



GENÇ UZMANLAR

Genç psikolojik danışman adaylarının psikoloji yazıları

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Psikolojik
Danışma
ve
Rehberlik
Uygulama
ve
Araştırma
Merkezi

Yayın tarihi 24.06.2022

ADLERİAN TERAPİ VE TÜRK KÜLTÜRÜNE UYGUNLUĞU

Dilay ARI

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans öğrencisi

Psikoloji bilim olarak henüz genç bir alan. Rogers da kitabının (*Davranış Bilimlerinin Büyüyen Gücü*) önceki kısımlarında bu konudan ayrıntılı bir şekilde bahsetmiş. Fakat bunlardan bahsederken günümüzden yaklaşık yarım yüz yıl öncesiydi. Bense bu kısımda, içinde bulunduğumuz yarım yüz yılda nelerin değiştiğine veya bundan sonra neleri değiştirilip geliştirebileceğine değinmek istiyorum.

2021 yılına geldiğimizde her şeyin ne kadar da hızlı değişip geliştiğini görebiliyoruz. Burada psikoloji alanında da birçok gelişme, yeni yaklaşımlar ortaya çıktı. Fakat ben yine de yarım yüzyıla göre Rogers'ın tahmin ettiği kadar bu alanın geliştirilemediğini düşünüyorum. Bunu söylerken topluma bakıldığında psikoloji biliminin veyahut psikoterapinin halen birçok kesim tarafından bilinmediği, bilirse bile buna mesafeli durulduğu ya da en doğru deyimle bunların işlevsel olarak kullanılmadığının da altını çizmek istiyorum.

Meselenin yansımalarının toplumda birçok yerde karşımıza çıkması muhtemeldir. Örneğin fiziksel olarak bir yeri ağrıdığı için doktora yani tıp bilimine başvurmak toplumda oldukça doğal karşılanır. Hatta tam aksine başvurmamak da anormal karşılanır, eleştirilir. Fakat diğer yandan kişiler arası ilişkilerinde sorun yaşayan, hayatında kendisiyle ilgili psikolojik sorunları olan birçok kişinin bir psikolojik danışmana, psikoloğa yani psikoloji bilimine başvurmadığını görebiliriz ve bu durumda da hiçbir anormallik bulunmaz. Yakın çevremde bile ailesinde sorun yaşayan, iletişim çatışmaları ve ilişki problemleri çeken arkadaşşıma bir psikolojik danışmandan yardım alabileceğini söylediğimde açık bir şekilde bunun hiçbir işe yaramayacağını ifade ettiğini duyduğum oldu. Bu alandaki birçok kişinin de benzer durumla sıkça karşı karşıya geldiği düşünüyorum.

Bu şekilde yukardaki gözlemlerimden yola çıkarak şunlardan söz edebiliriz; ortalama yüz yıl önce bilim olarak ortaya çıkmış bu alan, ortaya çıktıktan sonra hızlı bir şekilde gelişim ve ilerleme göstererek nispeten kısa bir zamanda Rogers gibi bilim adamları tarafından oldukça sağlaştırılmış. Fakat bu hızlı ortaya çıkış ve sağlaştırmadan sonra üzerinden belli bir zaman geçmesine rağmen hala toplumda yukarda bahsettiğimiz gibi örneklerle rastlıyorsak, bu alanın Rogers'ın tahmin ettiği kadar geliştirilemediğini söylemek haksızlık olmaz.

Burada herkesi eleştirmiş gibi bir izlenim yaratmış olabilirim belki ama burada asıl dile getirmek istediğim bu değil. Elbette Rogers 'tan sonra da bu alana birçok önemli katkılar yapılmış. Ama benim anlatmak istediğim Rogers ve Skinner'ın görüşlerinde de belirttiği gibi "günümüzde psikologlar sahip olabilecekleri ya da sahip değillerse bile oluşturabilecekleri kontrolü ele alma konusunda nedense çok çekingenler." sözü üzerine biraz düşünmemiz gerektiği. Bunu söylerlerken yıl 1950'lerdi. Şu an 2021 yılına geldik, acaba yukarıda bahsettiğim psikoloji biliminin toplumda hala tam anlamıyla yer edinmemesinin de sebebi psikologların sahip oldukları gücü kullanmakta çekingen davranmaları mı?

Bence bu konuda biz yeni nesillere büyük iş düşüyor. Bu alanı bir şekilde insanlar arasında tıp, gibi, fizik gibi normalleştirmek ve daha işlevsel hale getirmek adına bir şeyler yapamaz mıyız? Bu gerçekleştirilmesi gerçekten güç bir iş olabilir. Ama bunun için potansiyel güç psikoloji biliminde var. O halde bu potansiyel gücü kullanıp kullanılmamanın ortaya çıkarıp çıkarmamanın sorumluluğu psikolojik danışmanlar, psikologlar gibi bu alanı temsil eden meslek gruplarına düşmektedir. Ayrıca günümüzde her alanda gelişen teknolojiyi de bizim alanımızın gelişiminde ve potansiyelini daha işlevsel bir şekilde lehimize kullanarak daha etkili işler ortaya koyabiliriz.

Son olarak ise bir uyarıda bulunmakta fayda olacağını düşünüyorum. Bu alanı toplumda tam anlamıyla kabul gören ve daha çok işlevsel bir hale getirmeye çalışırken herkese ulaşması için fazla basitleştirip, yüzeyselleştirip asıl temelden saptırmamız önemlidir.

Ayrıca bu alanın temel etiği olan iyileştirme, zarar vermeme her zaman için göz önünde bulundurulmalıdır. Sahip olunan potansiyel, kötü amaçlarla kullanılmamalıdır.

Bu yazıda bahsettiklerim belki bir henüz öğrenci olduğum için fazla hayali ya da fazla iddialı olabilir. Fakat bu fikirlerimin beni bu yolda diri tutacağına ve çabalamam için bana dayanak olacağına inandığım için kitaba eklediğim bu kısımda geleceğe not olarak yazıya dökmek istedim.

Konuyla ilişkili ileri okuma önerileri

1. Corey, G. (2015). Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları(Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis yayıncılık
2. Eker, S. (2013). Alfred Adler'in Kişilik Kuramının Demokrasi Düşüncesi Açısından Önemi. Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi. 22, 157-180
3. Ekşi, H. Sevim, E. Kurt, B.(2016). Psikolojik Doğum Sırası İle Yetersizlik Duygusunun Yetişkin Bağlanma Stillerini Yordama Düzeyinin İncelenmesi. 15(3), 1055-1065
4. Erginoğlu, E. (2015). Kardeş ilişkileri, anne baba tutumları, davranış ve uyum problemlerinin, bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
5. Kalkan, M. ve Koç, H. Psikolojik Doğum Sırası Bireylerin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Yordayıcısı mıdır? . Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 30, 46-59
6. Özdemir, O. Özdemir, P. Kadak, M. Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik Gelişimi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4, 566-589.
7. Selvi, K. (2018). Narsistik Kişilik Bozukluğunun, Adler'in Aşağılık ve Üstünlük Kompleksleri Açısından Analizi: Bir Olgu Çalışması. AYN Klinik Psikoloji Dergisi. 1, 1-20
8. Sümer, Z. (2019). Bireysel Terapi. Z. Karataş ve Y. Yavuzer(Ed.), Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları içinde (s.91-123). Yer: Ankara. Yayıncı: Pegem Akademi
9. Sümer, Z. ve Akçoban, N. (2016). Adler Yaklaşımında Aile Danışmanlığı. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 46, 87-101