



GENÇ UZMANLAR

Genç psikolojik danışman adaylarının psikoloji yazıları

Psikolojik
Danışma
ve
Rehberlik
Uygulama
ve
Araştırma
Merkezi

Yayın tarihi 20.02.2022

1950'LERDEN BUGÜNE

Seyit Mehmet ANIL

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans öğrencisi

Özet

Bu yazıda psikoloji alanında önemli bir yere sahip olan Carl R. Rogers' tan ve onun alanımızda bir başyapıt olarak sayılabilecek **Kişi Olmaya Dair** (Rogers, 2011) kitabından etkilendim. Aslında bu yazı "Kişi Olmaya Dair kitabına bir bölüm ekleyeydiniz bu ne/nasıl olurdu?" şeklinde bir sorudan ortaya çıkmıştır. Rogers 1961 yılında kaleme aldığı bu eserinde kendi deyimiyle, bir terapistin gözünden psikoterapiye bakış yapmıştır. Bunu yaparken de kitap içerisinde, psikolojiyle ilgili; ilk ortaya çıktığı yılları hakkında, kendinin de bulunduğu dönemdeki durumu hakkında, hem de gelecekteki potansiyeli hakkında düşüncelerine yer vermiştir. Ben de bu yazımda özellikle gelecekteki potansiyeli hakkındaki düşüncelerinden yola çıkarak, bir psikolojik danışmanlık bölümü öğrencisinin gözünden, günümüzdeki durumu hakkında düşüncelerime yer verdim.

Psikoloji bilim olarak henüz genç bir alan (Rogers, 2011, s. 534). Rogers da kitabının (*Davranış Bilimlerinin Büyüyen Gücü*) önceki kısımlarında bu konudan ayrıntılı bir şekilde bahsetmiş. Fakat bunlardan bahsederken günümüzden yaklaşık yarım yüz yıl öncesiydi. Kitaba ekleyeceğim 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 (Özakkaş, 2018). 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, bilinse bile buna mesafeli durulduğu ya da en doğru deyimiyle bunların işlevsel olarak kullanılmadığıdır.

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 önerdiğimde açık bir şekilde bunun hiçbir işe yaramayacağını söylediğini 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 sağlanmıştır. Fakat bu hızlı ortaya çıkış ve sağlanmasından 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 katkı yapılmış. Ama benim anlatmak istediğim bu kitabın (*Davranış Bilimlerinin Büyüyen Gücü*) 20. bölümünde 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 davranmalarını 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 gerçekleştirmesi gerçekten güç bir iş olabilir. Ama bunun için potansiyel güç psikoloji biliminde var. Bunu gerek *Kişi Olmaya Dair* bölümünde gerekse alanda yapılan diğer bütün çalışmalarda görmekteyiz. O halde bu potansiyel gücü kullanıp kullanmamanın ortaya çıkarıp çıkarmamanın sorumluluğu ise biz 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 temelinden saptırmamamız önemlidir. Başka bir uçta ise bu alanın temel etiği olan iyileştirme, zarar vermeme her zaman için göz önünde bulundurulmalı. Sahip olunan potansiyel kötü amaçlarla kullanılmalıdır.

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.

Kaynaklar

1. Özakkaş, T. (2018). Psikoterapi Tarihi ve Bütüncül Psikoterapi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1-24.
2. Rogers, C. R. (2011). 20. Bölüm - Davranış Bilimlerinin Büyüyen Gücü. C. R. Rogers içinde, *Kişi Olmaya Dair* (s. 534). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
3. Rogers, C. R. (2011). *Kişi Olmaya Dair*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları.