

Modern Paradigmalarından Postmodern Paradigmalara: Değişim ve Dönüşüm Yolculuğunda Terapötik Uygulamalar

From Modern Paradigms to Postmodern Paradigms: Therapeutic Interventions on a Journey of Change and Transformation

Özge Yıldırım¹, Ayşe Esra İşmen Gazioğlu¹

¹İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, İstanbul

ÖZ

Danışanı problemleri ve zayıf yanlarından tutan, bozuk ve eksik yönlerinin neler olduğunu tespit etmeye odaklanan, terapistin danışanın hayatının nesnel bir gözlemcisi olarak görüldüğü hiyerarşiye dayalı bir terapi anlayışından; danışanı güçlü yönlerinden tutan, çözümün ne olduğuna odaklanan, danışanın uzman olarak görüldüğü eşitlikçi bir danışan-terapist ilişkisine dayalı terapi anlayışına geçiş, psikoloji alanında yaşanan köklü bir paradigma değişimidir. Psikolojinin bakış açısındaki bu değişiminin arka planında en temelde, modernizmin, doğrunun, bilginin ve gerçekliğin evrensel ve tek olduğuna ilişkin inancının sorgulanması bulunmaktadır. Bu uygulamalar, bilginin ve doğrunun çoklu, karmaşık ve göreceli olduğunu, bilginin yorumlandığını ve insanlar arasında inşa edildiğini savunan postmodernist paradigmatı doğurmuştur. Sanat, mimari, sinema ve edebiyat gibi birçok alanda etkileri olan postmodernizm; psikoloji biliminin insan doğasına, danışan-terapist ilişkisine ve terapi sürecine bakışında köklü değişimlere yol açmıştır. Bu çalışmada, modernizm ve postmodernizmi tarihsel bir bakış açısıyla incelemek, sonrasında postmodernizmin psikoloji alanına olan yansımalarını ele almak amaçlanmaktadır. Bu amacı gerçekleştirmek için, ilk olarak modernizmin ortaya çıkışı, epistemolojisi, temel varsayımları ve modernizmin psikolojiye yansımaları ele alınmıştır. Sonrasında, modernizmden postmodernizme geçiş sürecinde yaşanan toplumsal ve epistemolojik değişim incelenmiştir. Postmodernizmin epistemolojisi ve varsayımları modernizmle karşılaştırmalı olarak incelendikten sonra; postmodern terapilerin genel özellikleri ve insan doğasına, terapi sürecine ve danışan-terapist ilişkisine bakış açısı ele alınmış, Türkiye bağlamında tartışılmıştır.

Anahtar sözcükler: Modernizm, postmodernizm, psikoloji, terapi

ABSTRACT

The transition from a hierarchy-based approach to therapy, in which the therapist is seen as an objective observer of the client's life; to an egalitarian therapist-client relationship-based therapy approach, which holds the client in their strengths, focuses on what the solution is, and sees the client as an expert, is a radical paradigm shift in the field of psychology. The background of this change in psychology's perspective, based on the questioning of modernism's belief that truth, knowledge and reality are universal and valid beyond all times and places. These inquiries have given birth to the postmodernist paradigm, which argues that knowledge and truth are multiple, complex and relative, that knowledge is interpreted and constructed between people. Postmodernism, which has effects in many fields such as art, architecture, cinema and literature; has led to radical changes psychology's view on human nature, the therapist-client relationship and the therapy process. This study aims to examine modernism and postmodernism from a historical perspective, and then to discuss the reflections of postmodernism on the field of psychology. In order to achieve this aim, first of all, the emergence of modernism, its epistemology, its basic assumptions and the reflections of modernism on psychology are discussed. Afterwards, the social and epistemological changes which occurred in the transition from modernism to postmodernism were examined. After examining the epistemology and assumptions of postmodernism in comparison with modernism; the general characteristics of postmodern therapies and their perspective on human nature, therapy process and therapist-client relationship are discussed. The study further provides recommendation for future directions in Turkish counseling and therapy contexts.

Keywords: Modernism, postmodernism, psychology, therapy

Giriş

Modernite temelli paradigmalardan postmodernite temelli paradigmalara geçişle birlikte, psikoloji biliminin terapötik uygulamaları ele alışında da değişimler olmuştur. Modernite eksenindeki geleneksel terapi anlayışları, danışanı analiz ederek zayıf yanlarına odaklanan ve terapistin danışanın hayatının uzmanı olarak görüldüğü hiyerarşik bir yaklaşım benimsemekteydi. Ancak, modernizmin evrensel doğrularına yönelik sorgulamalar, bilginin ve gerçekliğin göreceli olduğu postmodernist bir bakış açısının ortaya çıkmasına neden oldu (Hick 2004).

Bu değişimle birlikte, terapötik uygulamalarda temel bir değişim yaşandı. Artık, soruna değil çözüme, danışanın zayıf yanlarına değil güçlü yanlarına ve hiyerarşik değil eşitlikçi bir danışan terapist ilişkisine odaklanan bir terapi anlayışı benimsenmeye başlandı. Modernizmin evrensel ve tek olan bir doğru anlayışı yerine, bilginin çoklu ve karmaşık olduğu anlayışı, postmodernizmin psikolojiye etkilerini şekillendirdi (Anderson 2003, Tarragona 2008). Psikoloji kuramlarının kavranabilmesi için bu kuramların dayandığı paradigmanın anlaşılması önemli görülmektedir. Bu çalışmada, terapötik uygulamaların arka planında gerçekleşen paradigma değişimine ilişkin kapsamlı bir inceleme sunulurken, literatüre bir katkıda bulunulacağı düşünülmektedir.

Bu derleme çalışmasında modernizm ve postmodernizmin tarihsel kökenlerini ve modernist paradigmalardan postmodernist paradigmalara geçişin terapötik uygulamalara olan etkilerini incelemek amaçlanmıştır. Ayrıca, postmodernizmin getirdiği yeni perspektifin, terapötik uygulamaların doğasını nasıl etkilediği üzerine derinlemesine bir analiz sunmak hedeflenmiştir. Bu paradigma değişiminin Türkiye bağlamında uygulanabilirliği tartışılmıştır.

Modernizm

Modernizm, batı dünyasında yaklaşık olarak 18.yüzyıl ortalarında ortaya çıkan, 19.yüzyılda egemen olan ve 20.yüzyılın ilk yarısına kadar devam eden bir düşünce ve yaşam tarzıdır (Arkonaç 2015). 17 ve 18. yüzyıllarda, orta çağın otoriteye körü körüne bağlılığa ve dogmatik bilgilere dayanan yapısı sorgulanmaya başlanmış, Rönesans ve Aydınlanma dönemlerinde ise bu sorgulamalar hız kazanmıştır. Bu dönemde yapılan sorgulamalar sonucunda, mistik bilgilere körü körüne bağlılığın, insan kapasitesinin hiçe sayılması demek olduğuna dair bir inanç oluşmuş; orta çağ döneminin bireylerin doğuştan kötü ve yetersiz olduğuna ilişkin varsayımı reddedilmiştir. Aydınlanma çağının Bacon, Descarte ve Locke gibi ünlü düşünürleri, insanların rasyonel düşünce, mantık ve sorgulama becerisine sahip olduğunu ve kendi sorumluluğunu alabileceklerini ileri sürmüşlerdir. Newton, Evrensel Yerçekimi Kanunu'yla, tabiat olaylarının neden ve sonuç ilişkileriyle açıklanabileceğini savunarak yeni bir dünya görüşünün altyapısını oluşturmuştur. Bu düşünürlerin oluşturdukları kıvılcımlar, doğaya olan merakı arttırmış; aklın ve mantığın merkeze alınmasıyla bilimsellik ön plana çıkmış, tabiatın neden sonuç ilişkileriyle açıklanabileceği ve insanın tabiat üzerinde hâkimiyet kurabileceği savunulmuştur (Hicks 2004).

Pozitivizm, rasyonalizm ve Aydınlanma temelleri üzerine kurulu olan modernist düşünce; temel, bilinebilir ve evrensel bir gerçekliğin olduğunu ve bilimin amacının bu gerçekliğe ulaşmak olduğunu savunmaktadır. Modernizmde, insan zihni egemen güç olarak kabul edilmiş, doğanın ve gerçeğin akıl ve mantık yoluyla gözlemlenebileceği ve bilinebileceği, doğaüstü hiçbir şey bulunmadığı, doğanın doğru yöntemler kullanılarak neden sonuç ilişkileriyle açıklanabileceği ve kontrol altına alınabileceği ileri sürülmüştür. Bu düşüncenin etkisiyle bilimin doğrusal olarak ilerlediği düşünülmüş; tek, mutlak ve evrensel olan doğru ve gerçekliği arayan çalışmalar yapılmış ve kuramlar oluşturulmaya çalışılmıştır. Doğru yöntemler kullanılarak ulaşılan bu doğruların ve gerçeklerin ise insanı özgür kılacağına inanılmıştır. Bu süreçte sosyal bilimlerin de bilim olarak kabul edilebilmesi için doğa bilimleri gibi gözlem, nicel ölçme araçları ve deneyi kullanarak nesnel olan doğruları ve neden sonuç ilişkilerini ortaya koyması ve evrensel olan doğrulara ulaşması gerektiği düşünülmüştür (Gergen 1990, Hicks 2004, Arkonaç 2008, Burr 2012). Psikoloji de bu süreçte modernizmin doğurduğu bir çocuk olarak dünyaya gelmiştir (Kvale 1992).

Modernist Psikoloji

Modernist düşüncenin, davranış bilimi, psikolojide kullanılan araştırma yöntemleri ve psikolojik danışma kuramları üzerinde önemli etkileri olmuştur. Bilginin doğasının nesnellik üzerine kurulu olduğunu, gerçeğin ve doğrunun tek ve evrensel olduğunu savunan modernist yaklaşımın pozitivist-empirist anlayışına uygun olarak, psikolojide de deneycilik ve akılcılık ön plana çıkmıştır. Bu dönemde psikoloji alanında ortaya çıkan belirleyici kuramlar, psikolojik bilginin geleneksel ve nesnelci bir şekilde kavramlaştırılmasına odaklanmıştır (Kararımak ve Siviş 2018). Modernizmin pozitivist-empirist bilim anlayışı doğrultusunda, psikolojide insan bir organizma

olarak ele alınmış ve hareketleri istatistiksel olarak incelenmiştir. Zihinsel süreçlerin araştırılmasıyla birlikte insan eylemi üzerinde belirli ölçüde kontrol kazanılabileceği düşünülmüştür (Arkonaç 2015).

Modernizmde insan zihninin esas kabul edilmesiyle, kartezyen psikolojide de insan zihni temel alınmış; beden, çevre, kültür ve etkileşim düşünen zihinden ayrılarak ikinci plana atılmıştır. Bu modelin temelinde, düşünen insan, zihin, içsel ve zihinsel süreçler ön plandadır. İnsan; kendi kendisine yeten, otonom, tekil ve içsel bir öze sahip olan bireyler olarak ele alınmıştır. Kartezyen felsefeye dayanan psikoloji anlayışında, bireyselleşme odaklanılmış; insanlar ve insanların karşılıklı etkileşimleri de bireyin yaşantısı üzerinden incelenmiştir. Kartezyen felsefenin getirdiği bu bireycilik anlayışı modern psikolojinin temel taşlarından birini oluşturmuştur (Arkonaç 2008, Burr 2012).

Freud'un psikanaliz kuramının temelini oluşturduğu modernist psikoterapi kuramları, en temelde eksiklikleri ve patolojiyi belirlemeye ve düzeltmeye odaklanmıştır. Bu kuramlarda, danışanların semptomlarının altında her zaman ciddi nedenler yattığı düşünülmüştür. Danışanın iyileşmesi için de bu belirtilerin nedenlerinin anlaşılması, belirtilerinin azaltılması veya değiştirilmesi için farkındalık ve içgörü oluşturulması gerektiği ileri sürülmüştür. Semptomların bir işlevleri olduğuna inanılmış ve tamamen ortadan kaldırılmasına şüpheyle yaklaşmıştır. Danışanların değişim konusunda ikircikli oldukları ve terapiye karşı dirençli oldukları düşünülmüştür. Bunlara ek olarak modernite ekseninde gelişen psikoterapi kuramları, gerçek değişim için uzun süre gerektirdiğini vurgulamışlardır (O'Hanlon ve Weiner-Davis 1989, Murdock 2018). Modernist psikolojide, insanların oluşturdukları öznel anlamlandırmalar ve sosyal ilişkiler yeterince temsil edilmediğinden psikolojinin, bilim yapmak için benimsediği bu kartezyen bakış açısı sonrasında sıkı eleştirilere maruz kalmıştır.

Modernizme Yönelik Sorgulamalar

Modernizm, bilgi ve akıl aracılığıyla sorunların üstesinden geleceğini, insanlığı daha ileriye götüreceğini, özgürlük, mutluluk ve refah getireceğini vadedmiş olsa da 20. yüzyılda yaşanan gelişmeler modernizme olan inancı temelden sarsmıştır. Bu yüzyılda modernizmin getirdiği teknolojik gelişmeler ve ulaşılan bilgiler büyük yıkımlara ve dolayısıyla da modernizmde bir kimlik krizine sebep olmuştur. Bilimsel araştırmalarla ortaya konan bilginin iki büyük dünya savaşında, Hiroşima bombası yapımında ve Yahudi katliamında kullanılması, faşist devletlerin ortaya çıkması, sömürge rejimlerinde yaşanan insanlık dışı eylemlerin farkına varılması bilimin ve modernizmin gücüne duyulan inancı sarsmıştır. 1960'lı yılların sonlarından itibaren modernist bilim çok sıkı bir şekilde sorgulamalara maruz kalmıştır (Powell 1998).

Modernist düşüncenin bilgi ve doğrunun evrenselliği ile mutlak gerçeğe ulaşma yaklaşımına ilişkin sorgulamalar bariz olarak 1960'larda ortaya çıkmış olsa da bilgi felsefesine ilişkin sorgulamalar daha eskilere dayanmaktadır. 19. yüzyılda nesnellikten öznelliğe geçişte önemli bir isim olan Kant, Aydınlanma felsefesinin savunucusu olsa da aydınlanma felsefesinin varsayımlarından ayrılıkta önemli bir adım atmıştır. Kant, doğrunun yalnızca belirsiz olmadığı, aynı zamanda da imkânsız olduğu çıkarımında bulunarak evrensel doğruyu arayan bilime şüphecilikle yaklaşmıştır. Kant özne ve nesneyi, gerçeklik ve akli birbirinden ayırmıştır. Bilen özne boş ve kişisiz bir levha olmadığı için, bilgiyi mümkün kılanın da yalnızca nesnenin kendisinin olamayacağını savunmuştur. Kant'ın felsefesine inanmakla birlikte onu yetersiz bulan Hegel, gerçekliğin öznel olduğunu, zamana ve yere göre değişebildiğini ve içinde tutarsızlıkları barındırdığını savunarak Aydınlanma ilkelerine karşıt bir felsefe geliştirmiştir. Hegel, aklın bireysel işlevinden ziyade toplumsal işlevini temel almış; bireylerin çevrelerindeki kültür tarafından inşa edildiklerini ileri sürmüştür. Schleiermacher, Kierkegaard, Schopenhauer ve Nietzsche gibi irrasyonalistler aklın yapay olduğuna ve gücü kısıtladığına inanmışlar ve gerçeğe ulaşabilmek için aklın terk edilmesi gerektiğini savunmuşlardır. Bu dört düşünür; Kant gibi, gerçeğin bilinebilmesi için aklın gereksiz olduğunu; Hegel gibi, gerçekliğin çelişkili ve absürt olduğunu savunmuş ve aklın duygu, içgüdü veya inançla sarsıldığı, rasyonel olmayan ve mantıksız olanın gerçeklikle ilgili derin doğrular verdiği sonucuna ulaşmıştır (Hick 2004). Görüldüğü gibi önemli aydınlanma filozofları gerçekliğin doğası ve gerçeklikle ulaşma yollarıyla ilgili oldukça düşündürücü görüşler öne sürmüşlerdir.

19. yüzyılda, aydınlanma felsefesinin ve modernizmin ampirik-pozitivist bilim anlayışının, bilginin ve doğrunun evrenselliğinin sorgulanması 20. yüzyılda yaşanan savaşlar ve bilimin ürettiği bilginin kötüye kullanılmasıyla birlikte daha şiddetli bir şekilde devam etmiştir. Martin Heidegger, Hegelin felsefesini temel alarak kişisel ve fenomenolojik bir dönüşüm yaratmış ve sonrasında postmodernizm ana akımı tarafından çok küçük değişimlerle kabul edilmiş olan aşağıdaki sonuçlara ulaşmıştır.

1. Çatışma ve tutarsızlık gerçeğin en derin doğrularıdır.
2. Gerçeklik hakkındaki doğrulara ulaşmada akıl, öznel ve güçsüzdür.

3. Aklın unsurları -kelimeler ve kavramlar- kabuğunun kaldırılması veya yıkıma tabi tutulması gereken engellerdir.
4. Mantıksal çelişki ne bir başarısızlık işaretidir ne de özellikle önemli bir şeyin işaretidir.
5. Duygular, özellikle de hastalıklı kaygı ve dehşet duyguları, akıldan daha derin bir rehberdir.
6. Çelişkisizlik yasasına ve özne / nesne ayırımına dayanan Batı felsefe geleneğinin tamamı -ister Platonik, Aristotelian, Lockean, isterse Kartezyen- aşılması gereken bir anlayıştır (Hick 2004).

1990'lar ayrıca Planck'ın kuantumun varoluşu varsayımında bulunduğu, Poincare'nin güneş sisteminin hareketinde kaosun saklı olabileceğini öne sürdüğü, Einstein'ın görelilik kuramıyla ilgili ilk makalesini yayınladığı, Heisenberg'in elektronun hızının her ölçümünde her zaman bir belirsizlik düzeyi olacağına ilişkin belirsizlik ilkesinin ileri sürüldüğü yıllardır (Peat 2007). Fen bilimlerinde yaşanan bu gelişmeler de modernizmin varsayımlarının sorgulanmasına yol açmıştır.

Bu yüzyılda, bilimsel olan bilgiyi, bilimsel olmayan bilgidan ayırt edecek yöntemin ne olması gerektiği ile ilgili de cevap arayışları olmuştur. Modernizmin yöntemi olan mantıksal pozitivismin bu tartışmadaki en önemli dayanağı doğrulanabilirlik ilkesi olmuştur. Modernizme göre, bilginin anlamlı olabilmesi için doğrulanması gereklidir. Modernizmin bu doğrulanabilirlik ilkesine dayanan yöntem anlayışını yıkan Popper olmuştur. Popper'a göre, rasyonalite doğrulanabilir değil yanlışlanabilir bir özelliğe sahiptir. Bilimsel ilerleme de doğruların biriktirilmesiyle değil, yanlışların ayıklanmasıyla gerçekleşecektir. Her bilginin yanlış olma ihtimali olduğu için doğru kesin olarak ispatlanamayacaktır. Bu nedenle, Popper'ın yanlışlanabilirlik kuramı, modernizmin bilimsel yöntemleri olan mantıksal pozitivism ve ampirizmin ispatlanabilir kesin doğru bilgiye ulaşma garantisini yıkmıştır. Modernizmin pozitivisminin savunduğu, bilimsel bilginin birikerek doğrusal bir şekilde ilerlediği fikri de Kuhn tarafından gerçeğe bulunmamıştır. Kuhn, bilimin tarihsel olarak öncelikle paradigma öncesi bilimle başladığını, sonrasında bu süreci paradigmanın kurulmasıyla "normal bilim" evresinin takip ettiğini, devamında da karşı örnekler ya da kural dışı sonuçların krizi tetiklediğini ve bu krizle beraber yeni bir paradigma kurulduğunu ve bu süreci yine normal bilim ve krizin takip ettiğini ve bu durumun bu şekilde devam ettiğini savunmuştur. Kuhn bu paradigma kayışlarını devrim olarak nitelemiştir (Arkonaç 2015).

Postmodernizm; Aydınlanma ve modernizmin akıl, doğru, bilimsel ilerleme anlayışı ve yöntemlerine karşı yapılan saldırının bir sonucu olarak ortaya çıkan yeni paradigma olmuştur. Postmodernizmin aşırı şüpheciligi, özneliği ve göreliliği de iki yüzyıllık bir epistemolojik savaşın sonucunda oluşmuştur (Hick 2004).

Modernist Psikolojide 20. Yüzyılın İlk Yarısında Başlayan Sorgulamalar

Freud'un çalışmaları onu takip eden bütün modelleri ve kuramları şekillendirse de, 20. yüzyılda modernizmden kopuş ve postmodernizme doğru olan geçiş yolunda birçok değişim yaşanmıştır (Derringer 2001). II. Dünya Savaşı'ndan sonra çeşitli disiplinlerden akademisyenlerin akıl ve bilime yapılan modern vurgunun hegemonyasını sorgulamaya ve evrensel olarak geçerli olan tek ve objektif bir gerçekliğe ulaşmanın mümkün olamayacağını öne sürmeye başlaması, psikolojide de öznellik ve yerellik vurgusuna doğru geçişe yol açmıştır (Applegate 2000). Psikolojide rasyonalizm ve objektivizmden, sübjektivizm ve kişisel anlama geçişte Winnicott ve Kohut önemli isimlerdendir. Winnicott psikolojinin odağını dürtüler, savunma mekanizmaları ve egonun işlevlerinden diğerleriyle ilişkilerin nasıl içselleştirildiğine çevirmiştir. Winnicott, terapi sürecinde yorumlamadan ziyade ilişkileri iyileştirici unsur olarak görmüştür. Benzer şekilde Kohut da kariyerine modern paradigmada başlamış olsa da, modern terapilerin psişik determinizm ve terapistin uzman olarak görülmesi anlayışlarından uzaklaşmıştır. Kohut, Freud'un narsizm, öz-sevgi ve yorumlama ihtiyacı kavramlarını yeniden formüle etmiş ve empatiye odaklanmıştır. Kohut'un kuramı tedaviden çok önemsemeye odaklanmıştır. Winnicott ve Kohut psikoterapinin modern yaklaşımını dönüştürmüşlerdir. Bu dönüşümle birlikte doğrunun objektif olmadığı ve psikoterapi uygulamasında da tek doğru olarak kabul edilebilecek bir kuramın bulunmadığı fikri öne sürülmüştür (Derringer 2001).

Psikolojide yaşanan bu dönüşümde Sullivan'ın da önemli etkileri olmuştur. Sullivan, insanların kişiler arası ilişkilerinden ayrı düşünülemediğini, kişilik ve benliğin bireyin içinde yatan bir şey olmadığını, diğerleriyle etkileşim halinde ortaya çıktığını savunmuştur. İnsan ilişkilerinin en önemli yönünün iletişim olduğunu belirtmiştir. Freudianların içsel dürtüleriyle hareket eden özerk birey anlayışından, çevreyle olan ilişkilerinden etkilenen ve etkileşimlerle var olan birey anlayışına doğru bir dönüşüm yaratmıştır. Sullivan dili, insanların ortak anlama varma aracı ve öznel anlamların işareti olarak görmüştür (Derringer 2001, Geçtan 2017). Sullivan'ın dilde ileri sürdüğü bu işlev değişimi ve kişiler arası ilişkilere yapılan vurgu, modernizmden kopuş ve postmodernizme doğru bir geçişe yansımaktadır.

Stern'in kimliği izole edilmiş bir bireyin içinde bulunan ve bilinçaltının katmanlarından arkeolojik keşif yapılarak çıkarılmayı bekleyen bir şey olmadığı, diğer insanlarla olan diyaloglarda oluşturulan bir anlam süreci olduğuna ilişkin düşünceleri postmodernizmle yakından ilişkilidir. Erik Erikson'un psikososyal gelişim kuramı da normal gelişimin odağını içsel psikoseksüel dürtülerden diğer insanlarla ve dış dünyayla ilişkili sosyal işlevselliğe doğru çevirmiştir (Derringer 2001). Horney bozuk davranışların aile içi ilişkilerdeki aksaklıklardan kaynaklandığı ileri sürmüş ve ayrıca sosyal ve kültürel faktörlerin rolüne dikkat çekmiştir. Toplum-birey, anne-baba ve çocuk ilişkilerinin önemini vurgulayan Horney davranışın biyolojik belirleyicilerini geri planda bırakarak sosyal ve ilişkisel olan belirleyicileri ön plana almıştır (Geçtan 2017).

Winnicott, Kohut, Stern, Sullivan, Horney ve Erikson; postmodernizmin başlangıcı olarak kabul edilen 20. yüzyılın ikinci yarısından önce, içinde buldukları modernist dönemde modernist psikolojinin varsayımlarını ve uygulamalarını eleştirerek çağlarının çok ötesinde fikirler öne süren psikoterapist ve bilim insanlarıdır. Bu kişiler modern psikolojinin içsel dürtülere, objektifliğe, psişik yapıya dayanan varsayımlarını sorgulamış ve insan psikolojisinin yalnızca içsel süreçlerden etkilenmediğini belirterek psikolojinin öteki insanı ve sosyal çevrenin gücünü fark etmesini sağlamışlardır. Buldukları çağın çok ötesinde görüşler öne sürmüşler; diğer insanlarla ilişki ve etkileşimler, birlikte oluşturulan anlam gibi postmodernist psikolojinin kavramlarının temellerinin atılmasında etkili olmuşlardır.

20. yüzyılın ikinci yarısında modernist paradigmanın genelinde yaşanan kriz sanat, siyaset, entelektüel dünya ve bilim dünyasında kendini açık bir şekilde göstermiş, bilim dünyasında daha önce belirtilmiş olan açmazlar şiddetlenmiştir. Modernist paradigmanın açıklamalarının yetersiz kalması bilim dünyasında çekişmelere, başkaldırlara ve kayış kopmalarına sebep olmuştur. 1970'lere gelindiğinde psikolojide de bu kriz şiddetlenmeye başlamıştır. 1970'lerde psikolojide yaşanan kriz ilk olarak sosyal psikolojide başlamıştır. İnsan davranışını kendi sosyal bağlamı içerisinde değil de bireyin öznel ve içsel süreçleri üzerinden inceleyen modernist sosyal psikolojinin, insanı bilişsel-zihinsel bir birey olarak ele alıp sosyal psikolojiyi de bireyin yaşantısı üzerinden açıklamaya çalışması, sosyal fenomenleri açıklamada yetersiz kalmıştır. Bu durum, insanın sosyal davranışlarını incelediğini ileri süren sosyal psikolojinin kavramlaştırılmalarında sorunlara ve krize sebep olmuştur. Modernist sosyal psikolojinin araştırmalarında "sosyal"ı içermemesi durumunu eleştiren Tafel (1972), sosyal davranışın bir boşlukta değil insanların birbirleriyle olan etkileşimleri sonucunda ortaya çıktığını belirtmiştir (akt. Arkonaç 2015). Gergen (1973) de, "Social Psychology as History" isimli makalesinde ilk defa sosyal psikolojinin kültüre ve tarihe gömük olduğundan söz etmiştir.

Bu yıllarda sosyal psikolojideki tartışmaların odağında sosyal bilimlerin yerelliği ve evrenselliği tartışmaları bulunmaktadır. 1970'lere kadar sosyal bilimlerde ve psikolojide egemen anlayış Kuzey Amerika ve Kıta Avrupası'nın anlayışiyken, batı biliminde ilk kez araştırmalarda elde edilen bulguların evrensel olarak geçerliliği ve uygulanabilirliği yerine kültüre özgü ve yerel olabileceğini sorgulanmaya başlanmıştır. Psikoloji, odağını rasyonellikten göreceliğe, bağlama, tarihselliğe ve kültüre kaydırmıştır (Arkonaç 2015). Özetle, 20.yy başlarından itibaren modernist psikolojinin mutlak gerçekliğinin sorgulanması sonucunda; psikolojide yerellik vurgusu ele alınmaya, rasyonalizm ve objektivizmden, subjektivizm ve kişisel anlama geçilmeye başlanmıştır.

Postmodernizm

Postmodernizmin temelinde, modernizmin nihai gerçeklik ve dünyanın "büyük anlatılarla" açıklanabileceği fikrine karşı çıkış vardır (Lyotard 1979). Postmodernizm, modernizmin evrensellik, nesnel ve doğrudan gözlemlenebilen mutlak gerçeklik ve bu gerçekliğin doğasına zihin ve rasyonalite aracılığıyla ulaşma varsayımını reddeder. Postmodernizme göre bilgi zihnin dışında, konuşulan dilde insanlar arasında karşılıklı olarak sürekli bir şekilde üretildiği için keşfedilecek evrensel bir gerçeklik bulunmamaktadır. Her bir bireyin farklı anlamlandırmaları olduğu için de, bilgi tekil değil çokludur. Dolayısıyla da her şeyi kuşatan evrensel bir bilgi sistemi bu öznel ve çoklu gerçekliği açıklayamamaktadır (Hick 2004, Işık ve ark. 2019).

Postmodernizmle birlikte bireysel akıldan toplumsal sözbilimine; objektif olarak algılanan dünyadan, sosyal olarak inşa edilen bir dünyaya; dilin, aklın ve gerçekliğin bir aracı olarak görülmesinden, dilin diğerleriyle ilişkilerde ve kültürel süreçlerde gerçekliği yaratan önemli bir eylem biçimi olarak görülmesine doğru bir geçiş olmuştur (Gergen 2001). Modernizmde keşfedildiğine inanılan bilginin, postmodernizmle birlikte toplumsal olarak dille inşa edildiği savunulmuş; insan doğasına bakışta bireycilikten toplumculuğa geçilmiş ve özellikle sosyal bilimlerin alanında nesnellikten uzaklaşmaya, kişisel anlamların ve yaşam deneyimlerinin önem kazandığı öznel bakış açısına ve öznellik kavramına vurgu yapılmaya başlanmıştır (Hicks 2004; Kararımak ve Siviş, 2018). Gerçekliğin göreceli olduğunu, bilginin insan ve toplum tarafından sosyal ilişkiler aracılığıyla yapılandırıldığını ve tarihe ve kültüre göre değiştiğini, hayatta çeşitli, çoklu ve ortama bağlı olan hallerin birlikte var olduğunu

savunan postmodernizm; bağlamsal, dinamik ve değişken bir düşünce tarzından oluşan bir epistemolojiye dayanmaktadır (Carchesio ve Green 2011, Burr 2012). Dünyanın tek bir düşünce ve evrensel bir geçerlik altında toplanamayacak kadar karmaşık ve çeşitli olduğunu düşünen postmodernistler; belirsizliğe, parçacılığa, eklektisizme, heterojenliğe, çok kültürlülüğe, yerelliğe ve anlatısal bilgiye önem vermektedirler (Işık ve ark. 2019). Postmodernizmde göreceliğe, öznelliğe ve sosyale yapılan vurguyla birlikte, modernist dönemin nesnel gerçeklik ve birey odaklı olan nicel ölçme yöntemleri yerine nitel ölçme yöntemleri, sosyal ve kültürel çevre ve öznel önem kazanmıştır (Neimeyer 1993). Hicks'in (2004) modernizm öncesi, modernizm ve postmodernizm paradigmalarının özelliklerini özetlediği tablo aşağıda verilmiştir:

Tablo 1. Modernizm öncesi, modernizm ve postmodernizm			
	Modernizm Öncesi	Modernizm	Postmodernizm
Epistemoloji	Mistisizm ve/ya inanç	Nesnelcilik: deneyim ve akıl	Toplumsal öznelcilik
İnsan Doğası	Doğuştan günah/Tanrının iradesine tabi	Boş levha ve özerklik	Sosyal inşa ve çatışma
Etik	Kolektivizm: alturizm	Bireycilik	Kolektivizm: Eşitlik

Hicks'in özet tablosu incelendiğinde modernizmin bilginin nesnellliğini ve bilgiye ulaşmada da deneyim ve akıl temel alırken, postmodernizmde bilginin toplumsal olarak oluşturulan öznel bir niteliğe sahip olduğu görülmektedir. Modernizm insanları boş bir levha olarak dünyaya gelen özerk bireyler olarak kavramsallaştırırken, postmodernizm insanların sosyal diyaloglarıyla ve çatışmalarıyla kavramsallaştırmaktadır. Son olarak da modernizm bireyciyken postmodernizm kolektivist ve eşitlikçidir.

Bu noktada postmodernizmin modernizmin tam zıttı mı olduğu yoksa tarihsel bir şekilde devamı mı olduğu konusunda farklı görüşler ortaya atılmaktadır. Postmodernizm, temel varsayımları ve epistemolojileri açısından bakıldığında modernizmin tam zıttı olarak görülebilir; doğaüstücülükten akla, akıldan öznelliğe ve yerelliğe geçiş bilimin kendi içerisinde gelişimi olarak da görülebilir. Fizikçi, tarihçi ve bilim felsefecisi Thomas Kuhn'un (1922-1996) bilimsel bilginin ancak içinde oluşturulduğu koşullarla anlaşılabilceğini savunması da her paradigmanın kendi içerisinde geçerli olduğunu göstermektedir.

Psikolojinin Postmodernist Paradigmayı Kabulüne Doğru

Psikolojideki postmodernist paradigmanın oluşumunda farklı disiplinlerden bilim insanlarının ve düşünürlerin katkıları olmuştur. Bateson, Foucault, Gergen, Heisenberg, Kelly, Derrida, Maturana ve Derrida gibi isimlerin görüşleri, dünyayı görmede ve anlamlandırmada yeni bir paradigma olan postmodernizmin psikolojiye yansımada önemli katkılarda bulunmuşlardır (Derringer 2001). Bateson ve Maturana'nın duygular ve dille ilgili ilgili yapmış oldukları çalışmalar, sosyal bilimlerin biyolojik temellerinin atılmasında etkili olmuştur. Bu çalışmalar dilin ortamımızda bulunan diğer organizmalar ile bağlantıların sonucu olarak ortaya çıktığını göstermiştir. Bu da insanların dilde yapılandırmacı bir katılımcı olarak var olduğunu göstermiştir (Dell 1985, Ruiz 1996). Bu bulgular, terapide dilin diğerleriyle etkileşim halindeyken birlikte anlam yaratma süreci olarak görülmesinin biyolojik olarak temellendirilmesine katkıda bulunmuştur.

Sosyal yapılandırmacı kuramın önde gelen isimlerinden biri olan sosyal psikolog Kenneth J. Gergen (doğum 1935), psikolojinin kültüre ve tarihe gömüklüğüne vurgu yapmış ve psikolojik açıklamaların insanlar arasında rutin olarak gerçekleşen etkileşimlerde aranması gerektiğini savunarak (Gergen 1973, 2001) postmodern psikolojide sosyalin öne çıkarılmasında ve sosyal yapılandırmacılık yaklaşımının oluşumunda etkili olmuştur. Filozof, yazar, politik aktivist ve edebiyat eleştirmeni olan Michel Foucault'un (1926-1984) odağı tarihsel çalışmalarda söylev ve bilgi-güç ilişkisi olmuştur. Foucault gücün ve iktidarın bilgiyi yarattığını ileri sürmüştür. Dil, kaçınılmaz olarak kişinin kendi gerçeklik deneyimini ve iletişim kurduğu kişilerin deneyimlerini yapılandırmaktadır. Dil ve anlam yaratma, iktidardakiler tarafından kullanılan önemli kaynaklardır. Güç bilgiyi talep etmekte ve bilgi de onu oluşturan ve pekiştiren güce odaklanmaktadır. Bu da Foucault'a göre, gücün egemenliği dışında doğru olarak kabul edilebilecek bir şeyin bulunmadığını göstermektedir (Hare-Mustin 1988, Gergen 1990). Foucault'un güç ve anlam ilişkisi ile ilgili yapmış olduğu çalışmalar dilin öznel anlamlar yaratmadaki gücünü ortaya koymuştur. Bu çalışmalar, terapide güçlü pozisyonda olan terapistin dili kullanımıyla danışanın gerçekliğini ve bilgiyi anlamlandırmasını etkileyebileceğinin düşünülerek, terapide danışanın bilen ve güçlü kullanan konumuna getirilmesinde etkili olmuştur.

Kuantum fiziği kuramının ana isimlerinden biri olan Werner Karl Heisenberg (1901-1976), ileri sürdüğü belirsizlik ilkesiyle bir varlığın niteliği değiştirilmeden değerlendirilmesinin mümkün olmadığını, gerçekliğin gözlemleyiciden bağımsız olmadığı için bilim yapma sürecinin gerçekliği yansıtmadığını, her ölçümde her zaman bir belirsizlik düzeyi olacağını öne sürmüştür. Heisenberg, psikolojik araştırmalarda yapılan müdahaleler karmaşık yapıda olduğu ve birçok katmandan oluştuğu için, değişkenleri tam olarak ölçmenin mümkün

olamayacağını ve belirsizlik ilkesinin psikolojide de geçerli olduğunu belirtmiştir (London 1945). Heisernberg'in belirsizlik ilkesi psikolojide insana evrensel ve nesnel bir bakış açısından yerel ve öznel bir bakış açısına, nicel ve genellemeye dayalı ölçme yöntemlerinden nitel ve anlama dayalı ölçme yöntemlerine geçişte etkili olmuştur. George Alexander Kelly (1905-1967), kendi zamanının davranışçı kuramlarına karşıt görüşler içeren en eski yapılandırmacı kuram olan kişisel yapılar kuramının kurucusudur. Yapı ile "bir anlamlandırmanın yerini değiştirme" kast edilir. Birey, kişisel yapılandırma sisteminin üzerine anlam oluşturur. Yapıyı üreten ise anlamlandırdığı madde değildir; kişinin kendisidir (Rychlak 1990). Kelly (1970) yaşamda tek gerçeklik olmadığını, her bir yaşam olayı için farklı yorumlamalar yapılabileceği ve bir yorumun diğerinden daha iyi ya da daha kötü olmasının söz konusu olmadığını belirtmiştir (Kararımak ve Aydın 2007). Kelly'nin görüşlerinde bilgiyi anlamlandırmanın öznelliği göze çarpmaktadır. Aynı zamanda anlamlandırmaların değişebileceği fikri sonrasında terapi sürecinde yeni anlamlar oluşturulması hedeflerinin oluşmasında ve ayrıca sosyal yapılandırmacılığın gelişiminde etkili olmuştur.

Postyapısalcı felsefenin kurucu öncülerinden biri olan Jacques Derrida (1930-2004) dili yeniden yapılandırma (deconstruction) teorisine göre analiz etmiş ve metinselliğe(textuality) önem vermiştir. Metinsel stratejinin, metne dayalı bir sosyal dünya yarattığımız bir yöntem olduğuna inanmaktadır. Derrida dünyayı, kavramlarla ve dil yapılarıyla ifade edilen bir metne benzetmektedir. Bu eylemi de metinsel etkileşim olarak görmektedir. Tanımlama ve/ya yorumlama süreci yazma kurallarıyla yönetilmektedir. Ancak her zaman yorum işin içinde olduğu için tek bir doğruya ulaşmak mümkün olmamakta, çoklu doğrular ortaya çıkmaktadır (Gergen 1990, Hicks 2004). Derrida'nın yeniden yapılandırmacılık teorisinin en temel ilkesi, metinlerin söylenenden çok farklı ve çeşitli anlamlar üretebilmesidir. Bir kelimenin anlamı diğer kelimelerle olan ilişkisine ve diğer kelimelerden farkına bağlıdır. Yapısökümü genel olarak edebi metinlere uygulansa da bilimsel metinlere ve terapiye de uygulanması mümkündür. Derrida yapısökümü analizleri sonucunda, akıl-duygu, varlık-yokluk, gerçek-değer, iyi-kötü, erkek-kadın gibi bir dizi hiyerarşik zıtlıklar ortaya koymuştur (Hare-Mustin 1988). Derrida'nın amacı metafiziğin, sesbiliminin(phonolgy) ve erkeği kadına, mantıksal düşünmeyi her şeye tercih eden akıl merkezli batı düşüncesinin tarihini yapısökümüne uğratarak yeniden yazmak, yeniden anlamlandırmak ve yeniden değerlendirmektir (Huttunen 2007). Kelimelerin arkasında ifade edilmeye çalışılan gerçek anlamın analizini çıkarma amacını temel alan Derrida'nın yapısöküm ilkesi, özellikle postmodern bir terapi olan yeni hikayeler oluşturmaya odaklı öyküsel terapide uygulanmaktadır. Bugün, psikolojide postmodernizmin şemsiyesinin altında yapılandırmacılık, sosyal yapılandırmacılık, öyküsel terapi, çözüm odaklı terapi ve işbirlikçi dil sistemleri terapisi gibi birçok kavram ve teori toplanmaktadır (Derringer 2001). Bu bölümde yapılandırmacılık ve sosyal yapılandırmacılığa değinildikten sonra postmodernist terapilerin özellikleri ele alınacaktır.

Yapılandırmacılık ve Sosyal Yapılandırmacılık

Yapılandırmacılık(constructivism) gerçekliği keşfetmediğimizi, onu yarattığımızı iddia eder. Deneyimlerimizde "dışarıda" olanı olduğu gibi yansıtmadığımızı; bu olayların sıralanması ve düzenlenmesinin yapıldığını belirtir. Yapılandırmacı anlayışa göre gerçekliği pasif olarak gözlemlemektense, algılarımızı ve deneyimlerimizi çerçeveleyen ve düzenleyen anlamları aktif olarak yapılandırırız. Yapılandırmacılık, postmodernizmde olduğu gibi; bilimsel bilginin, diğer tüm bilgiler gibi tarafsız olamayacağını savunmaktadır (Hare-Mustin 1988). Psikolojide, Bateson ve Maturana'nın fikirlerinden etkilenen yapılandırmacılık, aile sistem teorilerindeki epistemolojik gelişmeleri etkilemiştir (Dell 1985). Yapılandırmacı görüşler ayrıca sosyal psikolojideki sosyal yapılandırmacılık hareketinin de temelini oluşturmuştur (Gergen 1985). Yapılandırmacılıkta inşalar yapısalken, sosyal yapılandırmacılıkta etkileşimsel ve sosyal güçlere dayamaktadır. Arkaplanı postmodernizm olan sosyal yapılandırmacılık, modernist psikolojinin paradigmatik duruşuna ve Kartezyen insan anlayışına karşı gelmektedir. Sosyal yapılandırmacılığın ortaya çıkışı Gergen'in (1973) psikolik bilgi de dahil bütün bilgilerin tarihe ve kültüre özgü olduğunu, bu sebeple de araştırmaların yönünün bireyden sosyale çevrilmesi gerektiğini belirttiği "Social Psychology as History (Sosyal Psikolojinin Tarihi)" başlıklı makalesiyle başlatılır (Burr 2012).

Sosyal yapılandırmacılık kesin ve doğru kabul edilen bilgiye karşı eleştirel bir duruş sergilemektedir. Bilgi tarihe ve kültüre özgü olduğundan, anlamanın tüm yollarının da tarihsel ve kültürel olarak göreceli olduğunu savunmaktadır. Bilgi ve anlam, sosyal süreçlere ve karşılıklı etkileşimlere dayanmaktadır. Oluşturulan her farklı anlam da farklı bir eylemi beraberinde getirmektedir (sarhoşluğun suç olarak algılandığı dönemde sarhoşların hapse atılırken, günümüzde ise suç olmaktan çıkıp tedavi edilmesi gibi) (Arkonaç 2006, Burr 2012). Sosyal yapılandırmacı yaklaşım modernist psikolojiden birçok şekilde farklılaşmaktadır. Sosyal yapılandırmacı yaklaşım insanların içinde belirleyici bir özün varlığını kabul etmez. Bilgimizin gerçekliğin doğrudan algısı olamayacağını, bilginin tarihsel ve kültüre özgü ve göreceli olduğunu savunur. Dilin düşünmenin ön koşulu olduğunu ve düşüncenin dilde üretildiğini ileri sürmektedir. Geleneksel psikolojide dil düşüncelerin edilgen bir aktarıcısı

olarak görülmekteyken; sosyal yapılandırmacılıkta dil, insanların konuşurlarken anlam inşa ettikleri bir sosyal eylem biçimi olarak görülmektedir. Geleneksel psikoloji zihinsel süreçlere odaklanırken sosyal yapılandırmacılık, etkileşimler ve sosyal pratikler üzerine odaklanmaktadır (Burr 2012).

Postmodernizmin Terapi Odasına Yansımaları

Postmodernist terapi; a) terapistin danışanın nesnel bir gözlemcisi olarak görülmesi, b) kuramlardaki ideolojik ve kültürel yanlılık c) çalışmalarını yönlendiren metaforların incelenmesi d) benliğin değişmezliğinin ve bütünlüğünün sorgulanması konularını ele almıştır. Postmodernizmle, insan doğası ve problemleri ile terapötik ilişkiler yeniden gözden geçirilmiş ve terapi ile ilgili yeni varsayımlar oluşturulmuştur (Anderson 2003, Tarragona 2008).

20. yüzyılın ikinci yarısından sonra modernist paradigmadan postmodernist paradigmaya geçişle birlikte ortaya çıkan terapiler postmodern, öyküsel, söylemsel, etkileşimli, postyapısalcı, işbirlikçi ve sosyal yapılandırmacı gibi isimlerle anılmaktadır. Temelde postmodernizmin varsayımlarını benimseseler de her biri bu yaklaşımın farklı yönlerini vurgulamışlardır. Söylemsel ve etkileşimli terapiler, terapiyi bir etkileşim ve dilsel bir süreç olarak görür; öyküsel terapiler, insanların deneyimlerine ait hikayelerle ve anlatılarla hayatlarında nasıl anlam yarattıklarıyla ilgilenir; sosyal yapılandırmacılar bilgi, anlam ve kimliğin başkalarıyla etkileşim yoluyla inşa edildiğini vurgular; postyapısalcılar insanların yaşadıkları zorlukları derin ya da altta yatan yapıların tezahürü olarak düşünmeyen bir terapi anlayışı tasarlar; işbirlikçi terapistler terapistlerin danışanlarıyla ortak bir çabaya ve işbirliğine dayanan bir danışan-danışman ilişkisini vurgular. Postmodern terapi söylemi ise birbirinden farklı ancak bağlantılı olan bu düşünce tarzlarını kapsayan genel bir şemsiye tabirdir (Anderson 2003, Tarragona 2008).

Postmodern Terapilerin Genel Özellikleri

Postmodern terapileri, modern terapilerden ayıran bazı temel farklılıklar vardır. Modernist gelenekten gelen terapilerde terapistler kendilerini danışanın nesnel bir gözlemcisi olarak görürlerken; postmodern terapistler kendilerinin de diğer insanlar gibi belirli bakış açısına sahip olduklarını düşündükleri için belirli bir yerde dururlar. Modernist psikoterapiler doktor-hasta ilişkisini temel alan medikal modele dayanırken; postmodernizmde terapi, tedavi ortamı olarak değil, yeni anlamlar ve alternatifler oluşturulan bir ortam olarak görülür. Modern terapistin danışanın güçlükleri ve insan doğası hakkında uzman bilgisi olması gerektiği düşünülürken; postmodern terapide kendi sorununu belirleyen danışandır ve sorun belirlendikten hemen sonra danışanın güçlü yanlarına odaklanılarak çözüm için çalışılır. Modern terapilerde terapist-danışan arasında hiyerarşik bir ilişki vardır ve terapist bilen konumundadır, danışana gerçekten ne olduğunu, sağlıklı olan kişilik ve ilişki yapısının ne olduğunu terapist bilir. Postmodern terapilerde ise hiyerarşi yoktur, danışan kendi hayatının uzmanı olarak görülür (Anderson 2003, Tarragona 2008).

Modernist terapiler terapinin amacını ve izleyeceği yolu belirlemek için psikolojik teşhisle başlar. Terapide atılacak adımları, terapinin amacına ulaşması için uygulanacak müdahaleleri ve terapinin ne zaman sonlandırılacağını terapist belirler. Postmodernist terapilerde ise terapinin amacını ve ne zaman sonlandırılacağını danışan belirler (Anderson 2003, Tarragona 2008). Postmodern terapilerde terapist bilmeyen pozisyonundadır. Bilmeyen pozisyonunda olan terapist, eylemleri ve tutumları ile danışanın anlattıklarını gerçek bir merak içerisinde dinlemektedir. Terapist, danışan tarafından yapılan açıklamalara güvenmekte, danışanın hikâyesini merak içerisinde dinleyerek danışanla birlikte ortak bir keşif ve anlamlandırma sürecine dâhil olmaktadır. Böylelikle, terapist-danışan ilişkisi de işbirlikçi bir hal almaktadır. Böyle bir durumda danışanlar, terapisti kendi görüşleri doğrultusunda ikna etmek zorunda kalmadıkları için terapötik etkileşim için de hazır olmaktadır (Anderson ve Goolishian 1992). Postmodernist terapiler, Freud'un ve modernist psikoterapistlerin öne sürdüğü terapi anlayışından farklıdır. Postmodern terapide tekniklerden daha çok ilişkiye önem verilir. Bu terapiler en temelinde empati, ilgi, öz-düzenleme ve güçlendirmeyi barındırır. Danışanın biricikliğini ve gerçekliğini kabul eder ve bunlara değer gösterir (Derringer 2001, Işık ve ark. 2019). Her ne kadar postmodernizm ve modernizmi kadar kesin çizgilerle ayırmak doğru olmayan yapay bir şey olsa da temelde yatan varsayımların anlaşılmasını kolaylaştırmaktadır. Modernite temelli terapiler ve postmodernite temelli terapilerin farklılıkları Tablo 2'de özetlenmiştir:

Tarragona (2008), postmodern terapilerin özelliklerinin anlaşılabilmesi için çözüm odaklı terapi, öyküsel terapi ve işbirlikçi terapinin ortak özelliklerini derlemiştir:

1. Postmodernist terapi ekollerinin arka planında felsefe, antropoloji, tarih, dilbilim ve edebiyat gibi farklı disiplinler vardır.

2. Bilgi ve kimliğe kültürel, dilsel, bağlamsal sosyal ve kişiler arası bir bakış vardır.
3. Bu terapilerde insanlar kendi kültürlerinin ve çevresindekilerle olan etkileşim sistemlerinin bağlamında düşünülürler.
4. Terapide dil merkeze alınır ve sözel-sözsüz dünyayı anlamlandırmada temel araç olarak görülür.
5. Terapi danışan ve terapistin iş birliği olarak görülür. Terapi birine yapılmaz, biriyle yapılır; terapide birine konuşulmaz, biriyle konuşulur. Terapist ve danışan birlikte etkileşime girer, birlikte çözüm üretir ve birlikte yeni öyküler ve kimlikler oluştururlar.
6. Terapide farklı fikirler ve algılar zenginlik olarak görülür.
7. Terapist, danışanın hayatı hakkındaki bilgilerine, problemlerine, hikayelerine, çözümlerine ve amaçlarına değer verir ve terapi sürecinde bunlardan faydalanır.
8. Danışanlar, danışmanın yıldızı, kendi hayatlarının uzmanıdır. Terapinin amacını ve ne zaman sona ereceğini de danışan belirler.
9. Terapist, danışanın nesnel bir gözlemcisi değildir, terapistler de diğer insanlar gibi belirli bakış açılarına sahiptirler ve belirli bir yerde dururlar. Terapistlerin, danışanlarıyla olan görüşmelerinde önyargılarından kurtulmaları için ellerinden geleni yapmaları gerekir. Ancak kişisel değerlere, görüşlere veya tercihlere sahip olmamak imkânsızdır. Bu nedenle terapist, terapi ile ilgili olduklarında bu tutumlar hakkında açık ve şeffaf olmalıdır.
10. İnsanların hayatlarında işe yarayan ve değerli olan şeyler üzerine odaklanır, eksiklik-bozukluk odaklı modele karşı çıkarlar.
11. Danışanları kendi hayatlarının şoför koltuğuna oturtmuşlardır. Benliğin altında yatan derin yapıları aramamışlar, danışanların kendilerine anlattıklarına odaklanmışlardır.

Görüldüğü gibi çözüm odaklı terapi, öyküsel terapi ve işbirlikçi terapi genel olarak, danışanın kendi hayatındaki rolü, terapiye bağlamsal faktörler, danışmanın rolü ve güç temelli bakış açıları ile benzerlik göstermektedirler.

Tablo 2. Modernist ve postmodernist terapilerin farklılıkları

Modernist Terapiler	Postmodernist Terapiler
Terapist objektif gözlemci	Terapist belli bir yerde durur
Tıbbi model	Anlam ve alternatif oluşturulan ortam
Güçlülere odaklı	Güçlü yönler odaklı
Terapist bilen konumunda	Danışan bilen konumunda

Postmodern Terapilerde İnsan Doğasına Bakış

Modernist terapilerin insan doğasına bakış açısı bireyselciliğe, nesnelliğe ve determinizme dayanırken; postmodernist terapilerin insan doğasına bakışı toplulukçuluğa, göreceliğe ve insanların değişim kapasitesine sahip oldukları inancına dayanmaktadır. Postmodernizmde bireyler toplum içerisinde var olan, öznel anlamlandırmaları olan ve kendi yaşamlarında değişim yaratma kapasitesine sahip kişiler olarak görülmektedirler.

Daha önceki bölümlerde anlatıldığı gibi, postmodernizm bireyi sosyal çevresi, bağlamı ve kültürüyle ele almaktadır. Bu durum psikoterapide insanın ilişkileriyle, sosyal çevresiyle ve kültürüyle var olmasını sağlamıştır. Postmodernizmin getirdiği öznellik anlayışı ve bireysel anlamlandırmalarla birlikte, insanı nesnel olarak ele alıp bir şablona sokan modernist psikoterapilerin yerini öznellik, kişisel anlamlandırmalar ve görecelilik almıştır. Böylelikle terapilerde insan doğasına dair yerel keşifler, kişisel öyküler ve kişisel anlamlandırmalar önem kazanmıştır. Postmodernizm bilginin inşa edildiğini savunarak aslında insanın değişebildiğini vurgulamıştır. Bu durum da terapiye, danışanın değişim kapasitesine duyulan inanç olarak yansımıştır (Kararım ve Siviş 2008).

Postmodernist Terapilerde Süreç ve Terapötik İlişki

Postmodernizme geçişle birlikte, terapinin odağı problem odağından güç odağına çevrilmiştir. Bu terapilerde, bireylerin ortaya çıkmış olan olumlu yeterliklerine ve başarılarına odaklanılarak bireyin güçlerinin geliştirilmesi hedeflenmektedir. Bireylerin henüz açığa çıkmamış olsa da yeterlilik, kaynak ve kapasitelere sahip olduğu ve bu bireysel-sosyal yeterlilik ve kaynakların geliştirilebilir olduğuna inanılmaktadır. Danışanın var olan güçlerinin geliştirilmesi ve yeni güçlerinin ortaya çıkarılabilmesi için terapist ve danışan iş birliği içerisinde çalışmaktadır

(Şahin 2001). Terapi süreci tedavi olarak değil, danışan ve terapist arasında anlam ve alternatifler oluşturmaya yönelik bir etkileşim olarak görülmektedir. Terapi süreci, danışanın durumunun ve problemlerinin tanımlanmasıyla başlar. Sonrasında, danışan ve danışman arasındaki karşılıklı etkileşimle danışanın güçlü yönlerinin ortaya çıkarılması ve öznel hikâyesinin keşfedilmesi hedeflenir. Bu süreçte danışan, terapistin hedeflerini kendi belirler. Bu hedeflere ulaşmak için atılabilecek adımlar birlikte keşfedilmeye çalışılır. Terapi sürecinin ne zaman son bulacağına da danışan karar verir (Tarragona 2008). Postmodern terapilerde takip edilen terapötik ve süreç ve ilişki bu anlayışı yansıtan bazı değerler üzerine konumlanmıştır. Anderson (2003) postmodernist psikoterapistlerin değerlerini;

1. Patolojik, kategorilendirici ve yargılayıcı olmayan bir bakış açısına sahip olmak
2. Danışanın gerçekliğine ve biricikliğine saygı duymak ve bunlardan faydalanmak
3. Hikâyeleri ve öyküsel metaforları kullanmak
4. Terapötik süreçte işbirlikçi olmak
5. Kişileri, ailelerini veya davranışlarını etiketlemekten ve suçlamaktan kaçınmak
6. Bilgi ve önyargılarda şeffaf olmak şeklinde özetlemiştir.

Friedman (1996) da postmodern bir terapisti aşağıdaki şekillerde nitelendirmektedir:

1. Toplumsal olarak inşa edilen gerçekliğe inanır.
2. Terapistin ve danışanın diyalog ve etkileşimle birlikte anlam yarattıkları terapötik ilişkiyi önemser.
3. Danışanın açmazlarına karşı empatik ve saygılı bir duruş sergiler ve danışma sürecinin danışanın daha önce bastırılmış veya ihmal edilmiş öykülerini ortaya çıkaracağına inanır.
4. Hiyerarşik ayrımları en aza indirerek daha eşitlikçi bir fikir paylaşımını tercih eder.
5. Terapistin amaçlarını ve yönünü birlikte belirler ve danışanları kendi dilemlerinin ve açmazlarının sürücü koltuğuna oturtur.
6. Patoloji aramaktan ve katı teşhis kategorilerinden kaçınmak için becerileri, güçlü yönleri ve kaynakları arar ve güçlendirir.
7. Eksiklik ve işlev bozukluğu içeren kelimelerden kaçınır ve günlük dili kullanmayı tercih eder.
8. Geleceğe yöneliktir ve değişim konusunda iyimserdir şeklinde sıralamıştır.

Modern terapilerde danışanlar bir problemi olan ve yardım almaya ihtiyaç duyan kişiler, terapistler de yardım eden ve bilen konumunda olan kişiler olarak görülmektedir. Terapötik ilişki mesafelidir ve danışanın terapist tarafından değiştirilebileceğine inanılır. Postmodern terapilerde ise danışan ve terapist arasındaki hiyerarşi azaltılarak eşitliğe dayalı bir ilişki kurulmaktadır. Kendi problemlerini çözme konusunda uzman olan danışandır; terapistin rolü kolaylaştırıcı olmaktadır. Terapist, danışanın kaynaklarını ve potansiyelini keşfetmesini, farklı açılardan bakarak farklı anlamlar oluşturmasını sağlamada destekleyici kişi konumundadır. Danışan kendi hayatının uzmanıdır, terapist de iletişim ve terapi konusunda uzmandır (Chan 2004). Terapistler ayrıca, terapötik ilişkide kendi kişisel yargılarının farkında olmaya dikkat eder ve gerektiğinde bu konuda danışanlarına karşı açık olurlar. Postmodern terapilerle birlikte, danışanın kendini açma düzeyi de artmıştır (Tarragona 2008). Görüldüğü gibi postmodern terapiler terapistin ve danışanın terapi ve problem karşısındaki konumları, terapistin odak noktası ve anlamı açısından farklı görüşler ortaya koymuş ve bu görüşlere dayalı uygulamalar farklı ülkelerde terapötik süreçlere model olmuşlardır. Bu açıdan Türkiye’de yürütülen çalışmaları gözden geçirmek yararlı olacaktır.

Türkiye’de Terapötik Hizmetler

Türkiyede verilen terapötik hizmetleri ele alan araştırmalar bu hizmetleri, kuramsal yönelim (Demir ve İşmen Gazioglu 2017, Savcı ve ark. 2018), terapistin rolü (Güneri-Minton 2006), terapi modalitesi (Bilican ve Soygüt 2015), terapi farkındalığı ve algılanışı (Voltan ve ark. 1996a, Coşan 2015), terapiye erişim (Voltan ve ark. 1996b), inanç (Voltan ve ark. 1996b, Rogers-Sirin ve ark. 2017), yardım arama davranışı (Bilican 2013) açısından incelemiştir. Türkiye’de sunulan terapötik hizmetler kuramsal yönelim, terapist rolü ve terapi modalitesi değişkenleri bakımından genel olarak ele alındığında kültüre özgü bir terapi ya da danışmanlık yaklaşımı bulunmadığı görülmektedir. Bu hizmetler batı kökenli yaklaşımlar çerçevesinde sürdürülmektedir (Karagoz 2012, Rogers-Sirin ve ark. 2017). Bununla birlikte batıda gelişen bazı yaklaşımların Türk kültürüne uygunluğunu

kuramsal düzeyde tartışıldığı yayınlar bulunmaktadır. Türkiye’de kullanılan terapötik yaklaşımlarının kültüre uygunluğunu ortaya koymak amacıyla yapılan araştırmalar incelendiğinde, Çözüm Odaklı Terapi (Akyol 2023), Birey Merkezli Terapi (Poyrazlı 2003), Gestalt Terapi (Voltan-Acar 2004), Transaksiyonel Analiz (Gültekin ve Voltan-Acar 2004, Zümbül 2021), Gerçeklik Terapisi (Yorgun ve Voltan-Acar 2014), Logoterapi (Tagay ve ark. 2015), Pozitif Psikoterapi (Sarı 2015), Adlerian Terapi (Akçabozan ve Sümer 2016) ve İlişkisel Kültürel Terapi (Yam 2021), Duygu Odaklı Terapi (Kalafatoğlu ve Balcı-Çelik 2023) yaklaşımlarının ele alındığı görülmektedir. Türkiye’de terapötik uygulamaların ne ölçüde kültüre duyarlı olduğunu ampirik olarak ele alan çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır (Güçlücan 2016). Kağıtçıbaşı (2010), var olan gelişim psikolojisi ders kitaplarının önemli bir kısmında kültürel farklılıkların vurgulanmayıp bu farklılıkların konu dışı ele alındığını belirtmiştir. Bir yandan batı kökenli yaklaşımlar Türkiye gibi Müslüman ülkelerde kullanırken kültüre duyarlı uygulamalar yapılması gerektiği vurgulanırken (Mocan Aydın 2000, Güleç ve ark. 2011) diğer yandan araştırmalar bu bakış açısıyla tutarlı olmayan sonuçlar vermektedir. Savcı ve arkadaşlarının (2018) yaptıkları bir araştırma sonucunda, tüm akıl sağlığı meslek grupları için en az tercih edilen kuramsal yönelimin çok kültürlü terapi olduğu saptanmıştır. Demir ve İşmen Gazioğlu’nun (2016) psikolojik danışmanlık öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada katılımcılara eğitimleri sırasında en fazla vurgulanan kuramsal yaklaşımın hangisi olduğu sorulmuş ve feminist ve çok kültürlü yaklaşımın hiçbir katılımcı tarafından vurgulanmadığı saptanmıştır.

Türkiye’de psikolojik danışmanlık eğitiminin kuramsal vurgusu, eğitim veren kurumun özelliklerine göre farklılık gösterse de hümanistik, bilişsel-davranışçı ve çözüm odaklı yaklaşımlar en çok vurgulanan yönelimlerdir (Dogan 2000, Poyrazlı 2003, Demir ve İşmen Gazioğlu 2012, 2013). Klinik programlarının önemli kısmı bilişsel yaklaşım temelli eğitimler sunmakta bununla birlikte alanda çalışan terapistler tek bir kuramsal yönelim benimsemekten ziyade çeşitli yönelimleri bütünlendirmektedirler. Savcı ve arkadaşları (2018) yaptıkları araştırma sonucunda Türkiye’de hizmet veren akıl sağlığı uzmanlarının öncelikli kuramsal tercihlerinin, meslekler açısından farklılık gösterdiğini saptamışlardır. Psikiyatrist ve psikologların öncelikli kuramsal yönelimlerinin bilişsel davranışçı terapi olduğu, danışmanların postmodern yapılandırmacı yaklaşımları, sosyal hizmet uzmanlarının ise sistem/aile sistem yaklaşımını benimsedikleri saptanmıştır. Öz Soysal ve ark. (2016) tarafından yürütülen araştırmada okul psikolojik danışmanlarının, öğrencilere hizmet verirken kullandıkları kuramsal yaklaşımlara ilişkin görüşleri incelenmiştir. 16 psikolojik danışmanın görüşlerine göre okullarda en çok tercih edilen yaklaşımlar içinde birinci sırada Bilişsel Davranışçı ikinci sırada çözüm odaklı yaklaşım yer almaktadır.

Türkiye’deki terapistler ağırlıklı olarak bireysel görüşmeler yapmakta bunu çift, grup ve aile terapisi hizmetleri takip etmektedir (Bilican ve Soygüt 2015). Türkiye’deki terapistler Amerikalı meslektaşlarıyla karşılaştırıldığında kendilerini daha yönlendirici (yönelimden bağımsız olarak), ancak daha az zorlayıcı, kararlı, koruyucu, arkadaş canlısı ve kurnaz olarak algılamaktadırlar (Güneri-Minton 2006). Ülkemizde hizmet veren terapistlerin kendilerini daha yönlendirici algılamaları danışan beklentileriyle tutarlı gözükmektedir. Türk danışanların terapide yönlendirilme beklentisi içerisinde olduklarını ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır (Türküm Kızıltaş ve Sarıyer 2004, Lüleci ve ark. 2015, Koçyiğit ve Pamukçu 2018).

Türkiye’de psikoterapi, kadınlar, üst sosyoekonomik seviyedeki bireyler ve üniversite mezunları tarafından daha çok bilinmekte (Voltan ve ark. 1996a) ve terapi hizmeti alan kişilerin daha yüksek sosyoekonomik seviyeye sahip ve daha eğitilmiş kişiler olduğu görülmektedir (Voltan ve ark. 1996b). Dinar (2022) psikoterapi ücretinin ekonomik yükünün psikoterapiye başvurma, psikoterapiyi sürdürme ve psikoterapiyi yarıda bırakmayı etkileyen önemli bir değişken olduğunu saptamıştır. Psikolojik yardım almaya yönelik tutumlar açısından incelendiğinde kadınların yardım almaya yönelik tutumlarının erkeklerden daha olumlu olduğu görülmektedir (Türküm 2005, Özbay Terzi ve ark. 2011). Coşan (2015) Türkiye’de psikoterapinin nasıl algılandığını ele aldığı nitel çalışma sonucunda, halkın psikoterapinin anlamı ve faydaları hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığı görülmüştür. Psikolojik bozukluklara yönelik sağlık hizmetleri nispeten az olup, bu hizmetlere yönelik sağlık merkezlerinin kullanımı oldukça düşüktür (Demir ve Aydın 1997, Kızıldağ ve ark. 2012). Akıl sağlığı hizmeti alan kişiler damgalanmaktan çekindikleri için yardım aldıklarını gizleme ve sadece çok yakın hissettikleri kişilerle paylaşma eğiliminde olabilmektedirler (Taşkın 2007). Terapi hizmeti almak dindar kişiler arasında daha nadirken kendilerini ortalama düzeyde dindar ya da dindar olmayan olarak tanımlayan kişiler arasında görece daha yaygındır (Voltan ve ark. 1996b). Geçmişe oranla daha fazla sayıda kişi terapi hizmeti almaya istekli olsa da birçok kişi hala şifacı, bitkisel tedavi gibi geleneksel çare arama girişimlerine başvurmaktadır (Güleç ve ark. 2011). Kızıltaş’a göre (2014) İslami gelenek odaklı toplumlardan gelen kişilerde dindarlık, terapinin temalarından biri olmalı psikoterapötik araştırmalar tarafından test edilmiş ve tartışılmış uygulamalarla terapi sürecinde yer almalıdır. Danışanın maneviyatı ve dindarlığı etik ilkeler çerçevesinde göz önüne alınmalı ve saygı gösterilmelidir. Bununla birlikte Rogers-Sirin ve arkadaşlarının (2017) çalışması, dindarlıktan ziyade kültürel değerlerin psikolojik hizmet algılarıyla ilgili olduğunu ortaya koymuştur. Sümer ve Rassmussen (2012),

Türkiye'de Batı kökenli psikoterapi fikirleri yayıldıkça, bu fikirleri kültürel açıdan daha duyarlı ve Müslüman aileler için daha uygun hale getirecek yaklaşımlarının düşünülmesi gerektiği çağrısında bulunmaktadırlar. Bu çağrıyı dikkate almak isteyen akademisyen ya da uygulamacılar hangi yolu izlemelidirler? Batı kökenli kuramları Türk kültürüne uyumlu hale getirmek için nereden başlanmalıdır? Bu sorular kuramsal ve ampirik çalışmalar ışığında ele alınmalıdır.

Sonuç

Postmodern söylem önce sanat ve beşerî bilimlere ve daha sonra antropoloji, eğitim, siyaset bilimi ve sosyoloji gibi sosyal bilimlere odaklanmıştır. Bu söylemin psikolojiye odaklanması adı geçen alanlardan sonra olmuştur. Mevcut çalışmada da postmodernizmin terapötik uygulamalara yansımaları ele alınmaya çalışılmıştır. Orta çağ döneminin dogmatik kabullerine, doğaüstücülüğüne ve akla önem vermiyor oluşuna verilen karşıt tepkilerin ve yapılan sorgulamaların bir sonucu olarak ortaya çıkan modernist paradigma, bu döneme tam tersi bir görüş geliştirerek; doğaüstü hiçbir şey bulunmadığını, dünyadaki her şeyin akıl yoluyla açıklanabilir olduğunu ve evrensel bir gerçeklik olduğunu savunmuştur. Bu karşı çıkış bilimin gelişmesini ve ilerlemesini sağlasa da, modernizm vadettiği evrensel doğrulara ulaşmada, insanların nihai mutluluğa ulaşmalarını sağlamalarında yetersiz kalmıştır. Özellikle sosyal bir varlık olan insanı tek bir nesnel ve evrensel bir doğruyla açıklamada başarılı olamamış, çok sıkı eleştirilere maruz kalmıştır. Modernizme karşı yapılan sorgulamalar sonucunda da, evrensel olarak kabul edilebilecek olan nesnel ve tek bir doğru olmadığını, bilginin keşfedilerek değil yorumlanarak karşılıklı etkileşimlerde oluştuğunu, bilginin yerel, kültüre ve zamana özgü öznel bir yapıya sahip olduğunu savunan postmodernist paradigma ortaya çıkmış ve modernizmin varsayımlarına tam ters bir duruş sergilemiştir.

“Bu onu görmenin bir yoludur. Ve onu görmenin başka bir yolu da vardır” diyen Insoo Kim Berg, bu cümlesiyle postmodernizmin öznel ve çoklu doğrulara dayanan anlayışını çok güzel özetlemektedir. Postmodernizm, evrensel doğruları ve yanlışları bilemeyeceğimizi, yalnızca doğrular ve yanlışlar hakkındaki yorumları ve anlatıları bilebileceğimizi; ayrıca bilginin yerel, kültüre ve zamana özgü öznel bir yapıya sahip olduğunu savunarak (Arkonaç 2015) dünyayı, bilgiyi ve insanı algılayışta önemli dönüşümlere yol açmıştır. Postmodernizmle birlikte, insanı yalnızca tekil bir organizma olarak gören, basit neden sonuç ilişkileriyle açıklamaya çalışan, problemin ne olduğunu eksik olan şeylerin neler olduğunu tespit etmeye çalışan, bireyleri öznel ve içsel süreçleri üzerinden ele alan bir psikoloji anlayışından; her insanın biricik olduğunu, farklı anlamlandırmalarının olduğunu ve bu anlamlandırmalardan hiçbirinin de bir diğerinden daha iyi ya da daha kötü olmadığını, insanların yaşadığı çevreyle, kültürüyle, sosyal ilişkileriyle var olduklarını benimseyen ve savunan bir psikoloji anlayışına geçiş olmuştur. Postmodernist paradigmayla birlikte psikolojide öznelliğe, yerele ve sosyale vurgu yapılmıştır. Bu vurguyla birlikte son yıllarda psikolojide yapılan araştırmalarda ve psikoterapi kuramlarında da insanın öznellik, yerellik ve sosyalliği ön plana çıkarılmaya başlanmıştır.

Bununla birlikte tüm psikoterapi kuramları ve bu kuramlara bağlı uygulamalar, geliştirildikleri kültürel ve tarihsel bağlamı yansıtır (Rogers-Sirin ve ark. 2017). Corey (2013) çoğu psikoterapötik yaklaşımın Avrupa-Amerikan kültürüne dayandığını, bunları doğru değerler ve evrensel olarak değerlendirmenin tehlikeli olduğunu vurgulamaktadır. Bu durum, batı olmayan kültürlerde psikoterapötik süreçlere yol gösteren kuramların kültürel açıdan daha duyarlı hale getirilmeleri gerektiğini düşündürmektedir. Türkiye’de sunulan terapötik hizmetler ağırlıklı olarak, bilişsel-davranışçı hümanistik (Dogan 2000, Mocan-Aydın 2000, Poyrazlı 2003, Demir ve İşmen Gazioğlu 2012, 2013) kuramlar çerçevesinde yürütülmektedir. Geleneksel danışmanlık yaklaşımlarının (örneğin, bilişsel-davranışsal, hümanist), kültürel konuların ele alındığı danışmanlık ilişkisini kurmakta teorik olarak yetersiz kaldığı vurgulanmaktadır. Oysa sosyal inşacı bir bakış açısıyla kültürel konulara ilişkin daha fazla araştırma yapmak terapötik uygulamalar için araçlar sunabilir (Semmler ve William 2000). Kültürel konuları terapi bağlamında ele alabilen postmodern yaklaşımlar danışmanlara, kendilerini ve danışanlarını etkileyen örtülü kültürel varsayımları keşfetmeleri için bir çerçeve sağlar (White 1990, McLeod 1997). Gülücan (2016) kültürel özellikleri farklı danışanlarla çalışırken en çok zorlandıklarını ifade ettikleri ilk üç kültürel unsur sırasıyla, dil, farklı değer yargıları ve aile konularıdır. Terapötik hizmetlerin temel görevi farklı kültürlerde yaşayan danışanların hayatlarını çevreleyen kültürel manzarayı takdir etmek ve bu ortamların içerdiği güç ve dayanıklılık kaynaklarını onurlandırmaksa postmodern terapiler danışanların deneyimlerinde gözden kaçan olasılıkları ortaya çıkararak ve çok kültürlülüğü zenginleştirerek bir rehber görevi görebilirler (Semmler ve William 2000). Danışanların yaşadıkları topluma dair sosyal yapıların kimlikleri üzerindeki etkisini ve yaşadıkları sorunları fark etmelerine yardımcı olmak, çok kültürlü danışma süreçlerinin önemli bir yönüdür (Lee 1997). Danışanları kendi yeterliliklerini ve güçlü yönlerini yeniden keşfetmeye yönlendiren bir yaklaşım potansiyel olarak güçlendiricidir. Baskın kültürel paradigmaları yapısöküme uğratmak, sorunları insanlardan ayırmak, benlik duygusunu olumsuz sosyal reçetelerden kurtarmak ve kişisel güçleri ortaya çıkarmak (Semmler ve William

2000), bir yandan batılı olmayan bir kültürde terapötik uygulamaların kültüre duyarlı yürütülmesini desteklerken diğer yandan danışanların başvuru sebepleriyle mücadelelerinde son derece özgürleştirici olabilir.

Kaynaklar

- Akçabozan NB, Sümer ZH (2016) Adler yaklaşımında aile danışmanlığı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6:87-101.
- Akyol ME (2023) Çözüm odaklı kariyer psikolojik danışma yaklaşımının Türk kültürüne uygulanabilirliği. *Anadolu Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5:15-21.
- Anderson H (2003) Post modern social construction therapies. In *Handbook of Family Therapy* (Eds G Weeks, TL Sexton ve M Robbins):125-146. New York, Brunner Routledge.
- Anderson H, Goolishian H (1992) The client is the expert: A not-knowing approach to therapy. In *Therapy As Social Construction* (Eds S McNamee, KJ Gergen):25-39. Thousand Oaks, CA, Sage.
- Applegate JS (2000) Theory as story: A postmodern tale. *Clin Soc Work J*, 28:141-153.
- Arkonacı SA (2006) Psikolojinin değişen paradigması ve değişmeyen sorunları. *Türk Psikoloji Bülteni*, 12:1-12.
- Arkonacı SA (2008) Psikolojide İnsan Modelleri ve Yerel İnsan Modelimiz, 2. Baskı. Ankara, Nobel Yayın.
- Arkonacı SA (2015) Psikolojide Bilginin Eleştirel Arkaplanı. İstanbul, Hiperlink Yayınları.
- Bilican F (2013) Help-seeking attitudes and behaviors regarding mental health among Turkish college students. *Int J Ment Health*, 42:43-59.
- Burr V (2012) *Sosyal İnşacılık* (Çev. Ed. S Arkonacı). Ankara, Nobel Akademik.
- Carchesio H, Green MS (2011) Postmodern therapy: Lens of opportunity. *J Feminist Family Ther*, 23:131-145.
- Chan DW (2004) The postmodern turn in counseling: Implications for school practice in Hong Kong. *Hong Kong Educ Res J*, 19:165-182.
- Corey G (2013) *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, 9th ed. Pacific Grove, CA, Brooks/Cole.
- Coşan D (2015) The perception of psychotherapy in Turkey. *Eur J Soc Behav Sci*, 13:220-230.
- Dell PF (1985) Understanding Bateson and Maturana: Toward a biological foundation for the social sciences. *J Marital Fam Ther*, 11:1-20.
- Demir A, Aydın G (1997) Student counselling in Turkish universities. *Int J Adv Couns*, 22:287-302.
- Demir I, İşmen Gazioglu E (2012) Theoretical orientations of Turkish counselor trainees: The role of thinking styles, epistemology and curiosity. *Psychology*, 3:527-533.
- Demir I, İşmen Gazioglu E (2013) Theoretical orientations of counselor trainees in terms of personal, vocational and experiential factors. IAC World Conference, İstanbul, Turkey.
- Demir I, İşmen Gazioglu E (2016) Measuring theoretical orientations of counselor trainees in Turkey: The role of personal and professional variables. *Meas Eval Couns Dev*, 50:116-130.
- Derringer A (2001) Embracing a postmodern philosophy. *Praxis*, 1:5-11.
- Dinar C (2022) Psikolog ve danışan perspektifinden psikoterapi deneyimini anlamak: başlama, sürdürme ve yarıda bırakma nedenlerinin nitel araştırma yöntemiyle incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Ankara, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Dogan S (2000) The historical development of counseling in Turkey. *Int J Adv Couns*, 22:57-67.
- Dwairy M (2002) Foundations of psychosocial dynamic personality theory of collective people. *Clin Psychol Rev*, 22:343-360.
- Friedman S (1996) Couple's therapy: Changing conversations. In *Constructing Realities: Meaning Making Perspectives for Psychotherapists* (Eds H Rosen, KT Kuehlwein):413-453. Hoboken, NJ, Jossey-Bass.
- Geçtan E (2017) *Psikanaliz ve Sonrası*, 16. Baskı. İstanbul, Metis Yayınları.
- Gergen KJ (1973) Social psychology as history. *J Pers Soc Psychol*, 26:309-320.
- Gergen KJ (1985) The social constructionist movement in modern psychology. *Am Psychol*, 40:266-275.
- Gergen KJ (1990) Toward a postmodern psychology, *Humanist Psychol*, 18:23-34.
- Gergen KJ (2001) Psychological science in a postmodern world. *Am Psychol*, 56:803-813.
- Güçlücan N (2016) Psikolojik danışmanların kültürel duyarlılık algılarının demografik ve mesleki değişkenler açısından incelenmesi (Doktora tezi). Eskişehir, Anadolu Üniversitesi.
- Güleç G, Yenilmez Ç, Ay F (2011) Patients' who admitted to psychiatry clinic in a Anatolian city explanation models for their illness and help-seeking behavior. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 14:131-142.
- Gültekin F, Voltan-Acar N (2004) Transaksyonel analizin Türk kültürüne uygulanabilirliği: Kültür açısından eleştirel bakış. *Eğitim ve Bilim*, 29:38-48.
- Güneri-Minton G (2006) *The Psychotherapeutic relationship among psychotherapists in Turkey and the United States* (Doctoral thesis). Seattle, WA, Argosy University.
- Hare-Mustin RT, Marecek J (1988) The meaning of difference: Gender theory, postmodernism, and psychology. *Am Psychol*, 43:455-464.

- Hicks SR (2004) Explaining Postmodernism: Skepticism and Socialism from Rousseau to Foucault. Tempe, AZ, Scholargy Publishing.
- Huttunen R (2007) Derrida's Deconstruction contra Habermas's communicative reason and the fate of education. In Encyclopedia of Philosophy of Education (Eds M Peters, P Ghiraldelli, B Žarnić, A Gibbons, R Heraud):1-11. New York, Springer.
- Işık Ş, Ergüner Tekinalp B, Üzbe Atalay N, Kaynak Ü (2019) Psikolojik Danışmada Güncel Kuramlar, 3. Baskı. Ankara, Pegem Akademi.
- Kağıtçıbaşı Ç (2010) Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi: Kültürel Psikoloji. İstanbul, Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kalafatoğlu MR, Çelik SB (2023) Duygu Odaklı Terapinin Türk kültüründe uygulanabilirliğinin değerlendirilmesi. Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 13:1367-1392.
- Kararınmak Ö, Aydın G (2017) Yapılandırmacı yaklaşım: Çağdaş psikolojik danışma anlayışını ve uygulamalarını biçimlendiren bir güç. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3:91-108.
- Kararınmak Ö, Siviş R (2018) Modernizmden postmodernizme geçiş ve pozitif psikoloji. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3:102-115.
- Karagöz L (2012) Teori ya da realite: Hâkim terapi kuram ve uygulamaları karşısında konumlanış ve arayışlar. İnsan ve Toplum, 2:93-117.
- Kızıldağ S, Zorbaz SD, Gençtarım D, Arıcı F (2012) Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin psikolojik danışma yardımı almaya ve bu yardımın sunulduğu birimlere ilişkin görüşleri. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8:185-196.
- Kızılhan JI (2014) Religious and cultural aspects of psychotherapy in Muslim patients from tradition-oriented societies. Int Rev Psychiatry, 26:335-343.
- Koçyiğit M, Pamukçu B (2018) Üniversite öğrencilerinin psikolojik danışmadan beklentileri: Cinsiyet, psikolojik yardım alma deneyimi, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve kişilik özelliklerinin rolü. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18:2148-2171.
- Kvale S (1992) Psychology and Postmodernism. Thousand Oaks, CA, Sage.
- Lee C C (1997) Multicultural Issues in Counseling: New Approaches to Diversity. Alexandria, VA, American Counseling Association.
- London ID (1945) Psychology and Heisenberg's principle of indeterminacy. Psychol Rev, 52:162-168.
- Lüleci B, Soylu Y, Canbulat N (2015) Psikolojik danışma yardımına ilişkin beklentiler ölçeğinin geliştirilmesi. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 5:313-326.
- Lytard JF (1979) The Postmodern Condition: A Report on Knowledge. Manchester, UK, Manchester University Press.
- McLeod J (1997) Narrative and Psychotherapy. Thousand Oaks, CA, Sage.
- Mocan-Aydin G (2000) Western models of counseling and psychotherapy within Turkey crossing cultural boundaries. Couns Psychol, 28:281-298.
- Murdock NL (2018) Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları (Çeviri F Akkoyun). Ankara, Nobel Akademik.
- Neimeyer RA (1993) An appraisal of constructivist psychotherapies. J Consult Clin Psychol, 61:221-234.
- Özbay Y, Terzi Ş, Erkan S, Cihangir Çankaya Z (2011) Üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama tutumları, cinsiyet rolleri ve kendini saklama düzeyleri. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 1:59-71.
- Öz Soysal FS, Baş AU, Aysan F (2016) Okul psikolojik danışmanlarının psikolojik danışma yaklaşımlarına ilişkin görüşleri. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 6:53-69.
- Peat FD (2007) From certainty to uncertainty: Thought, theory and action in a postmodern world. Futures, 39:920-929.
- Powell J (1998) Postmodernism for Beginners. Harlem, NY, Writers and Readers Publishing.
- Poyrazlı S (2003) Validity of Rogerian therapy in Turkish culture: A cross-cultural perspective. Journal of Humanistic Counseling, Education and Development, 42:107-115.
- Rogers-Sirin L, Yanar C, Yüksekbaş D, Senturk MI, Sirin S (2017) Religiosity, cultural values, and attitudes toward seeking psychological services in Turkey. J Cross Cult Psychol, 48:1587-1604.
- Ruiz AB (1996) The contribution of Humberto Maturana to the sciences of complexity and psychology. J Constr Psychol, 9:283-302.
- Rychlak JF (1990) George Kelly and the concept of construction. International Journal of Personal Construct Psychology, 3:7-19.
- Sarı T (2015) Pozitif psikoterapi: Gelişimi, temel ilke ve yöntemleri ve Türk kültürüne uygulanabilirliği. Journal of Happiness and Well-Being, 3:182-203.
- Savcı M, Demir Y, Kutlu M, Aysan F (2018) Theoretical orientation of mental health workers in Turkey. J Cogn Behav Psychother Res, 7:72-79.
- Semmler PL, Williams CB (2000) Narrative therapy: A storied context for multicultural counseling. J Multicult Couns Dev, 28:51-62.
- Sümer ZH, Rasmussen PR (2012) Individual psychology in Turkey. J Individ Psychol, 68:411-419.
- Şahin F (2001) Sosyal hizmette güçler perspektifi ve çözüm odaklı mülakat. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 4:59-71.
- Tagay Ö, Voltan Acar N, Nalbant A (2016) Logoterapide kullanılan kavramların ve tekniklerin Türk Kültüründe uygulanabilirliği. Ege Eğitim Dergisi, 17:105-126.

- Tarragona M (2008) Postmodern/poststructuralist therapies. In *Twenty First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice* (Eds JL Lebow):167–205. Hoboken, NJ, Wiley.
- Taşkın EO (2007) Stigma: Ruhsal Hastalıklara Yönelik Tutumlar ve Damgalama. İzmir, Meta Basım.
- Türküm AS (2005) Who seeks help? Examining the differences in attitude of Turkish university students toward seeking psychological help by gender, gender roles, and help-seeking experiences. *J Mens Stud*, 13:389-401.
- Türküm AS, Kızıldaş A, Sarıyer A (2004) Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi'nin hedef kitlesinin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin ön çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3:15-27.
- Voltan-Acar N (2004) Ne Kadar Farkındayım? Gestalt Terapi. Ankara, Babil Yayıncılık.
- Voltan-Acar N, Yıldırım I, Ergene T (1996a) How much counselling recognized in Turkey. In *ISPA XIX. School Psychology Colloquium Continuity and Change Abstracts*:88.
- Voltan-Acar N, Yıldırım I, Ergene T (1996b) Who benefits from psychological counselling in Turkey. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 4:20-25.
- White M, Epston D (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York, NY, Norton.
- Yam FC (2021) İlişkisel Kültürel Kuram ve kavramlarının Türk kültürü açısından değerlendirilmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41:477-495.
- Yorgun A, Voltan-Acar N (2014) Gerçeklik terapisinin Türk kültürüne uygulanabilirliği: Kültür açısından eleştirel bakış. *Eğitim ve Bilim*, 39:216-226.
- Zümbül S (2021) Transaksiyonel analiz terapisine kapsamlı bakış: Bir derleme çalışması. *Anadolu University Journal of Education Faculty*, 5:51-80.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.