

PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN “PSİKOTERAPİDE ÜÇ YAKLAŞIM” VİDEOLARINA İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

Özet: Sinop'ta görev yapan elli psikolojik danışman bir çalıştay kapsamında Shostrom (1965a, b, c)'un etkili çalışmaları olan “Psikoterapide Üç Yaklaşım” videolarını izleyerek düşüncelerini ifade etmişlerdir. Yirmi dokuz bayan, yirmi bir erkek ve bir ile yirmi yıl arasında değişen kıdemleri bulunan psikolojik danışmanlar bu çalışmada yer almışlardır. Video görüntülerinde aynı danışanla farklı görüşmeler yapan Carl Rogers, Fritz Perls ve Albert Ellis'in görüntüleri vardır. Çalışmaya katılan psikolojik danışmanların videolara ilişkin ortak görüşleri genel olarak fayda, danışmanlara tavsiye edilebilecek eğitim materyali ve farklı amaçlarda kullanılabilir eğitim materyali olmak üzere üç temada toplanmıştır. Ülkemizde psikolojik danışman yetiştiren kurumlarda öğrencilerin ve görevli danışmanların bilgilerini artırmak için bu eğitim materyallerinden yararlanılması tavsiye edilmektedir. İlerde yapılacak araştırmalar için Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) videoları, danışman yönelimleri, eğitim materyali olarak etkisi açısından çalışılması tavsiye edilebilir.

Anahtar sözcükler: Psikolojik Danışman, Psikoterapide Üç Yaklaşım, Terapi Yaklaşımlarına ilişkin danışman görüşleri

COUNSELORS' VIEWS ON THREE APPROACHES TO PSYCHOTHERAPY VIDEOS

Abstract: Fifty counselors working in Sinop expressed their views after having watched the profound studies “Three Approaches to Psychotherapy” Videos (Shostrom, 1965a, b, c) in a workshop. Twenty nine female, twenty one male and psychological counsellors having one to twenty years of work experience participated in the study. In the videos, there are pictures of three different psychotherapists who interview with the same client available: Carl Rogers, Firtz Perls ve Albert Ellis. The joint views of counselors who participated in the study are grouped as general benefits, the recommended material for counsellors or counsellor students and recommended educational material for different purpose in three themes. In our country, these videos can be used as educational material by counsellors educational and the counselors who are still working. It can be recommended for future studies in terms of effects

of counsellor orientation and educational material of three Approaches to Psychotherapy Shostrom (1965a, b, c) videos.

Key Words: Counselor ve Guidance Practitioner, Three Approaches to Psychotherapy, Counselor ideas on therapy approaches.

Giriş

Shostrom (1965a, b, c) tarafından hazırlanan Psikoterapide Üç Yaklaşım video çalışmaları üç farklı yönelime sahip psikoterapistlerin aynı danışanla yaptıkları görüşmeleri sergilemektedir. Bu oldukça etkili psiko-eğitim materyali psikoterapist, psikolog, psikolojik danışman rehber eğitiminde kullanılan bir eğitim materyalidir. 2013 yılında google arama motorunda yapılan araştırmada 4000den fazla çalışma bu videolar hakkındadır.

Video kaset serileri Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c), 1964 yılında kaydedilmiş ve 1965 yılında yayınlanmıştır. Car Rogers, Fritz Perls ve Albert Ellis geliştirmiş oldukları kendi terapi yaklaşımlarını aynı danışan olan Gloria üzerine bu Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) çalışmasında sergilemektedirler. Bu görüntüler aslında Amerikan Psikologlar Derneğinin 1964'teki Los Angeles'teki toplantısında yer almıştır. 1965'ten günümüze videolar danışmanlık mesleğinde kavramsal ve uygulamalarda gerçekte Danışan Merkezli, Geştal ve Akılcı Duygusal (daha sonra adı Akılcı Duygusal Davranışsal olarak değişmiştir) Yaklaşımlarının ne olduğu konusunda oldukça önemli bilgiler vermektedirler. Bu eğitim materyalleri psikoterapi tarihinde haklı olarak yer almış üç önde

gelen terapistin sadece danışan Gloria ile etkileşimlerini göstermektedir. Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) Carl Rogers'ın Danışan Merkezli Yaklaşımını, Fritz Perls'in Geştalt Yaklaşımını ve Albert Ellis'in Akılcı Duygusal Yaklaşımını ortaya koymaktadır (Essig ve Russell, 1990; Kiesler ve Goldston, 1988; Konrad ve Yoder, 2000; Shostrom ve Riley, 1968). Ancak tüm bunlara rağmen Weinrach (2001: 44) bu kaynakların zamanlarının geçtiğini terapist yetiştirmede fayda yerine zarar getirebileceğini iddia etmektedir. Bu durum videolardaki diğer yaklaşımlar içinde aynı şekilde kabul edilmektedir.

Yapmış oldukları kapsamlı çalışmada Wickman ve Campbell (2003) Psikoterapide Üç Yaklaşım videolarının araştırmalarda nasıl yoğun kullanıldığını özetlemektedir: Psikoterapi tarihinde bu kaynaklar üzerinde pek çok çalışma ve yorum yapılmış sonuç olarak psikolojik yardım uzmanlarının yetiştirilmesinde eğitimsel bir kaynak olduğu vurgulanmıştır (Glauser ve Bozarth, 2001). Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) videoları pek çok araştırmacının başlangıç noktası olarak görülmektedir (Bohart, 1991; Dolliver ve diğerleri., 1980; Ellis, 1986; Essig ve Russell, 1990; Hill, Thames, ve Rardin, 1979; Kiesler ve Goldston, 1988; Meara, Shannon, ve Pepinsky, 1979; Mercier ve Johnson, 1984; Rogers ve Wood, 1974; Rosenzweig, 1996; Shostrom ve Riley, 1968; Stoten ve Goos, 1974; Weinrach, 1986, 1990, 1991; Zimmer ve Cowles, 1972). Bu çalışmalarda terapi oturumları ya tek tek ya ikili ikili ya da üçü birlikte karşılaştırılarak değerlendirilmiştir. Yakın dönem çalışmaları (Bageant 2011; Brice, 2011; Keats 2008; Magai ve Havilve-Jones 2004; Reilly ve Jacobus 2008; Reilly ve Jacobus 2009), Psikoterapide Üç Yaklaşım videolarına çözümlemeli bir bakış açısıyla ele alıp inlemektedirler. Bu da Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) videolarının üzerine olan çalışmaların devam ettiğini ve gelecekte de benzer yoğunlukta çalışmalar olacağını göstermektedir.

Yukarıda sözü geçen çalışmalarda Rogers'ın geliştirdiği ve ünlü olduğu terapi yöntemini bu kasette ortaya koyduğu belirtilmektedir. Ancak bazı araştırmalar bu düşünceye karşı olarak; Gloria Filminde Rogers'ın kendini etkin olarak gösteremediğini belirtmektedir (Weinrach, 1990; Weinrach, 1991).

Shostrom (1965a, b, c) çalışmaları olan Psikoterapide Üç Yaklaşım Rogers ve Wood (1974) tarafından transkribe edilerek nitel data analizi olarak kullanılmışlardır. Bu analizde sözcük sayımı, tekrarlar, cesaretlendirmeler, yüzleştirmeler ve kapı aralayıcıları gibi dinleme, soru sorma tekniklerine bakılmış görüntülerde yer alan terapistler karşılaştırılmıştır.

Psikoterapide Üç Yaklaşım çalışmalarının daha kolay okunması ve anlaşılması için orijinal diyaloglarda bazı oynamalar yapılmıştır. Videolarda seslendirilen diyaloglar transkribe edilirken bir şekilde normalleştirilmiş olduğu göze çarpmaktadır. Ancak transkribe edilmiş bu durum danışmalarda fayda sağlamasını zorlamaktadır (Essig ve Russell, 1990; Rogers ve Wood, 1974). Ancak Psikoterapide Üç Yaklaşım videoları üzerinde her ne yapılsa yapılsın transkriptler ne kadar manüplasyona uğrarsa uğrasın bu çalışmalar önemlerini ve üstünlüklerini korumaktadırlar. Analizden önce transkriplerdeki akışı düzeltmek için ilk yazar Wickman (1990) tam olarak oturumu yansıtmayla, kullanılan tam sözcükleri dahil ederek, susma uzunluklarıyla ve ses şiddetindeki değişimler, ton ve perdelerle var olan transkripti geliştirmiştir.

Duygulardaki Gizli Üstünlükler kitabında Magai ve Havilve-Jones (2004), Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) videoları üzerinde derinlemesine çalışmalarda bulunmuşlardır. Sosyal ve Karakter Gelişiminde Bütünleştirici Bağ Olarak Duygu bölümünde, Özlem ve Utanmayla Cezp edilmiş Hayatlar: Üzüntü ve Korkuyla Nefret edilmiş Hayatlar: Carl Rogers, Korku ve Hor Görmeyle Cezp edilme ve Nefret Edilmiş Hayatlar: Fritz Perls, Korku ve Üzüntüyle Nefret edilmiş Hayatlar: Alber Ellis ele alınmıştır. Entelektüel Çalışmaya Bağlı olarak duygu bölümünde ise dört alt bölüm vardır. Bu bölümler: Akıllılık ve Öfke, Bilişsel Aşamalar ve Neşe, Sürpriz: Carl Rogers, Kortasyon Mantık ve Öfke Korku: Albert Ellis, Diyalektik Mantık ve Heyecan, Tikslenme Korku: Fritz Perls konuları mevcuttur.

Evevett L. Shostrom (1921-1992) psikoterapist, yazar ve film yapımcısıdır. Amerikan Psikologlar Derneği 32. Kısım (İnsancıl Psikoloji) başkanlığı yapmıştır. Gerçek danışanları kullanarak eğitimci filmler yapmıştır. Amerika Birleşik Devletlerinde döneminin önde gelen psikologların terapi görüşmelerini görüntüleyerek eğitim materyalleri olarak hazırlamış kurduğu altında yayınlanmasını sağlamıştır. On kitabı dışında beş test ve envanter olarak ölçme araçları geliştirmiştir. Shostrom'un en popüler psikoterapi araştırması Kişisel Yönelim Envanteridir (Brammer, 1996). Shostrom, Türk okuyucuları tarafından "Kendisi Olamayan İnsan Berberi İçin Yalnızca Bir Kelledir" (Shostrom, 1997) çalışmasıyla bilinmektedir.

Birinci videoda Shostrom (1965a) kayıtların özelliklerini açıklamaktadır. İlk cümlesi psikoterapinin ne olduğu konusundaki ifadesidir. "Psikoterapi, pek çok insanın yaşayamadığı

gizem içeren oldukça özel bir süreçtir”. Film Shostrom (1965a)’un sözleriyle devam eder: “Bu çalışmalar daha önce yapılmamış tek eşi benzeri olmayan bir çalışma sonucu elde edilmiş ve sıradan oldukça özel terapatik deneyimin ne olduğu üzerinedir. Gerçek bir hasta ile birlikte üç farklı terapist gerçek terapi oturumlarını görüntülememize izin verecek kadar duyarlı ve cesaretliyidiler”.

Filmde Shostrom (1965a) videoların içeriğini daha ayrıntılı bir şekilde açıklamaktadır. “Bu video serilerinde birbirlerinde bağımsız üç farklı yönelimi olan terapistler kendi terapi çalışmalarını paylaşmaktadırlar ki bu daha önce hiç yapılmamıştır. Bu yüzden minnettarlığımızı Gloria’ya ve terapistlerine kendi terapi maceralarını paylaşmalarından dolayı ifade etmek isteriz”.

Filmler şu şekilde özetlenebilir: 1964 yılında eşinde yeni ayrılmış adı Gloria olan bir anne hayatıyla ilgili bazı problemlere cevap bulmak amacıyla üç farklı psikoterapi yönteminde gönüllü danışman olur. Kişi Merkezli Terapi, Gestalt Terapi ve Akılcı Duygusal Terapi bu videolarda yer alan yöntemlerdir. Gloria terapilerde pasif olarak yer almaz, aynı zamanda üç farklı terapistin ona müdahaleleri de söz konusudur. Carl Rogers (birinci bölümde acı bir şekilde terapi kesilir), Fritz Perls (ikinci bölümde) ve Albert Ellis (üçüncü bölümde) yer alır. Tüm terapistler Gloria ile görüşmelerinde önce kendi yöntemlerini, inançlarını ve terapi sürecinin nasıl olacağını açıklarlar (metafilter.com).

Gloria kimdir? Psikoterapide Üç Yaklaşım daha popüler olarak Gloria Filmi olarak bilinir (amazon.com). Shostrom (1965a, b, c)’un filmlerinde Gloria, eşinden yeni ayrılmış otuz yaşında, çocuklarıyla ilişkisinde nasıl gerçek olup olmama konusunda sorular ortaya koyan bir bayandır. Rogers’a hemen kendi ikilemini sunar: Erkeklerle cinsel ilişkisi hakkında dokuz yaşındaki kızına karşı nasıl güvenilir olabilir? Kendi içinde aynı zamanda başkalarıyla olan ilişkisinde otantik olma isteği filmde yakalanmış bir noktadır ve dünyadaki üniversite sınıflarında hala tartışıla gelmektedir (Moon, 2009: 287). Gloria’nın filmlerde ifade ettiği kızına karşı duyguları kızının bakış açısıyla bibliyografik bir kitapta derinlemesine irdelenmiştir (Burry, 2008). Gloria’ya erkeklerle, annesiyle, babasıyla ve eski kocasıyla ilişkileri üzerine danışmanlık yapılmıştır. Zamanın test etmesiyle ayakta duran bu klasik filmlerden hem danışmanlar hem de alan uzmanları pek çok görüş açısı geliştirerek öğrenmektedirler. Rosenthal (2005), bu insan yapımı yirminci yüz yıl danışmanlık hareketi filmlerinin oldukça önemli olduğunu ve bu önemini uzun yıllar koruyacağını belirtir.

Günümüzün danışmanları filmleri önemli bir farkla seyredecekler: Bizim sahip olamadığımız bir içgörü kazanacaklar ki bu basitçe filmin sonu Gloria için bir başlangıç olacaktır. Her ayrı danışman Gloria'nın hayatına kendi referans noktasından bakacak ve ona göre yorumlayacaktır.

Shostrom (1965a) filme karşı duygularını şu şekilde ifade eder: “Böylece gerçekte ortaya çıkanların ne olduğunu hissetme ve görme ayrıcalığına izin verildik”. Shostrom (1965a) filmleri açıklamaya devam eder. “Film üç bölümden oluşmuştur... Bu seriler üç farklı filme bölünecektir. İlk filmde Danışan Merkezli Terapinin kurucusu Dr. Carl Rogers'ın Gloria ile görüşmesini izleyeceğiz. İki numaralı filmde Dr Fredirich Perls, Geştalt Terapinin kurucusu Gloria ile çalışacak. Son olarak üç numaralı filmde Akılcı Duygusal Terapinin kurucusu Dr. Albert Ellis bizim terapistimiz olacak. Her bir terapist önce kendi terapi sistemini kısaca tanımlayacak. Daha sonra Gloria ile çalışmasını gösterecek ve en sonunda çalışması hakkında yorumda bulunacak. Şimdi burada Dr. Carl Rogers”.

Filmin orijinal İngilizce kayıtlarında Rogers kendi yaklaşımını yaklaşık altı dakikada açıklamaktadır. Gloria ile otuz bir dakikalık görüşme yaptıktan sonra bu görüşme hakkındaki düşüncelerini altı dakikada değerlendirmektedir.

Carl Ransom Rogers, oldukça dindar bir ailenin altı çocuğundan dördüncü olarak Chicago'da 1902 yılında dünyaya gelmiştir. Wisconsin Üniversitesinde ziraat okumuş sonra tarih eğitimi almasına rağmen onun asıl amacı papaz olmaktır. 1924 yılında New York'taki Birleşik Liberal Teoloji Seminerinde yer aldı. Fakat iki yıl sonra doktrin inancından dolayı bastırılmış hissetti ve Columbia Üniversitesi Eğitim Fakültesinde psikoloji dersleri almaya başladı. Aynı üniversiteden 1928 yılında yüksek lisans, 1931 yılında doktora derecelerini aldı. Çocuk psikolojisindeki çalışmalarıyla New York Rochester'da sorunlu ve suçlu çocuklarla çalışarak Çocuklukta Zulmü Önleme Derneğinde psikolog olarak çalışmaya başladı. 1940 yılında hazırladığı Problem Çocuklarda Klinik Müdahale kitabından dolayı Ohio Devlet Üniversitesinde profesörlük teklif edildi. Onun en etkin çalışmalarından olan Danışma ve Psikoterapi kitabı 1942 yılında yayınlar ve 1945 yılından itibaren on iki yıl sürecek danışma merkezi kurduğu Chicago Üniversitesinde çalışmaya başladı. Danışma Merkezli Terapi (1951) Rogers'ın profilini oldukça yükseltmiş ve 1954 yılında Amerikan Psikologlar Derneğinin birinci ayırt edilir bilimsel başarı ödülünü almıştır. 1964 yılında California La Jolla'ya Batı Davranışları Enstitüsündeki bir kadro için yerleşmiş ve 1987 yılında ölümüne

kadar California'da kalmıştır. Rogers 1986 yılında eserleri en çok satan yazar ödülünü almıştır. Rogers karşılaşma grupları, yetişkinler için deneysel öğrenme ve çatışma çözümü alanlarındaki etkili çalışmalarıyla da bilim çevrelerince oldukça iyi tanınmaktadır (Butler-Bowdon, 2007: 241).

Kendi sözcükleriyle Rogers (1961) kendini “otuz yıldan fazla psikoterapist ve kişisel danışman” olarak ifade eder. Bunun anlamı yine Rogers (1961)’ın ifadesiyle yüz yılın üçte birlik bölümünde oldukça geniş bir nüfusa ki bunlar çocuklar, ergenler ve yetişkinlerdir; eğitimsel, mesleki, kişisel ve evlilik konularında normallerden nevrotilere ve psikotiklere kadar (ancak bu etiketleme Rogers’a göre doğru değildir) yardım ettiğini, insanların kendini yardım için ziyaret ettiğini ya da gönderildiğini problemlerin ise oldukça basitten ya da yardımsız kişinin hayatını mahvedecek düzeyde olduğunu belirtir. Bu durumda Rogers kimdir? Temel amacı yıllar boyu terapi yapmak olan bir psikoterapisttir (Rogers, 1961: vii).

İki numaralı filmin orijinal İngilizce kaydında Perls kendi kuramını yaklaşık dört dakikada açıklamaktadır. Gloria ile görüşmeleri yirmi üç dakika sürmüştür. Perls Gloria ile yaptığı görüşme üç dakika içinde değerlendirmiştir.

1893 yılında Berlin’de dünyaya gelen Frederick Salomon Perls, tıp derecesini 1926 yılında kazanmıştır. Mezun olduktan sonra Frankfurt’ta beyin hasarlı askerler için enstitüde çalışmış ve burada Gestalt psikologlarından, varoluşçu felsefeden ve yeni Freud takipçileri olan Karen Horney ve Wilhelm Reich’ten etkilenmiştir. 1930lu yılların başında Almanya Yahudiler için güvenilir bir yer olmamaya başladı bu yüzden Perls ve eşi Laura önce Hollvea’ya sonra Güney Afrika’ya gittiler. Kendi psikanalitik uygulamalarını ve Güney Afrika Psikanaliz Enstitüsünü kurdular. Fakat Freud’un kavramlarını eleştiren bir yapıya geldiler ve ağır ağır Gestalt uygulama metotlarını ve Ego, Açlık ve Saldırganlık: Freud’un Teori ve Yöntemine Tekrar Bakışı (1947) geliştirdiler. Çift 1946 yılında New York’a yerleşti ve çalışmalarına orada devam ettiler. 1952 yılında Gestalt Terapi Enstitüsünü kurdular. Eşinden ayrıldıktan sonra Fritz California’ya gitti. Laura ise New York’ta çocuklarıyla kaldı. Fritz 1964 yılında Esalen’e gitti. Ölümünden bir yıl önce Esalen’deki oturumların kayıtlarını, kendi otobiyografisini ve Çöp Kovası İçinde Dışındayı içeren Gestalt Terapi Aynı (1969)’yı yayınladı (Butler-Bowdon, 2007: 221).

Geştalt Terapi tam olarak bütünleştirilmiş bir sistemdir ve duyusal, duygusal, bilişsel, kişilerarası ve davranışsal bileşenleri içerir. Geştalt Terapisinde terapistler ve hastalar farkındalık çalışmaları yaparak yaratıcı olmaları konusunda cesaretlendirilirler. Geştalt Terapisinde önceden ya da sonradan verilen bir tavsiye yoktur (Yontef ve Jacobs, 2008: 328).

Reilly ve Jacobus (2009), Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965b) videosunun ikinci bölümü olan Perls ve Gloria görüşmesi üzerine çalışma yapmışlardır. 97 üniversite öğrencisi anketle değerlendirilmiştir. Genel olarak tüm öğrenciler Perls'in açıklamalarını ve Geştalt Terapisi konusunda sunumunu olumlu olarak değerlendirmiştir. Bazı öğrenciler Perls'in Gloria'ya karşı saygılı olmadığını belirtmelerine karşı çoğu öğrenci Perls'in Gloria'ya samimi ve gerçek davrandığını belirtmişlerdir. Öğrencilerin büyük bir kısmı Perls'i bir terapist olarak tavsiye etmeme yönünde düşünce bildirmişlerdir. Bu sonuçlar öğrencilerin bölümleri ve sınıfları seviyesinde benzer özellikler göstermektedir (Reilly ve Jacobus, 2009: 18).

Üç numaralı filmin orijinal İngilizce kaydında Ellis kendi yaklaşımın yaklaşık yedi dakikada açıklamaktadır. Ellis Gloria ile görüşmesini on yedi dakikada tamamlar. Ellis yaptığı görüşmeyi beş dakikada değerlendirmiştir.

1913 yılında Pittsburgh Pennsylvania'da doğan Ellis New York şehrinde büyümüş ve doksan dört yaşında ölmüştür. New York Şehir Üniversitesinden işletme derecesi almış ancak işletme kariyerinde başarısız girişimlerde bulunmuştur. Ellis ayrıca roman yazarlığını da denemiş fakat başarılı olamamıştır. 1942 yılında insan cinselliği üzerine yazdığı makalelerden sonra Columbia Üniversitesinde klinik psikoloji programına girmiştir. 1943 yılında yüksek lisans derecesini aldıktan sonra yarım zamanlı aile ve cinsel danışmanlık özel uygulamalarında çalışmalarda bulunmuş ve 1947 yılında doktora derecesini almıştır. Rutgers ve New York Üniversitelerinin kadrolarında çalışmış ve daha sonra ikincil klinik psikolog olarak Kuzey New Jersey Zihinsel Hijyen Kliniğinde çalışmıştır. Amerikan psikolojik gelişim açısından Ellis'in fikirlerinin kabul edilebilirliği oldukça yavaştır, ancak günümüzde Aaron Beck ile birlikte Bilişsel Davranış Terapisinin babası olarak görülür. 1959 yılında kurulan Akılcı Duygusal Terapi Enstitüsü onun fikirlerini yaymaya devam etmektedir. Konuyla ilgili olarak Ellis'in bibliyografisi hakkında Velten (2005)'in çalışmaları incelenebilir. Ellis altı yüzden fazla akademik çalışmanın yazarıdır. Yazdığı elli kitabın içinde Bir Nevrotikle Nasıl Yaşanır, Sevgi Sanatı ve Bilimi, Suçluluk Duymadan Seks, Akılcı Yemenin Sanatı ve Bilimi ve Her

hangi bir şey-Bir şey Kötü Olmayı İnatla Reddetmek gibi oldukça ilgi toplamış çalışmaları vardır (Butler-Bowdon, 2007: 77).

Akılcı Duygusal Davranış Terapisi psikoterapide bilişsel davranışsal yaklaşımlardan biridir. Bunun anlamı zihin ve davranış insanların duygusal problemlerinin gelişmesinde ve sürmesinde özel bir rol oynar. Bu özel örnek özle durumlarda ortaya çıkar. Bu çeşit durumlar ABC modelinde tanımlanan algılamalardır. ABC modeli Akılcı Duygusal Davranış Terapisinin ortaya koyduğu bir bakış açısıdır. ABC modelinde A ortaya çıkan bir olayı B inançları ve C ise sonuçları sembolize eder (Dryden ve Branch, 2008: 4).

Zihinsel sağlık uzmanlarının eğitiminde multimedya kullanımının dramatik olarak arttığı belirtilmektedir. Ancak gerçekçi, güncel, tam olarak hazırlanmış kaynaklara olan ihtiyaç da oldukça fazladır. Üniversite öğrencilerine modası geçmiş videolar gösterilmektedir. Öğrencilere yetersiz materyalleri göstermek fayda yerine zarar getirmektedir. Akılcı Duygusal Davranış Terapisi eğitiminde demode olmuş materyaller kullanılmaktadır (Weinrach, 2001: 52).

Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) videoları üzerine tüm dünyada geniş çaplı çalışmalara karşı ülkemizde de sınırlı sayıda çalışmaların olduğu görülmektedir (Uşaklı, 2012a, b). Uşaklı (2012a, b) üniversite öğrencilerinin tercihlerini ve bu tercihler altında yatan sebepler üzerine çalışmıştır.

Bugün Türkiye’de ve Kuzey Kıbrıs’ta 40dan fazla psikolojik danışman rehber yetiştiren kurumlar mevcuttur. Danışma psikolojisi ve okul danışmanlığı genellikle okul ortamında çocuk ve ergenlerin eğitim, öğrenme ve gelişme sorunları ile uğraşan yardım mesleğidir (Tan, 1992: 11). Psikolojik danışma yardım içindir, bu yardımı alan danışan ve bu yardımı veren uzman kişiye de danışman denir (Feltham, 1995: 5). Psikolojik danışma karar verme, problem çözme, uyum sağlama konularında psikolojik yardım ilişkisidir; bu yardımı veren kişi psikolojik danışmveir (Yeşilyaprak, 2002: 9).

Bu çalışmanın amacı Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) videolarını izledikten sonra psikolojik danışman rehber uzmanların yaklaşımlar hakkındaki fikirlerini ortaya koymaktır. Danışmanların yaklaşımlar hakkında fikirlerinde farklılaşma olup olmadığı çalışma sonunda anlaşılması hedeflenmektedir.

Psikolojik danışmanların Danışan Merkezli, Geştalt ve Akılcı Duygusal Terapiler gibi önce gelen üç yaklaşım hakkında kritik yapacak kadar bilgi sahibi olmaları kendilerine özgü danışma eğilimleri geliştirmeleri açısından önemlidir. Danışmanlar danışma sürecinin gelişimini kendi yaklaşımını geliştirmiş kuramcılardan ilk ağızdan öğrenme şansına sahip olacaklardır. Ayrıca danışmanların düşüncelerinde etkili bir danışmanlık oturumunu etkili klan sebepler hakkında fikir sahibi olmaları sağlanacaktır. Bu çalışmanın önemi üzerinde çalışılan üç önemli psikoterapi yaklaşımının öneminden kaynaklanmaktadır.

Bu çalışma Shostrom (1965a, b, c) video çalışmalarında yer alan üç temel terapi yönteminin psikolojik danışmanlara tanıtılmasıyla ve Sinop'ta görevli elli psikolojik danışmanın çalışmada yer almasıyla sınırlandırılmıştır. Çalışmaya katılan psikolojik danışman rehber uzmanlar Danışan Merkezli, Geştalt ve Akılcı Duygusal Psikoterapi yaklaşımları hakkında fikirlerini ayrı ayrı ortaya koyabileceklerde varsayılmaktadır.

Yöntem

Bu çalışma nitel araştırma yöntemleri çerçevesinde yürütülmüştür. Geçmişte ya da halen varolan bir durumu varolduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2008: 77). Nitel araştırmalar antropoloji, felsefe, hümanistik psikoloji, sosyoloji, sosyal psikoloji, çevre psikolojisi, dilbilim alanlarında sıklıkla kullanıla gelmektedir . Ancak eğitim bilimleri gibi disiplinler arası çalışmalarda da nitel araştırmalardan yararlanılmaktadır. Nitel araştırmalar araştırmacılar için esnek bir çalışma ortamı sunmaktadır. Nitel araştırmalarda görüşme yöntemi araştırmacılara esneklik kazandırması, gelen yanıtlara hakimiyet, sözel olmayan davranışları takip, ortam üzerinde kontrol sağlama ve derinlemesine bilgi alma gibi olumlu katkıları vardır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Çalışma Sinop'ta görev yapan yirmi sekizi bayan yirmi ikisi erkek olan beş ile yirmi yıllık çalışma deneyimleri olan toplamda elli psikolojik danışman rehberle oluşturulan çalışma grubuyla yürütülmüştür. Çalışma grubu aylık düzenledikleri bir çalıştayda çalışmaya katılmışlardır. Bu çalıştaylar danışmanların sorunlarını ortaya koymak, fikir alış verişinde bulunmak ve meslekteki yeterlilikleri artırmak amacıyla ayda bir Sinop Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğünce düzenlenmektedir.

Çalışma Süreci

Çalışmaya katılan elli psikolojik danışman rehber Türkçe çevirisi üç İngilizce uzmanının uzlaşısıyla hazırlanmış ve seslendirilmesi yapılmış toplam yüz otuz dakika süren Psikoterapide Üç Yaklaşım videolarını izlemişlerdir. Danışmanlardan videolar hakkındaki düşüncelerini yazmaları istenmiştir. Bu amaçla danışmanlara: “İzlediğiniz videolar hakkında genel olarak ne düşünüyorsunuz lütfen yazabilir misiniz?” sorusu sorulmuştur.

Verilerin Analizi

Nitel verilerin analizinde en yaygın analiz yöntemi olan içerik analizi bu çalışmada veri analiz yöntemi olarak kullanılmıştır. Verilerden çıkarılan kavramlara göre yapılan kodlama işlemi gerçekleştirilmiştir. Kuramsal temeli olmayan araştırmalar için kodlama yaygın olarak kullanılmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Kodlamalarda sözcük, cümle ve paragraflar dikkate alınmaktadır. İçerik analizi nitel araştırma yöntemlerinde sıklıkla kullanılan bir analiz yöntemidir (Twycross ve Shields, 2008, p.38). Bu çalışmada katılımcıların yazılı düşünceleri içerik analiziyle ele alınmıştır. Analizin güvenilirliği ise yazılanların araştırmacı dışında Türkçe öğretiminde uzman bir başkası tarafından yapılması ve iki analizde de % 82 kod uyumuna ulaşılmasıyla elde edilmiştir. Katılımcılardan gelen görüşler çözümlenmiştir (bkz. Tablo I).

Bulgular ve Tartışma

Araştırma sonunda Psikoterapide Üç Yaklaşım Shostrom (1965a, b, c) üç farklı videonun Türkçe seslendirmesi Sinop'ta görevli psikolojik danışman ve rehberler tarafından değerlendirilmiştir. Çalışmada danışmanlar Carl Rogers tarafından geliştirilen Danışan Merkezli Terapi yaklaşımının, Fritz Perls tarafından geliştirilen Geştalt Terapi yaklaşımının ve Albert Ellis tarafından geliştirilen Akılcı Duygusal Terapi yaklaşımının Gloria isminde bir danışanla üç farklı terapistin ki bunlar yaklaşımların kurucularıdır ayrı ayrı bir örneğini izleyerek değerlendirmişlerdir. Genel fayda, danışmalara tavsiye ve farklı amaçta kullanım çalışmaya katılan danışmanların görüşleri doğrultusunda elde edilmiş üç farklı nitel temadır. Çalışmaya katılan tüm katılımcılar videoların oldukça faydalı olduklarını belirtmişlerdir (%100). Ancak bu videoların hala hazır olarak kendilerine fayda sağladığını düşünenlerin oranı % 96dır. Bunun sebebi ise iki danışman okul öncesi kurumlarında çalıştıkları için bu videoların kendilerine hemen hazırda bir faydası dokunmayacağı yönünde görüş bildirmişlerdir. Lisans döneminde bu videoların kendilerine faydası dokunacağını söyleyen katılımcıların oranı %92dir. Dört katılımcı lisans döneminde bu videoların önemini anlayamayacak kadar deneyimsiz olduklarını belirtmişlerdir.

Rehberlik ve psikolojik danışma programlarında okuyan öğrenciler için bu materyallerin faydasını düşünen katılımcıların oranı yine %92dir. Yine kendilerince benzer sebeplerden dolayı dört katılımcı üniversite öğrencilerinin bu videoları anlamaları konusunda oldukça deneyimsiz olduklarını belirtmişlerdir.

%88 oranında katılımcı bu videoların özellikle bayanlar için bir eğitim malzemesi, bayanların atılganlıklarında etki edebilecek bir materyal olarak düşündüklerini ortaya koymuştur. Ancak sekiz katılımcı videoların sadece danışmanların faydalanabileceği bir kaynak olarak gördüklerini belirtmişlerdir.

Sonuç

Shostrom (1965a, b, c) tarafından yapılan ve Danışan Merkezli, Gestalt ve Akılcı Duygusal Psikoterapi yaklaşımları için bir örnek olabilecek Psikoterapide Üç Yaklaşım videoları halen dünya çapında pek çok üniversitede danışman yetiştirmede kaynak materyal olarak kullanılmaktadır. Rosenthal (2005)'in fikirleriyle bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir. Rosenthal (2005) Psikoterapide Üç Yaklaşım videolarının uzman yetiştirmede yararlanılabilecek önemli bir kaynak olduğunu belirtir. Bu çalışmada yer alan uzman katılımcılar da videoların oldukça önemli olduğunu belirtmişlerdir. Glauser ve Bozarth, (2001), bu videoların eğitimsel amacı olduğunu belirtir. Bu çalışma sonunda da psikolojik danışman rehber yetiştirmede bu videoların kullanılabileceği tavsiye edilmektedir. Weinrach (2001) ise psikolog, danışman gibi uzman eğitiminde videoların yaygın kullanıldığını belirtir. Ancak yine Weinrach (2001)'a göre Psikoterapide Üç Yaklaşım (Shostrom, 1965a, b, c) videoları demode olmuş kullanılmaması gereken materyallerdir. Ancak bu çalışmada yer alan katılımcılar videoların modası geçiyi üzerine bir yorumda bulunmamışlardır.

Psikolojik danışman rehber yetiştiren kurumlarda üniversite öğrencilerinin bilgilerini artırmak ve görevli psikolojik danışmanlara deneyim ve görüş açısı kazandırması açısından Psikoterapide Üç Yaklaşım videolarının önemli kaynaklar olduğu düşünülmektedir.

İlerde yapılacak çalışmalarda danışmanlık öğrencilerinin ve danışmanların psikoterapi eğilimleri ve bu eğilimlerin sebepleri üzerine olmalıdır. Rogers, Perls, Ellis dışında Glasser, Beck, Yalom gibi önemli terapistlerin danışanlarla yaptıkları görüşmeler de danışmanlık

öğrencilerinin ve danışmanların bilgilerini ve deneyimlerini artırmak amacıyla Türkçe'ye kazandırılmalıdır.

Kaynaklar

- Bageant, R. (2011). The Hakomi Method: Defining Its Place Within the Humanistic Psychology Tradition *Journal of Humanistic Psychology* 26.
- Bohart, A. C. (1991). The missing 249 words: In search of objectivity. *Psychotherapy*, 28, 497-506.
- Brammer, L.M. (1996)." Everett L. Shostrom (1921-1992) - Obituary", *The American psychologist*, 51(1), pp. 52-52
- Brice, A. (2011). "If I go back, they'll kill me . . ." Person-centered therapy with lesbian and gay clients *Person-Centered and Experiential Psychotherapies* 10, 4, 248–259.
- Burry, P. J. (2008). *Living with the 'Gloria Films': A Daughter's Memory* Ross-on-Wye, UK: PCCS Books.
- Butler-Bowdon, T. (2007). *50 Psychology Classics*. Finlve: Bookswell.
- Coolican, H. (1992). *Research methods and statistics in psychology*. London: Hodder and Stoughton.
- Dolliver, R. H., Williams, E., ve Gold, D. C. (1980). The art of Gestalt therapy or: What are you doing with your feet now? *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 17, 136-142.
- Dryden, W. ve Branch, R. (2008). *The Fundamentals of Rational Emotive Behaviour Therapy* (Second Edt.) London: John Wiley and Sons Ltd.
- Ellis, A. E. (1986). Comments on Gloria. *Psychotherapy*, 23, 647-648.
- Essig, T. S. ve Russell, R. L. (1990). Analyzing subjectivity in therapeutic discourse: Rogers, Perls, Ellis, and Gloria revisited. *Psychotherapy*, 27, 271-281.
- Farley, F. (2009). Albert Ellis (1913–2007). *American Psychologist*, 64(3), pp. 215–216.
- Feltham, C. (1995). *What is Counseling?* London: SAGE Publication Ltd.
- Glauser, A.S., ve Bozarth, J.D. (2001). Person-centered counseling: The culture within. *Journal of Counseling and Development*, 79, 142–147.
- Hill, C. E., Thames, T. B., ve Rardin, D. K. (1979). Comparison of Rogers, Perls, and Ellis on the Hill Counselor Verbal Response System. *Journal of Counseling Psychology*, 26, 198-203.

- Karasar, N. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikleri*, (18. Baskı), Ankara: Nobel.
- Keats, P. A. (2008). Buying into the profession: looking at the impact on students of expert videotape demonstrations in counsellor education. *British Journal of Guidance and Counselling* 36, 3, 219-235.
- Kiesler, D. J., ve Goldston, C. S. (1988). Client-therapist complementarity: An analysis of the Gloria films. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 127-133.
- Konrad, J.L., ve Yoder, J.D. (2000). Adding feminist therapy to videotape demonstrations. *Teaching of Psychology*, 27(1), 57–58.
- Magai, C. Ve Havilve-Jones, J. (2004) *The Hidden Genius of Emotion Lifespan Transformations of Personality* Cambridge: Cambridge University Press.
- Meara, N. M., Shannon, J. W., ve Pepinsky, H. B. (1979). Comparison of the stylistic complexity of the language of counselor and client across three theoretical orientations. *Journal of Counseling Psychology*, 26, 181-189.
- Mercier, M. A. ve Johnson, M. (1984). Representational system, predicate use and convergence in counseling: Gloria revisited. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 161-169.
- Moon, K. A. (2009). Pamela J. Burry's Living with "The Gloria Films": A daughter's Memory. *The Humanistic Psychologist*, 37: 287–291
- Reilly, J. ve Jacobus, V. (2008). Students Evaluate Carl Rogers and His Relationship With Gloria: A Brief Report *Journal of Humanistic Psychology* 48,1 32-41.
- Reilly, J. ve Jacobus, V. (2009). Gestalt Therapy: Student Perceptions of Fritz Perls in Three Approaches to Psychotherapy *Australian Journal of Guidance and Counselling* 19, 1 pp. 14–24.
- Rogers, C. R., ve Wood, J. K. (1974). Client-centered theory: Carl R. Rogers. In A. Burton (Ed.), *Operational theories of personality* (pp. 211-258). New York: Bruner/Mazel.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rosenthal, H. (2005). Lessons from the Legend of Gloria - Were we duped by the world's most influential counseling session *Counselor, The Magazine for Addiction Professionals*, December 6, 6, pp.60-66.
- Rosenzweig, D. (1996). The case of Gloria. In B. A. Farber, D. C. Brink, and P. M. Raskin (Eds.), *The psychology of Carl Rogers: Cases and commentary* (pp. 57-64). New York: Guilford Press.

- Shostrom, E. L. (1997). *Kendisi Olamayan İnsan Berberi İçin Yalnızca Bir Kelledir*. (Çev. K. Kocatepe) İstanbul: Kuraldisi Yayınevi.
- Shostrom, E. L., ve Riley, C.M.D. (1968). Parametric analysis of psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 32, 628–632.
- Shostrom, E. L. (Producer). (1965a). Three approaches to psychotherapy [Film and videotape]. (Part 1-Carl Rogers). (Available from Psychological Films, Orange, CA).
- Shostrom, E. L. (Producer). (1965b). Three approaches to psychotherapy [Film and videotape]. (Part 2-Fritz Perls). (Available from Psychological Films, Orange, CA).
- Shostrom, E. L. (Producer). (1965c). Three approaches to psychotherapy [Film and videotape]. (Part 3-Albert Ellis). (Available from Psychological Films, Orange, CA).
- Stoten, J., ve Goos, W. (1974). Three psychotherapies examined: Ellis, Rogers, Perls. *The Alberta Journal of Educational Research*, 20, 103-115.
- Tan, H. (1992). *Psikolojik Yardım İlişkileri Danışma ve Psikoterapi*, İstanbul: MEB.
- Twycross, A.; Shields, L. (2008). Content analysis. *Paediatric Nursing* 20 (6) p. 38.
- Usakli, H. (2012a). Turkish University Students' Preference from Rogers, Perls, Ellis and Their Therapeutic Styles *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 69, 967-976
- Usakli, H. (2012b). Reasons of Turkish University Students Preference from Three Different Therapeutic Styles. *The European Journal of Social and Behavioral Sciences* 2, 1
- Velten, E. C. (2005). *Under the influence : reflections of Albert Ellis in the work of others*, Tucson, Ariz. : See Sharp
- Weinrach, S. G. (2001). Collaborators In The Marginalization of Rebt—The Use and Misuse of Three Approaches to Psychotherapy and Other Videotaped Demonstrations *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy* 19, 1.
- Weinrach, S. G. (1991). Rogers' encounter with Gloria: What did Rogers know and when? *Psychotherapy*, 28, 504-506.
- Weinrach, S. G. (1990). Rogers and Gloria: The controversial film and the enduring relationship. *Psychotherapy*, 27, 282-290.
- Weinrach, S. G. (1986). Ellis and Gloria: Positive or negative model? *Psychotherapy*, 23, 642-647.
- Wickman, S. A. (1999). "Making something of it": An analysis of the conversation and language of Carl Rogers and Gloria. Unpublished doctoral dissertation, Southern Illinois University, Carbondale.
- Wickman, S. A., ve Campbell, C. (2003). An analysis of how Carl Rogers enacted client-centered conversation with Gloria. *Journal of Counseling and Development*, 178-184.

www.amazon.com/Living-gloria-Films-Pamela-Burry/dp/1906254028 (03 Şubat 2012 erişim)

www.metafilter.com/69825/The-Gloria-Tapes (03 Ocak 2012 erişim)

Yeşilyaprak, B. (2002). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri*. (4. Baskı), Ankara: Nobel.

Yonterf, G. ve Jacobs, L. (2008). Gestalt Therapy. In N. J. Raskin and M. C. Witty (Eds.), *Current Psychotherapies* (8th ed.) (pp. 328-367). California: Thomson Brooks/Cole.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008), *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, (Genişletilmiş 6.. Basım). Seçkin Yayıncılık: Ankara.

Zimmer, J. M., ve Cowles, K. H. (1972). Content analysis using FORTRAN: Applied to interviews conducted by C. Rogers, F. Perls, and A. Ellis. *Journal of Counseling Psychology*, 19, 161-166.

Tablo I Çalışmaya Katılanların Psikoterapi Yaklaşımlarına İlişkin Görüşlerinin Çözümlemesi

Temalar	Örnekler	Frekans	Yüzdelik
Genel fayda	Bu görüntülerin genel olarak oldukça faydalı olduğunu düşünüyorum	50	100
	Okul öncesi kurumunda çalışıyorum nasıl fayda sağlarım bilemiyorum	2	4
	Üniversite yıllarımda Danışmanlık Teorileri dersimde faydası olabilirdi	46	92
Alveaki üniversite öğrencilerine faydası	İnanıyorum ki rehberlik danışmanlı okuyan öğrenciler bu videolardan oldukça faydalanacaklardır	46	92
Farklı amaçlarda kullanım	Kadınlar için atılganlık eğitimlerinde kullanılabilir bir eğitim materyali olabilir	44	88
