



# GENÇ UZMANLAR

Genç psikolojik danışman adaylarının psikoloji yazıları

Psikolojik  
Danışma  
ve  
Rehberlik  
Uygulama  
ve  
Araştırma  
Merkezi

Yayın tarihi 12.02.2024

## FEMİNİST TERAPİ

Emine Ayzıt ÇANKAYA

Rehberlik ve psikolojik danışmanlık Yüksek Lisans Öğrencisi

### Feminist Terapi Nedir?

Feminizm, deneyimleri, duyguları ve anlamları anlama çabasını içeren felsefeden doğmaktadır. Feminist felsefe terapötik duruş sağlayan bir insanın var olma şeklinin doğruluğuna olan güveni ifade etmektedir ([Hill, 1990; s.53](#)). Feminizm, tarihsel gelişiminde *liberal ilk dalga feminist hareketler*<sup>1</sup>, *radikal ikinci dalga feminist hareketler*<sup>2</sup> ve *sosyalist feminizm*<sup>3</sup> olarak dönemlere ayrılmaktadır ([Güneş, 2017; s.247](#)). Feminizm temelde kadınların potansiyeline ve seçimlerinde kendi iyiliklerine dair fayda gözetmeye dayalı bir düşünceden oluşmaktadır. Bu düşünceye göre kadınlardan potansiyellerine engel olan rollerden sıyrılmaları beklenmektedir ([Thomas, 1977; s.448](#)). Feminizmin psikolojiyle ilişkilendirilmesi, toplumsal cinsiyetin insanlar üzerindeki etkisine odaklanan ve bu etkiyi deneyimleyen kadınlarla ilgili çalışmalar yapan Karen Horney'in ifadelerine dayanmaktadır. Psikoloji aracılığıyla feminizmin, kadın sorunlarında değişimin öncüsü olduğu ifade edilmektedir ([Draganovic, 2011; s.112](#)). Horney'in çalışmaları, kadın psikolojisini ele alırken cinsiyet ayırt etmeden insan davranışını incelemekte ve toplumsal cinsiyet sorunlarını öne çıkarmaktadır ([Symonds, 1991; s.301](#)). Dolayısıyla feminist perspektifte gelişen psikoloji, kadın ve erkek arasındaki toplumsal cinsiyet farklılığından kaynaklanan ayrımcılığa karşı çıkmakta ve kültürel olarak devrimci olup eşitliği savunmaktadır ([Ottmann, 2017; s.153](#); [Taş, 2016; s.165](#)). Feminist gelişen psikolojinin temelinde anaerkil anlayış yatmaktadır ([Josephine, 2001; s.74](#)).

Feminist Terapi, terapist ve danışanın kurduğu eşitlikçi ilişki aracılığıyla danışanın sorunlarını, toplumsal cinsiyet rollerine ve cinsiyetçiliğe dayandırarak kavramsallaştıran bir terapi şeklinde aktarılmaktadır ([Howard, 1986; s.1](#)). Feminist Terapi'nin gelişim sürecinde terapiyi özgünleştiren, felsefesindeki farklılık olarak görülmektedir. Felsefi bakış açısından Feminist Terapi, esasında kadın hareketine hitap eden, kadınların değişiminde etkili olan spesifik bir teknik şeklinde de açıklanmaktadır ([Lerman, 1976; s.17](#)). Ancak daha yaygın bir ifadeyle, teknikten veya sunulan reçeteden ziyade, kadınların yaşantılarından ve tecrübelerinden ortaya çıkan bir terapi felsefesi şeklinde aktarılmaktadır ([Ballou ve West, 2000; s.274](#)). Feminist Terapi'nin kavramsal gelişiminde ise etkili olan belgeler; *Chesler'in Kadın ve Delilik'i*, *Weisstein'in Kinder Küche Kirche'i* ve

<sup>1</sup> Mevcut düzen tarafından "tanınma" ve "dahil edilmeyi" talep eden feminizm anlayışı (Gültekin, 2021; s.162).

<sup>2</sup> Kişisel olan politiktir sloganının yansıması, kolektif sorumluluğu vurgulayan feminizm anlayışı (Erdoğan, 2014; s.4)

<sup>3</sup> Kadınların ayrışmasında sınıfın yanı sıra toplumsal cinsiyete ve cinselliğe de yer veren feminizm anlayışı (Erdoğan, 2014; s.16)

*Broverman'ın, Broverman, Clarkson, Rosenkrantz ve Vogel'in Cinsiyet Rolü Stereotipleri ve Ruh Sağlığına İlişkin Klinik Yargular* yayını şeklinde literatürde yer almaktadır ([Brown, 2002; s.278](#)).

Feminist Terapi, kadınların sorunlarını incelerken bu sorunların ne ölçüde sosyal bağlamlardan kaynaklandığını anlama konusunda kadınlara destek sunmaktadır ([McNamara ve Rickard, 1989; s.184](#)). Kadınların deneyimlediği sorunlar dikkate alındığında Feminist Terapi, kadınları “*kişisel olan politiktir*” anlayışını vurgulayarak ve toplumun kadınlar üzerindeki etkisini dikkate alarak incelemektedir ([Hill ve Ballou, 1998; s.2](#); [Ballou ve West, 2007; s.274](#); [Evans ve ark., 2005; s.269](#); [Sharf, 2004; s.437](#)). Kadınların yaşantısının toplumla ilişkilendirilmesinde, kadınların biricik olduğu anlayışıyla değil; kadınların da diğer insanlarla benzer toplumsal gerçeklikleri olduğu anlayışıyla hareket edilmektedir ([Israeli ve Santor, 2000; s.234-235](#)). Bu bakımdan Feminist Terapi, toplumla doğrudan ilişkilendirilen baskıcı normları sorgulamaya yönelik bir süreç yönetmektedir. Merkezine bireyin değişimiyle beraber toplumsal değişimi de almaktadır ([Brown, 1994; s.68](#); [Comas Diaz, 1987; s.469](#)). Feminist Terapi; toplumsal cinsiyet, kültürel roller ve güç farklılıklarının bireydeki etkisini vurgulamaktadır. Kadınların sosyopolitik çevre içindeki deneyimlerinin arkasında yatan dinamikleri incelemektedir ([Sharf, 2004; s.485](#); [Saulnier, 2000; s.5](#)). Feminist Terapi'nin teorik gelişiminde *ilk aşama*, kadınları güçlendirmek için terapiye uygun tekniklerin uygulanmasıyla oluşmaktadır. *İkinci aşama*, teorilerin faydalı bölümlerinin terapiye dahil edilmesi, cinsiyetçiliğin ise hariç tutulmasıyla gelişmektedir. *Üçüncü* ve devam eden aşama ise kadınların sorunlarının toplumdaki sebeplerini açıklamaya odaklanmaktadır ([Sommers Flanagan, J. ve Sommers Flanagan, R., 2004](#)). Feminist Terapi'nin gelişimiyle birlikte farklı cinsiyetlerle ve yaş gruplarıyla çalışılmaktadır ([Brown, 2005; s.20](#)). Dolayısıyla Feminist Terapi, toplumsal cinsiyet farklılıklarını, cinsiyeti ayırtırmadan ele almaktadır ([Neukrug, 2015; s.136](#)).

Feminist Terapi sürecinde gerçekleşen terapötik değişimin üç ana unsuru; terapistin danışana iyileştirici güçle yaklaşması, danışana fark edilebilir bir değişimde destek olması, danışanın bu değişimle kazandığı anlamı yaşamında sürdürebilmesini sağlamaktır. Bu unsurlar terapistin teorisinin oluşmasında etkili olmaktadır ([Hill, 1990; s.55](#)). Feminist Terapi'ye göre insanların sorunları, psikopatolojinin yanı sıra dış faktörlerden kaynaklanmaktadır. Tepkisel davranışlar toplumsal baskıya karşı reaksiyon olarak ortaya çıkmaktadır ([Neukrug, 1999; s.493](#)). Bu bağlamda Feminist Terapi'nin amacı, ayrımcılığı ortadan kaldırmak, toplumsal cinsiyet önyargısının etkilerini önlemek şeklinde açıklanmaktadır ([Skiff, 2009; s.8](#)).

## **Feminist Terapi Süreci**

Feminist Terapi anlayışı toplumda azınlık statüsünde konumlanan kadınlara yönelik bir güçlendirme modeli sunmaktadır. Bu model, sosyal eylem planları dahil bireysel ve toplumsal terapi süreçleri gerçekleştirilmeyi öngörmektedir ([Israeli ve Santor, 2000; s.234](#)). Feminist Terapi 'de göreceli olarak daha güçsüz ve ayrımcılığa uğrayan danışanlarla ilgilenilmektedir. Güçsüz grup üzerinden toplum güçlendirilmeye çalışılmaktadır. Güçlendirme sürecinde ise danışanın farkındalığı artırılmakta, yaşam becerileri ve eleştirel bilinci geliştirilmektedir ([Crethar, Rivera ve Nash, 2008; s.272-273](#); [Hoffman ve ark., 2006; s.122](#)). Danışan ve terapistin geri dönütleri, feminist terapistlerin güç paylaşımını terapide sıklıkla kullandığını göstermektedir ([Rader ve Gilbert, 2005; s.427](#)). Feminist yaklaşımla yürütülen terapide güçlendirmeyle, sosyal değişim ve özdenetim geliştirilmeye çalışılmaktadır. Terapide kadınlar için güç, kontrol ve duyguların denetimi konularında terapötik ilişki kurulmaktadır ([Brown, Weber ve Ali, 2008; s.95](#)). Literatürden yola çıkarak Feminist Terapi'nin uygulama alanında, sosyal bağlama dikkat çekmek, toplumsal cinsiyetin farkında olmak, eşitlikçiliği desteklemek, güçlendirmek, terapistin tarafsızlığı, eşit bir terapötik işbirliği, bireysel ve toplumsal iyi oluşu desteklemek şeklinde ilkeler benimsenmektedir ([Ziemba, 2001; s.211](#)).

## **Terapist**

Feminist terapistler, kadınları destekleyici ve kadınların aldıkları kararlarda eşitlikçi uzman rolünü üstlenmektedirler. Cinsiyetler arası eşitliğe ve rollerin özgürlüğüne odaklanarak kadınları kararlarında iddialı olma konusunda cesaretlendirmektedirler ([Thomas, 1977; s.185, 449](#)). Feminist terapistler kendi değerlerinin bilincinde olmakta ve kadınlar için sosyal eylemde bulunabilen nitelikler taşımaktadır ([Cammaert ve Larsen, 1988; s.12](#)). Feminist terapistlerin önemli bir sorumluluğu da farklılıkları tespit etmek ve bunlara saygı duymak

şeklinde belirtilmektedir ([Enns, 1996; s.81](#)). Bu yüzden terapist, kadınlarla ilgili biyolojik, psikolojik ve sosyal konulardaki bilgilere hâkim olmaktadır. Kadınlar için terapide kolaylaştırıcı bir rol üstlenmektedir. Bu rolü üstlenirken feminist terapisinin gereği olarak cinsiyetçi olmayan bir dil kullanmaktadır ([Gilbert, 1985; s.34](#)).

## Danışan

Danışanın, deneyimlerini sosyal ve politik bir bağlama yerleştirmeye açık ve bu deneyimlerin nasıl yaşandığına odaklanacak hazırolaşla terapide olması gerekmektedir ([Brown, 1994; s.117](#)). Feminist Terapi’de danışanın, aldığı ve alacağı kararların sonuçlarının sürekli farkında olması, yaratıcı ve süreç içinde cesaretli olması gerekmektedir ([Ballou, Hill ve West, 2008; s.10](#)). Terapi sürecinde danışan, kendine değer verme ve hislerini anlamlandırarak hareket etme konularında güç kazanmaktadır ([Laidlaw ve Malmo, 1991; s.392](#)).

## Teknikler

Feminist Terapi teknik olarak eklettik özellik taşımaktadır. Dolayısıyla Feminist Terapi’de diğer teorilerin ortaya attığı teknik ve yöntemler kullanılmaktadır. Fakat terapisinin hedefleriyle örtüşecek şekilde kontrol duygularını engelleyen güç kalıplarını görmek ve gücü geri almak için kendine özgü teknikler uygulanmaktadır ([Sommers Flanagan, J. ve Sommers Flanagan, R., 2004; s.350](#)).

**1. Cinsiyet Rolü Analizi:** Farklı sosyal gruplardan kadın ve erkeklere yönelik toplumsal beklentilerin etkileri hakkında farkındalığı artırmak için oluşturulmuş bir feminist müdahale tekniğidir. Toplumsal cinsiyet rolü analizi olarak da aktarılan bu teknik, kişisel ve toplumsal değişime dair stratejileri içerir ([Evans ve Gilbert, 2020; s.426](#)). Cinsiyet rolü analizinin ilk adımı danışanların deneyimledikleri cinsiyet rolü mesajlarını tanımlamalarıdır. Ardından cinsiyet rolü mesajlarının toplumdaki karşılığı anlaşılır. Toplumdan alınan dışsal mesajların nasıl içselleştirildiği tanımlanır ve içselleştirilmiş bu mesajlarda değişiklikler yapılır ([Worell ve Remer, 2002; s.77](#)).

**2. Güç Analizi:** Güç analizi danışanların güçle ilgili yetersizliklerin kendi sorunlarını ne ölçüde etkileyeceğine dair bir bakış geliştirmesi amacıyla tasarlanmış bir tekniktir. Gücün dağılımındaki eşitsizlikle ilgili sorunların çözümüne odaklanılır ([Enns, 2004; s.44-45](#)). Güç analizi, genellikle güç farklılıklarının sistematik eşitsizliklerle ilişkisini anlamak için kullanılmaktadır ([Neukrug, 2015; s.410](#)). Güç analizinin iki önemli amacı; güç farklılığına ilişkin danışanların farkındalığını artırmak, danışanları sosyal ve toplumsal etkiye sahip olacak şekilde güçlendirmektir. ([Worell ve Remer, 2002; s.78](#)). Sosyal olarak tanımlanmış baskın ve ikincil gruplar arasındaki yapısal güç ve ayrıcalık farklılıklarıyla yüzleşmek için geliştirilmiştir. Kişisel ve topluluk farkındalığını ve stratejilerini artırmak üzere tasarlanmıştır ([Evans ve Gilbert, 2020; s.426](#)).

**3. Atılganlık Eğitimi:** Terapideki feminist yenilikler arasında bilinçlendirme, cinsiyet rolünün yeniden sosyalleştirilmesi gibi yaklaşımlar yer almaktadır. Bu yaklaşımlara popüler bir bakış olan, davranış odaklı terapistler tarafından geliştirilen atılganlık eğitimi, cinsiyet rolü normlarının sorgulanmasını teşvik etmektedir ([Marecek ve Hare Mustin, 1991; s.528](#)). Atılganlık eğitiminde danışanlar, kendilerinin ve başkalarının haklarıyla ilgili yeni inançlar geliştirir, davranışlarını engelleyen düşünceleri anlar ve değiştirmek için cinsiyet rolü analizinin ötesine geçerler. Cesaretleterek davranış seçme ve gerçekleştirme konusunda gelişirler ([Lange, Rimm ve Loxley, 1975; s.37](#)).

## Feminist Terapi Hangi Şartlarda Ortaya Çıkmıştır?

Feminist terapi ilk olarak 1970'lerin başında ortaya çıkmıştır. Orijinal Feminist Terapi El Kitabı 1985'te yayımlanmıştır ([Ballou, Hill ve West, 2008; s.20](#)). Feminizmin kökeni kapsayıcı bir insanlık deneyimi olduğundan bu fikirle gelişen Feminist Terapi, yalnızca bir veya birkaç teorisyenin değil; birçok teorisyenin çalışmalarıyla şekillenmiştir ([Sharf, 2004; s.486](#); [Sommersn Flanagan, J. ve Sommers Flanagan, R., 2004; s.334](#)). Diğer terapi teorilerinin haricinde Feminist Terapi'yi ortaya çıkaran bir kurucu bulunmamaktadır ([Brown, 2018, s. 27](#); akt. [Şencan ve Bingöl, 2023; s.35](#)). Ancak feminist temelli psikolojinin kurucularından biri sayılan Horney, kadın psikolojisinin şu ana kadar sadece erkek bakışıyla ele alındığını dile getirmiştir ([Horney, 1932; s.29](#)). Horney ayrıca sorunlar üzerindeki sosyal etkilere vurgu yapması ve psikolojiyi kadın bakış açısından ele alması dolayısıyla feminist bir teorisyendir ([O'Connell, 1980; s.81](#)). Bu çerçevede toplumsal baskı gibi sosyal koşullar, insanlarda güçlendirici bir kimlik oluşturmak amacıyla terapi uygulamaya ilham vermiştir ([Hipolito Delgado ve Lee, 2007; s.329](#)).

Kadın hareketinin yayılması ve büyümesiyle birlikte Feminist Terapi doğrudan ortaya çıkmıştır. Zamanla artan ataerkil görülen terapiden duyulan rahatsızlık da Feminist Terapi'nin oluşmasında etkili olmuştur ([Burstow, 1992; s.1](#)). Feminist Terapi'nin gelişmesiyle politik ve toplumsal teorilerin üzerine düşülmüş ve terapinin teorik gücü, kadınlarla ilgili cinsiyetçilik eleştirisine dayanan politik analizlerle artırılmıştır ([Brown, 1990; s.2](#)). Feminist Terapi'nin teorisinin gelişmesinde, cinsiyet sorunlarıyla ilgili farkındalığı artıracak sosyal adalet eylemleri gerçekleştirilmiştir. Eylemler aracılığıyla kadınlar ve azınlıklar üzerindeki baskıyı azaltma çabası, önemli bir ilke sayılmıştır ([Neukrug, 1999; s.492](#)).

Feminist Terapi'nin gelişimi toplumdaki eşitsizliklerin insanlarda ruhsal rahatsızlıklara neden olduğunu belirleyen, kadınları bilinçlendirme gruplarının oluşturulmasına dayanmaktadır. Feminist bilinçlendirme grupları, metinde yer alan cinsiyet rolleri ve bunların yol açtığı dengesiz güç dağılımları hakkında kadınların farkındalığını artırmayı sağlamaktadır ([Funderburk ve Fukuyama, 2002; s.12](#)). Bu gruplarda, kadınların geleneksel rollerine dair farkındalık geliştiren tartışmalar sayesinde toplumsal eşitsizliklerin kadınlarda kaygıya neden olduğu tespit edilmektedir ([Evans ve Gilbert, 2020; s.26, 427](#)). Bilinçlendirme grupları, kadınların duygularının başkaları tarafından da yaşandığını fark etmesini sağlamaktadır ([Brodsky, 1973; s.25](#)). Hem bireysel hem grup terapisi şeklinde gerçekleştirilebilen Feminist Terapi'de, kadınların toplumsal cinsiyet eşitsizliklerinin engellenmesi için grup terapisinin de iyileştirici etkiye sahip olduğu belirtilmektedir. Terapide bu etkilerle birlikte değişim amaçlanmaktadır ([Laidlaw ve Malmo, 1991; s.396](#)).

## Feminist Terapi Hangi İhtiyacı Karşılammıştır?

Psikoloji, gelişim süreci boyunca ataerkil teoriler ve uygulamalara bağlı kalmıştır. Alandaki erkek hakimiyetine tepki olarak 1960'ların sonlarında gelişen kadın hareketleriyle psikolojide feminist perspektif şekillenmiştir. Dolayısıyla Feminist Teori, öncelikle psikanalitik gibi ataerkil teori ve uygulamaların gelenekselliğine eleştiri şeklinde ortaya çıkmıştır ([Draganovic, 2011; s.112](#)). Horney'in ifade ettiğine göre kadın psikolojisi daha önce yalnızca erkek bakış açısıyla incelenmiştir. Ataerkillikten sıyrıldığı takdirde kadınların sorunlarına bakışın değişeceği iddia edilmiştir ([Hitchcock, 2005; s.36](#)). Horney, Freud'un kadınların kendi cinsiyetlerinden hoşnutsuzluğunu iddia ettiği hipotezine karşı çıkarak Psikanalize feminizmi dahil eden bir yaklaşım izlemiştir ([Erwin, 2002; s.379](#); [Miletic, 2002; s.289](#)). Feminist Terapi, temelde psikanalitik teori gibi kadınların ezilmesine, bu ezilmenin sonucu olarak cinsel baskı ve nevrozlara tepki olarak ortaya çıkmıştır. Ancak başlangıcından itibaren, psikanalitik ve diğer teorilere karşı bir alternatif oluşturmaktadır ([Gilbert, 1985; s.5-6](#)).

Feminist Terapi, kadınların yaşantılarını patolojikleştiren geleneksel sayılan terapilere bir meydan okuma olarak gelişmiş ve birçok teoriden farklı olarak politik ve toplumsal bilinçten doğmuştur ([Brown, Weber ve Ali, 2008; s.94](#); [Evans ve ark., 2005; s.269](#)). 1970'de diğer teorilerin cinsiyet üzerindeki olumsuz etkileri Millett tarafından vurgulanmıştır. Kadınların toplumda azınlık grup olduğu, sosyal dışlanmadan dolayı güçsüzlük duygusu yaşadığı belirtilmiştir. Dolayısıyla Feminist Terapi, bu konudaki sınırlı çalışmaya karşı kadının toplum içerisindeki dezavantajlı konumuna dikkat çekmiştir ([Millett, 1970; s.54](#)). Psikanaliz



uygulamalarındaki iyileşme oranlarının düşüklüğü, diğer teorilerin kadınlar için işlevsiz olduğu fikrini desteklemiştir. Kadınların anlaşılması yönünde eksiklikler olduğu ve bu anlama sürecinde kadınların toplumdaki yerinin de dikkate alınması gerektiği ifade edilmiştir ([Weisstein, 1993; s.200](#)). Psikanalizde ve davranış terapilerinde olduğu gibi davranışsal durumlara takılı kalmak yerine Feminist Terapi'de, ataerkil toplumda kadın olmanın sebep olduğu sorunlara ve toplumsal etkilere odaklanılmıştır ([McNamara ve Rickard 1989; s.184](#)).

Feminist Terapi'nin gelişiminin temelinde biyolojik yönelimli Psikanalizin ruhsal rahatsızlıkların sosyal kökenine yeterli katkıda bulunmadığı inancı yatmaktadır. Bu yetersizliği ilk vurgulayan Adler, baskı gibi sosyal etkenlerin yalnızca kadınları değil tüm toplumu rahatsız ettiğini belirtmiştir ([Neukrug, 2015; s.25](#)). Feminist terapiden önce var olan terapiler, insanlara erkek bakış açısından ışık tutarken, kadınların sorunlarının anlaşılmasında eksik kalmıştır. Kadının mantığına dayanan bir düşünce çizgisini terapiye ekleyen Feminist anlayış, bu bağlamda terapide yeterince ele alınamayan kadını sürece dahil etmiştir ([Gillian, 1982; s.24-39](#)). Feminist Terapi savunucuları Freudyan ve Hümanist Teorileri cinsiyetçi olmaları ve kadınları güçsüzleştirmeleri yönlerinden eleştirmişlerdir. ([Laidlaw ve Malmo, 1991; s.392](#)). Özellikle Hümanist Teorilerde insanların yaşantılarından kendilerinin de sorumlu olduğu inancına mağduru suçlama ihtimali doğurduğundan karşı çıkmıştır. Feminist Terapi, bu ihtimali gidermek için kadınların kendilerinden bağımsız kötü yaşantılara maruz kalarak sorunlar yaşayabileceklerini öngörmüştür ([Corey, 2017, s.374; Laidlaw ve Malmo, 1991; s.393](#)). Ayrıca feminist terapistler, kadınların güçlendirilmesini eşitlikçi biçimde ele alarak ve karşılıklı kendini açma tekniklerini terapiye ekleyerek psikanalizden de ayrılmıştır ([Erwin, 2002; s.298](#)).

Feminist Terapi, hümanist ve davranışçı terapilerin bir birleşimi olarak görülse de kadınların maruz kaldığı cinsiyetçiliğe karşı önlem almasıyla diğer teorilerden farklılaşmış ve onlarda eksik parça olan cinsiyet tahakkümünü tamamlayarak terapiye dahil etmiştir ([Benjamin, 1986; s.81; Holroyd, 1976; s.25](#)). Psikolojik danışma alanı karşılıklı iş birliğine dayalı geleneksel danışman danışan ilişkisini etkili bulsa da Feminist Terapi ile birlikte bu ilişki, beraber öğrenen danışan ve danışmanı ele alacak şekilde genişlemiştir ([Hanna, Talley, Guindon, 2000; s.439](#)). Genişletilen ve önceki terapilere düzeltme sunan Feminist Terapi, bilgilendirilmiş onam kullanımı gibi uygulamaları psikolojik danışma alanına kabul ettirerek alanda norm haline getirmiştir ([Brown, 2002; s.280](#)).

### **Feminist Terapinin Avantaj ve Dezavantajları Nelerdir?**

Feminist Terapi araştırmaları çoğunlukla beyaz, orta sınıf kadınların perspektifinden yapılmaktadır. Bu durum, kişisel olanı politik hale getirme konusunda, çok kültürlü bir temel oluşturma açısından bir eksikliğe neden olmaktadır. Bu eksiklik Feminist Terapi çalışmalarının kapsamında sınırlılık oluşturmaktadır ([Brown, 1990; s.7](#)). Feminist Terapi üzerine yazan beyaz yazarlar, yalnızca beyaz kadınlar hakkında teoriler geliştirme eğiliminde olmuşlardır. Geliştirdikleri teorilerin ezilen gruplar için de geçerli olduğunu belirtmekle yetinmeleri teori gelişiminde dezavantaj oluşturmaktadır ([Brown, 1994; s.69](#)). Ancak Feminist Terapi'nin bireylerdeki suçluluk duygularından sıyrılmaları sağlanırken, toplumsal alanda da suçluluk duydukları uygulamalarla mücadele etmelerinde yararlı olacağı düşünülmektedir ([Kaplan, 2021; s.215](#)). Feminist Terapi'de sınır ihlalleri yapılabilmektedir. Sınır ihlalleri (terapist ve danışanı güvenliği için belirlenen sınırların korunamaması), danışanın nüksetmesi veya öfkelenmesi gibi durumlardan ibaret olsa da terapide dikkat edilmesi gereken bir sorun sayılmaktadır ([Hill, 1990; s.60; Oktay, B., ve Oktay, F., 2018; s.103](#)). Feminist Terapi uygulamaları birçok kadın için başarılı tedavi deneyimleri sağlamaktadır. Ancak diğer psikoterapiler gibi Feminist Terapi de tüm davranışsal ve psikolojik bozukluklar için bir çözüm sağlamamaktadır. Şizofreni, manik-depresif ve nörolojik hasara bağlı bozukluklarda terapinin [spesifik teknikleri](#) eksik kalmaktadır ([Marecek, 1974; s.8; Thomas, 1975; s.267](#)). Feminist Terapi, yaşanan rahatsızlıklarla ilgili kültürel anlamda duyarlı, iyileştirici terapötik ilişki sağlamakla sorumluluk almaktadır ([Holmes, 2021; s.35](#)). Feminist Terapi'nin hedeflerine ulaşıldığı takdirde toplumsal baskı altındaki bireyler, eşitsizliklere maruz kaldıklarında bu olumsuzlukları başarılı bir şekilde reddedebilmektedir ([Hanna, Talley ve Guindon, 2000; s.431-441](#)). Kadınlar üzerindeki travmaların kültürel, sosyal, politik bağlamlarını ele alması psikolojik danışmada danışan için bütünsel bir yaklaşım sunmaktadır ([Pemberton, 2020; s.126](#)). Feminist Terapi, kadınların hayatta baskılar aracılığıyla düşen özgüvenlerini yeniden kazanmaları ve stressiz bir yaşam tarzı bulmaları konusunda kadınlara büyük ölçüde destek olmaktadır

([Marecek, 1974; s.8](#)). Feminist Terapi'de terapistin çağdaş tutumları, feminist harekete katılımla pozitif ilişki sunmaktadır. Dolayısıyla Feminist Terapi, kadınlar için etkili bir terapi seçeneği olarak görülmektedir. Çünkü özsaygı ve kadınlara yönelik çağdaş tutumlar arasında güçlü bir ilişki kurulması, terapinin değerli yönü olarak görülmektedir ([Bowen, 1975; s.1](#)). Bu doğrultuda feminist terapistlerin, çok kültürlü becerilerini artırmak ve sosyal değişimi desteklemek amacıyla sürekli etkileşim içinde yenilikleri takip etmeleri gerekmektedir ([Heshmati, 2021; s.60](#)).

## KAYNAKLAR

1. Ballou, M., & West, C. (2000). Feminist therapy approaches. In C. West (Ed.), *Issues in the psychology of women* (pp. 273-297). Boston, MA: Springer US.
2. Ballou, M., Hill, M., & West, C. (2008). *Feminist therapy theory and practice*. New York: Springer Publishing Company.
3. Benjamin, J. (1986). A desire of one's own: Psychoanalytic feminism and intersubjective space. In *Feminist studies/critical studies* (pp. 78-101). London: Palgrave Macmillan UK. [https://doi.org/10.1007/978-1-349-18997-7\\_6](https://doi.org/10.1007/978-1-349-18997-7_6)
4. Bowen Coupal, S. (1975). *Feminist therapy* (Unpublished master's thesis). McGill University, School of Social Work Department.
5. Brodsky, A. M. (1973). The consciousness-raising group as a model for therapy with women. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 10(1), 24–29. <https://doi.org/10.1037/h0087537>
6. Brown, C. G., Weber, S., & Ali, S. (2008). Women's body talk: A feminist narrative approach. *Journal of Systemic Therapies*, 27(2), 92-104. [doi:10.1521/jsyt.2008.27.2.92](https://doi.org/10.1521/jsyt.2008.27.2.92)
7. Brown, L. S. (1990). The meaning of a multicultural perspective for theory building in Feminist Therapy. In M. P. P. Root & L. Brown (Eds.), *Diversity and complexity in Feminist Therapy* (pp. 1-22). New York: Routledge Taylor & Francis Group.
8. Brown, L. S. (1994). Feminism in Feminist Therapy theory. In *subversive dialogues: Theory in Feminist Therapy*. (pp. 47-68). New York: Basic Books.
9. Brown, L. S. (2002). Feminist Therapy. In J. L. Lebow (Eds.), *Twenty-first century psychotherapies: Contemporary approaches to theory and practice* (pp. 277-306). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
10. Brown, L. S. (2005). Still subversive after all these years: The relevance of feminist therapy in the age of evidence-based practice. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 15 – 24. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2006.00258.x>
11. Brown, L. S. (2018). *Feminist therapy*. American Psychological Association.
12. Boyne, G. (1999). *Transforming therapy: A new approach to hypnotherapy*. California: Westwood Publishing Company & Glendale.
13. Burstow, B. (1992). *Radical feminist therapy: Working in the context of violence*. California: Sage Publications.
14. Cammaert, L. P., & Larsen, C. C. (1988). Feminist frameworks of psychotherapy. In M. A. Dutton-Douglas & L. E. A. Walker (Eds.), *Feminist psychotherapies: Integration of therapeutic and feminist systems*. (pp. 12–36). Ablex Publishing. <https://psycnet.apa.org/record/1989-98029-001>
15. Comas Diaz, L. (1987). Feminist therapy with mainland Puerto Rican women. *Psychology of Women Quarterly*, 11(4), 461–474. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1987.tb00918.x>
16. Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. California: Cengage Learning.
17. Crethar, H., Rivera, E. T., & Nash, S. (2008). In search of common threads: Linking multicultural, feminist, and social justice counseling paradigms. *Journal of Counseling & Development*, 86, 269–278. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2008.tb00509.x>
18. Draganovic, S. (2011). Approaches to Feminist Therapy: A case study illustration. *epiphany Journal of Transdisciplinary Studies*, Vol4. <https://doi.org/10.21533/epiphany.v4i1.34>
19. Enns, C. Z. (2004). *Feminist theories and feminist psychotherapies: Origins, themes, and diversity*. Binghamton, New York: Routledge.
20. Enns, C. Z. (1996). The Feminist Therapy Institute Code of Ethics. *Women & Therapy*, 19(1), 79–91. [https://doi.org/10.1300/j015v19n01\\_07](https://doi.org/10.1300/j015v19n01_07)

21. Erdoğan, D. (2014). *Feminist kuramlar, Marksist feminizm ve sosyalist feminizm "Radikal feminizm ve Marksist feminizmin orta yolu olarak sosyalist feminizm"* Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Çalışmaları.
22. Erwin, E. (Eds.). (2002). *The Freud encyclopedia: Theory, therapy, and culture*. New York & London: Routledge.
23. Evans, K. M., Kincade, E. A., Marbley, A. F., & Seem, S. R. (2005). Feminism and feminist therapy: Lessons from the past and hopes for the future. *Journal of Counseling & Development*, 83(3), 269-277. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2005.tb00342.x>
24. Funderburk, J. R., & Fukuyama, M. A. (2002). Feminism, multiculturalism, and spirituality. *Women & Therapy*, 24(3-4), 1-18. [https://doi.org/10.1300/J015v24n03\\_01](https://doi.org/10.1300/J015v24n03_01)
25. Gilbert, L. A. (1985). *Handbook of feminist therapy: Women's issues in psychotherapy*. New York: Springer.
26. Gillian, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. (pp. 24-39). Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctvj2wr9>
27. Gültekin, M. (2021). Feminizmin Queer Sınavı: Kadın yoksa feminizm var mı? *Tezkire Dergisi*, 29(74), 159-175.
28. Güneş, F. (2017). Feminist kuramda ataerki tartışmaları üzerine eleştirel bir inceleme. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 27(2), 245-256. <https://doi.org/10.18069/firatsbed.346526>
29. Hanna, F. J., Talley, W. B., & Guindon, M. H. (2000). The power of perception: Toward a model of cultural oppression and liberation. *Journal of Counseling & Development*, 78(4), 430-441. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2000.tb01926.x>
30. Heshmati, S., Ali, S. R., & Pitre, S. (2021). Transnational feminism and the policing of Muslim women's bodies: Implications for therapy. *Women & Therapy*, 44(1-2), 47-62. <https://doi.org/10.1080/02703149.2020.1775012>
31. Hill, M. (1990). On creating a theory of feminist therapy. *Women & Therapy*, 9(1-2), 53-65. [http://dx.doi.org/10.1300/J015v09n01\\_04](http://dx.doi.org/10.1300/J015v09n01_04)
32. Hill, M., & Ballou, M. (1998). Making feminist therapy: A practice survey. *Women & Therapy*, 21(2), 1-16. [https://doi.org/10.1300/J015v21n02\\_01](https://doi.org/10.1300/J015v21n02_01)
33. Hipolito Delgado, C. P., & Lee, C. C. (2007). Empowerment theory for the professional school counselor: A manifesto for what really matters. *Professional School Counseling*, 10, 327-332. <https://doi.org/10.1177/2156759X0701000401>
34. Hitchcock S. T. (2005). *Karen Horney pioneer in feminine psychology*. Philadelphia: Chelsea House Publishing.
35. Hoffman, M. A., Phillips, E. L., Noumair, D. A., Shullman, S., Geisler, C., Gray, J., ... & Ziegler, D. (2006). Toward a feminist and multicultural model of consultation and advocacy. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 34(2), 116-128. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2006.tb00032.x>
36. Holmes, C., Jackson, A., Looby, J., Gallo, K., & Blakely, K. (2021). Breast cancer and body image: Feminist therapy principles and interventions. *Journal of Feminist Family Therapy*, 33(1), 20-39.
37. Holroyd, J. (1976). Psychotherapy and Women's Liberation. *The Counseling Psychologist*, 6(2), 22-28. <https://doi.org/10.1177/001100007600600207>
38. Horney, K. (1932). The flight from womanhood. *The Psychoanalytic Review* (1913-1957), 19, 80.
39. Howard, D. (1986). *The dynamics of Feminist Therapy (Vol. 5, No. 2-3)*. New York: Psychology Press.
40. Israeli, A.L. ve Santor, D.A. (2000). Theory and practice: Reviewing effective components of feminist therapy. *Counselling Psychology Quarterly*, 13(3), 233-247. <https://doi.org/10.1080/095150700300091820>
41. Josephine, D. (2001). *Feminist Teori (A. Dora, Çev.)*. 2. Basım. İstanbul: İletişim Yayınları.
42. Kaplan, V. (2021). Gender sensitive psychiatry and feminist therapy. *Kıbrıs Türk Psikiyatrisi ve Psikoloji Dergisi*, 3(3), 211-216. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.3.22>
43. Laidlaw, T., & Malmo, C. (1991). Feminist Therapy. *Canadian Journal of Counselling & Revue Canadienne de Counseling*, 25(4), 392-406. <https://cjcrc.ualgary.ca/article/view/59465>



44. Lange, A. J., Rimm, D. C., & Loxley, J. (1975). Cognitive behavioral assertion training procedures. *The Counseling Psychologist*, 5(4), 37-41. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/001100007500500406>
45. Lerman, H. (1976). What happens in Feminist Therapy. *Frontiers: A Journal of Women Studies*, 1(3), 17-22. <https://doi.org/10.2307/3346164>
46. Marecek, J. (1974). *Dimensions of Feminist Therapy*. American Psychological Association. Retrieved from <https://works.swarthmore.edu/fac-psychology/1157>
47. Marecek, J., & Hare-Mustin, R. T. (1991). A short history of the future: Feminism and clinical psychology. *Psychology of Women Quarterly*, 15(4), 521-536. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1991.tb00427>
48. McNamara, K., & Rickard, K. M. (1989). Feminist identity development: Implications for feminist therapy with women. *Journal of Counseling & Development*, 68(2), 184-189. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1989.tb01354.x>
49. Miletic, M. P. (2002). The introduction of a feminine psychology to psychoanalysis: Karen Horney's legacy. *Contemporary Psychoanalysis*, 38(2), 287-299. <https://doi.org/10.1080/00107530.2002.10747102>
50. Millett, K. (1970). *Sexual politics*. Urbana ve Chicago: University of Illinois Press.
51. Neukrug, E. (1999). Social and cultural foundations in counseling. In *World of the Counselor*. California: Brooks/Cole Publishing Company.
52. Neukrug, E. S. (2015). *The Sage encyclopedia of theory in counseling and psychotherapy*. California: Sage Publications.
53. O'Connell, A. N. (1980). *Karen Horney: Theorist in psychoanalysis and feminine psychology*. *Psychology of Women Quarterly*, 5(1), 81-93. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1981.tb01035.x>
54. Oktay, B., ve Oktay, F. (2018). *Bir etik ihlal olarak hasta ve terapist arasındaki cinsel ilişkiler*. Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, (44), 103-110.
55. Ottmann, H. (2017). *Geschichte des politischen Denkens: Band 4.2: Das 20. Jahrhundert. Von der Kritischen Theorie bis zur Globalisierung*. Stuttgart: Springer-Verlag.
56. Pemberton, J. V., & Loeb, T. B. (2020). Impact of sexual and interpersonal violence and trauma on women: Trauma-informed practice and feminist theory. *Journal of Feminist Family Therapy*, 32(1-2), 115-131.
57. Rader, J., & Gilbert, L. A. (2005). The egalitarian relationship in feminist therapy. *Psychology of Women Quarterly*, 29(4), 427-435. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2005.00243>
58. Saulnier, C. F. (2000). Incorporating feminist theory into social work practice: Group work examples. *Social Work With Groups*, 23(1), 5-29. [https://doi.org/10.1300/J009v23n01\\_02](https://doi.org/10.1300/J009v23n01_02)
59. Sharf, R.S. (2004). Feminist Therapy: A multicultural approach. In *Theories of Psychotherapy & Counseling: Concepts and Cases* (pp. 484-532). California: Brooks/Cole, Cengage Learning.
60. Skiff, D. M. (2009). *Measuring partner violence chronicity and prevalence in the religious community: Contextualizing marital submission*. (Unpublished doctoral dissertation). University of Rochester. <http://hdl.handle.net/1802/14528>
61. Sommers Flanagan, J., & Sommers Flanagan, R. (2004). *Counseling and psychotherapy theories in context and practice: Skills, strategies, and techniques*. New Jersey: John Wiley & Sons.
62. Sturdivant, S. (1980). *Therapy with women*. New York: Springer. <https://doi.org/10.1177/036168438400800403>
63. Symonds, A. (1991). Gender issues and Horney theory. *American Journal of Psychoanalysis*, 51(3), 301-312. <https://doi.org/10.1007/bf01249252>
64. Şencan, S., ve Yılmaz Bingöl, T. (2023). Feminist terapi literatür taraması. *Journal of Sustainable Educational Studies*, (Ö2), 34-44.
65. Taş, G. (2016). Feminizm üzerine genel bir değerlendirme: Kavramsal analizi, tarihsel süreçleri ve dönüşümleri. *Akademik hassasiyetler*, 3(5), 163-175. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/269956>
66. Thomas, S. A. (1975). *Moving toward integration: A study of theory and practice in feminist therapy* (Doktora tezi). <https://doi.org/10.15760/etd.2513>

67. Thomas, S. A. (1977). Theory and practice in feminist therapy. *Social Work*, 22(6), 447–454.
68. Ziemba, S. J. (2001). Therapy with families in poverty: Application of feminist family therapy principles. *Journal of Feminist Family Therapy*, 12(4), 205-237.
69. Weisstein, N. (1993). Psychology constructs the female or the fantasy life of the male psychologist (with some attention to the fantasies of his friends, the male biologist and the male anthropologist). *Feminism & Psychology*, 3(2), 195–210. <https://doi.org/10.1177/0959353593032005>
70. Worell, J., & Remer, P. (2003). *Feminist perspectives in therapy: Empowering diverse women* (2nd ed.). New Jersey: John Wiley & Sons Inc.