

DAVRANIŞ BOZUKLUKLARININ AÇIKLANMASI VE DEĞİŞTİRİLMESİNDE SOSYAL PSİKOLOJİK YAKLAŞIMIN YERİ VE ÖNEM

Selim HOVARDAOĞLU*

Son 50 yılda, psikolojinin alt dalları arasında, belki de en hızlı gelişme gösteren dal, sosyal psikolojidir. Sosyal psikolojinin bu hızlı gelişmesi, birbirleriyle bağlantılı üç temel gelişimin bir sonucu olarak değerlendirilebilir. Bunlardan biri araştırma yöntemlerindeki ve istatistiksel analiz tekniklerindeki gelişme; diğeri sosyal psikolojik kuramlardaki gelişme; üçüncüsü de, sosyal psikolojinin inceleme alanına giren konulardaki artış olarak gösterilebilir. Sosyal psikolojideki bu gelişme, hem diğer bilim dallarından etkilenme hem de, bu bilim dallarını etkileme biçiminde iki yönlü olarak ele alınmalıdır. Dolayısıyla, gerek psikolojinin, sosyal psikoloji dışındaki diğer dalları gerekse başka sosyal bilim alanları, sosyal psikolojinin gelişmesine önemli katkılarda bulunurken, sosyal psikolojideki gelişmeler de bu dalları önemli ölçüde etkilemiştir. Kuşkusuz, klinik psikolojinin ve psikiyatrinin de, bu etkileşimden kaçınması mümkün görülmemektedir. Bu yazıda da, davranış bozukluklarının açıklanması ve değiştirilmesi konusuna, sosyal psikolojinin olası katkıları ele alınmıştır.

Genel anlamıyla bakılırsa, sosyal psikoloji, kişilerarası ilişkileri incelemektedir. Sosyal psikolojinin değişik tanımları gözönünde tutulduğunda, iki önemli inceleme biriminin vurgulandığı ortaya çıkmaktadır (Baron ve Byrne, 1987; Shaw ve Costanzo, 1970; Worchel ve

Cooper, 1979). Bu inceleme birimleri, birey ve ikili ilişkilerdir. Kuşkusuz, bu ikisi, birbiriyle çelişen birimler değildir ancak ikili ilişkiler yerine birey, inceleme birimi olduğu takdirde, sosyal psikolojinin ilgi alanına giren konular, daha geniş bir yelpazeye yayılmaktadır. Bu bakımdan, ikili ilişkileri, sosyal psikolojinin özel bir inceleme birimi olarak ele almak, yararlı olabilir.

SOSYAL PSİKOLOJİNİN İKİ TEMEL AVANTAJI

Sosyal psikolojiye giriş kitapları incelendiğinde, araştırma teknikleri konusundaki bölümlerin en başta ve geniş biçimde ele alındığı göze çarpmaktadır. Araştırma teknikleri konusunda önemle vurgulanan teknik ise deneysel araştırmalardır. Deneysel araştırmalar, en az bir bağımsız değişken değişimlenmesi (manipüle edilmesi) sonucu bağımlı değişkenden ölçüm alma anlamına geldiğinden, nedensel ilişkilerin kurulmasında en önemli teknik olmaktadır. İç geçerliği yüksek, kontrollü deneysel çalışmalar, kişilerarası ilişkilerin açıklanmasında güvenilir bilgiler sağlamaktadır. Zaten sosyal bilimler arasında, genelde psikolojinin ve özeldede sosyal psikolojinin farklı bir konumda olması, deneysel araştırmaları yürütebilme olanağının bulunmasından kaynaklanmaktadır. Bununla birlikte deneysel araştırmaların, dış geçerliği konusuna, haklılık payı bulunan bazı itiraz ve eleştiriler yöneltilmektedir. Bu itiraz ve eleştiriler, deneysel ortamın, gerçek sosyal ortamı ne oranda

* Doç. Dr. A.Ü.D.T.C.F. Psikoloji Bölümü.

yansıttığı konusunda yoğunlaşmaktadır. Ancak bağımsız değişkenin doğal ortamlarda değişimlenmesi, araştırma için ölçüm alındığının belli edilmemesi ya da araştırmanın gerçek amacının, başarıyla gizlenmesi gibi önlemler, deneysel araştırmaların dış geçerliğini artırıcı rol oynadığından, bulguların güvenilirliği ve geçerliği de yükselmiştir. Diğer yandan, korelatif araştırmalardan elde edilen bulgular da, deneysel araştırmalardan elde edilen bulguların dış geçerliği konusunda önemli ipuçları vermektedir. (Korelatif araştırma kavramı, değişimlenmenin yer almadığı araştırmaları betimlemek amacıyla kullanılmıştır). Dolayısıyla, sosyal psikoloji, davranışın nedensel açıklanması konusunda, yöntem kaynaklı önemli bir avantaja sahip olmaktadır.

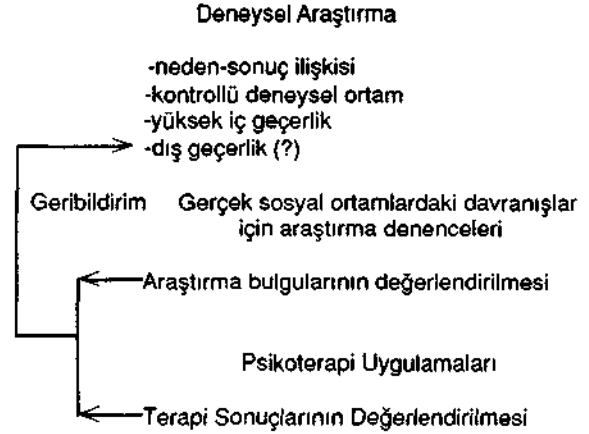
Sosyal psikoloji ders kitapları incelendiğinde, göze çarpan diğer bir özellik de, konuların, belirli bir veya bir kaç kuramla bağlantılı olmasıdır. Bunlar, belirli bir sosyal davranışı açıklamaya yönelik dar kapsamlı kuramlar olabileceği gibi pek çok sosyal davranışı açıklamaya çalışan geniş kapsamlı kuramlar olabilmektedir. Burada, sosyal psikolojik kuramların nitelikleri ve özelliklerinden ziyade önemi üzerinde durmakta yarar vardır. Kuşkusuz, bu kuramların önemi, nitelik ve özelliklerinden bağımsız değildir. Kuram, sosyal psikolojik yaklaşımın özünü oluşturmaktadır. Sosyal psikolojik araştırmaların büyük bir bölümü, belirli bir kuramdan üretilen denencenin sınanması anlamına geldiğinden, bulgular, betimselliğin ötesindeki açıklayıcı anlamını ve niteliğini daha güçlü biçimde kazanmaktadır.

Sosyal psikolojinin, kısaca özetlenen yöntem ve kuram kaynaklı bu avantajları, araştırma bulgularının güvenilir ve açıklayıcı özellikte olmasına yol açtığından, gerek psikolojinin diğer dallarına gerekse diğer sosyal bilim dallarına önemli katkılar sağlayacak niteliktedir.

SOSYAL PSİKOLOJİ VE PSİKOTERAPİ

Önceki yaklaşım temel alındığında, sosyal psikoloji ile klinik psikoloji, psikiyatri ve psikoterapi arasında da karşılıklı bir etkileşimin olması beklenir. Psikoterapi uygulamalarının, sosyal

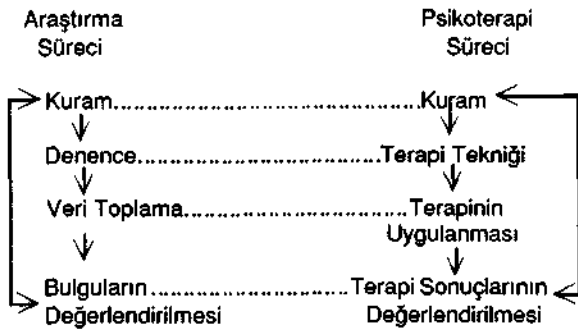
psikoloji açısından önemli bazı sonuçları vardır. Herşeyden önce terapi uygulamalarının genel değerlendirilmesi, sosyal psikolojik araştırmaların dış geçerliği konusunda önemli ipuçları sağlayabilir. Bu ilişkiyi Şekil 1'de görmek mümkündür.



Şekil 1: Deneysel araştırmaların dış geçerliğinin incelenmesi için izlenebilecek stratejiler.

Şekil 1'de de görüldüğü gibi kontrollü deneysel ortamlarda yapılan araştırma bulgularının dış geçerliği konusunda iki kaynak bulunmaktadır. Bunlar, gerçek ortamlarda yapılan araştırma bulguları ile psikoterapi uygulamalarının sonuçlarıdır. Gerek araştırma bulgularının gerekse psikoterapi sonuçlarının değerlendirilmesi dış geçerlik konusunda geribildirim sağlayacağından hem deneysel işlemin etkili olup olmadığı (manipulation check) hem de bulguların genellenebilirliği konularında önemli gelişmeler sağlanabilir.

Bu açıdan ele alındığında, psikoterapi süreci, araştırma süreciyle büyük benzerlikler göstermektedir. Hatta psikoterapiyi, özel bir araştırma süreci olarak değerlendirmek de mümkündür. Daha da ileri gidilirse, bireysel psikoterapi, n=1 olan deneysel araştırma olarak düşünülebilir. Araştırma süreci ile psikoterapi süreci arasındaki bu benzerlik Şekil 2'de gösterilmiştir.



Şekil 2: Araştırma ve psikoterapi süreçleri arasındaki benzerlik.

Şekil 2'de de görüldüğü gibi araştırma süreci, kuramdan üretilmiş denence ile başlamaktadır. Psikoterapi sürecinde, bir kurama dayalı terapi tekniğinin geliştirilmesi, denence geliştirme aşaması olarak düşünülebilir. Diğer yandan, denencenin doğruluğu konusunda karar verebilmek için veri toplamak gerekmektedir. Benzer olarak, psikoterapi tekniğinin etkili olup olmadığını anlamanın yolu da, tekniği uygulamaktır. Araştırma sürecindeki veri analizi ve bulguların değerlendirilmesi aşaması, araştırmaya temel olan kuramın sınanması amacıyla önemli bilgiler sağlamaktadır. Böylece araştırmacı, kuramının desteklenip desteklenmediğini görme olanağı bulabilir. Terapist ise terapi bulgularını değerlendirerek, kuramın, yeterli açıklama gücüne sahip olup olmadığı konusunda karar verebilir. Dolayısıyla, araştırma süreci, psikoterapi süreciyle büyük benzerlikler gösterdiğinden, psikoterapi sonuçları, sosyal psikolojik bir kuramın geçerliği ve güvenilirliği konusunda karar vermek için kullanılabilir.

Terapi sonuçlarının, araştırmaların dış geçerliği ve sosyal psikolojik bir kuramın sınanması konusunda sağlayacağı bilgiler, terapinin, sosyal psikolojiye katkılarının kısa bir özetidir. Diğer yandan, sosyal psikolojinin de bu sürece önemli katkıları olabilir.

Genel olarak, psikoloji eğitiminde, davranış bozukluklarını açıklamaya yönelik kuram ve yaklaşımlar ile sosyal psikolojik kuram ve

yaklaşımları, birbirleriyle fazla bağlantı kurulmadan, ayrı kapsamlarda öğretilmektedir. Bu da, haliyle, sosyal psikolojik ilkelerin klinik ortamda; klinik ilkelerin de sosyal ortamlarda geçerli olmadığı şeklinde yanlış bir izlenimin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Buna bağlı olarak da, sosyal psikolojik kuramların, yalnız "normal" insanlar için geçerli olduğu sayılıtsı kabul edilmektedir. Oysa sosyal psikolojik kuramların, "normal" davranışları açıkladığı iddiası olmadığı gibi pek çok sosyal psikolojik kuramda normal-anormal ayırımı dahi yoktur. Hatta bazı sosyal psikolojik kuramlar, özellikle bazı davranış bozukluklarını açıklamak amacıyla geliştirilmiştir, (ör., Abramson, Seligman ve Teasdale, 1978). Öyleyse, psikopatolojiyle ilgili bazı soruların cevaplarını, sosyal psikolojik kuramlarda bulmak mümkündür.

Sosyal psikolojik kuramlar, Heider'in (1958) deyişiyle, "sokaktaki insan" için geçerlidir. Sokaktaki insan, algılayan, algılarını değerlendiren, beklentileri, ihtiyaçları olan ve bunlar doğrultusunda davranışta bulunan insan olduğuna göre bu kuramlar; başta sosyal ve klinik psikologlar olmak üzere tüm psikologlar, psikiyatristler, mühendisler, politikacılar, yani herkes için hatta kliniğe, psikolojik yardım amacıyla başvuran "klinikteki insan" için de geçerlidir. O halde, "klinikteki insan", "sokaktaki insan"ın seçkisiz bir örneğidir. Dolayısıyla, psikopatolojinin nedenini de "sokakta" aramak gerekmektedir. Psikopatolojinin nedeninin sokakta olması, kişilerarası ilişkilerin önemli bir patoloji kaynağı olduğuna işaret etmektedir. Bu bakımdan, bireyin, kimlerle, nasıl ilişkiler kurduğu, bu ilişkilerin birey için önemi, ilişkinin süresi, ilişkinin sürdürülmesi için harcanan çabalar, bitmesinin sonuçları gibi etkenler, davranış bozukluklarının açıklanmasında gözönünde tutulduğu takdirde, terapi programının hazırlanması hem daha gerçekçi veriler dikkate alınarak yapılabilir hem de oldukça kolaylaşabilir. Kişilerarası ilişkilerle ilgili konular, sosyal psikolojik kuramların temelini oluşturduğundan, sosyal psikoloji, "klinik insanın" açıklanması için iyi bir temel oluşturabilir.

I. Sosyal Psikiyatri Sempozyumunda (1994) sunulan bildirimler incelendiğinde, özellikle, psikoanalize ve "hastalık" yaklaşımlarına dayalı geleneksel psikiyatrinin, pek çok davranış bozukluğunu açıklamada ve değiştirmede yetersiz kalmasından doğan rahatsızlıkların dile getirildiği anlaşılmaktadır. Göç, ekonomik sorunlar, terör, işsizlik, ahlaki yargılardaki değişme gibi etkenler, önemli birer psikopatoloji kaynağı olarak ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla, bireysel algılar, değerlendirmeler, bilişsel süreçler ilgi odağı haline gelmektedir. Buna bağlı olarak da, bu bildirimlerde, yeni kavramlara, yeni yaklaşımlara ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir. Bu yeni kavram ve yaklaşımların önemli bir bölümünü, "sokaktaki insanı" inceleyen sosyal psikolojide bulmak mümkündür. Böylece, sosyal psikoloji, hem davranış bozukluklarının anlaşılması ve açıklanmasına hem de başarı olasılığı daha

yüksek psikoterapi programlarının hazırlanmasına katkılar sağlayabilir.

Ancak sosyal psikolojinin önemini vurgulayan bu yaklaşım, uygun bir yaklaşım olarak kabul edilirse, bazı kavram ve konuların yeniden ele alınıp, tartışılması ve değerlendirilmesi zorunlu da, kendiliğinden ortaya çıkmaktadır. Bunların başında, psikopatoloji kavramı, psikopatoloji anlayışı, psikopatolojik sınıflandırma yaklaşımı gelmektedir. Bunlara ek olarak, psikoterapi süreci, klinik psikoloji ve psikiyatride uzmanlık eğitimi gibi konuların da tartışılmasında yarar bulunabilir. Bu tartışmaların, akademik ortamlarda yapılması gereken tartışmalar olduğunu, sonuçta, yeni kavramların, yeni yaklaşımların ortaya çıkaracağını, daha geniş kapsamlı projelerin üretileceğini, uygulanacağını ve böylece mesleklerarası rekabetin değil dayanışmanın ön plana çıkacağını da kabul etmek gerekmektedir.

KAYNAKLAR

Abramson, L.Y., Seligman, M.E.P., Teasdale, J. (1978) Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.

Baron, R.A., Byrne, D. (1987), *Social Psychology. Understanding Human Interaction*. (5th ed.) Boston: Allyn and Bacon

Heider, F. (1958) *The Psychology of Interpersonal Relations*. New York: Wiley

Shaw, M.E., Costanzo, P.R. (1970) *Theories of Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.

Worchel, S., Cooper, J. (1979) *Understanding Social Psychology* (rev. ed.) Homewood: Dorsey