
- Excellent, thank you please do.
- Hi Mr., this is Mehmet as Hatice pointed out. I'll be helping her passing the questions, and try to facilitate this interview and if you have any questions I'd be more than happy to answer if not I will be conversing with Hatice here to get the right answers for you.
- Before I begin would you have any questions that we can answer?
- No questions at all. I hope my perspectives and my experience can help you in your research.
- I will strongly believe in that and again, thank you very much for accepting this participation. So without any further delay I can maybe start asking some questions, and



our questions will start collecting some biographic and demographic data and then it's gonna start touching to your life coaching practice.

- Okay.

- Okay. And I also wanted to let you know that your participation is highly appreciated at the same time, everything you say will be confidential, we will be most and that is if you agree and we would like to thank you in the preface and the acknowledgement section, but we wouldn't be revealing your personality, your name and we will keep that confidential.

- For me it's entirely up to you. I really don't have anything I don't think that we will be talking about that is top secret.

- Okay, just wanted to be-

- I appreciate it.

- Following the protocols, but if you're okay with it, we were planning to thank you and acknowledge you for your participation and if it's also okay with you we could also include your name when we transcript all this.

- Okay, well thank you very much. So I'd like to begin with some personal information. Can you talk a little bit about yourself and give some background and how you began the journey of life coaching?

- Sure. I was always interested in lots of different things. But the one thing that kept coming back up for me over and over again, and I'm sure maybe the two of you could empathize with this, is why do people do what they do?

- It always fascinated with me whether it was economic or psychological or just everything around human behavior. Which is why, even though I started out in engineering, I actually ended up with a degree in anthropology an undergraduate.

- When I originally wrote you guys, I think I may have said that I have a little different take on religion because I've studied world religions and I've studied different cultures and things, so my take is a little bit different.

- Then later on I traveled around the world to kind of experience the things that I studied. Went to a lot of different countries, a lot of different places in the world. Then I met my ex-wife in Argentina and I came back to the states I did an MBA, I jumped into this whole idea of being a responsible adult and jumped into corporate America, started working days, nights and weekends. And then I was getting more and more stressed, and more and more fat, and then one day I get a phone call from my father. My brother had committed suicide, he shot himself.

- I'm sorry to hear that.

- Yeah it made me just stop and wake up and say, "What am I doing? What am I doing with my life, what do I really love, what do I wanna ... How do I wanna impact the world." And so that worst experience of my life was the best thing that ever happened to me because it put me on a path to ... Once I got rid of all the shoulds of what society and family says you should be, then it became very obvious I was a coach. And so I studied coaching and I started my practice and that was 10 years ago.

- You start 10 years ago. This is great information, thank you very much for all the in depth ... And you mentioned the sudden impact in your life that made you question and start this path. But prior to that incident did you know about spiritual coaching or life coaching? I noticed as you were going through, you mentioned that you studied anthropology and you traveled around the world. It's like you are exposed to some of this but I wanted to see if you were aware of existence of life coaching or in more special life coaching?

- Well, I was familiar with life coaching but at the time when I knew something about it, it didn't sound prestigious enough for me to pursue. Because somehow I was concerned about how I'd be viewed, you know. Back then, until you have to undo those things and say, "What do I really love and it doesn't matter what the label is, whether it is prestigious enough."

- Spiritually I grew up catholic, my family is catholic. But I was never really sold on it. I was also a little bit of a skeptic growing up. I knew about spiritual life coaching, but I've been the full circle in many ways. I grew up catholic when I was very young, obviously

you believe what you are told. And then I was more of a skeptic. In college, I was more of an atheist but interested. Not atheist, I was more agnostic, I was like, we can't really know.

- And then after my brother's death was when the spiritual side of me was a lot more open. Not necessarily that I ever followed a particular religion, but just personally a general view of there is something out there. There's things that are more than coincidence, there is some organization to all this thing. Maybe I can't know what it is, but in the meantime I think it's good to be nice to one another because we're all human, not necessarily because there is a heaven or hell or punishment or anything else.

- So I guess that's kind of my view, I kind of stand on the side line when it comes to spirituality a little bit. But I do believe there is something there. Now when it comes to my clients it's more what fits with them. What are they looking for? And like I wrote you I've had some clients who have really struggled with the particular religion they're in. And the more we explored into what they really like, what they're values are, how the messages of what they're receiving every Sunday is conflicting with who they are, that's where in some cases, I helped them at their request, to support them in leaving the religion.

- So client focused in all your interviews.

- Yeah, every client I work with, if it's consistent with them, whichever direction they want to go it's my job to help them be them. If that means finding a new religion, that happens. If that means leaving the one they are in, then that happens. I have my personal opinions but my personal opinions stay out of the coaching context because it's all about the client.

- Absolutely. My next question would be, why does your clients come to you? Which reasons are dominating? Are they psychological, social, financial or spiritual?

- That's a funny question because when they come to me they end up getting two very different things.

- Okay.

- The vast majority of my clients, and this isn't coaching in general, this is my clients. They have a lot of success, they have everything and they are not happy and they don't know why.

- Okay.
- That probably is the number one, but I would say that people come to me for all kinds of reasons. Sometimes related to their business but what ends up happening is we get into every aspect of their lives. It's inevitable.
- I see, okay. Would it be possible to, and perhaps due to your practice it could be as confidential as possible, is it possible to elaborate with an example such as person A comes with a problem, would you be able to illustrate on that with an example.
- Yeah. Which one should I choose, there are a lot of great examples. I would say one was, here's a guy who has a successful logistics business. It's at a certain level, doing a certain amount of revenue and he really wants to grow it really big and he wants to ... And he tried all different kinds of things and he tried all different kinds of consultants and he thought, "Well, maybe it's me. Maybe I'm in my own way." Right, maybe there is something I'm not seeing.
- So basically he hired me for business results. Since then, and this has been several years, and we've coached on and off, it hasn't been a solid time. Since then, he's realized things about his marriage, he's gotten a divorce, his business didn't grow but it was saved. We were able to diversify his businesses to other areas because he had all his eggs in one basket. He realized on his own through the coaching process that there was a lot of danger in the way he was running his business and sure enough that thing happened that we were afraid was going to happen, but he had already developed new parts of his business and it kind of saved it.
- So on a personal level he got a lot of realizations about what he really wants and that the reason he wanted to grow this huge business was more about his ego and he's actually very content now with the level of his business, the incomes is more than he needs, he's happy about his decision to leave the marriage. His kids are grown and he has a good relationship with his children, so he's on track to ... Living more deeply and more present and needing less.
- The original reason he came to me was to grow his business, and then he realized, "You know what? I don't need to grow my business. I just need to plan for it to schedule

out my business so it continues to provide me, my lifestyle and the things I love doing. And not for my kids, I actually don't need to be this big billionaire guys that everyone goes wow, look at him." Which is why he originally contacted me.

- Initially. But after exploring with you maybe I could say that he explored the ultimate goal of what he was looking for. So great. Can I ask this next question, which is, you could take this on the example you've just given, which is perfectly fine. Or you could generalize it too, how was this person initially contacted you? How was the contact established, how did they find you, what sources they use, is it your company that attracts new clients, or does people refer? How does it work? Do you accept every applicant as a client?

- I can answer both. I have very good SEO in Houston, Search Engine Optimization. So people find me in Houston and usually business owners because that's the keywords I put into my website and all that. It's usually business owners, it's personal coaching for business owners. So I am found. Referrals don't work very much I don't think in coaching, at least in life coaching people that want an inner change, because it has to be the right moment for them. What I tell coaches is the important part is to get found, not necessarily go out and find clients.

- So keep your presence on line is important in getting found. Now that's my opinion. Other coaches may say differently. And the other part is I do not take on every client. I look for two things, I look for number one, the connection. We have to be able to connect in order to have success together. And sometimes they are ready for coaching and the connection isn't there. And I just tell them, "Hey, I have a few more coaches to recommend to you, usually I have a really strong connection with my clients and I'm just not feeling it."

- The other thing I look for is coachability, are they ready now for real change. And that's for me, it's easily gauged is I can ask them some open ended questions and see whether or not they are willing to get uncomfortable and if they are not, or they have very black and white answers, then there is really nothing for me to do. At least not with my skill set. Maybe they need to see somebody else, I don't know.

- So I only look for those two things, and if those two things aren't there, I simply tell them, "I don't think I can help you with what you want."

Mehmet: Great. Thank you. The next question still of course related to this, how do you describe this process or this time from the beginning of establishing connection with the client, the time that you spend with them. How would you describe it? Would it be friendly, or professional environment? Could you elaborate on that?

- It would be much more friendly the way I describe it is, coaching with me, there is no professional distance like there would be with a therapist. We stand shoulder to shoulder and look at the same problem. So it's more of a friendly partnership than anything.

- Now there's two types of clients that I work with. One would be a business owner that has more long term goals and that wants some personal growth. But then there is the people that want the big change in their life, which is a shorter time. With those clients I actually say, "We work until we're finished." I actually charge different, I actually charge a single fee. And then people ask, "How do we know when we're finished?" My answer is, "When there is nothing left to talk about. When you're living your life the way you want to, we've undone all of the negative beliefs and you're on track. So we could have another session, but you're already doing it. So there's no point in us talking, there's nothing else to talk about." They have the tools to move forward, they don't need me. Right.

- I guess that's what I would describe as this is how we know we're finished is when the change happened and you're doing the thing you want to do. Or you are on the path to do the thing you want to do and you don't need me to help you with it. You have the tools.

- I see.

- Does that makes sense?

- Absolutely. Very nice sense. Basically, you're doing so fine that you are answering the few following questions that we were intending to ask, so that's good, that's very nice.

- The next question would be related to this, would you see your clients outside the sessions? You mentioned that it was a friendly environment, does that mean that you can see them, or do you see them outside and continue to be maybe coaching or still be in their lives?

- Sometimes, but usually not. If it transforms into a friendship, then the coaching role is kind of hard to maintain. But I will say that there is past clients that when I go to

Houston, since I work mostly online, I'm all over the world. But when I go back to Houston, sometimes I meet clients I used to work with and I meet them for the very first time. And a lot of times we become friends. There's one client every time I'm in Houston, we go out and we drink a bottle of wine somewhere. It's like we've become friends even though we coached maybe six years ago for about a year. We became good friends.

- But I think most good professional coaches they will try not to blur the lines too much. But in some cases there is this relationship, this type of bond that forms, that is not a friendship but is very unique. I don't go on trips with anybody or anything like that, but for sure when I'm in town sometimes I'll grab lunch or something. But it's more friendly, it's more professional / friendly and not like a friend friend you know. I'm not having them over for dinner with my wife or anything like that.

- I'm guessing your sessions are private with your clients? You're meeting with them alone or do you do group work at any point? And if yes or no, why please?

- I don't do group coaching. That's not to say that I might not in the future, maybe I will. But so far my lifestyle to be location independent and to be able to get up and move whenever I want, if I do group I would rather do it in person. Not to say you can't do online coaching, but I think that human contact is important. And when you are one on one by phone or by internet you can really bond, you can really have a good connection. I just think it's more complicated from a distance, that would be my why I don't do group coaching right now.

- But now that I'm maybe in Eastern Europe for a while, I might. I give talks every now and then. I'll give talks but they are not coaching talks. That might be something I do in the future.

- Okay alright. With the approach to spirituality with the next two questions I'm gonna have, how would you define spirituality? What is the source to spirituality in your perspective?

- I would define spirituality of those things that we don't have a lot of tangible evidence that they exist. They may give a rule or code of conduct of how to live, or how you feel but it's definitely these things that you can't see but there is a belief there.

- Okay, thank you. That's good.
- That's a good question, I was like, "How am I going to answer that question?"
- Well this is not yes or no, these are open end questions so we definitely appreciate that. Do spirituality in your opinion, and life coaching have a new relationship And how is life coaching and spirituality related in your opinion, if there is a relationship, how is that related?
- It's hard to put into words, I guess that's why we're having the conversation, why you are doing the research right?
- We're getting to that.
- Here's the thing, I think the real power from coaching comes from trying on different perspectives. Trying on different beliefs. Pragmatically, speaking just logically, I will use perspectives from different religions or different philosophies, just to say, "Hey try this on, what do you see through this lens?"
- I guess you could say in some ways I use some spiritual practices and perspectives in my coaching, but the purpose isn't to make the person more spiritual, the purpose is to have that person look from a different perspective because they are stuck in their very negative harsh perspective. As, "Hey, what do you see from here?" Okay? So that will be one part.
- The other part is, I think spirituality plays a big role because if somebody does have a belief, and it's helping them, I think there's ways to help people stay going that direction right? The way I look at life coaching is pretty simple. You have heavy ways of thinking and you have light ways of thinking. And the heavy ways of thinking don't help us, and the light ways of thinking do.
- So if somebody has a very light way of thinking and that's part of their spiritual beliefs, then I'm like great, keep doing that. Where heavy, let's try on some different perspectives and see if we can't change, or at least try on some different ways of looking at it. Because at the end of the day, you choose what you believe. It's always a choice.



- Can you elaborate, you mentioned the light way of thinking and the heavy way of thinking, can you elaborate or explain that a little bit more? What exactly you meant by that?

- Sure, yeah. I'll give you another example, one of the beliefs from spiritism, and there's other faiths that maybe think this as well. But somebody who's caught up in this idea of what my parents did to me, right? So somebody is stuck in this thing and they are thinking like a victim of how I was treated when I was growing up and they are stuck in that. So it's heavy and it doesn't help them. Right?

- So some faiths, and I use the example of Spiritism, and if you know anything about Spiritism, Alex Kardec ... These are the people that would join hands in seances and talk with the dead. I don't know if you are familiar with that, but in Argentina, Spiritism is very big and I lived down there for a while. And so, what I would have a client try on is this perspective. That imagine that you're soul evolves. So you come back, you're reincarnated and your life is a bunch of lessons that you learned. If you don't learn the lessons in this lifetime, then you come back again.

- So let's imagine this for a moment that you, before you were born, your soul chose your parents. Chose those experiences. Now what do you see?

- Very interesting.

- And I tell them, forget about right and wrong, true or false or whether that's true. All you're doing is putting on that perspective, just for a moment, see what you see, that's it. It doesn't mean that it's true necessarily. We can't get caught up in black and whiteness, this is true and that's false, right?

- Does that answer your question?

- Yes, thank you.

- Yes, thank you.

- You could have partially answered this but, to be able to get an answer for this specific question, what does it mean to be a spiritual person? And how does a person know if he or she is spiritual?

- Wow. That's a good question. You know, it's hard to say. I would say you're a spiritual person if, it's simply that. You believe in things for which there is no evidence for it to be true.

- I would say that means you're ... Because you believe that there is some of this other stuff around you, you believe you have a soul, you believe that there is this magic inner connectedness that really don't have proof of, but we kind of think it's there, or intuition says it's there, or we have some belief that says it's there. That's how I would roughly define a spiritual person.

- Okay, thank you. And how do you become more spiritual? Or how would that person if you will, has those types of belief, can become more spiritual?

- How they become more spiritual?

- Yeah.

- I think it would be, wow ... Now I'm trying to go back and forth between objectively looking at it and what my point of view is. Which are you more interested in?

Mehmet: Your point of view.

- My point of view. So my personal point of view would be, the reminding and the practice of those things. So these things that you believe to be true, and making sure that you can hear your voice and that it connects with it.

- I think there is a mistake that people make in being spiritual where they get very black and white and there's a kind of conduct. And I think that this happens with a lot of philosophies, it doesn't just happen to be spiritual, it can be around nutrition, it can be a lot of things. Where people get very strict and black and white it causes problems, most of the time.

- It's hard, with all the noise around to not go %100 with the message or with the thing that's there, or with the religion you're in to say, "Okay, this is %100 right, this is %100 false." When you can listen to yourself, which may or may not have a connection to God or the divine universality of us, I have no idea, right. When that is consistent, and that practice continues to develop in line with your beliefs, and you're more and more at peace, I think that's how people develop more spirituality.

- What can you say about, if I may ask, what can you say about your own spirituality? Are you doing any ... I mean I do remember from the previous questions, that you mentioned practicing more of the same belief, whatever that is, may include spirituality, but since these questions are prepared earlier, I put it slightly different. Are you doing spiritual readings yourself, or with your clients, or did you study spirituality in addition to coaching? Or did you take any trainings regarding spirituality.

- I did more academic study of religions and spirituality. In anthropology there is a lot of that, obviously every culture, anthropology you can't separate a lot from the local religion.

- When it comes to actual practice, I would say that the concepts that I work with would be considered much more secular. I would say, I've never really done spiritual readings, or read from a holy book or anything with a client. It's been more-

- But you referred to different ... Like the one you mentioned, Spiritism, or you quoted based on the need of the client perhaps, from different practices.

- Yeah. I'll use a concept that is typically taken out of context out of the actual faith or philosophy. It would just be to help them to see a new perspective. What was the original question? So yeah, I've never done actual readings with clients, I haven't, no.

- I wouldn't be completely against it, but usually I like to stick to not to so much detail. If a story I think really helps somebody to see something with a new perspective, I really, in all honesty, I don't care where the story came from. It could be a spiritual story or not if it helps them see a new perspective, I think that's great, it's gonna help them. Right?

- Yeah, yeah, that's good.

- Does that answer your question?

- It does answer. In your opinion should spirituality be involved in coaching? Process or counseling process?

- Should it be? No. I think it's up to the individual client whether or not, I think that's what would determine if it's involved. I don't think it's completely necessary. But then again what somebody really needs, I don't know, I know I help a lot of clients, but it's more helping them to see. Maybe some of them would have been more helped with something

spiritual and I was missing the mark. Who knows? I don't know. But should is always an interesting word, isn't it?

- That's why I tried to add in your opinion.
- I'd say it could, I wouldn't say it should, I would say it could.
- Okay. You're right, I understand.
- Do you have your ... So since it's client focused and based on their need, do you have your clients in spiritual practice in the process, if they do, or while you're coaching them?
- Could you re-ask the question?
- Do you have your clients in spiritual practice? In the process of coaching, if he or she was a catholic or a practicing another faith or another non-faith, like maybe atheist, do you have them practice their spiritual practices during the coaching?
- We definitely look at the boundaries of where we coach and where we don't. That is usually discussed ahead of time, and when I do have people trying new perspectives, I'm usually very clear that it's not about changing the way they think or anything else.
- Now that being said, some practices that are in all kinds of religions, we know with the research, makes people happier, right? Practicing gratitude, whether you're atheist or muslim or Christian, you feel better when you do. You're happier when you do. So whether you have the holy book says to do it, or whether you do it on your own, it still benefits you to do it.
- Some of these concepts that are kind of core to a lot of world religions, being compassionate, practicing gratitude, there is a handful of these concepts that pretty much all of the worlds religions teach us in some shape or form. Is that spiritual? I don't know. It's in a lot of religions and we know by the actual evidence and research that it makes people happier.
- I don't know where the line is, but yeah I will have clients practice some of these concepts or try on perspectives or read books that help them to be more compassionate to

themselves, or whatever it is. But I usually wouldn't go to a holy book as evidence, simply because I want tools that will be universal and can help any client. Right?

- Yeah.

- Okay, I think I have an answer to this question and again you could have partially answered this towards the end of this question. Just so that I am clear on the answer, do you assign spiritual tasks to clients or do you just allow them to practice if you see any benefit in doing so? Or do you go and assign some tasks to your clients as well?

- I don't assign without finding some common ground and agreement. If there is something that I'm seeing, I'll say, "This has helped some other past clients, would you be open to looking at this as a possibility or practicing this? What do you think?" So it's never here's the homework, this is what you have to do. It's based on what you're telling me, and my experience, this or this usually I give them an option. These are two things that have really helped past clients, would you be open to putting this into your routine. Or would you be open to doing this little thing before you go to bed?

- That's usually how it goes. It's usually not a top down, here's the thing you need to do.

- This is a little bit, subject has changed, this question? Can anybody become a life coach? If yes, why? Can you explain, if no, why?

- I would say no. Anyone can become a life coach, meaning anybody can go get certified and anybody can maybe get some clients right. Can they be effective, I don't think so. I think the number one thing somebody needs is empathy and the ability to really listen. And if somebody is a narcissist or a psychopath, they don't have empathy.

- So they can get the title, they can get the certification but I don't think they would be effective at all, I don't think they would get results with people. If you don't really love other people, I think you wouldn't be very good at it.

- Thank you. Why did you choose life coaching over other counseling types? You could have chosen to help people by becoming a psychologist or mentoring them or becoming a therapist, why did you choose life coaching and according to you what are the differences between life coaching and other professional counselings?

- One of the biggest things that came out of my being coached ... And I've gone to therapy too, after my brother's suicide I went to therapy and there's a lot of things I discovered. But one of my biggest things that I value is autonomy. I like to be able to do I love doing, do them when I want to. When you are a counselor or therapist, a lot of times you take who comes. [crosstalk 00:44:50] who sends you. And you have to work with them. So one part that I like about being a coach is if I really don't think they are ready or we're getting a personality clash from the very beginning, I don't have to work with them. I can still help them, I can recommend them to somebody else.

- That is one part. Another part is the discoveries that I made after my brother's experience, it wasn't about past life trauma that a therapist or psychologist would deal with, it wasn't about a chemical imbalance that I needed to be sorted out like a psychiatrist. These were things that I discovered that were holding me back, ways of thinking that make me unhappy, which is much more inline with coaching. I was functional, I had successful relationships, I was just asking myself, what now?

- For me that's probably the number one thing is I like it when people are at that tipping point of ... They're functional things are good in their life in general, they are just going, "What now." And they are not able to hear their own voice and for me that's the essence of life coach and what somebody is really ready for it. And I love helping people do that big change. And my change took about two years, so I'm very passionate about helping people to make the change, to live their life in a shorter period of time. And over the years I've gotten better and better at it. That's probably the biggest thing that drew me in, is that it's not about going into the past, it's like right now, there's ways of thinking that can change.

- This next question is probably based on your observations and experience so far. What fundamental changes do you observe on your clients that resulted from your coaching? That's the question, what fundamental changes do you observe on your clients that result from coaching?

- The big changes are self-awareness, the ability to hear themselves. It's hard to say fundamental change, it's the ones that we have the greatest success, that everything in their life is better, it's like a veil has been lifted and they see everything in a new way. And they

are just happier, they are just, you know. I try to avoid terms like authentic self because they're overused and they sound cheesy, but when people are really living their authentic selves and they've undone this idea of how they're viewed and they've worked on their egos, it's a new life. You're not caged in anymore, it's amazing.

- And related to this, it could be in one example it could have taken two years or several months, and will the client after that period no longer suffer, or experience difficulties with regard to the issue that he or she initially came for coaching? Or would they still, would they be equipped with the tools to ... Was I able to explain?

- Here's the thing. Some have the total change and it's gone, right. Depending on what it is. And I can give you examples of each one of these.

- One client I worked with, the main reason he contacted me he was a young CFO with a new company and he was worried about being perceived as too young. There was no moment of aha or anything, we just worked for probably about four or five sessions and we kind of questioned it from different angles and it just went away. One day he just realized he didn't have it anymore, he didn't have that insecurity, it was gone.

Some other clients, it's not that simple. They will have difficulties but in most cases I help them to have the tools to get through it the next time. And it's reduced each time. So an example would be say, something sets you off and you fly off the handle and every time that person says that thing it gets you angry and you react. Right? Helping them to realize when they are progressing, so it's not that they realize the reacting and they don't want to react and they have to be perfect every time, it's helping them to realize that okay, you caught yourself, or you realize that you reacted a week later. Right? When you look back on it. And then the next time you realize, three days later. And then the next time you realized a few hours later that you reacted the way you didn't want to react the way you reacted. That's all progress.

- And when they can see that they still have the problem but okay, "I'm realizing it, I'm more conscious of it." Then eventually it gets to a point when the person says the thing and you don't need to react anymore because in fact, I think a lot of people give up on therapy, counseling, coaching all kinds of things because they think okay, now that I

understand it, it needs to be perfect. And it doesn't. You just have to look at how to measure the progress.

- Okay.

- Does that answer your question.

-Yes.

- Yes, definitely. The examples are great too. In the initial conversation or somewhere during the interview you mentioned that you traveled around the world. What benefit, did traveling have any benefit to your coaching or to your being at the moment? And do you-

- Yeah, traveling always changes your ... It challenges your prejudices and you can never really predict what's going to happen and you always have to be kind of open and flexible to what comes and accept when it comes. And I think two things, number one I'm living my passion. I really love, not traveling around and getting a picture in front of the Eiffel Tower and that kind of thing, id don't care about that. I really like to get into a culture, and really learn it, and learn the language and the food and the people and the interaction. I love that. So I hope [inaudible 00:52:22] their ideal lives, so I've designed my life so I get to live the things that I love.

- So that's one part. But the other part is that being put into environments all the time, it helps me in my coaching to be able to, when somebody is stuck in their perspective, to be able to communicate it in a way ... Because I do it so much, because I get uncomfortable so much. I think that's important also to be a good coach. It doesn't mean you have to travel necessarily, but you have to be curious, there is something about getting out and doing things that are uncomfortable because you are getting your clients to do things that are uncomfortable for the real change to happen.

- If you stay in one place your whole life and never leave this little town, your little office, cooped up in your house and you don't have experiences with people and with the world, it will just be harder I think to practice what you preach about having people get uncomfortable because you're not.



- And do you think this traveling also impacted your spirituality and if yes, in what way?
- Yeah, I don't know if it was my spirituality specifically, probably. I think there is this universality that you get everywhere you go. You can connect with people everywhere you go, it doesn't matter if they speak the language or not. So there is something there between people that is really ... Yeah, it's a spiritual something. I don't know what the name for it would be. But there's this connection that happens everywhere regardless of how we're brought up or what language we speak. I have a faith in humanity that is probably, most people consider being too optimistic.
- Probably one of the last questions as we're approaching to our time here. Let me try to put this in good words. Does a relationship exist between strengthening your spirituality versus developing your emotions? Is there any relationship between growth in one ... Does growth in one area improve on the other one?
- Yes. I think there is. I think for sure that there is a connection especially when we aren't able to control our emotions and maybe we're ashamed of how we didn't control that emotion. I think that's the area of the most growth. That's the area to learn more about ourselves, our spirituality and what it means to be human, what it means to be a being.
- Mr., thank you very much for your time, I really appreciate your time. My last question is gonna be when you were introducing, could you be able to tell us what your age is?
- My age?
- I'm 43. I'll be 44 in November.
- Okay. And happy birthday if I don't call you.
- Thank you.
- This could be a conclusion, is there a need for a guide in personal and or spiritual development of people? You are doing this for the past 10 years, is there a need for a guide in a person's personal development in spiritual development?
- Guide as in something written or guide as in person?

- Two of them.
- Yeah. In person, I would say, but you could go for the...
- I would say, to become fully you, yes. But need, there's plenty of people that I would say would never "need". But a lot of them are not awake. I think anybody who wants to live more fully and more deeply, yes. For that person, there is a need.
- Who should that person be in your opinion?
- Well of course me, if they pay the monthly fee ... It should be this person has grown in a way that you want to grow. Somebody who has learned the things that you want to learn about life or whatever, I think that's the person. It doesn't mean that they are a consultant or mentor that's going to tell you 'how to'. But someone that is gonna ask you the questions that help you see yourself. I mean that's coaching right, that's the power of coaching, that's what I love about it.
- Anybody that wants to learn more and live more deeply, more fully and more themselves, yes, there is a need. It's very hard to do it yourself. It's very difficult.
- Well again, thank you so much. Is there anything you want to add or comment on so far?
- No it was a lot of fun. I'm sure we could shoot the shit for the next hour or so. For me interesting and fascinating topics, but no I don't have any questions.
- Thank you very much.
- Thank you very much Mr. and we'll be in touch with you like if we have any questions if that's okay with you. But this is so far a lot of information that I think we have to digest and process. But again, thank you very much for sharing your experience and your very valuable time.
- Thank you.
- My pleasure. Absolutely it was a lot of fun. Thank you so much. Good luck to you guys. Bye.

## ÖZGEÇMİŞ

15 Ocak 1986 tarihinde Eskişehir’de doğdu. İlkokulu Sakarya Sabiha Hanım İlköğretim Okulu ve Özel Neva İlköğretim Okulu’nda, ortaokula Özel Kerime Hatun Kız Koleji ve Konya’da Özel Yavuz Selim Lisesi’nde, lise öğrenimini Mahmut Sami Ramazanoğlu Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Sakarya Anadolu İmam Hatip Lisesi’nde okudu.

2005 ÖSS ile Sakarya İl birincisi olarak Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi İlköğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenliği Bölümü’nü tercih etti ve 2009’da mezun oldu. 2009 yılında Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri’nin Din Psikolojisi yüksek lisans bölümüne başladı. 2010 yılında TÜBİTAK yurt içi yüksek lisans ve doktora bursiyeri oldu. Prof. Dr. Abdulvahit İmamoğlu danışmanlığında “İlköğretim Çağı Çocuk Resimlerinde Cennet ve Cehennem Tasavvuru” isimli tez çalışmasını 2011 yılında tamamladı. 2012 güz döneminde Albany Suny Üniversitesi’nden doktora seviyesinde ve 2013 bahar döneminde Hudson Valley Community College’tan lisans düzeyinde psikoloji bölümünden dersler aldı. Evli ve bir çocuk annesidir.