

## YAPILANDIRMACI YAKLAŞIM: ÇAĞDAŞ PSİKOLOJİK DANIŞMA ANLAYIŞINI VE UYGULAMALARINI BİÇİMLENDİREN BİR GÜÇ

Özlem Kararımak\*

Gül Aydın\*\*

### ÖZET

Bu çalışmada, küreselleşme ve bilgi çağının etkisiyle yaşam standartlarının, aile yapısının ve sosyal değer ve tutumların değişmesine bağlı olarak insan hakları, çokkültürlülük, çeşitlilik (dil, din, yaş, cinsel tercihler, etnik köken), kültürel çeşitlilik ve tinsellik gibi kavramları içine alan ve postmodernizmin bir sonucu olarak ortaya çıkan yapılandırmacılık yaklaşımının psikolojik danışma alanındaki yansımaları tartışılmıştır. Bireylerin ve toplumların değişen ihtiyaçlarıyla birlikte psikoloji ve psikolojik danışma alanında yaşanan önemli kavramsal değişimler ve gelişmeler tarihsel olarak özetlenmiştir. Yirmibirinci yüzyılda, psikolojik danışma alanında, birey odaklı terapi yaklaşımlarının, nicel ölçme yöntemlerinin, yordanabilir bilinçli insan davranışlarının, nesnel gerçeklik kavramlarının yerlerini sosyal ve kültürel değişmeyi hedefleyen terapi yaklaşımlarına, nitel yöntemlere, insan deneyimlerindeki gizli kalmış yönlerin keşfedilmesini amaçlayan yaklaşımlara ve öznel gerçekliğe bıraktığı üzerinde durulmuştur. Postmodern çağda varolan kuramların ve yöntemlerin, birey ve toplumların değişen gereksinimlerini karşılamada yetersiz kaldıklarının farkedilmesi sonucunda, yeni gereksinimlere cevap verebilecek bir üst kuram (meta – kuram) boşluğunu psikolojik danışma'nın çağdaş formlarının tanımlandığı yapılandırmacı yaklaşımın karşıladığı öne sürülmüştür.

**ANAHTAR SÖZCÜKLER:** Yapılandırmacılık, yapılandırmacı yaklaşım, psikolojik danışma ve psikoterapi

### ABSTRACT

This article discusses the ingredients of constructivist approach within a globalization framework, including the changing life standards, family structures, social values, and attitudes that resulted in the increasing interest in human rights, multiculturalism, diversity of groups of people, cultural-diversity, spirituality and the reflections of them to the fields of counseling and psychotherapy in the postmodern era. The changing needs of people and communities as well as the conceptual changes and developments in the field of counseling, were summarized. Further, instead of individualist therapies, quantitative measures, conscious behavior, and objective reality, tacit experiences, therapies concerned with social and cultural context and subjectivism were acknowledged in the 21<sup>st</sup> century context. The inadequacy of existing theories and methodologies in meeting the changing needs of the people and communities which resulted in a need of a metatheory for meeting the differentiated needs of people in the postmodern era were explicated and constructivism in which new forms of counseling and psychotherapy were involved was claimed to be the metatheory to meet such a need.

**KEY WORDS:** Constructivism, constructivist approach, counseling and psychotherapy

Sınırların giderek birbirine yakınlaştığı hızla

\* Araşt. Gör., Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı

\*\* Prof. Dr. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı

globalleşen bir dünyada yaşamak ve bilginin kolay ulaşılabilirliği yaşam standartlarını, aile yapısını, sosyal değer ve tutumları değiştirmektedir. İnsan hakları, çokkültürlülük, çeşitlilik (dil, din, yaş, cinsel tercihler, etnik köken), kültürel duyarlılık, hızla kendini yenileyen teknolojik gelişim, katı din anlayışındaki esneme gibi giderek yaygınlaşan faktörlerin etkisiyle yeni bir dünya görüşünün ortaya çıkması pek de şaşırtıcı değildir. Modern dünyada yaşayan insanoğlu, postmodernizmin etkisiyle olayları daha farklı bir boyutta değerlendirmeye başlamış görünmektedir. Bu beklendik bir durumdur çünkü geçmişe bakıldığı zaman, bilgiyi anlama ve ölçme yöntemlerinin tarihsel dönemlerin belirlediği yaşam koşullarına bağlı olarak farklılık gösterdiği kolayca gözlenebilir. Gerçekten de Avrupa'da Ortaçağdan sonra kilisenin halk üzerindeki gücü zayıflamış ve ardından gelen aydınlanma döneminin etkisiyle de, sosyal hayatta ve pozitif bilimde birçok yenilik ve değişiklik gözlenmiştir. İnsanların ve toplumların ihtiyaçları değişirken varolan bilgi edinme, araştırma ve ölçme yöntemlerinin değişmesi de kaçınılmaz olmaktadır.

Geçen yüzyılın sonlarında, psikoloji ve psikolojik danışma alanında yaşanan önemli kavramsal değişimler ve gelişmelere bağlı olarak bilgiye ulaşma yöntemleri tekrar sorgulanmıştır. Yirmibirinci yüzyıla girerken, psikoloji ve psikolojik danışmada, birey odaklı terapi yaklaşımları, nicel ölçme yöntemleri, bilinçli insan davranışları, nesnel gerçeklik gibi kavramlar yerlerini giderek sosyal ve kültürel değişmeye duyarlı terapi yaklaşımlarına, nitel yöntemlere, insan deneyimlerindeki örtük kalmış yönlerin keşfedilmesini amaçlayan yaklaşımlara ve öznel gerçekliğe bırakmışlardır.

Psikoloji ve psikolojik danışma alanlarında ise, halihazırda varolan ve insan davranışlarını açıklayan kuramların ve kullanılan yöntemlerin, birey ve toplumların değişen ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kaldığı görülmüş ve bu ihtiyaçlara yanıt verebilecek yeni bir üst kuram (meta-kuram) arayışı ortaya çıkmıştır.

Modernizmin reddedildiği postmodern çağda, psikolojik danışma ve psikoterapinin çağdaş formlarını içeren yapılandırmacılık yaklaşımı söz konusu ihtiyaca yanıt verebilecek bir üst kuram olmaya aday görünmektedir.

### Yapılandırmacı Yaklaşımın Temelleri

Kökleri Budist felseye kadar dayanan yapılandırmacılığın ortaya çıkmasında birçok ünlü filozofun çalışmaları etkili olmuştur. Altıncı yüzyılın son dönemlerinde Heraclitus ilk kez felsefenin esas ilgi alanının insanın değerler sistemi ve yaşadığı deneyimler olduğunun üstünde durmuştur (The Internet Encyclopedia of Philosophy). Mutlak doğruyu reddetmesiyle ilgi çeken Amerikalı filozof William James'in (1904) çalışmalarında da yapılandırmacı yaklaşımın izlerine rastlanmaktadır (Stanford Encyclopedia of Philosophy). Kelly ve Adler yapılandırmacılık alanındaki ilk kuramcılar olarak bilinirken (Mahoney ve Lyddon, 1988), Ivey (1986), Kegan (1982), Neimeyer (1993) ve Mahoney (1995) çağdaş yapılandırmacılık yaklaşımını geliştiren kuramcılar olarak görülmektedirler. Yapılandırmacı yaklaşıma göre bireyin içinde dışardan gelen bilgiyi anlamlandırmak için kullandığı bazı yapılar (constructs) bulunmaktadır. Birey yeni bir bilgiyi anlamlandırırken ve yorumlarken (yapılandırırken) kendi içinde doğal olarak varolan yapılandırma sistemini kullanmakta ve kendi gerçeğini etkin olarak oluşturmaktadır.

Yapılandırmacı bir çerçevede değerlendirildiğinde psikolojik danışma ve psikoterapi sürecinin içerdiği üç önemli unsur: (a) gerçeğin anlamlandırılmasında ve oluşturulmasında kullanılan *yapıların* tekrar gözden geçirilmesi, (b) esnek ve varolan inançların ve davranış şekillerinin tekrar yaratılması ve (c) kullanılmayan ve yararlı olmadığı düşünülen *yapıların* yeniden yapılandırılması ve psikolojik danışma deneyimindeki dilin kullanımını aracılığıyla daha umutlu bir bakış açısı yaratılması (Vinson ve Griffin, 1999) şeklinde özetlenebilir.

Yapılandırıcılık yaklaşımı metaforik bir anlatımla büyük bir açık hava partisine veya çok kişinin katıldığı bir pikniğe benzetilebilir. Yaşlısından gencine, az görüşülen arkadaşlardan sık görüşülen dostlara, bir çok insanın bir araya geldiği ve çok çeşitli tatların sunulduğu böyle bir toplantıyla yapılandırıcılık yaklaşımı benzerlikler göstermektedir. Böylesine büyük ve kalabalık bir açık hava partisine benzeyen yapılandırıcılık içinde varolan kuramlar ve yaklaşımlar (davetliler) bir üst kuramın (açık hava partisi) altında bütünleşmiş bir biçimde yer almaktadır. Davet sırasında, tanıdık izlere ve tatlara (varolan kuram ve yaklaşımlar) rastlanırken, aynı zamanda yeni tatlarla ya da insanlarla (yeni ve farklı yaklaşımlar) karşılaşma olasılığı da yüksektir. Burada vurgulanmak istenen, yapılandırıcılık yaklaşımının yeni bakış açıları sunarken geleneksel kuramlardaki bazı temel görüşleri de göz ardı etmediğidir. Yapılandırıcılık tanımlanırken, metaforik anlatım bu makalenin yazarları tarafından bilinçli olarak kullanılmıştır, çünkü dilin nesnel yapısı, metaforik anlatım (benzetmeler) ve öyküler (narratives) yapılandırıcı kuramın önemle üzerinde durduğu başlıca temalardır.

Psikolojik danışma ve psikoterapi sırasında, metaforların ve danışan öykülerinin giderek artan bir şekilde kullanılması gereği literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır çünkü metafor ve öyküler danışanın gelişiminde kolaylaştırıcı bir rol üstlenmektedirler. Metaforlar ve metaforik anlatımın, terapi ya da psikolojik danışma sırasında dirençle başa çıkmada, yeni bakış açılarının sunulmasında, danışanın farkında olmadığı örtük anlayışların (tacit understanding) açığa çıkmasında, danışanın duygularını sembolize etmesi ve farkına varmasında önemli bir role sahip olduğu ileri sürülmektedir (Lyddon, Clay ve Sparks, 2001).

## Postmodernizm ve Yapılandırıcı Psikoloji

Tarihsel açıdan bakıldığında, Rönesans'tan sonra modernizmin etkisiyle ortaya çıkan rasyonalizm ve ampirizm yirminci yüzyılın başlarından itibaren psikoloji alanında bilgiye ulaşma yollarını belirlemede etkili olmuşlardır. Akılcı ve nesnel düşünce psikolojiyi doğal bilimlerin içinde deneysel bir bilim dalı olarak değerlendirmiştir (Kararımak, 2004). Modernist bilim anlayışına göre, bilgi tektir ve evrenselidir (Lyddon,1995). Doğru bilgiye ancak nicel yöntemlerle deneysel ve bilimsel yollardan ulaşılır (Gergen, 1992). Geçtiğimiz yüzyılda, psikoloji alanındaki kuramlar, araştırmalar ve uygulamalar geleneksel ve mutlak bilgiyi elde etme üzerinde (Pavlov, 1927; Skinner, 1953) yoğunlaşmıştır (Siviş, 2002). Yirminci yüzyılın sonlarına doğru, nesnellüğün hakim olduğu geleneksel modernist düşünce yerini öznelüğün öncelikli olduğu postmodernist düşünceye bırakmaya başlamıştır.

Postmodernist düşünce modernizmin sınırlıklarına karşı bir tepki olarak ortaya çıkmıştır (Polkinghorne, 1992). Modernizmin anti-tezi olan *postmodernizm*, modernist düşüncenin öne sürdüğü nesnel gerçeklik ile mutlak doğruyu reddetmektedir (Gergen, 1994). Postmodernizm, herkes için geçerli olan nesnel bir doğru yerine her bireyin kendine özgü bir doğrusu olduğunu öne süren öznel bir bakış açısını tercih etmektedir. Postmodernist öznel bakış açısı ile doğrunun göreceliği ve birden fazla doğrunun olabileceği (çeşitlilik) öne sürülmüştür. Sözü edilen bu postmodernist etkiler kendisini özellikle sosyoloji, eğitim ve psikoloji gibi sosyal bilimler ve sanat alanlarında göstermiştir.

O'Hara ve Anderson (1991) postmodern anlamda sosyal bilinçlenmenin giderek arttığını ve postmodernist bilinçlenmenin toplum üzerinde etkili olduğunu dile getirmişlerdir. Bugünkü sağlık (Mitchell, 1996), edebiyat (Voss ve Schutze, 1989), mimari, eğitim (Sonia ve Ninnes, 2003), sanat (Wheeler, 1991),

psikoloji, hukuk (Dawn, 1992) ve din (Segal, 1997; Westphal, 1995) anlayışları postmodernist düşüncenin etkisi ile yeniden şekillenmiş görünmektedir. Hoşgörü, çokkültürlülük, etnik farklılıklar, kültürel duyarlılık, tinsellik (spirituality), azınlık hakları, eşcinsellerin özgürlükleri, küreselleşme, engellilere karşı duyarlılık, seçim özgürlüğü ve demokrasi, din özgürlüğü, çevreyi ve ekolojik sistemi koruma gibi kavramlar, postmodernist düşüncenin etkisiyle giderek daha fazla gündeme gelmekte ve kabul görmektedir.

Sosyal bilimler ve felsefe alanındaki iki önemli kavram olan *bilgi* (knowledge) ve *gerçeklik* (truth) tarihsel dönemlerden, değişen insan ihtiyaçlarından, sosyal ve kültürel değişimlerden etkilenir. Toplum üzerindeki postmodernist etkilerin dünyadaki iki önemli savaştan sonra ortaya çıkmış olması oldukça ilginçtir. Avrupa'da postmodern dönem birinci dünya savaşından sonra başlamış, Amerika'da ise postmodernizmin düşünce dünyasındaki etkileri ikinci dünya savaşını takip eden dönemde gözlenmeye başlanmıştır.

Modernizmin yerini postmodernizme bırakmasıyla birlikte, anti-modernist düşünce kendini özellikle gerçek, bilgi ve bilginin (epistemology) kavramları üzerinde göstermiştir. Polkinghorne (1992) yapılandırmacı yaklaşımda bilginin dört temel temadan oluştuğunu öne sürmektedir: (a) temelsizlik (foundationlessness), (b) bölünmüşlük (fragmentariness), (c) yapılandırmacılık (constructivism), ve (d) neopragmatizm. Polkinghorne'a göre *temelsizlik* insanların gerçeğe ya da bilgiye ulaşabilecekleri tek ve kesin bir yol olmadığı, aksine bireylerin oluşturdukları yapıların (constructions) sonucu olarak ortaya çıkan öznel ürünler olduğu varsayımdır. Bu noktada, insanda varolan bilginin kaçınılmaz olarak spekülative ve öznel olduğu söylenebilir. Her bireyin gerçekliğinin ve doğrularının kendisine özgü olduğu durumda bilginin dayandırılacağı kesin bir bilginin temelini olamayacağı Polkinghorne tarafından ileri sürülmüştür. Burada modernist düşünce ile postmodernist düşünce arasındaki fark açıkça ortaya konmaktadır. Modernist düşünce herkes

tarafından kabul edilen kuralları ve doğruları ararken, postmodernistler çeşitlilik, farklılık ve özgünlük üzerinde durmaktadırlar. *Bölünmüşlük* temasında ise postmodern vurgu, bilginin genellenmesi yerine bilginin yerelliği ve duruma özgü olduğu üzerine yapılmaktadır. Durumdan bağımsız genel kuralların aranması yerine, bilginin özgül (specific), öznel (subjective) ve duruma özgü (contextual) olduğunun altı çizilmektedir. Danışan öykülerinin biricikliği ve duruma özgü nitelikleri düşünüldüğünde postmodernist etkinin psikolojik danışma alanında ve psikoterapi uygulamalarında zaten var olduğu düşünülebilir. Danışan sorunlarını anlamaya çalışırken genelleme yapmaktan kaçınmak ve kişinin kendi yaşantısını nasıl anlamlandırdığını ya da yapılandırdığını anlamaya çalışmak çağdaş psikolojik danışma anlayışındaki en önemli noktalardan biridir.

Yoruma açık (hermeneutic) anlayışın postmodern düşünce üzerindeki güçlü ve belirleyici etkisi nedeniyle postmodern bilginin (epistemology) durumdan bağımsız genel kurallarla bilgiye ulaşmanın ve bilgiyi yorumlamanın anlamsız olduğunu ileri sürmektedir. Herhangi bir bilgi (bireyin kendisi ve çevresiyle ilgili yaşantılarıyla ilgili bilgiler gibi) ancak kendi öznel boyutunda değerlendirildiğinde anlam kazanır. *Yapılandırmacılık* bilgi bilimin ilk temel teması olan *temelsizlik* kavramı ile benzerlikler göstermektedir. Birey farkında olmadan yaşadığı bilişsel süreçte nesnelere, diğer insanlarla ve özüyle (self) etkileşimde bulunmakta ve bu etkileşim sonucunda inşa edilmiş bir yapı olarak öznel bilgi ortaya çıkmaktadır (Polkinghorne, 1992). Burada vurgulanmak istenen, insanın yaşadığı deneyimlere bağlı olarak bilgiyi yorumladığıdır. Yazar bu noktada, *temelsizlik*, *bölünmüşlük* ve *yapılandırmacılık* olarak adlandırılan üç temanın aynı zamanda göreceli bilginin (relativistic epistemology) yer aldığı ortaya koymaktadır. Dördüncü tema olan "*Neopragmatizm*", bir şeyi bilmekten ziyade bir şeyin nasıl öğrenildiği üzerine odaklanmaktadır. Kişilerin kendi yorumları ve seçimleri sonucu

ortaya çıkan bilginin, kuramsal öngörülerin değil yaşadıkları deneyimler sonucu belirlendiğinin altı çizilmektedir. Neopragmatizmde, kuramlar üreterek bilgiye ulaşmak yerine bilginin deneme yanılma sonucu ortaya çıktığı ve bu yüzden tek bir doğrunun olmadığı anlatılmakta ve bilgiye ulaşmada duruma özgüğe dikkat çekilmektedir. Neopragmatizm, pragmatizmden farklı olarak, zaman içinde ulaşılan bilginin birikim sonucu mutlak doğruya gittiğini kabul etmemektedir. Elbette, mutlak doğruya inanan modernist bakış açısı yukarıda anlatılan üç postmodern tema ile ters düşecektir. Neopragmatizm, herhangi bir varsayımın ya da bilginin belli bir durumda doğru olduğunu ileri sürmektedir. Psikoterapideki postmodernist bilgibilim yukarıda anlatılan dört temaya dayandırılmakta ve Polkinghorne (1992) psikoterapiyi postmodern bir uygulama olarak görmektedir.

Çağdaş yapılandırmacı psikolojinin temelleri postmodernist felsefe dayanmaktadır. Literatürde, bir çok yazar (Andrews ve Clark, 1998; Brennan; 1995; D'Andrea, 2000; Ellis, 2000; Gergen, 1994; Gergen, 2001; Loewenthal, 1996; Rigazio-DiGilio, Ivey ve Locke, 1997), psikolojik danışma alanında postmodernist uygulamaların ve çok sesliliğin olması gerektiğini tartışmaktadır. Psikolojik danışma alanındaki birçok kuram ve uygulamalarda sosyal içeriğe yeterince önem verilmediği ifade edilmekte, buna bağlı olarak sosyokültürel ve sosyopolitik konulara daha çok önem verilmesi gerektiği belirtilmektedir. (Rigazio-DiGilio ve ark., 1997). Postmodernist düşünce temel alınarak psikolojik danışma sürecinin yeniden yapılandırılması, psikolojik danışmanların kaynaştırılmış (integrative) kuramları benimsemesi ve danışanı anlamada kolaylık sağlamak için güçlü metaforların geliştirilmesi önerilmektedir (Rigazio-DiGilio ve ark., 1997). Postmodernist düşüncenin ışığında, müdahale yöntemleri yerine danışanla danışman arasında geçen diyaloglara ve ilişkiye odaklanmanın psikolojik danışmanları daha az müdahaleci ve daha iyi dinleyiciler haline ge-

tirdiği savunulmaktadır (Andrews ve Clark, 1998). Yine aynı yazarlar tarafından psikolojik danışma süreci karşılıklı olarak hem umudun, hem de sorun ve kaygıların (concern) paylaşıldığı bir deneyim olarak tanımlanmaktadır. Brennan (1995) ise göreceli (relativistic) ve ilişkiye dayalı bir bakış açısının benimsenmesinin terapötik deneyim üzerine önemli etkileri olduğunu vurgulamaktadır. Psikolojik danışma süreci içinde ilişki odaklı göreceli bakış açısına sahip olmak, süreç içinde kullanılan ortak dil yardımıyla, hem danışan hem de danışmanın karşılıklı olarak içgörü kazanmasına ve gelişmesine yol açmaktadır.

Bir başka anlatımla, psikolojik danışma alanındaki yapılandırmacı yaklaşım danışan öykülerini ayrıntılandıran, nesnel bir ölçüt belirlemeden anlamlandırmaya çalışan ve paylaşılan deneyim sonucunda yeniden yapılandıran postmodern bir kimlik taşımaktadır.

*Kişisel Yapı Kuramı* (Personal Construct Theory) (Kelly, 1955) olarak adlandırılan Kelly'nin yaratıcı kuramı bugünkü yapılandırmacı yaklaşımın temel taşı olarak kabul edilmektedir. *Kişisel Yapı Kuramı*, yapı sistemini gelişmiş ve kapsamlı alternatif bir terapi modeli içinde anlatan ilk yaklaşım olarak kabul edilmektedir (Winter,1992). Kelly'nin düşünce sisteminin en önemli katkısı ise kuşkusuz insanın yaşantıları yoluyla edindiği bilgiyi anlamlandırarak yaşama dair kendine özgü bir kuram geliştirdiği ve bu kuramı test eden bir *bilim insanı* gibi davrandığı görüşü (person as a scientist) olmuştur (Neimeyer, 1993).

Kelly'nin kuramsal yaklaşımı ve varsayımları o zamana kadar benimsenen terapi yaklaşımlardan oldukça farklı özellikler taşımaktadır. Bugünkü çağdaş yaklaşımların kuramsal temelini oluşturan yapılandırmacılık ile *Kişisel Yapı Kuramı* (KYK) sırasında önemli benzerlikler göze çarpmaktadır. Ortaya çıkan en erken *yapılandırmacı* kuram olan KYK (Kelly, 1955) çağdaş yaşam deneyimlerinin yapılandırıldığı ve yeniden yapılandırıldığı görüşüyle yapılandırmacı psikoterapi uygu-

lamalarına kaynak oluşturmuştur. KYK'ya göre, insanlar deneyimlerini geliştirdikleri içsel yapılar (constructs) sayesinde şekillendirilmekte ve sürekli olarak yaşam deneyimlerine dayanan kişisel yapılar yaratmaktadırlar. Bu yapılar daha geniş bir sistemde gösterdikleri benzerliklere ve farklılıklara göre düzenlenmekte ve daha sonraki deneyimlerde insanın yorum yapmasına, tahminlerde bulunmasına ve olaylar karşısında tepki vermesine imkan sağlamaktadırlar. Bireyin, karşılaştığı olaylarda, bu yapı sistemine dayanarak yaşantılarını anlamlandırdığı ve yaşamla ilgili tahminlerde bulunabildiği, böylece yaşamı daha iyi anladığı ileri sürülmektedir. Kelly'ye göre sokaktaki insan tıpkı bir bilim insanı gibi çevresinde olup biteni ve diğer insanların tepkilerini anlamak için çeşitli hipotezler geliştirir ve bunların doğruluğunu sınar. Yapılandırmacılığın temellerinden biri olan kişisel yorumların katıldığı yaşam olaylarındaki öznel gerçeklik kavramı *Kişisel Yapı Kuramı*'nda da önem taşır. Kelly (1970) yaşamda tek bir gerçek olmadığını, her bir yaşam olayı için çok çeşitli yorumların mümkün olabileceğini ve herhangi bir yaşam olayı hakkında yapılan bir yorumun bir diğerinden daha iyi olduğunu gösteren herhangi bir ölçüt olmadığını ileri sürmüştür. Bu yaklaşımda bireylerin dünya ve gerçek hakkında kendi kişisel bakış açılarını geliştirdikleri ve bir yaşantıya anlam verilmesinde birden fazla yol olduğu kabul edilmektedir (Sewell, 1995). Kelly'nin kuramındaki bu görüşler nesnel (objektif) gerçekliğin reddedilmesi fikrinin yapılandırmacılık yaklaşımından çok önce KYK'da başlamış olduğunu göstermektedir.

KYK'daki yapı sisteminin temeli olan kişisel yorumlara dayalı öznel gerçeklik anlayışı yapılandırmacı yaklaşımda da önem kazanmaktadır. Benzer şekilde, yapılandırmacı yaklaşımda, kişinin yaşantılarını anlamlandırmasında kullanılan yapılar bilgiye giden yol olarak kabul edilmektedir. Herhangi bir yaşam olayına anlam vermek için varolan yapıların yetmemesi durumunda yeni yapıların geliştirilmesini içeren yeni yapı

*keşfi* (construct innovation) en zor değişim olarak değerlendirilmektedir. Kelly'ye göre kişinin öngörülerini ile olayları anlamlandırmada kullandığı yapılar arasında bir çelişki oluşursa, birey varolan yapıların geçersiz olduğunu düşünür. Bu durumda birey varolan yapılarını yeniden gözden geçirir ve bunların geçersiz olanlarını değiştirir.

KYK'da tanımlanan iki çeşit düşünce biçimi bu günkü yapılandırmacı yaklaşıma özellikle katkıda bulunmuştur. Bunlar (a) kişinin sürekli olarak yeni deneyimlere açık olmasını sağlayan ve varolan yapıları değiştirebilme kapasitesi gerektiren esnek düşünce şekli ve (b) varolan "yapılar" içinde sadece söz konusu "yapı" kapsamında düşünmeyi sağlayan -esneklikten uzak düşünce şeklidir. Yapılandırmacı yaklaşımın insana bakış açısında da Kelly'nin kuramında sözü edilen bu esnek düşünce biçimi anlayışı açık olarak görülmektedir.

### **Yapılandırmacı Yaklaşımda İnsanın Proaktif Rolü**

Kültürden bağımsız bir üst kuram olarak görülen yapılandırmacı yaklaşım geleneksel kuramlara temel oluşturan çeşitli varsayımları, kavramları, kuramsal açıklamaları içinde barındırmakla birlikte, varolan kavram ve varsayımları yeni bir bakış açısı ile değerlendirmektedir. *Bilginin* ya da *gerçeğin* yapılandırılmasındaki bilişsel süreç içinde insanın yüklediği proaktif rol yapılandırmacılık yaklaşımının önemli bir ögesidir. Modernizm çağında, akılcı ve görgül bakış açısının etkisiyle geliştirilmiş kuramları benimsemiş psikolojik danışmanlar ve psikoterapistler, danışanın zihnindeki akılcı olmayan düşünceleri düzeltmeye çalışmaktaydılar. Başka bir deyişle, danışma süreci içinde danışman veya terapist danışanın bakış açısını nesnel gerçekliğe uygun hale getirmeye çalışmaktaydı. Gerçekten de geleneksel bilişsel davranışçı terapiler duygusal ve davranış sorunlarına neden olarak gördükleri akılcı olmayan düşünceleri yönlendirici ve/veya psikoeğitimsel bir süreç içinde düzeltmeyi amaçlayan akılcı bir yaklaşımı

esas almaktadırlar. Kişinin değişim sürecinde aldığı sorumluluk açısından, yapılandırıcı yaklaşımda insanın değişim sürecine katkısı geleneksel bilişsel davranışçı terapilerde olduğundan daha yoğun görünmektedir. Yapılandırıcı yaklaşıma göre, insanlar sunulan bilgiyi basit ve edilgen bir şekilde almak ya da nesnel gerçekliği olduğu gibi kabullenmek yerine, deneyimleri sonucu ortaya çıkan gerçek bilginin etkin yaratıcıları olarak kabul edilmektedirler.

Mahoney, Miller and Arciero (1995) yapılandırıcılığın en temel özelliğinin bilginin sezgisel ve etkin olarak oluşturulması ve yeni bilgilere yol açması olduğunu ileri sürmüşlerdir. Neimeyer'e (1993) göre de yapılandırıcı yaklaşımın özünde insanoğlunun etkin bir şekilde gerçeği ya da bilgiyi yapılandırarak değişme gösterebileceği varsayımı yatmaktadır. Yapılandırıcı yaklaşımın dayandığı temel görüşü destekleyen bir başka çalışma insanın etkin bir biçimde kendi gerçekliğini yarattığını ve kurduğu "yapı" sistemi içinde kendi gerçekliğine anlam verdiğini (construing) savunmaktadır (Fong ve Lease, 1994). Mahoney ve Lyddon (1988) yapılandırıcı yaklaşımın temelini oluşturan bu görüşe insanın kendi gerçeğini tarihsel boyutta ve sosyal çevrede algıladıklarına göre yarattığı olgusunu da eklemektedir. Bu durumda, yaşantılar sonucu yapılandırılan kişisel gerçeklik öznedir. Psikolojik danışma süreci sosyal bir çevre olarak düşünülürse danışan ve danışman tarafından işbirliği içinde yaratılan öznel bir gerçeklik olan danışma deneyiminden söz etmek mümkündür. Postmodernist yaklaşımlardaki danışanla danışman arasındaki işbirliğine dayalı eşit ilişki anlayışı psikolojik danışmanların üstlendikleri herşeyi bilen uzman rollerini değiştirmiş, danışmanın rolü geleneksel uzman rolünden oldukça uzaklaşmıştır. Danışman artık danışma yaşantısının her safhasında danışanla birlikte etkin olarak bilgiyi yaratan; yaratılan bilginin yeniden yapılandırılması için danışanı destekleyen, kendini danışanla eşit gören ve süreci kolaylaştırıcı bir unsur olarak danışma sürecine katılmaktadır (McAuliffe ve Eriksen,

1999). Özet olarak, psikolojik danışma süreci içinde yaşadığı zorlukları anlamlandırabilmek için yardım alan danışan rolünün belirlenmesinde yapılandırıcı çağdaş kuramlarla geleneksel kuramlar arasında ciddi farklılıklar gözlenmektedir.

### **Hermenütiks ve Öykü odaklı Yaklaşım**

Son zamanlarda, psikolojik danışma ve psikoterapide hermenütiks ve öyküler giderek yaygınlaşarak kullanılmaya başlanmıştır. Mitolojiden kaynaklanmakta olan Hermenütiks terimi yorumlama ve yaşantıya kişisel anlam katma anlamında kullanılmaktadır. Yunan mitolojisinde, Hermes tanrıların mesajlarını halka ileten Tanrıydı ve Tanrılardan gelen mesajları yorumlamak Hermes'in işiydi. Adını mitolojik Yunan Tanrısı Hermes'ten alan Hermenütiks, öykülerdeki kişisel yorumlarla ilgilenen bilim dalı olarak tanımlanmaktadır (Gonçalves, 1999).

Öykü odaklı psikoloji (narrative psychology) insanların kendileri ve gerçeklikleri hakkındaki örtük kalmış ve farkında olmadıkları yönlerini psikolojik danışma sırasında anlattıklarıyla (öyküleriyle) açığa vurduklarını varsaymaktadır. Gonçalves (1995) üç temel varsayma dayanan bir bilişsel ve öykü odaklı psikoterapi modeli önermiştir. Birincisi, bilgi ve varoluşun (ontoloji) birbirinden ayrılmaz ve bireylerin öykülerine göre örgütlenmiş olduklarıdır. İkinci varsayım, her insanın kendine özgü bir bilgiyi sınıflandırma yoluna sahip olduğudur. Son varsayım ise psikoterapinin danışan öykülerinin farkına varıldığı, yapılandırıldığı ve tekrar sorgulandığı bir senaryo olarak kabul edilmesidir. Öykü odaklı psikoterapi anlayışına göre danışanın amacı kendi yaşamında her zaman başrolü oynamaktır (Gonçalves, 1999).

Hermenütiks ve öyküye dayalı yaklaşımın ortak noktası her ikisinin de kişisel olarak yorumlanmış öykülere odaklanmaları ve öykülerdeki anlamı bulmayı etkin bir süreç olarak görmeleridir. Öykünün kahramanı

başından geçen herhangi bir öyküyü ya da yaşantıyı yorumlarken, varolan yapılar bu yorumlamayı yapmaya yetmez olduğunda ister istemez yeni yapılar yaratmaktadır. Yapılandırmacı yaklaşımda yeni yapıların yaratılması insanın gelişimi olarak kabul edilmekte ve insanlar yalnızca bilgiyi işleyen sistemler ya da herhangi bir uyarıcı karşısında tepki veren mekanik organizmalar olarak görülmemektedir. Tam aksine, insanlar aktör ya da yönetmenler gibi hayattaki rollerini etkin bir şekilde oynayan oyuncular olarak algılanmaktadırlar (Gonçalves, 1999).

Psikoterapi ve psikolojik danışma açısından ele alındığında, Hermenütik yaklaşıma göre, danışan ve danışman, danışma yaşantısını da birlikte ve etkin olarak oluşturmaktadırlar. Başka bir deyişle, bu yaşantının yaratıcıları olarak danışman ve danışan danışma süreci içinde karşılıklı olarak kendi anlayış ve yorumlarını aktarırlar (Gonçalves, 1999). Hermenütik anlamda psikolojik danışma deneyimi danışan ve danışmanın kendi varoluşlarını birbirlerine yansıttıkları ontolojik bir süreçtir.

Yapılandırmacı yaklaşımın gelişimsel psikoterapi alanındaki temsilcisi Ivey (1986) de *Gelişimsel Terapi* modelinde bu ontolojik sürece değinmektedir. Ivey'göre (1986) tıpkı yaşam gibi psikolojik danışma süreci de belli bir hedefi olan varoluşsal bir yolculuktur. Bu yolculuğun en önemli hedefi gelişimdir. Psikolojik danışma süreci içinde bazan hiç bir gelişme olmuyormuş ve sanki aynı yerde duruluyormuş gibi görüle de aslında birey yeni bir anlayış ve farkındalık kazanmaktadır. Bu yeni varoluş durumu bireyin geçmiş, bugün ve geleceğe ait tüm deneyimlerinin bir bileşkesidir. *Yapılandırmacı Gelişimsel Terapi* modeli (Ivey, 2005) yapılandırmacı yaklaşımı benimsemiş sistemli ve kapsamlı kuramlardan biri olarak çağdaş psikolojik danışma için hem kuramsal hem de uygulama anlamında önemli ve uygulanabilir bilgiler sunmaktadır.

## Bilinçaltı Kavramının Yeni Rolü

Psikoloji literatüründe, psikanalitik bir terim olan "bilinçaltı" ilk kez Freud (1965) tarafından kullanılmıştır ve psikolojik yardım alanında çalışan insanların (danışmanlar, psikologlar, sosyal çalışmacılar ve psikiyatristler) yanısıra diğer meslek gruplarında olan insanların hakkında az çok fikir sahibi olduğu bir kavram olarak psikoloji alanındaki yerini almıştır. Bilinçlilik durumu bizim ne bildiğimiz ya da neyin farkında olduğumuza işaret eder. Bilinçsizlik durumu ise bizim şimdiki farkındalık durumumuzun ötesine geçme olarak tanımlanmıştır (Ivey, 1986). Geleneksel bilişsel davranışçı yaklaşımlarda Beck ve Ellis gibi bir çok önemli kuramcı psikanalitik bir eğitim geçmişine sahip olmalarına rağmen, psikanalitik kuramı ve kuramın temeli olan bilinçaltı kavramını sert bir şekilde eleştirmişlerdir. Ancak Yapılandırmacı yaklaşımın ortaya çıkmasıyla birlikte bilinçaltına bakışta ciddi değişimler yaşanmaktadır. Ivey *Gelişimsel Terapi* modelinde (1986) psikoterapide tümüyle bir bilinçlilik halinin olamayacağını ve hem danışmanın hem de danışanın farkında olmadıkları örtük yaşantıların danışma sürecini etkileyeceğini ileri sürmektedir. Gonçalves (1995) de bilişsel terapilerdeki önemli değişiklikleri sıraladığı çalışmasında, bilişsel yaklaşımdaki bilinçlilik hali üzerine yapılan yoğun vurgunun giderek insanın yaşadığı deneyimin bilinçdışı yönlerine doğru kaydığını açıkça ifade etmektedir. Benzer biçimde Mahoney (1995) bilinçaltının insan deneyimindeki kapsamlı ve önemli rolünün çağdaş bilişsel psikoterapide kabul görmeye başladığının altını çizmektedir. Kuşkusuz, çağdaş yaklaşımlarda kullanılan bilinçdışı ya da bilinçaltı kavramları psikanalitik yaklaşımdaki bilinçaltı kavramından farklıdır. Daha da önemlisi, artık bilişsel kuramcılar bilişsel süreçlerin tamamıyla bilinç düzeyinde bulunduğunu ve kolaylıkla ulaşılabilir olduğunu katı bir şekilde savunmamaktadırlar (Mahoney, 1995).

Yapılandırmacı yaklaşımda, deneyimler sonucu kazanılan bilgilerin benzerlik ve farklılıklarına göre

örgütlenmesinde örtük bir yön olduğu düşünülmemekte ve bireyin farkında olmadan bilgiyi örgütlediği varsayılmaktadır. Guidano'ya göre (1995) derindeki örtük süreçler yüzeydeki süreçlerle karşılıklı etkileşim içindedir. Yapılandırıcı terminolojide bireyin bilinçsizlik ve bilinç durumlarını anlatmak üzere örtük (tacit) ve görünür (explicit) terimleri tercih edilmektedir. Zihinsel sürecin derinde kalmış yönü (bilginin örtük kalmış düzeyi) belli bir deneyimin öngörülebilir bir çerçevede yapılandırılmasını (hipotez geliştirme ve test etme) sağlar (Guidano, 1995). Bu noktada, örtük bilginin insanın görünür davranışlarına yansıdığı söylenebilir. Kısaca, gözlemlenebilir insan davranışları üzerinde gizli kalmış bilgilerimizin (bilinçaltının açığa çıkması gibi) etkisi vardır. Örtük ve görünür bilgi düzeyleri arasında sonu gelmeyecek bir karşılıklı etkileşim gözlenmektedir. Rasyonalizm ve ampirisizmden farklı olarak yapılandırıcı yaklaşımda, bilişsel işlemler bu iki bilgi düzeyi arasındaki etkileşimin sonuçları olarak tanımlanmaktadır (Guidano, 1995). Bu tanım Mahoney (1995)'in de belirttiği bilinçaltının insan deneyimindeki kapsamlı ve önemli rolünün artık çağdaş bilişsel psikoterapide de kabul görmeye başladığına işaret etmektedir.

Ivey'nin yapılandırıcı Gelişimsel Terapi modelinde gelişimin mutlaka bir üst döneme geçme şeklinde gerçekleşmeyebileceği, gelişimin bazan dikey bazan yatay bazan da sarmal biçimde (holistik gelişim) gerçekleştiği, gelişimde başlangıç noktasına geri dönüş yaşanabileceği ancak bu durumda da gelişme olduğu çünkü birey aynı noktadaymış gibi görünse bile yeni bir bilinç halinin kazanılmış olduğu yukarıda belirtilmişti. Gelişimsel Terapi modelinde önerilen ontolojik bakış açısı ile değerlendirildiğinde, psikolojik danışma kuramları da başladıkları noktaya (psikanalitik kuramdaki bilinçaltı) geri dönmüş görünmektedir. Doğal olarak bu aynı yere dönme sürecinde yeni bir anlayışa ve senteze varılmıştır ki bu da yapılandırıcı yaklaşımdır. Nitekim, çağdaş yaklaşımlarda yapılandırıcı yaklaşımın

temel görüşlerinden biri olan örtük yaşantıların görünür davranışlar üzerindeki etkili olduğu görüşü giderek daha fazla kabul görmektedir.

Ivey (1986) ayrıca, varoluşun özünde bilgiyi bulmaktan ziyade sürekli olarak bilgiyi aramanın yattığını öne sürmektedir. Ivey'nin iddiası ile tutarlı olarak, psikolojik danışma ve psikoloji alanlarında, herkes için doğru olan kuramı ve müdahale yöntemini (mutlak doğru) bulmak yerine sürekli olarak farklı danışan gruplarına göre çeşitlilik gösteren alternatif terapi modelleri ve yaklaşımlarının aranması önerilmektedir. Psikolojik danışma ilişkisinde, kapsamlı bir kuramsal bilgi birikimi, yeni fikirlere açık olma ve yaratıcı düşünceyi gerektiren bütüncül (integrative) bir anlayışın benimsenmesinin yardım sürecini kolaylaştıracağı düşüncesi giderek daha popüler olmaktadır.

### **Sosyal Yapılandırıcılık ve Yapılandırıcılık Yaklaşımı Arasındaki Köprü**

Postmodernizmin etkisi ile ortaya çıkan ve bu yüzyıldaki önemli kavramsal değişimlerden birisi olarak görülen sosyal yapılandırıcılık, yapılandırıcı yaklaşımın değişik bir türevi olarak değerlendirilmektedir (Lynch, 1997). Kelly (1955) de gerçeğin yapılandırılmasındaki süreçleri sistematik bir şekilde açıkladığı Kişisel Yapı Kuramı'nda bireyin sosyal bir çevrede yaşaması sonucu ortaya çıkan doğal sonuçları da tartışmış ve sosyal yapılandırıcılık yaklaşımının kuramsal bir temele dayanmasına önemli katkılarda bulunmuştur.

Sosyal yapılandırıcılık bireyin yaşantılarına attığı anlamların sosyal yaşantılara bağlı olarak sosyal bağlamda oluşturulduklarını savunmaktadır (Lynch, 1997). Oysa bilişsel terapilerde, öncelikli olarak bilişsel süreçlerin davranış sorunlarına neden olduğu kabul edilmektedir (Lyddon, 1995). Martin ve Sugarman'a (1997) göre yapılandırıcı düşünce ve uygulamalarında bireyin kendi yaşamında değişiklik oluşturacak, yaşamın zorluklarıyla başa çıkacak güce ve yeteneğe sa-

hip olduğu üzerinde öncelikli olarak durulmaktadır. Ayrıca yazarlar, terapötik ilişkide değişimin sadece bireyci yollarla gerçekleşeceği üzerine vurgu yapılmasının danışmanla danışan arasındaki diyaloglar üzerinde de etkili olabileceğini eklemişlerdir. Böylece danışma sırasında sadece birey odaklı bir anlayış ortaya çıkacak ve bireyi etkileyen sosyal faktörler gözardı edilmiş olacaktır. *Sosyal yapılandırıcılık* yaklaşımı geleneksel kuramların önem verdiği bireyci değişimden (örneğin genel olarak hümanistik kuramlarda amaçlanan) ziyade dil, kültür, danışan öyküleri ve içinde yaşanılan toplumsal ortamdaki güç dengeleri gibi sosyal ve yöresel unsurların bireyin yaşantılarını anlamlandırması üzerindeki etkisini önemsemektedir. Böylece geleneksel yaklaşımlardaki bireyci vurgu yerini, bireyin diğer kişilerle olan sosyal ilişkileri ve alış verişleri üzerindeki daha ilişkisel bir vurguya bırakmaktadır.

Aslında psikoloji alanında, insan davranışının sosyal yönü üzerine yapılan ilk vurgunun Adler tarafından sosyal ilgi (social interest) başlığı altında yapıldığı bilinmektedir. Gerçekten de ilk olarak çocuğun ailesiyle olan ilişkisinde temelleri atılan sosyal ilgi kavramı, doğuştan gelen bir özellik olarak bireyin diğerlerini anlamaya, onlarla empati kurmaya ve bireyin işbirliği yapmaya hazır bulunuşluğuna işaret etmektedir (Prochaska ve Norcross, 2003).

Daha geniş bir perspektiften bakıldığında, insanları içinde yer aldıkları sosyal çevrenin bir yansıması olarak gören ve sosyal çevredeki dilbilim ve kültürel konuları açıklamaya uğraşan *sosyal yapılandırıcılık*, dilin kullanımının ve kültürel etkilerin sosyal gerçeklikleri nasıl oluşturduklarını anlamaya çalışmaktadır (Lynch, 1997). Gergen (1985) ise *sosyal yapılandırıcılık* yaklaşımının bilgiyi insanın zihnindeki bilişsel süreçlere değil, çevresindeki ilişkilere dayalı olan sembolik (dil) etkileşimlerin yaşandığı sosyal bir çevrenin içine yerleştirdiğini öne sürmektedir. Bir başka deyişle, bilgi gerçeğin nesnel bir yansımasından çok sosyal bir buluş (icat) olarak tanımlanmaktadır (Gergen, 1985;

Guterman, 1996; Guterman, 1994; Lynch, 1997). Bir önceki iddia ile tutarlı olarak, Martin ve Sugarman (1997) bilginin dilin kullanımına bağlı olarak sembolik etkileşimin ve karşılıklı alış verişin yapıldığı sosyal bir süreç çerçevesinde oluşturulduğunu ifade etmektedirler. Wittgenstein da herhangi bir sözcüğün kullanıldığı dilde anlam kazandığını ve kullanılan dile bağlı olarak sözcüğe yüklenen anlamın değişebileceğini, yok olabileceğini veya sözcüğün anlamı ve yarattığı duygunun kişilere göre değişebileceğini ileri sürmüştür (The Internet Encyclopedia of Philosophy).

Guterman'a (1994) göre *sosyal yapılandırıcılık* ve yapılandırıcılık arasındaki ayrım bireyin dünya görüşünün nasıl tanımlandığı ile ilgilidir. Her iki yaklaşımda da dünya görüşü olarak öznel bir bakış açısı benimsenmiştir. Bununla birlikte, yapılandırıcı düşünce bireyin kendi bilişsel süreci içinde neler yaşadığına odaklanırken *sosyal yapılandırıcı* düşünce bireyin dünya görüşünün oluşması üzerindeki sosyal etkilere önem vermektedir. Ayrıca, Guterman bireyin dünya görüşünün dilin kullanımından ve sembolik ifadelerden etkilendiğini tartışmaktadır. Herhangi bir sosyal grup içinde, zamanla paylaşılan dilin özelliklerine bağlı olarak bazı anlam sistemleri oluşmaya başlar ve gelişir, bireyler bu sosyal bağlamda paylaşılan dilin sayesinde kendi gerçeklerini oluştururlar (Lyddon, 1995).

Yapılandırıcı yaklaşımdaki sosyal vurgu eksikliği sosyal yapılandırıcılık yaklaşımı ile tamamlanmış görünmektedir. Ivey de (1989) bu yaklaşımda danışma sürecinde ele alınan sorunlar üzerine odaklanmak yerine bunların gelişime katkıda bulunma potansiyeli olan birer büyüme fırsatı olarak değerlendirilmesi gerektiğini ileri sürmüştür. Sözel iletişimin öncelikli olduğu psikolojik danışma sürecinde danışmanlar psikanalitik, Transaksiyonel Analiz vb. gibi geleneksel kuramlarda izlenen yolun aksine, kendi bilimsel jargonlarını danışana öğretmek veya benimsetmek yerine danışan metaforlarına ve sözel kullanımına uyum sağ-

layarak onlarla daha sağlıklı iletişim kurabilirler (Aydın, 2000).

Guterman (1996) *sosyal yapılandırmacı* yaklaşıma dayanan ve uygulamaya yönelik çağdaş bir psikolojik danışma modeli önermiştir. *Çözüm-odaklı (Solution focused)* psikolojik danışma olarak adlandırılan bu yaklaşımda, danışan ve danışman arasındaki ilişki esas alınmaktadır. Guterman (1994), psikolojik danışmanların ve psikoterapistlerin danışma sırasındaki değişim sürecinden etkilendiklerini ve danışandaki değişimi etkilediklerini ifade etmiştir. Gerçekliğin doğasında öznellik bulunduğunu ve dil gibi sosyal olarak oluşturulmuş olan yapılardan bağımsız olarak danışan problemlerinin tanımlanamayacağını belirtmektedir. Bu yaklaşımda danışmanların rolü *katılımcı-gözlemci (participant observers)* olarak tanımlanmaktadır.

### Sonuç ve Vargılar

Yapılandırmacı yaklaşıma göre gerçekliğin etkileşimsel bir süreç ve evrimsel bir sonuç olduğu ileri sürülebilir. İnsan kendisi ve dış dünya hakkında sürekli olarak bilgi toplar, bu bilgileri işler ve böylece kendi gerçekliğini oluşturur. Bütün bu bileşenler bir arada düşünüldüğünde insanların kendi gerçekliklerinin yaratılmasına etkin olarak katıldıkları söylenebilir. Yapılandırmacı yaklaşımda, zihin etkin, oluşturucu ve üretme kapasitesi olan bir sistem olarak değerlendirilmektedir. Geleneksel kuramlardan farklı olarak yapılandırmacı yaklaşımda insan zihninin sadece duyuşsal olarak dış dünyadan aldığı bilgiyi işlemediği aynı zamanda yaratıcı yönünü kullanarak kendi gerçekliğini oluşturduğu vurgulanmaktadır. Bilginin anlamlandırılması ve öznel gerçekliğin yaratılması için insanın farkında olduğu görünür ve farkında olmadığı örtük bilgi düzeyleri arasındaki sürekli etkileşimin bireyin kendi gerçekliğini oluşturmasında rolü olduğu yapılandırmacı yaklaşımın en belirgin sayıltılarından biridir.

Türkiye'deki psikolojik danışma uygulamalarındaki yeri açısından düşünüldüğünde, varolan kuramları farklı bir bakış açısı ile bir üst kuram olarak sunan yapılandırıcılık yaklaşımının ülkemizdeki psikolojik danışma uygulamaları ve psikolojik danışmanlara verilen eğitim üzerine bazı etkileri olabileceği düşünülebilir. Ülkemizde psikolojik danışman eğitiminde izlenen müfredatın bazı eksiklikler içerdiği düşünülmektedir. Bu bakımdan Psikolojik Danışma ve Rehberlik programlarında verilen derslerde ve ders içeriklerinde dünyadaki kuramsal gelişmelerle tutarlı yeni düzenlemelere gidilmesi uygun olabilir. Postmodernist düşünce ile gündeme gelen çeşitlilik kavramının etkisiyle psikolojik danışmanların Türkiye'nin değişik bölgelerinde gözlenen farklılıklara duyarlı olacak biçimde yetiştirilmesi de önemlidir. Türkiye'nin çeşitli yerlerinde görev yapan psikolojik danışmanların kültürel duyarlılık donanımı ile hizmet sunmaları mesleğin saygınlığının artmasına ve geniş halk yığınları tarafından kabul görmesine yardımcı olacaktır.

Kültürel duyarlılığı artırmak amacıyla PDR lisans programlarının içeriğine "İnsan ve Kültür" başlıklı bir dersin eklenmesi, psikolojik danışmanların mesleki beceri dağarcığını genişleterek göreve yeni başlamış olanların kendilerini daha güvenli ve yeterli hissetmelerine yol açabilir. Kuramları inceleyen derslere yapılandırıcılık gibi çağdaş yaklaşımları konu alan bir bölüm eklemek de yararlı olacaktır.

Bundan bir sonraki adım, Türk kültürünün çoğulcu niteliğine uygun kuramların geliştirilebilmesi için varolan kuramların ve çağdaş yaklaşımların iyice incelenmesi ve Türk kültürüne uygun olan kısımların altının çizilmesi yararlı olabilir. Kültüre duyarlı psikolojik danışma kuramlarının geliştirilmesi için üretilen bilimsel yayınların paylaşıldığı ve fikirlerin tartışıldığı disiplinlerarası bir platform artık mutlaka oluşturulmalıdır. Türk psikolojik danışmanlar bu platformdaki tartışmalarda şimdiye değin benimsedikleri batıda üretilen bilgiyi izleme rolünü bırakmalı ve kendi özgün görüşle-

rini ve modellerini oluşturup bunları sunmaktan korkmamalıdır.

Psikolojik danışma kuramlarının çıkış noktalarını anlamak için PDR lisans programlarındaki felsefe dersleri güçlendirilmelidir. Çağdaş kuramlar incelendiğinde, önemli sosyal ve tarihi değişimlerin felsefi düşünceleri, felsefi düşüncenin de bilim anlayışını değiştirdiği görülmektedir.

Bunun yanısıra, toplumun ihtiyaçlarını karşılamak üzere yerel üniversitelere bağlı olarak çalışan toplum psikolojik danışma merkezleri açılması önerilebilir. Bu öneri, okul danışmanlığına yönelik PDR lisans eğitim programlarının bu amaca uygun olarak yeniden düzenlenmesini de içermektedir. Her danışanın kişisel öyküsüne ve yapılandığı gerçeklere önem veren yapılandırmacı yaklaşım, kurulması önerilen toplum psikolojik danışma merkezlerinde kültür ya da sınıf farkı gözetmeksizin farklı gelişimsel ihtiyaçlar içinde bulunan değişik danışan gruplarına uygulanabilir. Empatik anlayış, koşulsuz kabul, danışana saygı ve bireyin biricikliği gibi psikolojik danışmanın vazgeçilmez ilkeleri ile desteklenen bir yapılandırmacı yaklaşımın Türkiye'deki psikolojik danışma anlayışına yeni bir boyut kazandıracağı umulmaktadır.

Özetle, farklılaşan birey ve toplum ihtiyaçlarının karşılanmasına önem veren bir üst kuram olarak (Siviş, 2002) bir çok farklı sosyo-ekonomik sınıfın bulunduğu, köyden büyük kentlere göçlerin yoğun olarak yaşandığı ve Avrupa Birliği'nde yer alma çabaları sonucu önemli sosyal değişimlerin ortaya çıktığı Türk toplumunda, yapılandırmacı yaklaşımın değişen ihtiyaçlara yanıt verebilecek önemli bir kuramsal yaklaşım olabileceği düşünülebilir.

## KAYNAKLAR

- Andrews, J. ve Clark, D. J. (1998). Postmodern ideas and relational conversations in clinical practice. *Family Journal*, 6, 4, 316-322.
- Aydın, G. (2000). Western models of counseling and psychotherapy within Turkey : Crossing cultural boundaries. *The Counseling Psychologist*, 28, 281-298.
- Brennan, C. (1995). Beyond theory and practice: A postmodern perspective. *Counseling ve Values*, 39, 2, 299-307.
- D'Andrea, M. (2000). Postmodernism, constructivism and multiculturalism: three forces reshaping and expanding our thoughts about counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 22, 1, 1-17.
- Dawn, C. H. (1992). Feminist encounters with postmodernism: exploring the impasse of debates on patriarchy and law. *Canadian Journal of Women ve the Law*, 5, 63-86.
- Ellis, A. (2000). A continuation of the dialogue on issues in counseling in the postmodern era. *Journal of Mental Health Counseling*, 22, 2, 97-106.
- Fong, M. L. ve Lease, S. H. (1994). Constructivist alternatives: The case for diversity and integration in mental health counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 16, 1, 122-126.
- Freud, S. (1965). *Interpretation of dreams* (J. Strachey, Trans.) New York: Avon. (Original work published 1900).
- Gergen, K. J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275.
- Gergen, K.J. (1992). Toward a postmodern psychology. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (sayfa 17-30). London: Sage.

- Gergen, K. J. (1994). Exploring the postmodern perils or potentials. *American Psychologist*, 49, 5, 412-416.
- Gergen, K. J. (2001). Psychological science in a post-modern context. *American Psychologist*, 56, 10, 803-813.
- Gonçalves, O. F. (1995). Cognitive narrative psychotherapy: The hermeneutic construction of alternative meanings. In M. Mahoney (Ed.), *Cognitive and Constructive Psychotherapies* (sayfa 139-162). New York: Springer Publishing Company.
- Gonçalves, O. F. (1999). Hermeneutics, constructivism and cognitive behavioral therapies: From the object to project. In R. A. Neimeyer ve M. Mahoney (Ed.), *Constructivism in Psychotherapy* (sayfa 195-230). Washington DC: American Psychological Association.
- Guidano, V. F. (1995). A constructivist outline of human knowing process. In M. Mahoney (Ed.), *Cognitive and Constructive Psychotherapies* (sayfa 89-102). New York: Springer Publishing Company.
- Guterman, J. T (1994). A social constructionist position for mental health counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 16,226-244.
- Guterman, J. T (1996). Doing mental health counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 18, 228-252.
- Ivey, A. E. (1986). *Developmental Therapy*. San Francisco: Jossey- Bass.
- Ivey, A. E. (1989). Mental health counseling: A developmental process and profession. *Journal of Mental Health Counseling*, 11, 26-35.
- Ivey, A. E., Ivey, M., Myers, J., and Sweeney, T. (2005). *Developmental counseling and psychotherapy: Promoting wellness over the life span*. New York: Lahaska Press, Houghton Mifflin Company.
- Kararımak, Ö. (2004). Tinsel anlayışın psikolojik danışmadaki rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 22, 45-53.
- Kegan, R. (1982). *The evolving self*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kelly, G. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton.
- Kelly, G. A. (1970). A brief introduction to personal construct theory. In D. Bannister (8Ed.), *New Perspectives in Personal Construct Theory* (1-19). London: Academic Press.
- Lowenthal, D. (1996). The postmodern counselor: Some implications for practice, theory, research and professionalism. *Counseling Psychology Quarterly*, 9,4, 373-381.
- Lyddon, W. J. (1995). Cognitive Therapy and theories of knowing: A social constructionist view. *Journal of Counseling and Development*, 73, 6, 579-585.
- Lyddon, W. J., Clay, A. L., ve Sparks, C. L. (2001). Metaphor and changes in counseling. *Journal of Counseling and Development*, 79,3, 269-274.
- Lynch, G. (1997). Therapeutic theory and social context: A social constructionist perspective. *British Journal of Guidance ve Counseling*, 25, 1, 5-15.
- Mahoney, M. (1995). The oretical developments in the cognitive and constructive psychotherapies. In M. Mahoney (Ed.), *Cognitive and Constructive Psychotherapies* (sayfa 3-19). New York: Springer Publishing Company.

- Mahoney, M. J. (1995). The cognitive and constructive psychotherapies: Contexts and challenges. In M. Mahoney (Ed.), *Cognitive and Constructive Psychotherapies* (sayfa 195-208). New York: Springer Publishing Company.
- Mahoney, M. J., ve Lyddon, W. J. (1988). Recent developments in cognitive approaches to counseling and psychotherapy. *The Counseling Psychologist*, 16, 190-234.
- Mahoney, M., Miller, H. M. ve Arciero, G. (1995). Constructive metatheory and the nature of mental representation. In M. Mahoney (Ed.), *Cognitive and Constructive Psychotherapies* (sayfa 103-120). New York: Springer Publishing Company.
- Martin, J. ve Sugarman, J. (1997). The social-cognitive construction of psychotherapeutic change bridging social constructionism and cognitive constructivism. *Review of General Psychology*, 1, 4, 375-388.
- McAuliffe, G. J. ve Eriksen, K. P. (1999). Toward constructivist and developmental identity for the counseling profession: The context phase stage style model. *Journal of Counseling and Development*, 77, 3, 267-290.
- Mitchell, D. P. (1996). Postmodernism, health and illness. *Journal of Advanced Nursing*, 23, 1, 201-204.
- Neimeyer, R. A. (1993). An appraisal of constructivist psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 2, 221-234.
- O'Hara, M., ve Anderson, W.T. (1991, September/October). Welcome to the postmodern world. *Family Therapy Networker*, 19-25.
- Pavlov, I. P. (1927). *Conditional Reflexes*. Oxford: Oxford University Press.
- Polkinghorne, D.E. (1992). Postmodern epistemology of practice. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and Postmodernism* (sayfa 146-165). London: Sage.
- Prochaska, J. O. ve Norcross, J. C. (2003). *Systems of psychotherapy: A Transtheoretical analysis*. (5<sup>th</sup> Edition). Pacific Grove, CA: Thomson Brooks/Cole
- Rigazio DiGillio, S., Ivey, E. A., ve Locke, D. C. (1997). Continuing the postmodern dialogue: Enhancing and contextualizing multiple voices. *Journal of Mental Health Counseling*, 19, 3, 233-255.
- Segal, R. A. (1997). Postmodernism and the social scientific study of religion. *Religion*, 27, 2, 139-149.
- Sewell, K. W. (1995). Personal construct therapy and the relation between cognition and affect. In M. Mahoney (Ed.), *Cognitive and Constructive Psychotherapies* (sayfa 121-138). New York: Springer Publishing Company.
- Siviş, R. (2002). Yapılandırmacı yaklaşım ve Türkiye'de psikolojik danışma alanındaki uygulanabilirliği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2, 17, 43-48.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human Behavior*. New York: Mc Millan.
- Sonia, M, ve Ninnes, P. (2003). Postmodernism debates and comparative education: A critical discourse analysis. *Comparative Education Review*, 47, 2, 238-255.
- The Internet Encyclopedia of Philosophy, Daniel W. Graham. Heraclitus. Internet'ten 25 Augustos 2005'te elde edilmiştir. <http://www.iep.utm.edu/h/heraclit.htm>.

The Internet Encyclopedia of Philosophy. Richter, Duncan J. Ludwig Wittgenstein. Internet'ten 25 Agustos 2005'te elde edilmiştir. <http://www.iep.utm.edu/w/wittgens.htm#H5>.

The Stanford Encyclopedia of Philosophy (27 Ocak 2003). William James Russel Goodman. (*Spring 2003 Edition*), Edward N. Zalta (ed.), Internet'ten 30 Agustos 2005 tarihinde elde edilmiştir. <http://plato.stanford.edu/archives/spr2003/entries/jame/>

Vinson, M. L. & Griffin, B. (1999). Using a constructivist approach to counseling in the university counseling center. *Journal of College Counseling*, 2, 66-76.

Voss, D. ve Schutze J. C. (1989). Postmodernism in context: Perspectives of a structural change in society, literature, and literary criticism. *New German Critique*, 47, 119-142.

Westphal, M. (1995). Postmodernism and religious reflection. *International Journal of Philosophy of Religion*, 38, 127- 143.

Wheeler, W. (1991). Postmodernism, politics, and art. *Contemporary Sociology*, 20, 4, 611.

William J. (1904) What is Pragmatism, from series of eight lectures dedicated to the memory of John Stuart Mill, *A New Name for Some Old Ways of Thinking*, in December 1904, from William James, Writings 1902-1920, The Library of America; Lecture II. Internetten 12 Ekim 2005'de elde edilmiştir. <http://www.marxists.org/refeence/subject/philosophy/works/us/james.htm>.

Winter, D.A. (1992). *Personal construct psychology in clinical practice*. London: Routledge.

## SUMMARY

### CONSTRUCTIVISM: A FORCE SHAPING THE CONTEMPORARY UNDERSTANDING AND PRACTICES OF COUNSELING

**Özlem Kararırmak**

**Gül Aydın**

In today's global world, rapid technological developments have led to the changing life standards, family structures, social values, attitudes, increasing interest in human rights, increased understanding into the diversity of groups of people, and the changing understanding in religion and spirituality. All these changes have brought us to a new postmodern world where post modernism has become the prevalent world view. Post-modernism offers a revolutionary approach to the study of society: in questioning the validity of modern science and the notion of objective knowledge this approach discards history, challenges humanistic ideas and resists any truth claims. Post modernists in all disciplines reject conventional, academic styles of discourse; they prefer provocative forms of presentations of the ideas. In psychology post-modernism questions the conscious, logical and coherent subject.

In the historical context, early twentieth century philosophy of science – modernist thought; empiricism and rationalism- greatly impinged on psychotherapy and counseling and practice. In modernism, nature of knowledge is based on objectivism whereby knowledge is validated through its correspondence to warranted standards of truth and rationality. In modernist epistemological framework, nature of truth, both singular and universal, is acquired by quantitative and experimental methods. Traditional psychological science has focused on traditional and objectivist conception of knowledge in the last century.

However, in the late 20<sup>th</sup> century, the main contours of traditional modernist view have started to share their place with postmodernist thought, where the search for truth concentrates upon the relativity of the knowledge, leading to subjectivity.

Postmodernism is a philosophical term, which determines certain time period and its reflections can be observed in art and social sciences such as philosophy, sociology, education or psychology in the 20<sup>th</sup> century. By postmodernist thought, a paradigm shift has occurred from the principles of logical empiricism whereby ideas of logic are the primary source of objective knowledge to a new subjective knowledge whereby individual's experience becomes significant. Many authors claim the necessity of application of postmodernism for enhancing the multiplicity of voices in the counseling field. Constructivist psychology is typically postmodern; elaborating the client's narratives without the convenience of simple criteria for determining what constitutes an acceptable story (Neimeyer, 1993).

In counseling, under the influence of post modernism the interest in individualistic therapies, quantitative measures, conscious behavior, and objective reality have been increasingly abandoned and qualitative measures, tacit experiences, therapies concerned with social and cultural context and subjectivism are being more and more acknowledged when entering 21<sup>st</sup> century. As a result of such developments, existing theories and methodologies

have gradually been regarded inadequate in meeting the needs of the people and communities, and a metatheory is needed, eventually *constructivism* has emerged.

In the discipline of counseling and psychotherapy, first constructivists are said to be Kelly and Adler (Mahoney ve Lyddon, 1988) while Ivey (1986), Kegan (1982), Neimeyer (1993) and Mahoney (1995) are known as contemporary constructivist theoreticians. It is the contention of present study that metatheories are timely revolutions in psychology under the principles of constructivism while authoritarian epistemologies -rationalism and empiricism – decline. This paper tries to list and accounts for the fundamental ingredients of constructivism.

Personal Construct Theory (Kelly, 1955) is generally accepted as the pioneer endeavor to convey a construct system in a well-developed and comprehensive alternative therapy model. Kelly's innovative theory contributes a large extent to contemporary constructivist theory. The most prominent and significant contribution is the famous metaphor in Kelly's theoretical writings, "*person as a scientist*". His theoretical approach and assumptions were radically different from the employed therapies of that time. One can see many similar assumptions and assertions between Kelly's Personal Construct Theory and constructivist approach.

The core of constructivist theory is based on a view of human beings as active change agents who individually and collectively co-constructed the reality (Neimeyer, 1993). Besides, Fong and Lease advocated (1994) that the constructivist perspective is based on the fundamental assertion that humans *actively* create and construe their personal realities and they develop their own representational model of the world. Mahoney and Lyddon (1988) propose that new experience is actively created by this representational model as well as it

ascertains the reality according to what the client perceives in the historical and social context. The counselor as a human being is willing to reconstruct the reality with the client in collaboration and fundamentally equal relationship in the counseling process.

Hermeneutics is the discipline concerned with the interpretation of the narrative (Gonçalves, 1999). Narrative psychology assumes that humans are characterized by their most basic and tacit information about self and reality with narratives. The objective for the client in narrative psychology is constantly to become the actor and the author in his or her life.

The mutual point between hermeneutics and narratives is that both deal with personally interpreted stories and meaning in an active and reflective process. An explicit metaphorical understanding of individually interpreted stories (narratives) and experiences (hermeneutics) clarifies the meaning of interpretation that is based on individual experiences and stories. Therefore the act of human interpretation when forming constructions seems to be unavoidable.

An interesting theoretical development in cognitive psychotherapy has been the recent acknowledgement of unconscious process in the direction of its extensive and significant role in human experience (Mahoney, 1995) although traditionally many cognitive therapists and theoreticians have been critical of psychoanalytic theory. Undoubtedly, the unconscious has been used differently in recent cognitive theories than the Freudian approach. Notably, cognitive advocators do not appear to strictly favor in all cognitions are at conscious level and easily accessible and communicable any longer. In constructivist terminology *tacit* and *explicit* experience are preferred and usually unconscious process of knowing is the subject matter.

Social constructionism can be accepted as a variant of constructivist thought that focuses on the socially constituted psychological realities and meanings. Lyddon (1995) noted a handicap associated with cognitive therapies exclusively underscoring the individual cognitive processes as the causative primacy. He added that cognitive therapists usually underestimate the roles of social and contextual variables that may play an active role in the emergence of psychological difficulties. It is recognized that knowledge is a social invention rather than an objective representation of reality (Gergen, 1985).

The authors propose that using developmental therapy as well as social constructive views may well serve for a theory construction as these approaches seem to be culturally neutral for Turkish counselors. Moreover, Turkish counselors need to promote cultural awareness and sensitivity when they co-construct realities unique to their clients in collaboration.