

Derleme makale

Review article

Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliğinde
Metafor KullanımıMahire Olcay ÇAM¹, Ege Miray TOPCU²

ÖZ

Bu derleme, temelinde, metaforların günlük yaşantıda kapladığı yerin genişliğinin ve etkisinin fark edilmesinin üzerine, "Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi olarak bakımımızda ne kadar yer alıyor ya da nasıl iyileştirici olarak kullanılabilir?" sorularından yola çıkılarak hazırlanmıştır. Günlük hayatta metafor dilde, düşüncede ve davranışta yaygın olarak kullanılmaktadır. Bireyin 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. Metaforlar, yüzleştirici ve tehdit edici olmayan bir ortamda, kişilerin kendilerini ve sorunlarını keşfetmelerini ve yeni çözümler üretmelerini sağladıkları için iyileştirici açıdan faydalıdır. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi metaforlar aracılığı ve yardımı ile hastasını anlamada ve anladığını yansıtmaya gibi empati becerileri başta olmak üzere metaforları bir değişim ve değerlendirme aracı olarak kullanabilir. Metaforu yerinde ve iyi kullanan hemşire, bu becerisi ile iyileşme sürecinin hızlanmasında ve benlik bütünlüğünün artmasında büyük katkı sağlayacaktır. Alanda çalışan hemşirelerin bu düzeyde gelişim göstermeleri ve bu becerileri kazanmaları için harcanacak emek misliyle geri dönüş sağlayarak, hem hemşireye, hem alana hem de hizmet alan insanlara verilen değeri arttıracaktır.

Anahtar kelimeler: Hemşirelik, metafor, ruh sağlığı

ABSTRACT

The Use of Metaphor in Mental Health and Psychiatric Nursing

This review, on the basis of recognizing the extent and effect of metaphors in daily life, was prepared based on questions which are "How much does it take place in our care as mental health and psychiatric nurse, or how can it be used as a curative?". In daily life, metaphor is widely used in language, thought, and behavior. Metaphors that help to link the individual's seemingly unrelated experiences allow the emotions and perceptions arising from these experiences to be connected and better understood. Metaphors are healingly helpful as they enable people to explore themselves and their problems and find new solutions in a confrontational and non-threatening environment. Mental health and psychiatric nurses can use metaphors as a tool for change and evaluation, especially empathy skills such as understanding their patients and reflecting their understanding, through and with the help of metaphors. The nurse, who uses the metaphor appropriately and well, will greatly contribute to accelerating the healing process and increasing self-integrity with this skill. The effort that will be spent for nurses working in the field to develop at this level and gain these skills will increase the value given to both the nurse, the field, and the people who receive service.

Keywords: Metaphor, mental health, nursing

¹Profesör, Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir, Türkiye, E-mail: olcaycam@gmail.com , Tel: 0533 421 5871, ORCID: 0000-0002-6115-7306

²Araştırma Görevlisi, Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İzmir, Türkiye, E-mail: egemiray@yandex.com , Tel: 0551 203 05 36, ORCID: 0000-0001-5574-7441

Geliş Tarihi: 01 Aralık 2020, Kabul Tarihi: 08 Temmuz 2021

Atıf/Citation: Çam MO., Topcu EM. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliğinde Metafor Kullanımı. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi 2021;8(3):335-341. DOI: 10.31125/hunhemsire.1050444

"Metafor minyatür şiiirdir." Mohroea Beaedoley

"Metaforların etkisi büyüye yakındır, Tanrının yaratırken varlıklarından birinin içinde unuttuğu yaratıcı bir güç gibidir". Ortega y Gasset

GİRİŞ

Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireleri, bireylerin, ailelerin ve toplumların ruhsal sağlıklarının korunmasında ve geliştirilmesinde, iletişim becerilerinin ve kişilerarası süreçlerin temel alındığı profesyonel bakım hizmeti sunan meslek üyeleridir¹. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşirelerinden beklenen özellikler arasında bilgi donanımının yanı sıra danışmanlık yapabilme, gruplarla çalışabilme, kendini tanıyabilme, duygularını ifade edebilme, isteklerini iletebilme, sınır koyabilme, empati yapabilme gibi iletişim ve kişilerarası süreçlere dayalı beceriler yer almaktadır¹. İletişim becerilerinin hemşirelere, birçok kapıyı açabilen altın bir anahtar sağladığı söylenebilir. Hemşirelik bakım sürecinde hemşire hasta, hasta yakını ya da danışanı ile iletişim türlerinin bir çocuğunu kullanarak, iletişim sürecini özellikle başlatan ya da sürdüren kişidir. Bir mesajın iletilmesi amacını taşıyan iletişim, sözcüklerin kullanıldığı sözel iletişim ve aynı zaman da beden dili ve sözel olmayan araçların kullanıldığı diğer formları kapsar². İletişim, kişiseldir. Kişilerin algısı, duygu durumu, kültürü, kişisel özellikleri ve çevre ile ilişkileri iletişim biçimlerini şekillendirir³. Unutulmamalıdır ki söylemin nasıl olduğu ve karşıdaki bireyin ne anladığı, seçilen kelimelerden daha önemlidir.

Sözel iletişimin temel unsuru kelimelerdir. Kişilerin doğduğu günden itibaren aile ve çevresinden öğrendiği, ortak dile ait semboller olan kelimeler, kişilerarası iletişimde doğrudan mesajları iletmekle birlikte, dolaylı olarak birçok mesaj iletmektedir³. Kelimelerin dolaylı mesajlarını iletmeleri yan anlam, mecaz anlam olarak değerlendirilmektedir. Bir diğer boyut ise kelimelerin metaforik imgeler/semboller olarak kullanılmasıdır.

Metafor, Yunanca "Metapherein" ya da "Metafora" köklerinden türemiştir. Değiştirmek, taşımak anlamındadır⁴. Metafor "meta" ve "phrein" kelimelerinin birleşiminden oluşan bir kavramdır. Kelimelerin Türkçe karşılıkları, "öte" ve "taşımak" olarak dilimize çevrilmiştir. Türkçede metafor, "Bir kelimeyi veya kavramı kabul edilenin dışında başka anlamlara gelecek biçimde kullanma" tanımı ile açıklanmaktadır⁵. Bu etimolojik yapı, metaforun bir olguyu ya da nesneyi yeniden kavramsallaştırma, değişik açılarıyla bağlantılama ve ifade etme özelliğini göstermektedir⁴. Nesterove (2011), metaforun işlevlerini ise adlandırma, soyut kavramları oluşturma, yönlendirme, yeni bilginin üretimi, psikolojik etki, paradigmalardan çeşitlendirilmesi, iletişimsel ve eğitimsel işlevi, dil oyunu olarak sıralamıştır⁶. Metafor ile ilişkili ve yakın kavramlar olarak sembol, simge ve imge kavramları değerlendirilmiştir.

Metaforlar hayatın her anında, her yerinde sıkça karşımıza çıkmaktadır. Günlük hayatta metafor dilde, düşüncede ve davranışta yaygın olarak kullanılmaktadır. Metafor sistemi, deneyimleri anlama ve anlaşılana göre hareket etmenin merkezinde yer alır. İnsanlar sorunlarından, duygularından, arzularından, ilişkilerinden söz ederken, tecrübelerin derinliği ve karmaşıklığını tanımlamaya yardımcı olmak için metafor kullanma eğilimindedir⁷. Metafor kullanımı günlük iletişimi güçlendiren bir unsurdur. Çünkü sadece bir dil unsuru olmanın ötesinde aynı zamanda düşünce ve eylem

ile ilgilidir. Düşünceler (veya anlamlar) nesneldir, dil ise taşıyıcıdır. Metaforlar burada lokomotif görevi görmektedir⁸.

Metafor kullanımı bireyin genel olarak dünyayı ve kendini kavrayışını etkileyen bir düşünme ve değerlendirme biçimidir. Bu durum kişinin bilişsel bir süreç başlatmasını ve ardından duyuşsal etkiler oluşturmalarını sağlar⁹. Bireyin sınırlamasını engelleyerek onu yaratıcı düşünmeye, hayal etmeye, kendi yaşantısı içinde anlamlandırmaya yönlendirir¹⁰. Bu bakımdan, bireylerin düşüncelerini, duygularını yaşantılarını tanımlamalarında metaforlardan yararlanmaları kaçınılmazdır¹¹.

Metaforlar da insanın bütünlüğü gibi, dil, düşünce, kültür, beden ve beyin bütünselliğinin ürünleridir^{8,10}. Metafor kullanmak kişilerde özel bir yetenek gerektirmemektedir. Kullanım biçimleri ve amaçları değişse de kültürün getirdiği metaforlar, kişinin yaratıcılığının oluşturduğu metaforlar gibi türler olduğu söylenebilir. Metafor, fonksiyon olarak salt sanatsal bir kaygının ötesinde belirli kavramları daha iyi anlamak yer almaktadır⁸.

Amaç

Bu derleme, ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliğinin temelinde yer alan iletişim açısından metaforun tanımı, kullanım alanları ve faydaları göz önüne alınarak, hemşirelik bakımında ne kadar yer aldığı ya da iyileştirici olarak nasıl kullanılabileceğini tartışmak amacıyla hazırlanmıştır.

Kuramsal Zeminde Metafor

İnsanın bütünselliğinden köken alan metaforların, ruh sağlığı alanındaki yerini ve etkisini kavrayabilmek amacıyla psikoloji kuramları içerisinde nasıl yer aldığı incelenmiştir. Metaforlar, bilişsel açıdan, zihin kuramı kapsamında bir dil gelişiminin ögesi olarak ele alınmaktadır¹²⁻¹⁴. Bu açıdan metaforların gelişimi ya da tanımlanması için beynin iletişim ve konuşma ile ilgili merkezleri değerlendirilmektedir. Nörobiyolojik açıdan incelendiğinde, kelime ve gramer gibi işlevlerin beynin sol yarım küresi tarafından, tonlama ve vurgulama gibi işlevler ise beynin sağ yarım küresi tarafından yürütülmektedir. Beynin sağ yarım küresi aynı zamanda oküler uyarım, mekansal manipülasyon, yüzün algılanması ve yaratıcı yetenekler gibi işlevleri de kontrol etmektedir. Bu nörolojik işlevler metaforun oluşturulması ve kullanılması için önemlidir¹⁵. Davis (2017) de, "Çocuklar için iyileştirici öyküler" kitabında metaforların ve sembollerin beynin sağ tarafını hedef alan iyileştirici araçlar olduğunu vurgulamıştır¹⁶. Solms ve Turnbull (2005) ise, beyin yarım küre asimetrisinden bahsetmişlerdir. Açıklamalarına göre sözel, simgesel, analitik kısım baskın sol küre ile, sözel olmayan ya da algısal, görsel, bütüncül ve görsel imgelem ise minör sağ kürenin işlevi olarak tanımlanmıştır¹⁷.

Dil sadece düşünceyi ileten değil, onu aynı zamanda oluşturan bir yapıdır. Freud'un öncülüğüyle gelişen psikanalitik kurama göre, sembol ve metafor olarak değerlendirilebilen rüyalar, iletişimde ortaya çıkan dil sürçmeleri, kişinin bilinç dışından ipuçları taşıması nedeniyle ön planda değerlendirilmiştir. Freud, bilinç ve bilinç dışı kavramları çerçevesinde, düşüncelerin sözcüklere bağlanmasıyla ancak bilince ulaşabileceğini belirtmiştir¹⁷. Bu

durum, metafor duygu ve düşünceleri temsil etmesi ve derinlemesine anlamları ifade etmedeki aracı rolüne işaret etmektedir⁸. Freud'un dışında bu alanda görüşleri incelenen diğer bir kişi ise mitleri, masalları ve rüyaları metaforik olarak kullanan Carl Gustav Jung'tur. Jung metafor terimini kullanmamıştır ancak metafor ile yakın anlamda kullanılan semboller üzerinde durmuş ve eserler üretmiştir. Ona göre insanın dili sembollerle doludur, ama aynı zamanda tam olarak tanımlayıcı olmayan işaret ve imajların da kullanıldığını vurgulamıştır. Sembolü ise "günlük yaşantıda aşına olunan, ancak bilinen ve açık anlamına ek olarak belirli bir yan anlama sahip olan bir terim, isim hatta resim" olarak tanımlamıştır. Sembolün hiçbir zaman kesin olarak tanımlanamayan veya tam olarak açıklanamayan, daha geniş "bilinçdışı" bir yönü olduğunu ve bunun tanımlanmasının ve açıklanmasının olası olmadığını savunmuştur. Jung'a göre, insan, anlayışının sınırlarını aşan sınırsız bir şey olduğunda; tanımlanamayan ya da bütünüyle kavranamayan kavramları temsil etmek üzere sembolik terimler kullanmaktadır ve kendiliğinden bilinçsizce rüya şeklinde semboller üretmektedir¹⁸. Erikson ise Freud ve Jung'un yorumlama eğilimi dışında metaforları bilinçdışı ile iletişime geçmede bir araç olarak değerlendirmiştir¹⁹.

Bilişsel bakış açısına göre metaforlar, görünenin ötesindeki anlamı ortaya çıkarmaya yaramaktadırlar¹⁹. Diyaloglar içerisinde ortaya çıkan metafor, yaratıcı bilginin aracıdır ve kavrama, farkındalık oluşturma gibi özellikler barındırır¹⁹. Bilişsel davranışçı yaklaşımda metafor ise, insanların düşünme ve algılama biçimlerinin değerlendirilmesinde bir aracı olarak kullanılmaktadır. Bilişsel ve duygusal süreçler, bu kurama göre karşılıklı olarak birbirini etkilemekte ve beslemektedir. Süreç gibi, metaforların da dinamik olması kişinin kendini anlatabilmesi, derinlemesine veri toplanabilmesini sağlamasıyla önemlidir¹¹. Diğer bir açıdan, kişi tarafından kullanılan metaforlar, kişilerin gelecekteki eylemleri için bir kılavuz olabilir. Kişinin eylemlerinin, kullandıkları metafora uygun şekilde olması, metaforları kendini gerçekleştiren kehanetlere de dönüştürebilir⁸. Metaforun anlaşılabilmesi için, içinde bulunulan durumun farkına varılmasının yanı sıra metaforu oluşturan kişinin duruma ilişkin duygu-durumunun da dikkate alınması gerekmektedir^{12,13}. Bu tanımlama bilişsel davranışçı yaklaşımın tanımlamış olduğu duygu, düşünce ve davranış döngüsü içerisinde metaforların hem kişinin kendisini ifade etmesi, anlama ve anlamlandırmasında hem de bilişsel çarpıtmalarının farkına varmasında önemli görevleri olduğunu göstermektedir²⁰.

Metaforun yer aldığı bir diğer kuram ise "Zihin Kuramı" dır. Zihin Kuramı bir gelişim kuramı olarak tanımlanmaktadır ve kişinin kendini ve dünyayı anlamlandırarak uygun duygusal ve davranışsal tepkileri vermesini kapsamaktadır¹²⁻¹⁴. Zihin kuramı doğrudan empati kurma becerisi, dolaylı olarak da duygusal zekâ ile ilgili bir kuramdır. Bir bebeğin fiziksel gelişimine eşlik eden dört aşama tanımlanmıştır. Tanımlanan bu evrelerin üçüncüsü olarak "metaforu ve ironiyi" anlamak yer almaktadır¹²⁻¹⁴. Yapılan çalışmalarda otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda ve ebeveynlerinde¹⁴, şizofreni bozukluğu olan kişilerde²¹, affektif bozukluğu olan kişilerde²² bu alanda sorunlar olduğu

tespit edilmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda bu kişilerin sosyal becerilerde ve iletişim süreçlerinde yaşadığı sorunların zihinsel kuram ile ilişkisi tartışılmıştır.

İncelenmiş olan kuramlar kapsamında metaforların başta ruh sağlığı alanı olmak üzere, çocuk gelişimi, eğitim gibi birçok alanda kullanımı olduğu görülmektedir^{9,10,12}. Günlük yaşamda iletişimin, anlamının, kavramının ve açığa kavuşturmanın önemli bir parçası olan metafor, ruhsal bakımda da birçok alanda karşımıza çıkmaktadır. Metaforlar eğitimde, genel olarak az sözcükle çok şey anlatılmasını kolaylaştırıp, zihinde görsel bir imge de yaratır. Bunların yanı sıra metaforlar kavramların ve konunun anlaşılmasını ve somutlaşmasını kolaylaştırır ve örnekler sunarak öğrenmeyi kolaylaştırır. Metaforlar aracılığıyla bilgilerin hatırlanması, eski öğrenmelerle yeni öğrenmeler arasında köprü kurulması, benzerliklerin ve farklılıkların ayırt edilmesi ile kalıcı öğrenmelerin gerçekleşmesi mümkün olmaktadır. Metaforlar etkili bir analiz yapma olanağı tanır. Metaforlar bireyin karar vermesine yardımcı olur, hayal gücünü geliştirir, yeni öğrenme alanları yaratır. İfade gücünü geliştirerek iletişimi ve etkileşimi kolaylaştırır. Bilişsel ve duyuşsal süreçleri harekete geçirir. İnsanların ve toplumların yapısı, sosyokültürel özellikleri hakkında fikir verir²³. Metaforlar, felsefe, dilbilim, edebiyat, sosyoloji, psikoloji, iletişim, hukuk, siyaset, sanat, mimari, işletme, yönetim bilimi ve eğitim gibi pek çok alanda tartışılmakta ve kullanılmaktadır. Metaforlardan ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği bakımında iyileştirici bir araç olarak yararlanılabileceği düşünülmektedir.

Metaforun İyileştirici Etkisi

Metaforun iyileştirici etkisi ruhsal bakımda birkaç alanda dikkat çekmektedir. Metaforun genel olarak iyileştirici etkisinin birey ve bakım veren arasında bir köprü görevi oluşturarak sağladığını söylemek mümkündür^{7,8,23,24}. Bireyin 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^{7,8,23}. Birbirinden farklı görünen duygusal, bilişsel, algısal, ve yaşantısal parçaları bir araya getirme gücü olan metaforlar zenginleştirici bir öğrenme kaynağı olarak görülebilir. Böylece iyileştirici etkileriyle çalışma uyumunu geliştirir, yaratıcılığı destekler ve iş birliğini güçlendirir²⁴.

Metaforlar, yüzleştirici ve tehdit edici olmayan bir ortamda, kişilerin kendilerini ve sorunlarını keşfetmelerini ve yeni çözümler üretmelerini sağladıkları için iyileşme açısından faydalıdır⁸. Metafor kullanımı bireyin dünyasına giriş yapmada bir anahtar görevi görerek, kendi kültürel alt yapısı ve özgeçmişini doğrultusunda kendini ifade etmesini de kolaylaştırmaktadır¹⁹. Lyddon ve ark.'na (2001) göre, metafor kullanımı; ilişki kurmak, empati kurmak, yaşantıları simgelemek ve duygulara erişmek, örtük varsayımları ortaya çıkarmak ve yüzleştirmek, direnç ile çalışmak, yeni bakış açısı geliştirmek işlevlerini yerine getirmektedir²⁵. Lapsekili ve Yelboğa (2014) ise metaforların, bir konunun daha ilgi çekici biçimde açıklanmasına, önemli noktaların işaret edilmesine, öykülerin bireyselleştirilmesine, problemlere alternatif çözümler sunulmasına, insanların kendilerine dışarıdan bakabilmesine, fikirlerin aktarılmasına ve motivasyon

arttırılmasına, mevcut problemlerin tekrar tanımlanmasına ve/veya farklı bir çerçeveden bakılabilmesine, egonun güçlendirilmesine, modelleme yapılmasına, kişilerin kendi kaynaklarını hatırlamasına yarayacağını bildirmişlerdir²⁶. Bu işlevler için metaforların kullanım araçları olarak; klinik duruma özgü ayrıntılı hazırlanmış öykülerin, anekdot ve kısa öykülerin, deyişlerin, ilişki metaforlarının, metaforik görevlerin, metaforik nesnelerin kullanılabilmesi belirtilmiştir²⁶. Bilişsel davranışçı terapide, sanat terapilerinde, bibliyoterapide metafor sıklıkla kullanılmaktadır. Metaforlar psikoterapi sürecinde de zihinsel değişimlere olanak sağlayarak iyileşme sürecine geniş katkı sunmaktadır^{20,26}.

Metaforların Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bakımındaki Yeri

Temelinde, metaforların günlük yaşantıda kapladığı yerin genişliğinin ve etkisinin fark edilmesinin üzerine, "Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi olarak bakımımızda ne kadar yer alıyor ya da nasıl iyileştirici olarak kullanılabilir?" sorularından yola çıkılarak hazırlanan bu metinde, incelenen literatür kapsamında, metaforların dil bilimi açısından gelişimi ve önemi görülmüştür. Ancak metafor kullanımının tarihsel gelişimi incelendiğinde, en güncel durumda, metaforların, bireyin kullandığı kelimelerin ötesinde, kavrayışıyla bireyin bütünlüğünü vurgulaması yönünden⁸, ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği felsefesi ile ortak noktaları olduğu düşünülmüştür.

Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi korucuyu, tedavi edici ve rehabilite edici ruhsal bakım sağlayan bakım personelidir. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşirelerinden iletişim becerilerini kullanabilme, danışmanlık yapabilme, durum analizi yapabilme, problemleri saptayabilme ve çözebilmeye, bütüncül olarak değerlendirebilme becerilerini göstermeleri beklenmektedir¹. En temelde ise iyileştirici bir ilişki kurması beklenmektedir¹. Bakım standartları oluşturulurken bir takım yasal düzenlemeler ile belirli kavramlar doğrultusunda kuramsal çerçevede düzenlemeler ve uygulamalar yapılmaktadır. Bu kavramsal ve kuramsal çerçeve felsefi alt yapıyı oluşturmaktadır.

Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliğini etkileyen kuramlar ile metaforların ilişkisi incelendiğinde; Sullivan'ın insanı sosyal çevresiyle bir bütün olarak gördüğü ve metaforların bireyin bütünlüğünden ortaya çıkması benzerliklerden biridir²⁷. Rogers'ın benlik tanımında yer alan "kendini görme ve kavrama biçimi" tanımlamasının, metaforlarında bireylerin yaşantısal birikimleri sonucunda kendilerini ve çevrelerini nasıl algıladıklarını ifade biçimlerinden biri olması diğer bir ortaklıktır²⁷. Peplau'nun kuramında kurulan iletişimin iyileştirici gücü vurgulanmaktadır. Metaforların iletişimin başlatılmasında, sürdürülmesinde, empatinin oluşmasını sağlayıcı ve devam ettirici bir güç olması iletişimin iyileştirici yönünü desteklemektedir²⁸. Roy ise kuramında "uyumu" ön planda tutmuştur. İyileşmede uyumun ve dengenin önemli olduğunu belirtmiştir. Metaforlar da dinamik olma özelliğinden dolayı değişime açıktır ve bireyin yeni duruma uyumlanması açısından Roy'un kuramında işaret ettiği noktalar ile uyum göstermektedir²⁸. Metaforların kişinin bütünlüğünü yansıtmasına benzer

şekilde, Watson'ın İnsan Bakım Modeli de akıl, ruh ve beden bütünlüğünü vurgulamakta, ayrıca, birey hemşire ilişkisini ön planda tutmaktadır. Kuramın çatısını oluşturan kişilerarası bakım ilişkisinde, bakım durumu ve anı ve iyileştirme süreçlerinde yer alan bireysellik ve yaratıcılık durumlarında metaforların kullanılabilmesi düşünülmektedir. Aynı zamanda model kapsamında belirtilen iyileştirici faktörlerden varoluşsal-fenomenolojik gücü ortaya çıkarmada, fiziksel – duygusal- ruhsal gereksinimlere yardımcı olmada, öğrenme ve öğretmeyi geliştirmede, yaratıcı bilimsel problem çözme becerisinde, duyguları kabul etme basamağında metaforların kullanılabilmesi düşünülmektedir²⁸.

Bir diğer iyileşme modeli olan Tidal Model'de metaforun rolü diğer model ve kuramlara göre daha belirgindir. Danışanı keşfetmek ve kişisel bakım sunmak hedeflerini taşıyan modelde bireyin baş rolde olduğu dinamik bir süreç söz konusudur. Modelin kuramsal açıklamalarında da metaforlara sıklıkla yer verilmektedir. Burada bireyin hikayesi önemli bir unsurdur. Tidal Model'in savunduğu değerler kapsamında "sesin değeri, dile saygı, gerçek merak geliştirme, öğrenmeye açık olma, kişisel bilgeliği ortaya çıkarma, şeffaf olma, mevcut araçları kullanma, zaman tanıma ve değişimin sürekliliği" yer almaktadır. Bu değerlerin ve sürecin işleyişinin tümünde metaforlar, yapısal özellikleri ve kullanım amaçları doğrultusunda tetikleyici, sürdürücü, toparlayıcı ve dönüştürücü olarak rol almaktadır. Aynı zamanda modelde standart ve kişisel metaforlara yer verilmektedir. Modelde yer verilen metaforlar su ve ilişkili kavramlar ile ilgili olarak örneklendirilebilir. Su, boğulma riski, okyanus, denizde çıkan fırtına, geminin batma riski gibi metaforlar hemşirelik bakım sürecinde kullanılmaktadır²⁹⁻³¹.

Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresinin bakım sürecindeki en temel görevlerinden biri iyileştirici iletişim tekniklerini kullanarak bir ilişki geliştirmektir. Metaforların iletişimi desteklemesi, geliştirmesi ve kalitesini artırması açısından önemi açıktır. Özellikle iyileştirici iletişim becerilerinden "açıklığa kavuşturmak, özetlemek, kapsamın yansıtılması, duyguların yansıtılması, algıları kontrol etmek" gibi tekniklerde kullanılabilmesi düşünülmektedir³². Bu teknikler kapsamında, "Çatlamış bir su testisi gibiyim, sürekli sızdırıyorum, varlığım bile lüzumsuz" ifadesinde bulunan bir hasta ile görüşmede hemşire, su testisi metaforu ile ilgili soracağı, "Bu nasıl bir testidir, çatlamış yerlerini tarif edebilir misiniz, sızdırdığı sular nereye gidiyor?, Sızdıran yerleri için neler yapılabilir?, Kimler bu sızıntıları gidermek için destek olabilir?, Bu testinin başka ne özellikleri ve işlevleri var?" gibi sorular ile, kişinin benlik kavramı, değişim gücü, sürece dair umut ve beklentileri, destek mekanizmaları gibi iyileşme süreci üzerinde etkili olabilecek etmenleri ve bireyi bütüncül olarak değerlendirebilir. Hasta hemşire ilişkisi çerçevesinde hemşirenin bağımsız işlevlerinden, hemşirelik bakım sürecinde de metaforların iyileştirici bir araç olarak kullanılabilmesi düşünülmektedir. En temelde bakım sürecinin ve metaforların ortak noktası bireyin aynı anda hem biricikliğini hem de bütüncüllüğünü vurgulamalarıdır. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi, insanı biricikliğini göz önüne alarak bütün olarak değerlendirir ve bakım sunar¹. Metaforların ise benzer şekilde insanın beden, beyin, kültür,

deneyim, duygu gibi birçok alanının bir araya gelmesi ile oluştuğu vurgulanmaktadır^{7,10,23}. Hemşirelerin bütüncül değerlendirmesinde ve bakımında metaforların bütünü yansıtm özelliğinden faydalanılabilir.

Hemşirelik bakım süreci, tanılama, planlama, uygulama ve değerlendirme olan dört temel aşama ve bu aşamaların alt aşamaları ile gerçekleşmektedir³³. Bu basamaklardan ilk basamağında yer alan veri toplama aşamasında gözlem, görüşme, doküman analizi gibi teknikler kullanılır. Bu tekniklerden görüşme içerisinde yer alan iyileştirici iletişim teknikleri ile doğru ve ayrıntılı veri toplamak hedeflenir³³. Bu alanda metaforlardan faydalanılabileceği düşünülmektedir. Kişilerarası ilişkinin yapılandırılmasında bir kolaylaştırıcı olarak metaforlar kullanılabilir. İyi bir veri toplama süreci, hastanın ihtiyacını doğru belirleme ve kaynakları harekete geçirmede önemlidir. Örneğin, sıklıkla yüksek düzey anksiyete yaşayan ve bu duygusunu tanımlamakta zorluk çeken hastaya, “Yaşadığınız sıkıntınızı bir şeye benzetebilir misiniz?” sorusu ile kişinin duygu durumunu ve şiddetini tanımlamasına metafor aracılığı ile destek olunabilir. İkinci basamak olan tanılama aşamasında hemşirelik tanısına karar verilmekte ve üçüncü aşama olan planlama aşamasına geçilmektedir. Burada uygulanması planlanan girişimlerin bireyin koşullarına uygun olması esastır. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi çalışma alanında toplumun her kesimine hizmet vermektedir. Burada hem psikiyatrik rahatsızlıkların yarattığı etkiler ve bilişsel yıkım hem de kullanılan ilaçların yan etkileri bazı durumlarda hastaların öğrenme, karar verme, algılama, akıl yürütme gibi zihinsel becerilerini olumsuz etkilemektedir. *“Metaforlar eğitimde genel olarak az sözcükle çok şey anlatmasının yanı sıra zihinde görsel bir imge yaratır. Kavramların ve konunun anlaşılmasını ve somutlaşmasını kolaylaştırır. Örnekler sunarak öğrenmeyi kolaylaştırır. Metaforlar aracılığıyla bilgilerin hatırlanması, eski öğrenmelerle yeni öğrenmeler arasında köprü kurulması, benzerliklerin ve farklılıkların ayırt edilmesi ile kalıcı öğrenmelerin gerçekleşmesi mümkün olmaktadır. Metaforlar etkili bir analiz yapma olanağı tanır. Metaforlar bireyin karar vermesine yardımcı olur, hayal gücünü geliştirir, yeni öğrenme alanları yaratır. İfade gücünü geliştirerek iletişimi ve etkileşimi kolaylaştırır. Bilişsel ve duyuşsal süreçleri harekete geçirir²³”* özellikleri kapsamında hemşirelik bakım sürecinin dördüncü aşaması olan uygulama aşamasında yararlı olabilir. Çünkü hemşirelik girişimleri acil müdahalelerin yanı sıra bakımın ve iyilik halinin devamlılığı için öğrenme odaklı girişimlere ve eğitimlere yer vermektedir.

Son aşama olan değerlendirme aşamasında ise fiziksel ve sayısal parametreler ile birlikte hasta geri bildirimleri de önemlidir. Taburculuk için hazırlanan bir bipolar bozukluk tanılı hasta için “Kendinizi buraya ilk yatışınızda patlamaya hazır bir bomba gibi tanımlamıştınız, şu an yeniden tanımlamanızı istesem, nasıl tanımlardınız?” sorusu ile sürecin değerlendirilmesinde kişinin metaforlarından faydalanılabilir. Bu aşama tekrar planlama ile sonuçlanacağından aynı zamanda yeni bir veri toplama aşaması olarak değerlendirilebilir. Bu arada değerlendirme kriterlerinin anlaşılmasını ve kavranmasını kolaylaştırmada metafor iyileştirici bir araç olarak kullanılabilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği temel felsefesine göre, her insan bir bütündür ve ruh sağlığı değerlendirilmesinde bu bütünlük aynı zamanda biriciklik göz önünde bulundurularak gerekli girişimler uygulanmalıdır¹. Metaforlar da yapısal olarak insanın kültüründen ve diğer tüm çevre koşullarından köken alarak oluşan ve bireylerin duygu, düşünce ve davranış konusunda kendini anlatmasını ve anlamasını sağlayan yapılardır.

Metaforu yerinde ve iyi kullanan ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi, bu becerisi ile iyileşme sürecinin hızlanmasında ve benlik bütünlüğünün artmasında büyük katkı sağlayacaktır. Ruh sağlığı ve hastalıkları alanında çalışan hemşirelerin bu düzeyde gelişim göstermeleri ve bu becerileri kazanmaları için harcanacak emek misliyle geri dönüş sağlayarak hem hemşireye hem alana hem de hizmet alan insanlara verilen değeri arttıracaktır.

Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliğinin iyileştirici gücü olarak iletişim becerisi değerlendirilebilir. Kendini geliştirmiş, becerilerini iyi kullanabilen bir ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresi metaforlar aracılığı ve yardımı ile hastasını anlamada ve anladığını yansıtm gibi empati becerileri başta olmak üzere metaforları hem bir değişim hem de değerlendirme aracı olarak kullanabilir. Aynı zamanda kendini geliştiren bir ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresinin sürecine dahil edeceği öykü, sanat gibi donanımlarına metaforların eklenmesi, vereceği bakımda daha etkili ve iyileştirici olacaktır. İncelenen literatürde hemşirelerin yaptığı metafor ile ilgili çalışmalar, metaforların bir araştırma yöntemi olan söylem analizi için kullanıldığını göstermektedir ve bu alanda yapılan çalışmalar sınırlıdır³⁴. Hemşirelik bakımında metaforların etkisini inceleyen bir çalışmaya doğrudan rastlanılamamıştır. Literatürden edinilen bilgiler ışığında metaforların, ruh sağlığı ve hastalıkları hemşiresinin bakımında yer almasının desteklenmesi ve bakıma etkisini inceleyen çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Çıkar Çatışması: Bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Yoktur.

Yazar katkıları:

Çalışma dizaynı : MOÇ, EMT

Literatür araştırması: MOÇ, EMT

Makale yazımı: MOÇ, EMT

Conflict of Interest: Not reported.

Funding: None.

Author contributions:

Study design: MOC, EMT

Literature search: MOC, EMT

Drafting manuscript: MOC, EMT

KAYNAKLAR

1. Çam MO. Ruh sağlığı ve hastalıklarına genel bakış. Çam MO, Engin E, editörler. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bakım Sanatı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitapevi; 2014.
2. Çam MO, Dülgerler Ş. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliğinde tedavi edici temel araçlar: ortam ve iletişim. Çam MO, Engin E, editörler. Ruh Sağlığı ve

- Hastalıkları Hemşireliği Bakım Sanatı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014.
3. Telman N, Ünsal P. İnsan ilişkilerinde İletişim. İstanbul: Epsilon Yayıncılık; 2005. s.49-72.
 4. Duman EZ, Arslan A, Küçükşabanoğlu Ö. Üniversite öğrencilerinin “mantık” kavramına ilişkin metaforları. AİBUFD. 2018;18(3):1456-73.
 5. Türk Dil Kurumu. Güncel Türkçe sözlük [İnternet]. 2020 [Erişim Tarihi 17 Temmuz 2020]. Erişim adresi: <https://sozluk.gov.tr>
 6. Nesterova S. Mevlana'nın “Mesnevi” isimli eserinde metaforik anlatımın metafizik boyutu [Doktora tezi]. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2011.
 7. Tompkins P, Lawley J. Mind, metaphor and health. PH. 2002;78:1-8.
 8. Lakoff G, Jonson M. Metaphors We Live By [Metaforlar Hayat, Anlam Ve Dil]. Demir GY, Çeviri editörü. İstanbul: İthaki Yayınları; 2015.
 9. Geçit Y, Gençer G. Sınıf öğretmeniği 1. sınıf öğrencilerinin coğrafya algılarının metafor yoluyla belirlenmesi (Rize Üniversitesi örneği). IGGE. 2011;1:1-19.
 10. Güneş C, Tezcan R. Metafor nedir, ne değildir?. Kılcan B, editör. Metafor ve eğitimde metaforik çalışmalar için bir uygulama rehberi. 2. baskı. Ankara: Pegem Akademi; 2019.
 11. Gediktaş EB. Sağlık çalışanlarının hastane, hasta, kalite, hasta güvenliği ve riske bakış açılarının metafor analizi ile değerlendirilmesi [Yüksek lisans tezi]. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2012.
 12. Sağır B. Şizofrenide bağlanma: zihin kuramı, sosyal işlevsellik ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkisi [Doktora tezi]. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2017.
 13. Yurttaş F. Üniversite öğrencilerinde duygusal ve bilişsel zihin kuramı özelliklerinin duygusal şemalarla olan ilişkisinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2018.
 14. Almbaidheen M. Otizm Spektrum Bozukluğu tanılı çocukların ebeveynlerinde zihin kuramı bozuklukları ve semptom şiddeti arasındaki ilişkinin araştırılması [Doktora tezi]. Ankara: T.C. Genelkurmay Başkanlığı Gülhane Askeri Tıp Akademisi; 2015.
 15. Altındağ A, Erdoğan S. Laterizasyon ve lisan. Barnes J, Editör. Temel Biyolojik Psikoloji. Altındağ A, Erdoğan S, çeviri editörü. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık; 2014.
 16. Cihanşümül Maral N. Travma ve travma sonrası stres bozukluğu belirtilerini tedavi eden hikayeler. Davis N, editör. Çocuklar için iyileştirici Hikayeler. Demirci H, çeviri editörü. Ankara: Nobel Yaşam; 2017.
 17. Solms M, Turnbull O. Beyin ve İç Dünya Öznel Deneyimin Sinir Bilimine Giriş (The Brain and The Inner World an Introduction to The Neuroscience of Subjective Experience). Atalay H, çeviri editörü. İstanbul: Metis; 2005.
 18. Jung CG. İnsan ve Sembolleri (Man and his Symbols). İlgün M, çeviri editörü. Ankara: Kabalıcı; 2016.
 19. Karairmak Ö, Güloğlu B. Metafor: danışan ve psikolojik danışman arasındaki köprü. Türk PDR Dergisi. 2012;4(37):122-35.
 20. Piştöf S, Şanlı E. Bilişsel davranışçı terapide metafor kullanımı. JCBPR. 2013;2:182-9.
 21. Ay R, Böke Ö, Pazvantoğlu O, Şahin AR, Sarısoy G, Arık AC, ve ark. Şizofreni hastaları ve birinci derece yakınlarında zihin kuramı ve duygu tanımanın değerlendirilmesi. Arch Neuropsychiatry. 2016;53:338-43.
 22. Başoğlu E, İnanç L, Altıntaş M, Beştepe EE. Bipolar I bozukluk hastalarında zihin kuramı becerileri, iç görüş ve yaşam kalitesinin değerlendirildiği olgu-kontrol çalışması. Alpha psychiatry. 2018;19(3):235-43.
 23. Akyol C. Metaforların kullanım alanları ve faydaları. Kılcan B, editör. Metafor ve Eğitimde Metaforik Çalışmalar için Bir Uygulama Rehberi. 2. Baskı. Ankara: Pegem Akademi; 2019.
 24. Robert T, Kelly VA. Metaphor as an instrument for orchestrating change in counselor training and the counseling process. JCD. 2010;88:182-8.
 25. Lyddon WJ, Clay AL, Sparks CL. Metaphor and change in counseling. JCD. 2001; 79:269-74.
 26. Lapsekili N, Yelboğa Z. Psikiyatride metafor kullanımı. JCBPR. 2014; 3:116-25.
 27. Engin E. Psikiyatrik ve psikososyal kuramlar ve kavramlar. Çam MO, Engin E, editörler. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bakım Sanatı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014.
 28. Babacan Gümüş A. Hemşirelik kuram ve modelleri. Çam MO, Engin E, editörler. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bakım Sanatı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014.
 29. Çam MO, Savaşan A. Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliğinde bir model tidal (gel- git) model. Çam MO, Engin E, editörler. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bakım Sanatı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014.
 30. Çam MO, Öztürk Turgut E. Şiddet gören kadınların iyileşmesinde bir model önerisi: Tidal (Gel-Git) Model. PGY. 2019;11(2):248-56.
 31. Savaşan A, Çam MO. Tidal Model ile izlenen alkol bağımlılarının 12 aylık takip sonuçları. PHD. 2019;10(1):48-54.
 32. Özcan A. Hemşire-Hasta iletişimini kolaylaştıran teknikler. Özcan A, editör. Hemşire-Hasta ilişkisi ve iletişim. 2. Baskı. Ankara: Sistem Ofset Baskı; 2006.
 33. Dülgerler Ş. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliğinde Hemşirelik Süreci. Çam MO, Engin E, editörler. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bakım Sanatı. İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevi; 2014.
 34. Kale E, Çiçek Ü. Hemşirelerin kendi mesleklerine ilişkin metafor algıları. SHYD. 2015;3(2):142-51.