

Metafor: Danışan ve Psikolojik Danışman Arasındaki Köprü

Metaphor: The Bridge Between Client and Counselor

Özlem KARAIRMAK¹ ve Berna GÜLOĞLU²

Öz: Dilin ve sözcüklerin yetersiz kaldığı durumlarda bireylerin iç dünyalarına ait duygu ve düşüncelerin anlamı metaforla dış dünyaya taşınmaktadır. Metafor soyut düşünmenin ve soyut olayları kavramanın arkasındaki başlıca mekanizmadır. Metaforları sadece dolaylı anlatımı hedefleyen sözel ifadeler olarak gören geleneksel bakış açısının aksine; çağdaş yaklaşımlar metaforları kavramsal sistemin önemli ve bütünlüğü bir parçası olarak görmektedirler. Terapötik diyalogun parçası olan metaforlar öznel gerçekliği doğrudan yansıttığı için yapılandırmacı yaklaşımlar içinde önem kazanmıştır. Yaşantılardan kazanılan kişiye özgü bilgiler metaforlar aracılığıyla soyut olarak kavramsal sisteme yerleştirilir. Kavramsal metafor sistemi çoğunlukla bilinç dışında otomatik olarak oluşur ve birey dili kullandığı gibi farkına varmadan kavramsal metafor sistemini kullanır. Freud ve Jung'dan beri psikolojik danışmada metaforik dil kullanımı terapötik değeri olan önemli bir araç olarak görülmektedir. Danışanın kendini açmasını kolaylaştıran metaforlar zenginleştirici bir öğrenme kaynağı olarak terapötik çalışma uyumunu geliştirir ve işbirliğini destekler. Çalışmanın amacı kavramsal metaforun psikolojik danışma sürecindeki işlevini tanıtmak ve terapötik metafor kullanımına ilişkin somut örnekler sunmaktır. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak metafor kavramı ve kavramsal metaforun ne olduğu açıklanmaktadır. Daha sonra, psikolojik danışma sürecinde metafor kullanımı, kuramsal zeminde metafor, metaforun terapötik kullanımı, grupla psikolojik danışma sürecinde metafor alt başlıklarıyla incelenmiştir.

Anahtar Sözcükler: metafor, kavramsal metafor, psikolojik danışma süreci

Abstract: Metaphors are used for the transfer of inner thoughts and feelings to outside when the words are insufficient. Metaphor is principal mechanism behind abstract thought and comprehension. Unlike the traditional perspective that views the metaphors as linguistic expressions addressing indirect narrations, contemporary approaches views the metaphors as a significant and complementary part of the conceptual system. As a part of therapeutic dialogue metaphors has gained importance in constructivist approaches for directly reflecting subjective reality. Subjective knowledge obtained through experiences is placed in conceptual system. Conceptual metaphor system is mostly embodied automatically at unconscious and individual use the conceptual metaphor system unconsciously like language use. Metaphors have been important tools which has a therapeutic value since Freud and Jung. Metaphors as an enriching learning source which facilitate self-disclosure improve therapeutic alliance and collaboration. This study aims to introduce the facilitative role of conceptual metaphor in counseling process and present concrete examples regarding utilization of therapeutic metaphors. First, metaphor and conceptual metaphor were examined with abstract thinking and tacit knowledge. Later, the use of metaphor in counseling process was discussed under the subtitles of metaphor in counseling theories, therapeutic use of metaphor and examples of metaphors in group process in detail.

Keywords: Metaphor, conceptual metaphor, counseling process

Antik çağlardan beri metafor kullanımı insanlığın dikkatini çekmiştir. Tarihsel olarak önce dil bilim ve felsefe alanlarında kullanılmaya başlanmış (Modell, 2009) olsa da günümüzde sanat (Parsons, 2010), eğitim (Botha, 2009), edebiyat (Steen ve Gibbs, 2004) gibi bir çok alanda önem verilen bir konu haline gelmiştir. Metafor en basit haliyle dolaylı anlatım olarak düşünülebilir. “Bir yerden bir yere taşımak”

anlamına gelen Yunanca *metapherein* (*meta*: öte, üst; *pherein*: taşımak) kelimesinden türemiştir. Metafor, sözlüklerde, bir kelime, kavram veya deyim, farklı ama benzer bir nesne veya eyleme dönüştürülmesi olarak tanımlanmaktadır (Merriam-Webster, 2011).

Metafor, birbirinden farklı olan bağlama özgü anlam ve bilişsel sistem arasındaki uzlaşmayı sağlayan sözel anlatımların ve bilişsel yapıların bir biçimi olarak

Editör Notu: Yazar adları derginin basılı halinde yanlış sıralanmıştır. Doğru yazar sıralaması buradaki gibidir.

¹ Yrd. Doç. Dr., Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli, e-posta: ozlem.kairimak@kocaeli.edu.tr

² Yrd. Doç. Dr., Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli, e-posta: berna.guloglu@kocaeli.edu.tr

tanımlanmaktadır (Angus ve Rennie, 1989). Metaforla ilgili ilk çalışmaları gerçekleştiren Yunan filozof Aristo metaforu; tam olarak birbirine benzemeyen iki veya daha fazla nesneyi karşılaştıran kelimeler dizisi olarak tanımlanmaktadır (Angus ve Rennie, 1988). Aristo şöyle demektedir: *'Metaforun efendisi olmak en önemli şeydir. Metafor, dehanın göstergesidir çünkü iyi bir metafor, farklılıkların içindeki benzerliğin sezgisel olarak algılanmasını içerir. Sıradan kelimeler zaten bildiklerimizi iletirler, metaforlar yolu ile yeni şeylere tutunuruz'* (Akt. Rosenman, 2008, s. 393). Langer (1948), metaforun dilin evriminde, sembolik anlamın yapılandırılmasındaki anahtar rolünü vurgulamakta ve sözcükler yetersiz kaldığında, konuşmacının, söylediğini simgeleyen başka bir sözcük kullanarak yeni bir şekilde tanımlamak için mantıksal benzerliğin gücüne başvurduğunu söylemektedir.

Psikolojik danışmada metaforik dil kullanımı terapötik değeri olan önemli bir araç olarak görülmektedir (Wickman, Daniels, White ve Fesmine, 1999). Danışanın ilişkisiz görünen yaşantıları arasında bağlantı kurmaya yardım eden metaforlar, bu yaşantılara bağlı olarak ortaya çıkan duyguların ve algıların da bağlanmasına, daha iyi anlaşılmasına olanak sağlar. Birbirinden farklı görünen duygusal, bilişsel, algısal, ve yaşantısal parçaları biraraya getirme gücü olan metaforlar (Robert ve Kelly, 2010) zenginleştirici bir öğrenme kaynağı olarak görülebilir. Danışanın seçtiği sözel ifadeleri ve metaforları tercih etmek danışanın kendini açmasını kolaylaştıran güçlü bir psikolojik danışman stratejisi olarak düşünülmektedir (Ivey ve Ivey, 1999). Direncin çözülmesine de yardım eden bu strateji psikolojik danışmanı uzman rolünden uzaklaştırır ve danışanın farkındalık kazanmasına yardım eder (Lydonn, Clay ve Sparks, 2001). Metaforla paylaşılan ortak dile (Trad, 1993), metaforik düşünceye ve anlam yaratmaya dayanan bir psikolojik danışma ortamı danışan ve psikolojik danışman arasındaki terapötik çalışma uyumunu geliştirir, yaratıcılığı destekler ve işbirliğini güçlendirir (Robert ve Kelly, 2010).

Bu çalışmanın amacı, metaforun psikolojik danışma sürecindeki kolaylaştırıcı işlevini tanıtmak ve terapötik metafor kullanımına ilişkin somut örnekler sunmaktır. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak metafor kavramı ve kavramsal metafor, soyut düşünce ve örtük bilgi öğeleriyle açıklanmıştır. Bilişsel bakış açısına sahip araştırmacıların benimsediği bir tanım olan "kavramsal metafor" bu çalışmada metaforla eş anlamlı olarak kullanılmıştır.

Kavramsal Metafor

İnsanlar yaşamlarındaki önemli olayları (Carmicheal, 2000), yakın ilişkileri (Eckstein ve Sarnoff, 2007) ve kendilerini (Hoskins ve Leseho,

1996) anlamak için metafor kullanırlar. Yapılandırmacı yaklaşımı benimseyen kuramcılar ve uygulamacılar statik tek bir doğruya inanmak yerine dinamik bireysel gerçekliklerin belirleyici olduğunu savunmaktadırlar (Dale ve Lyddon, 2000). Danışanın ürettiği metaforları gözden kaçırmamak ve terapötik diyalogun bir parçası yapmak danışana özgü bilgiyi üretme, yaşantıyı yapılandırma yollarını anlamayı kolaylaştırmaktadır (Gonçalves ve Craine, 1990).

Metaforu sadece dilin kullanımına bağlı ve sözcüklere dayalı mecazi bir anlatım olarak görmek düşünceye dayalı bilişsel boyutunu görmezden gelmek sınırlı bir görüş olarak değerlendirilmektedir (Wickman ve ark, 1999). Metaforları sadece dolaylı anlatımı hedefleyen sözel ifadeler olarak gören geleneksel bakış açısının (Lakoff, 1993) aksine; çağdaş yaklaşımlar metaforları kavramsal sistemin önemli ve bütünlüycü bir parçası olarak görmektedirler (Lyddon, Clay ve Sparks., 2001). Dilin ve sözcüklerin yetersiz kaldığı durumlarda bireylerin iç dünyalarına ait duygu ve düşüncelerinin anlamı metaforla dış dünyaya taşınmaktadır (Zuniga, 1992).

Antik Yunan çağından beri iletişimin karmaşık bir parçası olarak görülen metaforlar, günlük dilin içinde saklanmışlardır (Lakoff ve Johnson, 1980) ve bilinç dışı örtük süreçlerle düşünce gelişimini desteklerler (Robert ve Kelly, 2010). Bilişsel bir mekanizma olarak metaforların danışanın öznel algısına dayalı dünya görüşüne sözcükler ve zihin yoluyla ulaşmayı sağladıkları düşünülmektedir. Daha öncede belirtildiği gibi, Yunanca kökenli olan metafor kelimesindeki "meta" üst anlamı taşımaktadır (Baron, 2009.) Metaforik iletişimde anlam bulunduğu noktadan bir üst anlama taşınır. Metafor kullanımı ile bilişsel yapılar yeni anlamlar üretilir. Dil ve düşünce arasında bir ayrım yapmak zordur. Bilişsel bakış açısına göre, metafor dil kullanımının ötesindedir. Sözcüklerin arkasında saklanan ve keşfedilmeyi bekleyen bir imge yer almaktadır. Metaforun içinde saklanan örtük düşünce sözcüklerden daha fazla önem taşımaktadır. Örtük düşüncenin ortaya çıkmasıyla birey yüklediği anlamı bir üst bilişe taşır ve yeni bir bakış açısı kazanmaya hazır hale gelir. Diyalog içinde ortaya çıkan metafor, yaratıcı bilişin bir aracıdır ve akıl gözüyle imgeleri görmek, anlamlı bir bütüne ulaştırmak, kavrama yeteneğini artırmak ve daha derin içgörü geliştirmek gibi cazip özellikler taşır (Aragno, 2009).

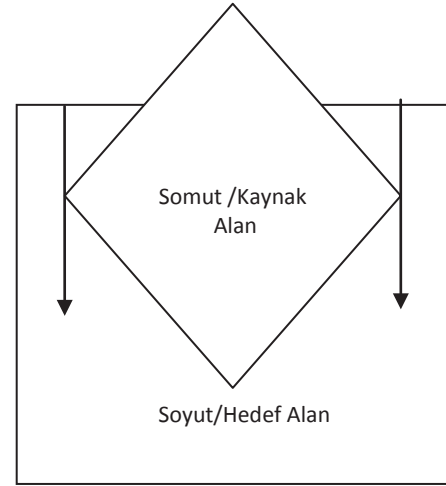
İnsanlar anlamlar dünyasında yaşarlar ve çevrelerinde olup bitenler aracılığıyla yaşantılar oluştururlar (Watts, 2003). Bilişsel yapılar, bireyin çevresinde olup bitenlere bağlı olarak ortaya çıkmakta veya birey, bilişsel yapılarına göre çevresindeki olaylara anlam yüklemektedir (Raskin ve Neimeyer, 2003). Bilişsel yapıları etkilemeyen olaylar önemsizdir

ve olaya dayanmayan bilişsel yapılar sadece soyutlamadır (Kelly,1991). Danışanın yeni anlam yaratmasına aracılık eden yapılandırıcı bir yöntem olarak metafor, bilgi alışverişine dayanır ve danışanın kavramsal dünyasına girişi hızlandırır. Danışan yeni yaşantısına anlam yüklemek için varolan bilişsel şemalarını kullanarak şemalar arasındaki transfer edilen bilgiler aracılığıyla yaşantıya ait yeni bilgiyi kavramsal dünyasına yerleştirir (Seitz, 1998). Sürekli devam eden bir şekilde, somut bilgilerden yola çıkarak soyut olay ve fikirlere kavramsal sistemde yer bulma çabasına kavramsal metafor denmektedir (Lakoff ve Johnson, 1980).

İnsanı anlamamanın ve yaşantının ayrılmaz bir parçası olarak görülen kavramsal metaforlar düşünme, mantıksal çıkarsama, yorumlama, hayal etme, akıl yürütme gibi bilişsel etkinliklerle yakından ilgilidir (Lakoff ve Johnson, 1980). Psikolojik danışmanın danışanın kavramsal dünyasının bir yapısı olarak metaforu algılaması ve danışana yansıtması danışanın kendisini daha iyi anlamasını kolaylaştırmaktadır (Wickman ve ark, 1999). Bir araştırmada (Martin, Cummings ve Hallberg, 1992) metafor, danışanlar tarafından yararlı bulunan etkili bir müdahale yöntemi olarak saptanmış; ve metaforun duygusal öğrenmeyi artırdığı ve kavramsal bağlantıları güçlendirdiği bulunmuştur. Lakoff ve Johnson'a (1980) göre, terapötik süreç öncesinde bilinç dışında olan metafor yardımıyla danışanın bilinç düzeyinde kendini anlaması metaforlarla yaşadığını fark etmesi önemlidir.

Yaşantı; düşünce, duygu ve dilin ortak ürünü olarak görülmektedir (Lakoff, 1993). Dış dünyada duyumsananların sonucu olarak bilişsel yapılar, dilin kullanımı ve yaşantılar metaforik olarak düzenlenmektedirler. Bedensel değişimler somut yaşantılardır ve anlam yaratmaya yardım ederler (Lakoff ve Johnson, 1980). Lakoff (1993), yeni yaşantıların bedensel olarak duyumsanması sonunda edinilen somut bilginin bilişsel yapılarda işlenmesine ve kavramsal sisteme soyut olarak yerleştirilmesine haritalama (mapping) adını vermektedir. Lakoff'a (1993) göre, haritalama bilinç öncesinde yer alır ve kişi bilinç düzeyinde olmadan bu zihinsel etkinliği gerçekleştirir. Haritalama, olayları yorumlama ve anlamlandırma eylemlerimize bilişsel rehberlik eder. Danışan metaforla karşılaştığında, bilişsel yapıları harekete geçer ve metafor bilişsel yapılar arasında bağlantıyı sağlayan bir köprü görevi görür. Bilinç öncesi düzeyde kurulan bu bağlantı (yeni anlam) bilince taşınır ve üretilen anlam sayesinde yaşantı yeniden yapılandırılır (Baron, 2009). Üretilen yeni anlamın yanısıra, metaforlar düşüncelerin ve eylemlerin düzenlenmesine yardım eder (Lakoff ve Johnson, 1980).

'Kavramsal Metafor Kuramı' na göre, metafor, kaynak alan (source domain) ile hedef alanı (target domain) eşleştiren haritalamanın sonucu olarak tanımlanmaktadır (Lakoff, 1993). Hedef alan daha soyut ve kavramsallaştırılması zor kaynak alan somut ve fizikselidir (Valenzuela ve Soriano, 2005). Metaforik kullanım sistematik olarak kaynak alanın hedef alanla eşleştirilmesiyle (haritalama) gerçekleşir (Figür 1). Metafor kullanırken her zaman somut alan soyut alan üstüne yerleştirilmektedir (Lakoff ve Johnson, 1980). Diğer bir deyişle, alanlar arası geçişler somuttan soyuta aktarılmaktadır. Soyut kavramların bilişsel olarak anlaşılmasının daha zor olduğu düşünülürse, ters yönde (soyuttan somuta) bir geçiş kolaylaştırmaktan çok engelleyici olur (Stefanowitsch, 2005).



Şekil 1: Somut /Kaynak Alan ve Soyut/ Hedef Alan Arasındaki Geçiş

Kavramsal alanı anlamak için kullandığımız metaforlar 'kaynak alan', anlaşılması istenen kavramsal alansa 'hedef alan' olarak adlandırılmaktadır. Örneğin, Yahya Kemal Beyatlı'nın 'Sessiz Gemi' adlı şiirinin ÖLÜM BİR YOLCULUKTUR metaforuna göre haritalanması aşağıdaki gibidir;

Yolcu - Hayatını kaybeden birey (*demir almak günü gelmişse zamandan*)

Gidilecek yer - Meçhul (*meçhule giden bir gemi kalkar bu limandan*)

Veda - Cenaze (*sallanmaz o kalkıştan ne mendil ne de bir kol*)

Cenazeye katılanlar (*rıhtımda kalanlar bu seyahatten elemli, günlerce siyah ufka bakar gözleri nemli*)

Dönüşü olmayan bu yolculuğa (ölüm) çıkmanın uğurlandığı, acı ve hüznün yaşandığı sessiz bir tören düzenlenir. Şairin '*Birçok gidenin her biri memnun ki yerinden. Birçok seneler geçti; dönen yok seferinden*' diyerek meçhulu, bilinir hale getirmeye ve insanların

yaşayabileceği ölüm korkusunu gidermeye çalıştığı düşünülebilir. ‘*Hicranlı hayatın ne de son matemidir bu.*’ ölümün herkesin çıkacağı bir yolculuk olduğu anlatılmaktadır. Kavramsal metafor sürekli soyut düşünce ve olayları somut olaylarla ilişkilendirerek danışanın problemle ilgili algısını değiştirmesine yardım etmektedir (Wickman ve ark., 1999).

Metaforun doğasını şöyle özetlenmektedir:

1. Soyut olayları kavramanın ve soyut düşünmenin arkasındaki başlıca mekanizmadır.
2. Basitten karmaşığa bir çok konu metafor aracılığıyla anlaşılır.
3. Kavramsaldır, dilbilimsel değildir.
4. Metaforik dil, kavramsal metaforun yüzeydeki görünümüdür.
5. Kavramsal sistemin büyük kısmı metaforiktir; ancak önemli bir kısmı da metaforik değildir. Metaforik anlayış metaforik olmayan anlayışa dayanır.
6. Göreceli olarak soyut ya da bilişsel mekanizmalarla yapılandırılmamış olayların anlaşılmasına olanak sağlar.

Lakoff’un (1993) saptamalarına bağlı kalarak soyut düşünce ve örtük bilginin metafor kullanımındaki önemi aşağıdaki alt başlıklarda ele alınmıştır.

Soyut Düşünce ve Metafor

Hayal gücünün merkezinde yer alan ve düşüncenin önemli bir kaynağı olan (Modell, 2009) metafor, soyutla somutun birlikte olduğu bir zihinsel düzey olarak görülebilir. Hayal etmeyi sağlayan zihinsel şema bir taraftan soyut önermeler diğer taraftan somut betimlemeler sunan bir zihinsel düzenleme şeklinde çalışır (Johnson, 1987). Soyut kavramlar yaşantılar sonucunda oluşan somut görüntülerin yer aldığı şemalar aracılığıyla anlaşılmaktadır (Lakoff, 1990). Bir diğer deyişle, metaforik kavrayış temel olarak yaşantının içinde somutlaşmaktadır (Amin, 2009). Modell (2009) metaforu yaşantılarla çalışırken kullanılacak vazgeçilmez bir araç olarak görmekte; bu sebeple metaforik betimlemeleri ortaklaşa yaşanmamış deneyimlerin karşı tarafa aktarılmasında çok önemli beceri olarak tanımlanmaktadır (Lakoff ve Johnson, 1980). Metafor görsel ve somut betimlemeler ileterek anlamın dinleyen tarafta canlı ve belirgin olmasına yardım etmekte; böylece dinleyicide yaşantısal bir tepki oluşturmaktadır (Shinebourne ve Smith, 2010).

Kavramsal metafor yardımıyla anlaşılması güç soyut yaşantılarına somut anlam kazandıran danışanın farkındalığı artarken yaşadığı değişim psikolojik danışma sürecinde önemli görülmektedir (Lawson, 2005). Çünkü soyut ve karmaşık kavramlar daha az tehdit edici ve daha anlamlı hale dönüşmektedir.

Örneğin, ailelerle çalışırken aile üyelerinin tümüyle soyut düşünce düzeyinde iletişim kurmak zor olabilir; metaforlar ve diğer somutlaştırıcı araçlar kişisel anlatımların güçlenmesine yardım etmektedirler (Dallos, 2004). Metafor danışanın yaşantısı ile ilgiliyse ve yaşanan karmaşıklığı azaltabiliyorsa etkin olarak kullanılır (Patton, 2002).

Örtük Bilgi ve Metafor

Kavramsal metafor sistemi çoğunlukla bilinç dışında otomatik olarak oluşur ve birey dili kullandığı gibi farkına varmadan kavramsal metafor sistemini kullanır (Lakoff, 1993). Bilginin doğrudan ve görünür şekilde öğretilmeyen ve çoğu zaman dile getirilemeyen kısmı *örtük* (tacit) bilgi olarak tanımlanmaktadır (Wagner, 1987). Dowd’a (2006) göre, örtük öğrenmeler deneyim yoluyla bilinç dışı düzeyde gerçekleşir. Yazara göre, yaşantı yoluyla elde edilen ve değişime karşı dirençli ve tutucu olan örtük bilgi; filogenetik olarak görünür (explicit) bilgiye göre daha eskidir. Örtük bilgi, görünür bilgiye göre çok daha hızlı oluşur ve farklı bilgilerin bir arada sentezlenmesi sonucu yapılan çıkarımlar örtük bilgiye dayanır.

Örtük ve görünür bilgi bilinç ve bilinç dışı gibi eş zamanlı olarak hareket etmektedir (Mays, 1990). Bu görüşe uygun olarak bilinç görünür bilgiyi tanımlamaya çalışırken; algılar, örüntüler ve psikolojik mekanizmalar örtük bilgi olarak bilinç dışı süreçlerde yapılandırılır. Ünlü filozoflar Lao Tzu ve Heraclitus’a göre zıtlıklar ancak birlikte varolurlar ve karşılıklı olarak birbirlerini tanımlarlar (Mahoney ve Marquis, 2002). Madalyonun iki yüzü gibi örtük ve görünür bilgi aynı yaşantının farklı yüzleri olarak değerlendirilebilir. Bu anlamda, metaforik anlatımın birbirini tamamlayan iki farklı bilgi düzeyini bir araya getirmesi avantaj olarak görülebilir. Metafordaki örtük bilgiyle dolaylı ancak daha derin bir iletişim kurulduğu ifade edilmektedir (Mays, 1990).

Psikolojik danışma süresince danışanın öznel yaşantılarının örtük anlamlarını keşfetmesi ve kendisiyle ilgili daha anlaşılır ve tutarlı bir bakış açısı geliştirmesi önemli amaçlar olarak belirtilmektedir (Greenberg ve Pascual-Leone, 1995). Bilişsel yapılar danışanın düşünce sisteminin ve yaşam kurallarının zaman içinde şekillendiği örtük temsilcileri olarak kabul edilmekte ve bilinç düzeyinde erişilemeyen örtük bilgi ve bilişsel değerlendirmeler davranışlara ve karar verme süreçlerine yön vermektedir (Dowd, 2006). Metafor yardımıyla danışanın dünya görüşünü incelleme ve göze çarpmadan şekillendiren örtük ve bilinç dışı varsayımların görünür hale getirebileceği savunulmaktadır (Lyddon ve ark., 2001).

Bilinç dışı süreçlerde oluşan bilişsel yapılara benzer şekilde metafor bilinç dışında işlev kazanmaktadır

(Modell, 2009). Psikoanalitik bakış açısıyla, bilinç düzeyindeki ve bilinç dışındaki ögeler metaforik sürecin parçaları olarak kabul edilmektedir (Rizzuto, 2009). Metaforik öyküler içeren bir yöntem izleyen Milton Erickson sembolik ve metaforik iletişimi bilinç dışı süreçleri etkin kılmak için kullanmıştır (Long ve Lepper, 2008; Mays, 1990). Terapötik süreçte, metaforun güçlü yönü bilinçdışıdaki duygu, görüntüler, anı ve benzer düşünceleri etkin hale getirerek bilinç düzeyinde yeni bir bakış açına yardım etmesi olarak görülmektedir (Mays, 1990).

Mahoney ve Marquis'e (2002) göre de, insan sürekli olarak yaşantılarını düzenlemektedir; temelde duygusal ve örtük olan bu düzenleme anlam yaratmanın da özünde yer almaktadır. Örtük bilgiler keşfedildikçe danışanın değişim süreci hızlanır. Varolan bilginin ve varsayımların işe yaramadığı durumlarda danışan yeni bilgiler aramaya başlayabilir. Bu noktada, psikolojik danışman danışanın alternatif metaforları keşfetmesine yardım etmektedir (Lydonn ve ark., 2001). Yazarların verdiği örnekte, '*Uzun zamandır yaşamın büyük bir parti olduğuna ve benim davet edilmediğime inandığımı şimdi fark ediyorum*' diyen bir danışan yaşantısındaki örtük kalan kısımları fark etmiştir.

Psikolojik Danışma Sürecinde Metafor Kullanımı

Bu bölümde, psikolojik danışma sürecinde metafor kullanımı, kuramsal zeminde metafor, metaforun terapötik kullanımı, grupla psikolojik danışma sürecinde metafor örnekleri alt başlıklarıyla incelenmiştir.

Kuramsal Zeminde Metafor

Metafor, düşünce ve duyguları iletmekte, gelişimi ve değişimi ortaya çıkarmakta yararlı görüldüğünden, yıllardır psikolojik danışmanlar tarafından terapötik bir araç olarak kullanılmaktadır (Amundson, 1988; Martin ve ark. 1992). Analitik düşüncenin temsilcileri olan Freud ve Jung metaforla danışanın bilinçaltını yorumlarken, Erikson metaforu bilinçaltıyla iletişime geçmeyi kolaylaştıran bir araç olarak görmektedir (Long ve Lepper, 2008). Öte yandan, çağdaş yaklaşımlar metaforu danışanın yaşantısındaki anlamın yansıması olarak yorumlamaktadır (Neimeyer, 1995).

Psikoanalitik kuram üzerinde etkili olan ve Freud'un kullandığı arkeoloji metaforuna göre, psikoanaliz gömülü kalmış kalıntıları, bastırılmış anıları kazıyarak çıkarma sürecidir (Spence, 1987). Arkeologlar önemli parçaları kaybolmuş ve büyük kısmı zarar görmüş kalıntıları ortaya çıkarırken, psikoanalistlerse önemli ve esas özellikleri iyi korunmuş anıları meydana çıkarırlar. Bu anılar bütünüyle unutulmuş görünmelerine rağmen yok edilmemiş ya da kaybolmamışlardır. Psikoanalitik süreçte saklı kalmış anılar ortaya çıkarlar. Sonuç olarak,

psikoanalistler metaforik olarak arkeolog olabilirler ancak bastırılmış anılar arkeolojik kalıntılardan farklıdır (Adams, 1997).

Freud'a göre metaforik düşünce bilinçdışına kelimelerle ifade edilen düşüncelerden daha yakındır ve tartışma götürmez bir şekilde ontolojik ve filogenetik olarak daha eskidir (Modell, 2009). Dwairy (1997) psikoanalizde duygular, istekler, güdüler ve anılar gibi *gerçek yaşantıların* davranış ya da konuşma yoluyla ortaya çıkmadıklarını, bilinçdışında gizli kaldıklarını (*örtük bilgi*) ifade etmektedir. Psikoanalizdeki metafor olan rüyalar ve fanteziler bilinçdışından gelen sembollerini taşımaktadırlar. Bilinçdışıdaki içeriği doğrudan bilinç düzeyine taşımadan dolayı ve sembolik yollarla anlaşılır hale getirmek önemli görülmektedir (Dwairy, 2009). Dwairy'e göre duygusal olarak rahatsız edici bastırılmış korku ve fantezilerin açığa çıkarılmasına hazır hissetmeyen danışan için bilinçdışını bilince taşımak ürkütücü olabilir. Böyle bir durumda, psikolojik danışman danışanı yeni metaforik bir anlatım bulmaya cesaretlendirebilir.

Mitleri, masalları, rüyaları terapötik olarak kullanan ilk kuramcılardan biri olan Jung'a göre sembollerin metaforik dünyası psişenin kendini ifade etme yoludur ve metaforlar aracılığıyla psişe ile doğrudan iletişim kurulabilir (Carmichael, 2000). Jung'a göre semboller bilinç düzeyindeki düşünce ile anlaşılabilen bilinçdışı bir anlam taşımaktadırlar (Trad, 1993). Kültürel semboller ve metaforlar bireyin kolektif bilinçaltını temsil etmektedir (Dwairy, 1997; Trad, 1993). Kolektif bilinçaltında yer alan arketipler anlatılanı zenginleştiren metaforik sembollerdir (Bower, 1999). Sembolün işlevi psişenin temel bölümlerini ve insan deneyimlerinin ortak noktalarını temsil eden arketipleri tanımlamak olarak düşünülebilir. Bilinçdışının terapötik süreçte psikolojik danışmana metafor üreterek yardım ettiği görüşü savunulmaktadır (Giannoni ve Corradi, 2006). Dışavurumcu sembollerin kullanıldığı sanatsal yöntemlerle bilinçaltından gelen çözümler bilinç düzeyinde içgörü ile bütünleşerek kişisel büyümeye (Allan, 1988) ve terapötik değişime neden olmaktadır.

Terapötik etkileşimdeki ilişkinin önemini sürekli vurgulayan Jung (Giannoni, 2003), Yunanca'da kutsal mekan anlamına gelen *temenos* kelimesini terapötik alanı metaforik olarak betimlemek için kullanmıştır (Siegelman, 1990). İçerde olanın dışarıya sızmadığı, dışarda olanın içeri giremediği güvenli ve korunaklı bir terapötik ortamda psişe bilinçdışı ile buluşur. Danışan ve psikolojik danışman arasındaki güven ve gizlilik bu metaforik çerçevede oluşmaktadır (Stephenson, 2003). *Temenos* yeterince güçlü değilse terapötik çaba gereksiz ve zararlı olabilir. Jung, aynı zamanda temenosu çevreleyen bir halkadan da söz etmektedir. Bu halka Tibet kültürüne ait bütünlüğün

sembolü olan mandalalarda görülmektedir. Mandalayı oluşturan kanallarda (*vessel*) dönüşüm yaşanmaktadır. Jung yazılarında Eski kimya bilimi olarak bilinen simya ve terapötik süreç arasındaki benzerliğe dikkat çekmiştir (Stephenson, 2003). Bir simya ocağının yüksek sıcaklığı psikolojik danışmanın ve danışanın arasındaki yoğun etkileşimi tanımlamaktadır. Yoğun etkileşimin yüksek sıcaklıkta yaşandığı *temenos*'ta metallerin şekil değiştirmesi gibi dönüşümler yaşanır. Güvenli psikolojik ortam korunur ve süreç bir simya ocağı gibi uygun şekilde "ısıtılırsa" sonunda bilinç ve bilinçdışı arasındaki çatışmalar çözülerek dönüşüm gerçekleşir (Stephenson, 2003). Yüksek sıcaklığın etkisiyle dönüşüm yaşayan sadece danışan değil aynı zamanda psikolojik danışmandır.

Bireyin kendini, etrafındaki insanları ve yaşamı nasıl algıladığını gösteren *yaşam stili* Bireysel Psikoloji'nin kurucusu Adler tarafından öne sürülmüş bir kavramdır (Kopp, 1999). Yaşam stiline anlaşılmasının önemini Rule ve Bishop (2006) bir metaforla anlatmaktadır. Kişilerarası ilişkilerin karmaşıklığı sonucu danışan anlamakta zorlandığı birçok duygu hisseder; bu durum karanlık odaya açılan bir kapıya benzetilmektedir (duygu). Bireyin kendi yaşam stiline anlaması odanın içine bir ışık yakar (düşünce). Terapötik eylemler sonucu bireyin isteklerine göre artık aydınlık olan odayı tekrar döşeyebilir ve mobilyaları cilalayabilir (eylem). Psikolojik danışman metaforla ilgili anlamların keşfedilmesine ve metaforun değiştirilmesine yardım ederek metaforik çözüm yollarının dış dünyaya aktarılmasına aracılık etmektedir (Sweeney, Myers ve Stephan, 2006). Adleryen kuramın tekniklerinden biri olan *danışanın çorbasına tükürmek* metaforik bir anlatımdır. Psikolojik danışman bir kez *danışanın çorbasına tükürdükten* sonra danışanı çorbayı içmeye devam edebilir, ancak çorbanın tadı artık değişmiştir (Rule ve Bishop, 2006).

Öykü ve anekdot kullanımının öncülerinden Erikson (Koop, 1995) sıklıkla metafor kullanan kuramcılardandır (Babits, 2001). Erikson, metafor olarak danışanın sorununu andıran ama doğrudan ilgili olmayan öykülerle danışanın bilinçdışıyla doğrudan iletişim kurmayı hedeflemektedir (Morgan, 1988). Erikson öykülerin iki düzeyde iletişim başlattığını ileri sürmektedir (Sharp, Smith ve Cole, 2002). Öncelikle, öykülerde çağrıştırmaya uygun farklı anlamlara gelebilecek kelimeleri seçer. İlk düzeyde psikolojik danışman ilgi çekici bir öyküyle, danışanın dikkatini çeker ve danışan bilinç düzeyinde iletişime açık hale gelir. Diğer düzeyde, öykünün içindeki kelimelerin diğer anlamları bilinçdışı süreçleri çağrışım yoluyla uyarır ve psikolojik danışman danışanı yeni anlamlar aramaya teşvik eder. Özetle, Erikson'a göre metaforlar ilginç oldukları için bilinç düzeyi iletişime cazip

gelmektedir; öte yandan bilinçdışı örüntülerin etkin hale gelmesi ile bilinçdışı düzey otomatik olarak harekete geçmektedir (Sharp ve ark. 2002). Erickson'un metaforik öykülerini analiz ettiği çalışmasında Zeig (1980) terapötik süreçte öykülerin işlevlerini özetlemiştir. Probleme çözüm önermek, terapötik ilişkiyi güçlendirmek, direnci düşürmek, motivasyonu artırmak, problemi yeniden tanımlamak, egoyu güçlendirmek ve danışanı korkularından uzaklaştırmak öykülerin işlevleri arasında sayılmaktadır. Sonuçta, yukarıda değinilen örnekler insan davranışının anlaşılmasında ve terapötik süreçte metaforların uzun süredir varolduğunu göstermektedir.

Metaforun Terapötik Kullanımı

Psikolojik danışmada terapötik metafor kendine ait bir terminoloji üreten (Angus ve Rennie, 1988) ve terapötik eylemi besleyen bir zemin hazırlamaktadır (Babits, 2001). Metaforlar, yüzleştirici ve tehdit edici olmayan bir ortamda, danışanların kendilerini ve sorunlarını keşfetmelerini ve yeni çözümler üretmelerini sağlamaktadır (Lakoff ve Johnson, 1980). Metaforun değişim sürecinde katalizör işlevi görmesi (Kopp, 1995; Lyddon, ve ark., 2001) bireyde duygusal gerilim ve bilişsel dengesizlik yaratabilir. Metaforik müdahaleler danışanın dirençli dünyasına incelikli bir giriş niteliği taşımaktadır. Danışanın metafor aracılığıyla savunmaya geçme ihtiyacı hissetmeden ve benlik algısına zarar gelmeden sorunu hakkında konuşmaya başlayacağı ileri sürülmektedir (Carmichael, 2000). Metafor, bilinç düzeyinde direncin üstesinden gelerek kişiliğin değişime ve yeni düşüncelere açık parçalarına hitap eder (Groth-Marnat, 1992).

Lyddon ve arkadaşlarına (2001) göre metafor kullanımı psikolojik danışma sürecinde aşağıdaki boyutlarda etkili olmaktadır:

a) *İlişki kurmak*: Danışan romantik ilişkilerini çocukluğunda oynadığı "*Ortada Sıçan*" oyununa benzetir. Kendisini topu yakalamaya çalışan ama çoğunlukla topu tutamayan ortadaki sıçan olarak tanımlar. Diğer oyuncular topu öylesine fırlatırken kendisi içintop korunması gereken kıymetli bir hazinedir. Top erkeklerle arasındaki ilişkiyi simgelemektedir. Psikolojik danışman metaforu genişleterek "*Bu durumda topun senin 'Kaşıkçı elmasın' olduğunu söyleyebilir miyiz? Diğer oyuncuların yaptığı gibi fırlatmayıp, üzerine titriyorsun*" der. Psikolojik danışman danışanın ürettiği metaforu zenginleştirerek empati kurmak için kullanmıştır.

b) *Yaşantıları simgelemek ve duygulara erişmek*: Metaforlar danışanın fark etmediği duygularını keşfetmesini ve duygusal yaşantılarını anlamlı bir

şekilde simgeleştirmesini sağlar. Danışan “*‘Ortada sıçan’ oynamanın duygularımı altüst ettiğinin farkında değildim. Oyuna dahil edilmekten o kadar mutluydum ki, aslında hiç eğlenmediğimi fark etmek için bir an bile durmadım*” derken duygularını fark etmiş ve yaşantısına yeni anlamlar yüklemiştir.

c) *Örtük varsayımları ortaya çıkarmak ve yüzleştirmek*: Metaforlar aracılığıyla örtük inançlar ve konuşulmayanlar açığa vurulur ve değişime zemin hazırlanır. Örtük inançlar belirginleşip geçerliliğini yitirdikçe alternatif metaforlar önem kazanır. Yukardaki örnek üzerinden düşünüldüğünde “*Ortada sıçan yerine başka hangi oyunu oynamak isterdin?*” sorusuna yanıt aramak danışanı yeni düşüncelere sevk edebilir.

d) *Direnç ile çalışmak*: Danışanın çok acı veren yaşantılarını dolaylı yolla dışa vurması değişime istekli tarafı ve değişim karşısında direnç gösteren tarafı arasındaki güvenli bir köprüdür (Shinebourne ve Smith, 2010). Erkeklerle romantik ilişkilerini “*ortada sıçan*” oyununa benzeten danışan ayrılıkla ilgili olumsuz duygularını ifade etmekte zorlanmıştır. Kendisinin çok değerli bulduğu ilişkiyi (top) diğer oyuncuların özensizce atıp tutmaları onu incitmektedir. Danışan, kendi ürettiği metafor yoluyla yaşadığı engellenmişliği ve ilişkilerindeki güç dengesizliğini görmüştür. Metafor aracılığıyla oyuncuların topa davranışlarının (ilişkiye bakış açısının) farklı olabileceğini anlar.

e) *Yeni bakış açısı göstermek*: Bir keşif aracı olan metaforların (Cirillo ve Crider, 1995) danışanların doğrudan ifade ettiklerinde çok acı verecek duygularını dolaylı anlatımla ifade etmelerini sağladığı ve yaşantılarının daha önce hiç ifade edilmemiş ya da keşfedilmemiş yönlerini görmelerini kolaylaştırdığı savunulmaktadır (Shinebourne ve Smith, 2010). “*Ortada sıçan*” oyununun anlamını keşfeden danışan oyunda kalma ya da oyuna devam etmeme seçeneklerini görebilir. Oyundaki güçsüz kişi olarak kabul edilmek istemeyip, oyunu değiştirmek isteyebilir.

Psikolojik danışma sürecinde *psikolojik danışman tarafından üretilen ve danışan tarafından üretilen* olmak üzere iki tür metafor kullanımı görülmektedir (Kopp, 1995; Lyddon, ve ark. 2001). Yazarlardan birinin yönettiği bir eğitim grubunda, çevresindeki insanlardan daha önemli sorunları olduğuna ve diğer insanların onunla ilgilenmesi gerektiğine inanan bir üye ile saydam bir ilişki kuralamamıştır. Üye çok yumuşak bir ses tonuna sahiptir. Gruptaki diğer üyeler de yumuşak bir ses tonuna sahip olduğunu onaylamışlardır. Gruptaki güven ortamının sağlandığına inandıktan sonra, lider üye ile ilişki kurmakta zorlandığını *atki* metaforu yoluyla anlatmayı seçmiştir.

“*Sana baktığımda, çok yumuşak, yumuşacık bir atki görüyorum. Görünce dokunmak ve yumuşaklığı hissetmek istiyorum. Ancak elimi uzattığımda yumuşaklık yerine üzerindeki ambalajı hissedebiliyorum. Ben yumuşaklığa dokunmaya çalıştıkça elime sadece ambalaj geliyor. Ambalajı bir türlü sıyıramıyorum. Gördüğüm yumuşaklığa dokunamamak beni üzüyor.*”

Kişi metaforik anlamdaki somut fiziksel deneyimden uzaklaştıktan sonra soyut kavramlar ya da duygular hakkında konuşmaya başlar (Lakoff, 1993). *Atki* metaforunun kullanımından sonra, süreç ilerledikçe üyenin direnci azalmış ve kendini açmaya başlamıştır. Üye ilişki kurma modeliyle ilgili farkındalık yaşadığını belirtmiştir. Metafor psikolojik danışmana karmaşık durumları basit ve görsel imgelere aktarmasına izin vererek avantaj sağlamaktadır (Rule, 1983). Metaforların bir duygunun içerdiği anlamı herhangi duygu ifadesinden ya da sıfattan daha iyi anlatabileceği düşünülmektedir (Levitt, Korman, Angus, 2000). Metafor kullanımı, önemli terapötik anları hatırlamayı kolaylaştırır (Martin ve ark., 1992); çalışma uyumunu güçlendirebilir (Sommer ve Cox, 2003). Grup sonlandıktan yaklaşık bir yıl sonra üye lidere “*Kimi zaman ilişki kurmakta zorlandığımda kendime ambalajı açmaları için izin veriyor musun? diye soruyorum*” diyerek farkındalığın devam ettiğini göstermiştir. Metaforik iletişim sırasında metaforun genişletilmesi, anlaşılması, belirgin hale getirilmesi için danışan ve psikolojik danışmanın birlikte çalışmaları gerekmektedir. (Angus ve Rennie, 1988). Duygu ve içgörü arasındaki bağlantıyı kuran metafor danışanın yaşantısının yeniden anlamlandırmasına yardım edebilir (Robert ve Kelly, 2010; Rowat, Stefano ve Drapeau, 2008). Lider doğrudan yorumlamak yerine, dolaylı bir anlatımla kendini açarak üyenin tehdit altında hissetmesini engellemiştir.

Grupla Psikolojik Danışma Sürecinde Metafor Örnekleri

Bu başlık altında, yazarların liderlik yaptığı ve psikolojik danışman adaylarına yönelik oluşturulan grupla psikolojik danışma oturumlarında kullandıkları metaforlar aracılığıyla psikolojik danışma sürecinde metaforun nasıl kullanıldığına dair örnekler sunulmuştur.

Grupla psikolojik danışma sürecinde metaforun kişilerarası iletişimi destekleyici işlevinden söz edilmektedir (Trad, 1993). Yazarlardan birinin yönettiği eğitim grubunun ilk oturumunda üyelerin kendilerini daha rahat açmaları ve birliktelik ve güven ortamının oluşumunu hızlandırmak amacıyla KİTAP (Corey ve Corey, 1997) metaforu kullanılmıştır. “*Bir*

KİTAP olsaydınız, kitabın başlığı ne olurdu? Nasıl bir kapağı olurdu? Önsözü olur muydu? Hangi bölümlerden oluşurdu? Bu kitabı kimlerin okumasını isterdiniz?” gibi danışanın iç dünyasını anlamaya yönelik sorular yöneltilmiştir. Üyelerdeki kaygının azalmasına ve direncin kısmen çözülmesine (Lyddon ve ark., 2001; Zuniga, 1992) yardım eden KİTAP metaforunun kullanıldığı oturumun sonunda, bir üye *‘kendiniz hakkında neler söylersiniz gibi bir cümle bana çok basit geliyordu ve böyle bir şey sorulsa ne derim diye düşünüyordum, KİTAP değişik geldi ve kendimi daha rahat ifade etmemi sağladı’* demiştir. Planlanmış ve amaca yönelik olarak kullanılan metaforların danışanın motivasyonunu artırdığı, düşünce süreçlerini canlandırdığı ve anlaşılması güç kavramlara açıklık kazandırdığı savunulmaktadır (Hendrix, 1992).

Aynı grupta, lider üyelerden kendilerini anlatan bir hayvanı (Voltan-Acar, 2004) seçmelerini istemiştir. Açık uçlu sorular (*Bir hayvan olsaydınız hangi hayvan olurdu? Sizi en iyi tanımlayan hayvan hangisidir? ve Bu hayvanın hangi özellikleri sizi tanımlıyor?*) yardımıyla üyeler yanıtlarını grupla paylaşmışlardır. Oturumları uzun ve sıkıcı bulduğunu beden dili ile açıkça gösteren, grup sürecini dışardan izleyen ve sonuca hızlı ulaşmak istediğini söyleyen sessiz bir üye aşağıdaki metaforik anlatımı kullanmıştır:

“İlk aklıma kuş geldi, ardından at geldi. Sonra da kediyi düşündüm ama kedinin neden aklıma geldiğini hiç anlamadım. Kuşu düşünmemim sebebi, istediği yere daha çabuk ulaşabiliyor, bazı şeylere tepeden bakabiliyor, farkedilmeyen şeyleri farkedebiliyor ve sınırlama yok. Atı düşünmemim sebebiyse hızı ve hareketi olduğunu düşünüyorum, durağan ortamlar beni sıkıyor.”

Lider, üyenin kullandığı metaforik anlatımla grupta sergilediği davranışlar arasındaki anlamlı bağlantılar gözlemlemiştir. Bir kuş misali grup sürecine dahil olmak yerine tepeden izlemeyi tercih etmiştir. At metaforuna ait hız ve hareketlilik uzun ve durağan bulunduğu grup oturumları ile zıt düşmektedir. Üyenin kediyi neden seçtiğini bilmediğini söylemesi ve şaşırması ilginçtir. Kedi metaforunun danışanın örtük bilgi düzeyini (Mays, 1990; Wagner, 1987) temsil ettiği düşünülebilir. Kedi metaforunun anlamının üye ile birlikte keşfedilmesi farkındalığın artmasına neden olabilir. Metaforlar danışanın eski düşünce örüntülerini bozarak savunmacı olmayan bir şekilde kendini keşfetmesine yardım etmektedir.

On ikinci oturumda lider, üyelerden kendilerini bir ‘EV’ gibi düşünmeleri istemiş ve *“Nasıl bir EV olurdu? Nasıl döşenmiş? Bu ev dışarıdan nasıl gözüküyor, içi nasıl? Evin içine girenleri neler bekliyor? Bu eve nasıl giriliyor? Gizli odası*

var mı? Varsa bu odada neler var?” gibi sorular ile yapılandırılan metafordan sonra grup sürecini kuş gibi tepeden izleyen üye aşağıdaki metaforik anlatımı kullanmıştır:

“Evin en güzel yeri arka bahçesi. Ancak bu bahçenin iki kapısı var. Biri daha önceden arka bahçeye girmeye hak kazanmış olanlar için ki bu kapıyı herkes bilmiyor. Bir de henüz arka bahçeye girmeye hak kazanmayanlar için uzun bir koridor söz konusu. Karanlık ve soğuk bir koridor. İki tarafında kapılar var, arka bahçeye geçmek için o koridora girenlere zorlu testler uygulanıyor ve bu testlerde zorlananlar istedikleri anda yan kapıları kullanarak dışarı çıkabilirler.”

Grup üyelerinden biri: Peki arka bahçeye geçmek istiyor ancak bu kadar zorlanmak istemiyorsak ne olacak?

Üye: Testleri kolaylaştırmak mümkün değil, arka bahçeye gerçekten geçmek istiyorsan eğer yapılacak tüm testleri geçmek zorundasın.

Lider: Peki koridora girmek isteyen kişinin arka bahçene geçmesini istemiyorsan? Yine de o koridora girmesini kabul eder misin? Yoksa başlangıçta girmemesini mi istersin?

Üye: İsteyen herkes koridora girebilir. Ben giremezsin demem. Ancak, o zaman yapacağım testler ağırlaşır ve geçiş çok daha zor olur. Herşeye rağmen testleri geçmeyi başarırsa arka bahçeye girebilir.

Kendini açmayan bu üye için metafor kolaylaştırıcı bir araç olmuş ve ilişki kurma yollarını grupla paylaşmasını sağlamıştır (Strong, 1989). Metafor sayesinde danışanın bilinçdışı örüntüleri etkin hale gelmiştir (Erickson, Rossi ve Rossi, 1976). Üye liderden gelen doğrudan mesaj ve müdahalelere direnç gösterirken metafor aracılığıyla kişiliğin daha kabul edici yönüyle iletişim kurmaktadır (Groth-Marnat, 1992). Kendini açmadığı için diğer üyeler tarafından suçlanan bu üye grup sürecine metaforu sayesinde dahil olmuştur.

Başka bir eğitim grubunda bir üye grup sürecini TELEVİZYON metaforuyla anlatmıştır. Grup sürecini üye sayısı kadar kanalı olan bir televizyon gibi düşünmüş ve her kanalda farklı hikayelerin olduğu ayrı filmlerin gösterildiğini söylemiş ve lider ve yardımcı lideri televizyonu seyreden kişiler olarak tanımlamıştır. Metafora göre, televizyon kumandasını elinde tutan lider açması gereken kanalı bilen ve tam zamanında zorlamadan açan kişidir. Lider aynı zamanda televizyon kanallarındaki filmlerin öyküsünün anlam kazanmasına yardım eden kişidir. Lider öykülerin içine girip bir parçası olabilir. Televizyonu sadece izlemekle yetinen yardımcı liderse en iyi gözlem yapan kişidir. Bu örnekte görüldüğü üzere, metafor birleştirici bir rol üstlenmektedir ve bireye grubun

parçası olma konusunda yardım etmektedir (Czander, 1993). Ayrıca metafor grup yaşantısının anlamının yapılandırılmasına yardım etmektedir (Abernethy, 2002). Metaforun sunduğu dolaylı iletişim sayesinde üyeler kendi ilerleme hızlarına göre grup yaşantılarına ve gruptaki rollerine anlam kazandırırken (Penn, 2001) kurulan dolaylı iletişim sayesinde doğrudan iletişimin olumsuz etkileri en aza inmektedir (Carmichael, 2000). Aynı eğitim grubunda, lider grup sürecinde sessiz kalmayı tercih eden bir üyeye, iyi bir seyirci olduğunu ve grubu seyrederken neler gördüğünü merak ettiğini söylemiştir. Gruptaki üyelerin birçoğu futbolla yakından ilgilidir. Bir üye (üye A), sessiz üye (üye F) ile FUTBOL metaforunu kullanarak iletişim kurmaya çalışmıştır. Sessiz kalmaya devam eden üye ve diğer üyeler arasında geçen metaforik diyalog şöyle gerçekleşir:

Üye A: Futbol seyircisiz olmaz. Maçı tribünden izleyen seyircilere ihtiyacımız var.

Üye B: Amaç izlemek değil sahada mücadele etmek.

Yardımcı lider: A seyretmekten hoşlanıyor. Her zaman sıkıldığına inanmıyorum. Futbolda sıkıcı anlar oluyor.

Üye C (üye F'ye dönerek): Oradan seyretmeyi bırakıp sahaya in ve oyunu kazanmak için bize yardım et. Oyuna katıl.

Üye D: Biz takımımızı iyi günde kötü günde her zaman destekliyoruz.

Üye F (Sessiz üye): Ben seyirciyim. Sizlerde oyuncularınız. Lider ve yardımcı liderse kaptan ve yardımcı kaptan. Ben takımında oynamıyorum. Seyrediyorum.

Lider: Bir futbol takımında on bir oyuncu vardır. Seyirci on ikinci adamdır. On ikinci adam olarak takımı destekleme şansın var. Futbol takımlarına oyuncusuz oynama diye verilen bir ceza var. Seyirci desteği olmadan takım eksik kalır.

Üye B: İstersen formayı giyip sahaya inebilirsin. Tribünde sessiz kalabilirsin ya da tribünden güçlü bir tezahürat yapabilirsin.

Üye E: Takımın maçı kazanacağına inanmıyor musun?

Üye F (Sessiz Üye): Hayır. Takım maçı kazanabilir. Benim desteğime ihtiyaçları yok. Ben olmadan da başarabilir.

Üye D: Takıma zarar veriyor olabileceğini düşündün mü?

Üye F (Sessiz üye): Bu soruya siz yanıt verebilirsiniz. Belki de zarar verdim.

Üye D: Yedek oyuncuyu sahaya alabilir miyiz? (*Mizahi bir yolla*)

Metaforların paylaşımı ve genişletilmesi terapötik ortama enerji sağlamakta ve işbirliğini kolaylaştırmaktadır (Amundson, 1997). Yazara göre, metaforların dolaylı anlatımları farklı anlamlara

gelebileceğinden danışanlar etkin bir şekilde sürece dahil olarak belirsiz anlamı belirginleştirmeye çalışırlar. Üyeler arasında geçen metaforik etkileşim sayesinde grup sessiz kalan üyeyi tehdit edici olmayan bir yolla yüzleştirmiş ve ortak terapötik dil geliştirmiştir (Ingram, 1994). Grup, sessiz üyenin gruba katılımını beklediğini doğrudan baskı kurmak yerine birlikte ürettikleri metafor aracılığıyla tehdit etmeden göstermiştir. Metaforun üyeler tarafından üretilmiş olması lidere çok az iş düşmesini sağlamıştır ve sessiz üyede terapötik farkındalığın oluşmasına yardım etmiştir.

Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde, etkili bir strateji olarak metaforun psikolojik danışma sürecindeki kullanımı tartışılmış ve önemli noktalara dikkat çekilmiştir.

Literatürde, metaforların psikolojik danışmada (Eckstein ve Sarnoff, 2007; Kopp, 1995; Lew, 2009) ve psikolojik danışman eğitiminde (Lawson, 2005) etkin ve hızlandırıcı bir etki yaratabileceği güçlü bir şekilde savunulmaktadır. Lyddon ve arkadaşlarına göre (2001), metafor psikolojik danışma sürecinde yakın ilişki kurulmasında, duyguların ortaya çıkarılmasında, inançların sorgulanmasında, direncin çözülmesinde ve alternatif düşünce yollarının bulunmasında etkilidir.

Metaforun, karşılıklı olarak hem psikolojik danışman hem de danışan için aynı anlamı taşıdığına özen göstermek (Trad, 1993) psikolojik danışmana düşen sorumluluklar arasında değerlendirilmektedir. Danışanın henüz düşünmemiş olabileceği metafora ait tamamlanmamış kısımları sormak danışanın kendini daha çok açmasına yardım edebilir. Modell'e (2009) göre metafor farklı boyutlar arasında anlamı taşımakla kalmayıp aynı zamanda anlamın *dönüştürülmesine* aracılık etmektedir. Eksik parçaları görmek ve metaforun dönüştürülmesine uygun terapötik zemini hazırlamak psikolojik danışmanın yaratıcılığını sınavabileceği bir aşamadır. Özetle, psikolojik danışmalar metaforların belli yönlerini değiştirerek ya da tamamen yeni metaforlar önererek metaforların genişletilmesinde önemli rol oynayabilirler. Ancak önerilen yeni metafor danışana saygı sınırlarını içinde olmalı ve danışanın problemi algılayışına duyarlı olmalıdır.

Psikolojik danışma sürecinde metafor kullanımını etkisiz kılabilecek noktaları vurgulamakta yarar görülmektedir. Öncelikle, psikolojik danışmanın yakın ilişki (rapport) kurmadan metafor kullanma konusunda duyarlı davranması önerilebilir. Metafor danışanın iç dünyasına empatik olarak yaklaşırsa bile danışan tarafından reddedilme olasılığı akılda tutulmalıdır. Psikolojik danışma sürecinde önemli olanın metaforun danışan tarafından benimsenmesi ve zenginleştirilmesi

olarak görülmektedir. Danışanın metaforu kabul etmeye hazırlığı ve psikolojik danışmanın metaforu sunarken “sınanabilir” ifadeler kullanması ve ısrarcı olmaması önemlidir. Psikolojik danışman yakın ilişkiyi kurmadan metafor kullanıyorsa reddetme ihtimali için danışana zaman tanınması tavsiye edilir. Tehdit edici ve doğrudan yüzleştirici metaforlarla danışanın güvende hissettiği ilişkinin bozulmasının risk olarak alınması akılcı olmayabilir. Önemli bir diğer noktaysa, psikolojik danışmanın danışanın kendini ifade etme biçimine, bilişsel gelişimine, sözcük dağarcığına ve soyut düşünceye olan yatkınlığına dikkat etmesidir. Psikolojik danışmanın kendi bilişsel gelişim düzeyi ve soyut düşünceye yatkınlığı ile ilgili olarak farkındalığının olması gerekli görülmektedir. Psikolojik danışmanın ve danışanın bilişsel gelişim düzeylerinin yakın olması metafor kullanımında bir avantaj olabilir. Ayrıca, eğer psikolojik danışmanın metafora uygun zamanda geriye dönük olarak atıf yapması ve uygun açık uçlu sorularla metaforu zenginleştirilmesi önemli görülmektedir. Psikolojik danışman ortaya attığı metaforu ayrıntılarıyla danışana anlatmak zorunda olması (Berlin, Olsoni Cabo ve Engel, 1991) belirtilmesi gereken başka bir husustur. Metaforun danışan tarafında sahiplenilmesine ve danışanın yaşantısına dönüştürülmesine izin vermek terapötik diyalogun gereği olarak düşünülmektedir. Son olarak, metaforların dil ile ilgili mecazi kullanımları bir sınırlılık

olarak düşünüldüğünde bazı metaforlar danışanın yaşantısını derinleştiren metaforlar olmayabilir. Kimi metaforlar konuşma diline ait ve sözcüklerin taşıdığı anlamla yetinen mecazi kullanımlardır ve psikolojik danışma sürecindeki duygusal derinliği artırıcı etkiye sahip olmayabilir.

Kısaca, psikolojik danışman’ın ürettiği metaforla danışanın yaşantısındaki farklı parçaları anlamlı bir bütün haline getirerek düşüncenin dile yansıdığı ve sözcüklerin dilbilimsel anlamlarının ötesine geçtiği bir çerçeve çizdiği savunulabilir. Ancak, ülkemizde dilbilim ve eğitim alanında sınırlı sayıdaki metafor çalışmaları metaforun psikolojik danışma sürecindeki işlevinin anlaşılmasında yetersiz kalmaktadır. Bu bağlamda, metafor kavramını açıklayan öncül nitel çalışmalar psikolojik danışma alanındaki bu gereksinimi karşılayabilir. Metaforun kavramsal olarak açıklandığı ve psikolojik danışma sürecinde nasıl kullanılabileceğine dair örneklerin verildiği bu çalışma nitel çalışmalara ışık tutabilir. Ayrıca, metaforun kültürümüzde daha iyi anlaşılmasını sağlamak amacıyla farklı disiplin alanlarından yardım alınabilir. Örneğin, edebi eserlerde ve sanat alanında (öykü, şiir, roman, sinema vb.) metaforların sağladığı dolaylı anlatım yöntemleri terapötik kullanım açısından incelenebilir. Nitel ve nicel araştırma yöntemlerinin birlikte kullanılması gelecekte yapılacak metafor çalışmalarına yol gösterici olabilir.

Kaynaklar

- Abernethy, A. D. (2002). The power of metaphors for exploring cultural differences in groups. *Group*, 26 (3), 219-231.
- Adams, M. V. (1997). Metaphors in psychoanalytic theory and therapy. *Clinical Social Work Journal*, 25 (1), 27-39.
- Allan, J. (1988). *Inscapes of the child's world: Jungian counseling in schools and clinics*. Dallas, TX: Spring.
- Amin, T. (2009). Conceptual metaphor meets conceptual change. *Human Development*, 52 (1), 65-197.
- Amundson, N. E. (1988). The use of metaphor and drawings in case conceptualization. *Journal of Counseling and Development*, Vol 66, 391-393.
- Amundson, N. E. (1997). Myths, metaphors, and moxie: The 3ms of career counselling. *Journal of Employment Counseling* 34(2), 76-84.
- Angus, L.E ve Rennie, D.L. (1988). Therapist participation in metaphor generation: collaborative and noncollaborative styles. *Psychotherapy*, 25, 552-560.
- Angus, L.E., ve Rennie, D.L.(1989).Envisioning the representational world: The client's experience of metaphoric expression in psychotherapy. *Psychotherapy*,26, 327-376.
- Aragno, A. (2009). Meaning's vessel: A metapsychological understanding of metaphor. *Psychoanalytic Inquiry*, 29, 30-47.
- Babits, M. (2001). Using therapeutic metaphor to provide a holding environment: the inner edge of possibility. *Clinical Social Work Journal*, 29 (1), 21-33.
- Baron, S. (2009). Metaphor and the Satir therapist. *The Satir Journal*, 3, 1, 49-57.
- Berlin, R.M., Olson, M.E., Cano, C.E. ve Engel, S. (1991). Metaphor and psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, XLV (3), 359-368.
- Botha, E. (2009). Why metaphor matters in education. *South African Journal of Education*, 29, 4, 431-444.
- Bower, F. (1999). Metaphor, mysticism and madness A response to the three papers on 'Is analytical psychology a religion?' by Storr, Shamdasani and Segal. *Journal of Analytical Psychology*, 44, 563-570.
- Carmichael, K. D. (2000). Using a metaphor in working with disaster survivors. *Journal of Specialists in Group Work*, Vol 25 (1), 7-15.
- Cirillo, L. ve Crider, C. (1995). Distinctive therapeutic uses of metaphor. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 32 (4), 511-519.

- Corey, M. S ve Corey, G. (1997). *Groups: Process and Practice*. USA: Brooks/Cole publishing company.
- Czander, W. (1993). *The psychodynamics of work and organizations: Theory and application*. New York: Guilford Press.
- Dale, M. A. ve Lyddon, W. J. (2000). Sand play: A constructivist strategy for assessment and change. *Journal of Constructivist Psychology*, 13, 135-154.
- Dallos, R. (2004). Attachment narrative therapy: Integrating ideas from narrative and attachment theory in systemic family therapy with eating disorders. *Journal of Family Therapy*, 26, 40-65.
- Dowd, E. T. (2006). What changes in cognitive therapy? The role of tacit knowledge structures. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 6 (2), 141-148.
- Dwairy, M. (1997). A biopsychosocial model of metaphor therapy with holistic cultures. *Clinical Psychology Review*, 17 (7), 719-732.
- Dwairy, M. (2009). Culture analysis and metaphor psychotherapy with Arab-Muslim clients. *Journal of Clinical Psychology*, 65 (2), 199-209.
- Eckstein, D. ve Sarnoff, D. (2007). Four adlerian metaphors applied to couples counseling. *The Journal of Individual Psychology*, 63 (3), 322-338.
- Erickson, M.H., Rossi, E.L. & Rossi, S.I. (1976). *Hypnotic realities: The induction of clinical hypnosis and forms of indirect suggestion*. New York: Irvington.
- Giannoni, M. (2003). Jung's theory of dreams and relational debate. *Psychoanalytic Dialogues*, 13, 4, 605-21.
- Giannoni, M. ve Corradi (2006). How the mind understands other minds: cognitive psychology, attachment and reflective function. *Journal of Analytical Psychology*, 51, 271-284.
- Gonçalves, O. F. ve Craine, M. H. (1990). The use of metaphors in cognitive therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An international Quarterly*, 4, 135-149.
- Greenberg, L. S. ve Pascual-Leone, J. (1995). A dialectical constructivist approach to experiential change. In R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (Eds.), *Constructivism in psychotherapy* (pp. 169-191). Washington, DC: American Psychological Association.
- Groth-Marnat, G. (1992) Past traditions of therapeutic metaphor. *Psychology, A Journal of Human Behavior*, 29, 41-47.
- Hendrix, D. H. (1992). Metaphors as nudges toward understanding in mental health counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 14(2), 234-242.
- Hoskins, M. ve Leseho, J. (1996). Changing metaphors of the self: Implications for counseling. *Journal of Counseling and Development*, 74, 3, 243-252.
- Ingram, J. L. (1994). The role of figurative language in psychotherapy: A methodological examination. *Metaphor and Symbolic Activity*, 9, 271-288.
- Ivey, A. E. ve Ivey, M. B. (1999). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in A multicultural society*. 4th edition. Pacific Grove: Brooks/Cole Publishing Company.
- Johnson, M. (1987). *The body in the mind*. Chicago: Chicago University Press.
- Kelly, G.A. (1991). *The psychology of personal constructs: Vol. 1. A theory of personality*. London: Routledge.
- Kopp, R. R. (1995). *Metaphor therapy: Using client-generated metaphor in psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel Publishers.
- Kopp, R. R. (1999). Metaphoric expressions of lifestyle: Exploring and transforming client-generated metaphors. *The Journal of Individual Psychology*, 55 (4), 466-473.
- Lakoff, G. (1990). The invariance hypothesis: Is abstract reason based on image-schemas? *Cognitive Linguistics*, 1, 39-74.
- Lakoff, G. (1993). The contemporary theory of metaphor. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and thought*. Second edition (pp. 202-251). Cambridge: Cambridge University Press.
- Lakoff, G. ve Johnson, M. (1980). *Metaphor we live by*. Chicago : University of Chicago Press.
- Langer, S. K. K. (1948). *Philosophy in a new key, a study in the symbolism of reason, rite and art*. New York, Penguin Books.
- Lawson, G. (2005). The hero's journey as a developmental metaphor in counseling. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 44, 134-144.
- Levitt, H., Korman, Y. ve Angus, L. (2000). A metaphor analysis in treatments of depression: Metaphor as a marker of change. *Counseling Psychology Quarterly*, 13(1), 23-35.
- Lew, A. (2009). The suitcase metaphor: Helping couples move from fault finding to strength building. *The Journal of Individual Psychology*, 6 (1), 86-89.
- Long, P.S. ve Lepper, G. (2008). Metaphor in psychoanalytic psychotherapy: A comparative study of 4 cases by a practitioner-researcher. *British Journal of Psychotherapy*. Vol 24(3), 343-364.
- Lyddon, W. J., Clay, A. L. ve Sparks, C. L. (2001). Metaphor and change in counseling. *Journal of Counseling and Development*, 79, 269-274.
- Mahoney, M. J. ve Marquis, A. (2002). Integral constructivism and dynamic systems in psychotherapy processes. *Psychoanalytic Inquiry*, 22, 794-813.
- Martin, J., Cummings, A. ve Hallberg, E. (1992). Therapists' intentional use of metaphor: memorability, clinical impact, and possible epistemic/motivational functions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60, 143-145.
- Mays, M. (1990) The use of metaphor in hypnotherapy and psychotherapy. *Individual Psychology*, 46 (4), 423-430.

- Merriam-Webster, (2011). Metaphor, 10.02.2011 tarihinde <http://www.merriam-webster.com/dictionary/metaphor> adresinden alındı.
- Modell, A. (2009). Metaphor: The bridge between feelings and knowledge. *Psychoanalytic Inquiry*, 29, 6–11.
- Morgan, L. B. (1988). Metaphoric communication and the psychotherapeutic process. *Journal of Poetry Therapy*, 1, 169-181.
- Neimeyer, R. (1995). Client generated narratives in psychotherapy. In R. Neimeyer & M. Mahoney (Eds.), *Constructivism in Psychotherapy* (pp. 231-246). Washington, DC: American Psychological Association.
- Parsons, M. (2010). Interpreting art through metaphors. *Journal of Art & Design Education*, 29 (3), 228-235.
- Patton, M. Q. (2002). Teaching and training with metaphors. *American Journal of Evaluation*, 23(1), 93-98.
- Penn, P. (2001). Chronic illness: Trauma, language, and writing: Breaking the silence. *Family Process*, 40(1), 33–52.
- Raskin, J. D. ve Neimeyer, R. A. (2003). Coherent constructivism: A response to Mackay. *Theory & Psychology*, 13 (3), 397–409.
- Rizzuto, A-M. (2009). Metaphoric process and metaphor: The dialectics of shared analytic experience. *Psychoanalytic Inquiry*, 29, 18–29.
- Robert, T. ve Kelly, V. A. (2010). Metaphor as an instrument for orchestrating change in counselor training and the counseling process. *Journal of Counseling and Development*, 88, 182-188.
- Rosenman, S. (2008). Metaphor, meaning and psychiatry. *The Royal Austrian and New Zealand College of Psychiatrists*, 16 (6), 391-396.
- Rowat, R., Stefano, J. ve Drapeau, M. (2008). The role of patient-generated metaphors on in-session therapeutic processes. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 1, 21-27.
- Rule, W. R. ve Bishop, M. (2006). *Adlerian lifestyle counseling*. New York: Taylor & Francis Group.
- Rule, W. R. (1983). Family therapy and pie metaphor. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9, 101-103.
- Seitz, J. A. (1998). Nonverbal metaphor: A review of theories and evidence. *Genetic, Social & General Psychology Monographs*, 124, 95-120.
- Sharp, C., Smith, J. V. ve Cole, A. (2002). Cinematherapy: metaphorically promoting therapeutic change. *Counseling Psychology Quarterly*, 15 (3), 269–276
- Shinebourne, P. ve Smith, J. A. (2010). The communicative power of metaphors: An analysis and interpretation of metaphors in accounts of the experience of addiction. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83, 59-73.
- Siegelman, E. Y. (1990). Metaphors of the therapeutic encounter. *Journal of Analytical Psychology*, 35, 175-191
- Sommer, C. A. ve Cox, J. A. (2003). Using Greek mythology as a metaphor to enhance supervision. *Counselor Education and Supervision*, 42, 326-335.
- Spence, D.P. (1987). *The Freudian metaphor: Toward paradigm change in psychoanalysis*. New York: W.W. Norton.
- Steen, G. ve Gibbs, R. (2004). Questions about metaphor in literature. *European Journal of English Studies*, 8 (3), 337-354.
- Stefanowitsch, A. (2005). The function of metaphor: Developing a corpus-based perspective. *International Journal of Corpus Linguistic*, 10 (2), 161-198.
- Stephenson, C. (2003). A cree woman reads Jung. *Transcultural Psychiatry*, 40 (2), 181-193.
- Strong, T. (1989). Metaphors and client change in counselling. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 12, 203-213.
- Sweeney, T. J., Myers, J. E. ve Stephan, J. B. (2006). Integrating developmental counseling and therapy assessment with adierian early recollections. *The Journal of Individual Psychology*, 62(3), 251-269.
- Trad, P. V. (1993). Previewing: A developmental principle that promotes the therapeutic use of metaphor. *Journal of Clinical Psychology*, 49 (2), 261-277.
- Valenzuela, J. ve Soriano, C. (2005) Cognitive metaphor and empirical methods, *Barcelona Language and Literature Studies*, 14. Elde edilme tarihi: 29 Ocak 2011. www.publicacions.ub.es/revistes/bells14/PDF/metaphor_02.pdf
- Volcan-Acar, N. (2004). *Grupla psikolojik danışma: Araştırmalar, deneyler*. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Wagner, R.K. (1987). Tacit knowledge in everyday intelligent behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1236-1247.
- Watts, R. E. (2003). Adlerian therapy as a relational constructivist approach. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 11(2), 139-147.
- Wickman, S.A., Daniels, M.H., White, L.J. ve Fesmire, S.A. (1999). A ‘primer’ in conceptual metaphor for counselors. *Journal of Counseling and Development*, 77, 389-394.
- Zeig, J. (1980). Erickson’s use of anecdotes. In: J. Zeig (Ed.), *A teaching seminar with Milton H. Erickson, M.D.* New York: Brunner/Mazel.
- Zuniga, M. E. (1992). Using metaphors in therapy: Dichos and Latino clients. *Social Work*, 37(1), 55-60.

Extended Summary

Metaphor: The Bridge Between Client and Counselor

Özlem KARAIRMAK and Berna GÜLOĞLU

The use of metaphor takes attention of human beings since ancient times. Despite it was firstly used in linguistics and philosophy, nowadays, it has become an important issue in art, informatics, education and psychology fields. It is derived from the Greek word *metapherien* (*meta*: beyond; *pherein*: carry on) which means to transfer from one place to another (Merriam-Webster, 2011).

Metaphors that help to connect the experiences which seem unrelated provide to associate the feelings and perceptions that belong to those experiences. According to Robert and Kelly (2010) metaphor which brings the different emotional, cognitive, perceptual and experiential parts together is an enriching learning source. Metaphoric language has been perceived as an important tool which has a therapeutic value since Freud and Jung. Metaphors as a enriching learning source which facilitate self-disclosure improve therapeutic alliance and collaboration. This study aims to introduce the facilitative role of conceptual metaphor in counseling process and present concrete examples regarding utilization of therapeutic metaphors.

Conceptual metaphor

People use metaphors to understand themselves (Hoskins and Leseho, 1996), close relationships (Eckstein and Sarnoff, 2007) and important events in their life (Carmicheal, 2000). Noticing the client-generated metaphors and making the metaphors parts of the therapeutic dialog makes easier understanding clients' way of generating knowledge (Gonçalves and Craine, 1990). Metaphors are used for the transfer of inner thoughts and feelings to outside world when the language and words are insufficient (Zuniga, 1992). Conceptual metaphor which is assessed as an inseparable part of understanding people and life experience related to the cognitive activities such as thought, logical deduction, interpretation, imagination, reasoning (Lakoff and Johnson, 1980). Counselor helps the client to facilitate better self-understanding through perceiving and reflecting

metaphor as a structure of conceptual world (Wickman et al., 1999).

Processing the information acquired from the experiences in cognitive structures and placing in conceptual system is called as mapping (Lakoff, 1993). According to Lakoff, mapping occurs at unconscious level. According to conceptual metaphor theory, metaphor is the result of mapping in which source domain and target domain are paired (Lakoff, 1993). The target domain is hard to conceptualize and abstract however the source domain is concrete and physical (Valenzuela and Soriano, 2005). The use of metaphor is recognized by systematically mapping the source domain and target domain.

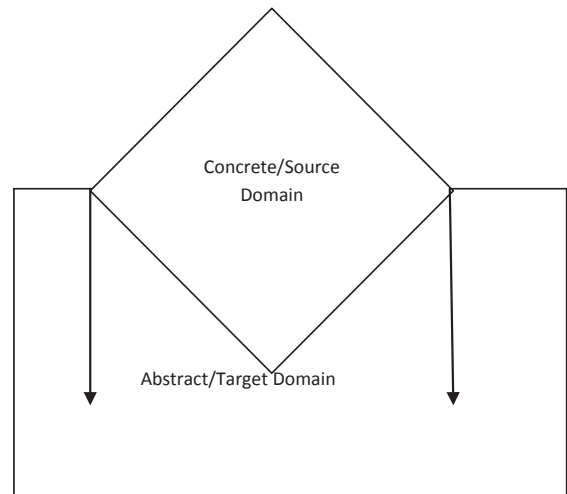


Figure 1: *The Transfer between Concrete/Source Domain and Abstract/Target Domain*

Metaphor which is centered in imagination and an important source for mind and thought (Modell, 2009) can be seen as a cognitive level that formed abstract and concrete together. Abstract concepts might be understood by the mediation of schemas that places concrete images based on the experiences (Lakoff, 1990).

Conceptual metaphor system is mostly embodied automatically at unconscious and individual use

the conceptual metaphor system unconsciously like language use (Lakoff, 1993). The part of the knowledge which is not taught directly and cannot be verbalized is called as tacit knowledge (Wagner, 1987). Exploring the tacit meaning of subjective experiences and developing consistent and comprehensible perspectives about self are crucial aims in counseling process (Greenberg and Pascual-Leone, 1995).

Metaphor in Counseling Process

Metaphoric language which is used automatically is a tool for describing our experience and our world better (Levitt, Korman, and Angus, 2000). Since metaphor shown useful for transmitting thoughts and emotions, exposing development and change, it is used as an important therapeutic tool by counselors (Amundson, 1988; Levitt, Korman & Angus, 2000). According to Lyddon et al. (2001), the use of metaphor has an impact on five change processes: (a) relationship building, (b) accessing emotions, (c) challenging clients' tacit assumptions, (d) working

with client resistance, and (e) introducing new frames of reference.

Counselor generated metaphor through compiling different parts of client experience which leads to a meaningful whole presents a framework in which thought is reflected on language and verbal expressions go beyond the linguistic meanings. The present study displays the significance of metaphor in counseling practices and counselor education. However, the limited national studies about the use of metaphor in linguistics and education is insufficient for gaining better understanding of metaphor in counseling process. In this context, pionering qualitative studies which explain the concept of metaphor in detail can met the need of counseling area. This study which conceptually describes the metaphor and gives certain examples concerning counseling process may enlighten the future qualitative studies. In addition, interdisciplinary studies providing better understanding in our culture might be enriching in future.