

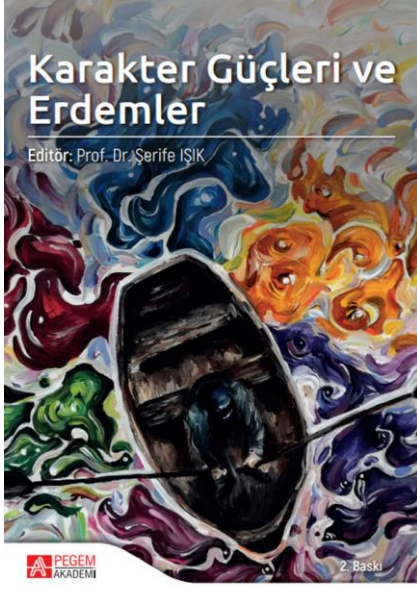
Yayın tarihi 10.10.2023

KARAKTER GÜÇLERİ VE ERDEMLER

“Çoğu insanın güçlü yanları hakkında konuşmaya gönülsüzlüğü, hatta onların ne olduğunu dahi bilmemeleri söz konusudur..”

Hilal TURAN

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans öğrencisi



Bu kitabı üniversitemin ikinci yılında “Karakter ve Değer Eğitimi” dersimizde hocamızın kaynak olarak kullanması ve tavsiye etmesi üzerine almıştım. Dersin de ilgimi çekmesiyle birlikte okumaya koyuldum. Prof. Dr. Şerife Işık'ın editörlüğünü, 7 akademisyenin bölüm yazarlığını yaptığı bu kitapta pozitif psikoloji kapsamında yapılan araştırmalar sonucunda belirlenen 6 erdem ve her erdemin kolları olarak düşünebileceğimiz karakter güçlerini tanıyoruz.

Pozitif psikoloji kelimesini ilk kez Abraham Maslow kullanmış ve şunları söylemiş: “Psikoloji bilimi olumlu yönlerden çok olumsuz özelliklerin incelenmesinde daha başarılı olmuştur. İnsanın eksiklikleri, hastalıkları, günahları ile daha çok ilgilenirken; potansiyeline, erdemlerine ulaşmak istediği amaçlara daha az önem vermiştir.”

Maslow'un bu sözlerinden de anlayacağımız üzere insanın gelişimi ve onu daha iyi yerlere götürebilecek özelliklerine psikoloji biliminde çok yer verilmemektedir. Yani pozitif psikoloji sadece insanın rahatsızlıklarının araştırılmasından ziyade insanın iyi yönlerinin, geliştirilebilir ve topluma katkıda

bulunabileceği faktörlerin incelenmesini amaçlıyor. İşte karakter güçleri ve erdemler de bu noktada karşımıza çıkıyor. Seligman ve Peterson liderliğinde 55 bilim insanı DSM ve ICD'ye alternatif, ruh sağlığı yerinde insan özelliklerini ortaya koymak üzere bir çalışma başlatmışlar ve bu çalışmayı farklı kültür ve zamanlarda yaygın biçimde kabul gören özellikleri inceleyerek karakter güçlerini sınıflandırmışlar. Karakter güçlerini araştırırken eleyerek en son 24 karakter gücünde sabit kalmışlar. Bu 24 karakter gücü 6 erdemin alt başlıklarını oluşturuyor. Erdemler ise felsefi ve dini geleneklere dayalı olarak üzerinde fikir birliği sağlanarak belirlenmiş evrensel değerlerdir diyebiliriz.

Pozitif psikoloji ve karakter güçlerinin düşünce temelleri; içerisinde İslam dini kaynaklarının da bulunduğu diğer din ve düşünce gelenekleri kaynaklarına dayanıyor. Kültürümüzde yer alan değerlerin burada yer alıyor olması, evrensel değerlerin bir araya toplandığını düşündürüyor. 6 erdem olan *bilgelik, cesaret, insanîyet, adalet, ölçülülük ve aşkınlık* dünyada geçmişten bugüne, bir insanın bütün yaşamına yayılmış bireysel ve toplumsal tutumlarında her zaman karşısına çıkan önemli özelliklerdir. Bu 6 erdemin karakter güçlerine de bir bakalım:

-*Bilgelik erdeminin karakter güçleri*: Yaratıcılık/orijinallik, merak, öğrenme aşkı, açık fikirlilik, çok yönlü bakış açısı.

-*Cesaret erdeminin karakter güçleri*: Cesur olma, sebatkârlık, dürüstlük, yaşam coşkusu.

-*İnsaniyet erdeminin karakter güçleri*: Sevgi, iyi yüreklilik, sosyal zekâ.

-*Adalet erdeminin karakter güçleri*: Takım çalışması, adil olma, liderlik.

-*Ölçülülük erdeminin karakter güçleri*: Affetme, alçakgönüllülük, tedbirlilik, öz-düzenleme.

-*Aşknlık erdeminin karakter güçleri*: Şükran, mizah, umut, estetik ve mükemmelliğin takdiri, maneviyat.

Kitap içerisinde bütün erdemler ve alt başlıkları olan karakter güçlerine genişçe yer verilmiş. Her karakter gücü açıklanmaya başlanmadan önce bir hikâye, örnek bir kişinin hayatı vb. alıntılarla giriş yapılarak o karakter gücünün kafamızda daha iyi şekillendirmesi sağlanmış. Daha sonra, karakter gücü “*ne: kuramsal yapı, neden: önemi, nasıl: uygulama*” başlıklarıyla detaylandırılmış, nasıl ölçüleceğiyle ilgili ölçme araçları verilmiş, alanyazında uygulanan program ve modellerden bahsedilmiş ve en sonda her karakter gücünü kendimizde geliştirmek için günlük yaşamda uygulayabileceğimiz öneriler ve izleyebileceğimiz filmlere yer verilmiş.

Prof. Dr. Şerife Işık kitabın ön sözünde bu kitabın üniversitelerin pozitif psikoloji, karakter ve değer eğitimi, okullarda PDR ve önleyici PDR gibi bölümlerde; psikolojik danışman ve öğretmen adaylarının yetiştirilmesinde kaynak olarak kullanılabileceğini söylüyor. Ben de bununla birlikte ruh sağlığı alanında öğrenim gören ve çalışanlara, pozitif psikoloji ilgililerine, kendinde bulunan karakter güçlerini bilmek ve farkındalığını arttırmak isteyenlere tavsiye ediyorum.

Keyifli okumalar :)